

# UC

UNIVERSIDAD  
DE CANTABRIA

# Servicio Actividades Físicas y Deportes

# A V A N C E ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2020-2021



## CURSOS, ACTIVIDADES DE OCIO Y FORMACIÓN

Gimnasio, ajedrez, bodypump, cycling & tábata, defensa personal, golf, hípica, excursiones de montaña, natación, padel, patines, pilates, primeros auxilios, power GAP, qi gong-tai chi, squash, surf, taller de mecánica de bicis, strong by zumba, TRX-UC yoga, zumba,...  
Además master clases gratuitas.

## JUEVES DEPORTIVOS

Cada semana una actividad deportiva diferente.

## TARJETA DEPORTIVA

Esta tarjeta da acceso a numerosas **ventajas e importantes descuentos** en todos nuestros cursos y actividades.

## PLAN DE MOVILIDAD CICLISTA DE LA UC

Programa de retos por **moverse en bici o a pie**.  
Reserva mensual gratuita de una bici eléctrica plegable.

## COMPETICIONES

**Internas Universitarias:** bádminton, baloncesto, fútbol sala, karting, padel, tenis, squash, vóley playa,...

**Torneo Deportivo Interuniversitario G9**

**Campeonatos de España Universitarios:** atletismo, golf, baloncesto, kárate, natación, tenis de mesa, padel,...

**Campeonatos Internacionales Universitarios:** frontenis, salvamento y socorrismo, surf.

**Equipos Federados:** baloncesto masculino y femenino, y voleibol femenino.

## ALQUILER DE INSTALACIONES

Para jugar a bádminton, baloncesto, balonmano, fútbol sala, squash, tenis de mesa,...

## AYUDAS A DEPORTISTAS

Becas de transporte, Ayudas a Deportistas de Alto Nivel de la UC y Ayudas a Deportistas Federados.

## CRÉDITOS ECTS

Participando en nuestros cursos, actividades y competiciones.

Consulta nuestro folleto disponible a partir  
del 15 de septiembre y en [web.unican.es/unidades/deportes](http://web.unican.es/unidades/deportes)



**UC**  
UNIVERSIDAD  
DE CANTABRIA  
**Servicio  
de Actividades  
Físicas y  
Deportes**

**Pabellón Polideportivo  
de la Universidad de Cantabria**  
Avenida de los Castros, s/n  
39005 Santander

Tel: 942 20 18 81/87  
Fax 942 20 18 00  
[web.unican.es/unidades/deportes](http://web.unican.es/unidades/deportes)  
[deportes@unican.es](mailto:deportes@unican.es)  
[facebook.com/ucdeportes](https://facebook.com/ucdeportes)

Vicerectorado de Campus,  
Servicios y Sostenibilidad

**INSTITUTO REGIONAL  
DE DEPORTES**  
AJUNTAMIENTO DE SANTANDER

**Cantabria**  
GOBIERNO REGIONAL DE CANTABRIA  
CONSEJERÍA DE CULTURA Y DEPORTE

**GOBIERNO  
de CANTABRIA**  
CONSEJERÍA DE UNIVERSIDADES, IGUALDAD,  
CULTURA Y DEPORTE