

NOVEDAD

BODYPUMP



Ventajas con la TD

Martes y jueves de
15.15 h. a 16.00 h.

Tres trimestres:
Octubre – Diciembre
Enero – Marzo
Abril - Junio

Instalación: Sala 1

Profesorado: Diego Cobo Peña / Ruth Garcia Lence

Nº de plazas: 15

Programa de entrenamiento físico que combina las actividades propias del aeróbic con trabajo muscular mediante la realización de ejercicios de levantamiento de pesas. El objetivo de esta práctica es por un lado aumentar la masa muscular y, por otro, quemar una gran cantidad de calorías que redundan en una pérdida del volumen de grasa corporal.

PRECIOS por TRIMESTRE:

TD: 46,90 €

ST: 70,30

€ PNU: 87,50 €

(TD: Universidad con Tarjeta Deportiva; ST: Universidad sin Tarjeta Deportiva; PNU: No Universidad)

INSCRIPCIONES: POR INTERNET: - Personas Comunidad Universitaria: web.unican.es/unidades/deportes/autoservicios

- Personas No Universidad www.deportes.unican.es/inu

SECRETARÍA DEL PABELLÓN DEPORTIVO: De L a V de 9h a 14h (telf.: 942201881)

OFICINA DE INFORMACIÓN PABELLÓN DEPORTIVO: De L a J de 16h a 20h (telf.: 942200903)

Por esta actividad se podrán **convalidar 0,5 créditos ECTS** según el nº de clases determinado (cumpliendo la normativa vigente)

* Por la presente clausula, la UC se exonera de toda responsabilidad que con motivo de la realización de actividades deportivas pudieran producirse, por daños, lesiones, roturas o perjuicios o cualquier otra clase de menoscabo sufridos en la persona o bienes del participante. El/La participante en la actividad manifiesta su conformidad con la misma.