



## Escuelas Deportivas Zona Fitness UCM Curso 2026-2027

### Actividades, horarios y tarifas

Todas actividades dirigidas comienzan el 14 de septiembre de 2026 y finalizan el 18 de junio de 2027

| ZONA FITNESS    |                          |                                           |                       |                    |                                |                                |                       |         |
|-----------------|--------------------------|-------------------------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------|---------|
| ESCUELA         | UBICACIÓN                | DURACIÓN                                  | DIAS/HORAS            | PLAZAS POR DIA     | CUATRIMESTRE                   | CURSO COMPLETO                 |                       |         |
| Global training | Sala Multiple            | 1 Cuatrimestre<br>14 de sept- 31 enero    | M-J 15:00-16:00       | 20                 | GRUPO A: 100€<br>GRUPO B: 140€ | GRUPO A: 180€<br>GRUPO B: 260€ |                       |         |
| Glute boom      | Sala Multiple            |                                           | M-J 19:00-20:00       | 20                 |                                |                                |                       |         |
| Yoga            | Somosaguas               |                                           | L-X 14:30-15:30       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala 5          |                                           | M-J 19:00 20:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
| Zumba           | Sala Multiple            |                                           | L-X 14:30-15:30       | 25                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Sala Multiple            |                                           | L-X 18:00-19:00       | 25                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Sala Multiple            |                                           | L-X 19:00-20:00       | 25                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas Pista 1       |                                           | L-X 19:00-20:00       | 25                 |                                |                                |                       |         |
| Marcha Nordica  | Zona Sur-Puerta gimnasio |                                           | M-J 17:00-18:00       | 30                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur-Puerta gimnasio |                                           | M-J 18:00-19:00       | 30                 |                                |                                |                       |         |
| Tiro con Arco   | Zona Sur/Fronton         |                                           | M-J 15:00-16:00       | 20                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur/Fronton         |                                           | M-J 16:00-17:00       | 20                 |                                |                                |                       |         |
| Pilates         | Zonas Sur sala 5         | 2º Cuatrimestre<br>1 febrero- 18 de junio | M-J 14:00-15:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zonas Sur sala 5         |                                           | M-J 15:00-16:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zonas Sur sala 5         |                                           | M-J 16:00 - 17:00     | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala Columnas   |                                           | L- X 14:30-15:30      | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala Columnas   |                                           | L-X 15:30-16:30       | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala Columnas   |                                           | L-X 16:30-17:30       | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala Columnas   |                                           | M- J 18:00-19:00      | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala 6          |                                           | M-J 14:30-15:30       | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zona Sur Sala 6          |                                           | M-J 15:30- 16:30      | 16                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Zonas Sur sala 6         |                                           | M-J 17:30-18:30       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas sala M        |                                           | L-X 15:30-16:30       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas sala M        |                                           | L-X 18:00- 19:00      | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas sala M        |                                           | M-J 19:00-20:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas sala M        |                                           | M-J 20:00-21:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Somosaguas sala M        |                                           | L-X 20:00 21:00       | 12                 |                                |                                |                       |         |
|                 | Musculación              |                                           | Gimnasio Zona Sur (*) | Septiembre a Julio |                                |                                | L M X J V 10:00-21:00 | 30/HORA |
|                 |                          |                                           |                       |                    |                                |                                | Sábados 10:00-14:00   |         |
| Somosaguas (*)  |                          | Septiembre a junio                        | L M X J V 09:00-21:00 | 20/HORA            |                                |                                |                       |         |

(\*) La Sala de Musculación de Zona Sur abrirá de septiembre a julio incluido. La Sala de Somosaguas abrirá de 7 de septiembre a 30 de junio.

Las salas donde se imparte el curso, así como la oferta de actividades y horarios se podrán modificar según la ordenación de espacios, y en función del número de solicitudes por parte la Unidad de Gestión de actividades deportivas de la UCM

Las actividades se desarrollarán en los horarios y días catalogados como lectivos según el calendario laboral de la UCM, no prestándose servicio aquellas fechas consideradas de mínima incidencia laboral o de reducción de jornada labora

| TENIS Y PÁDEL                                  |                |                 |         |           |                    |
|------------------------------------------------|----------------|-----------------|---------|-----------|--------------------|
| ESCUELA                                        | UBICACIÓN      | DURACIÓN        |         | TRIMESTRE |                    |
|                                                |                |                 |         |           | Grupo de 4 alumnos |
| Tenis o Pádel<br>(cursos de 2 días por semana) | Inst. Zona Sur | Octubre a Junio | GRUPO A |           | 180 €              |
|                                                |                |                 | GRUPO B |           | 210 €              |

Teléfonos de información para las escuelas de Tenis y Pádel: Tenis (Ubaldo 609732381) Pádel (Alberto 646536795)

**Tarifas: Grupo A:** Miembros de la Comunidad Universitaria UCM: estudiantes de la UCM, colegiales residentes de los Colegios Mayores de fundación propia de la UCM y de los Colegios Mayores adscritos a la UCM, Alumni (con membresía en vigor). Personal de la UCM (en activo o jubilado), personal de la Fundación General UCM y cónyuges, parejas de hecho e hijos entre 18 y 28 años de estos últimos.

**Grupo B:** Público en general (mayores de 18 años, con seguro médico). **Información adicional:** Unidad de Gestión de Actividades Deportivas (UGAD), Instalaciones Zona Norte (Tfno. 91-394-6092/6094) (\*) los meses de julio y septiembre el horario de la sala de musculación de la zona sur será de L a V de 10:00 a 20:00 horas y Somosaguas cerrado.