



universidad
de Alcalá

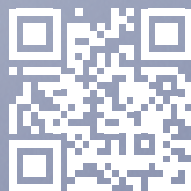
servicio de
deportes

diciem
bre **24**

partidos del mes

Oferta deportiva 24-25

Estudiantes UAH



deportes.uah.es



SERVICIO DE DEPORTES

Campus Universitario

Ctra. Madrid- Barcelona, km.33.600

Alcalá de Henares (Madrid) 28807

servicio.deportes@uah.es

91 885 48 53



DEPORTES

RRSS #UAH



AVISO

RENOVACIÓN DE LA OFERTA DEPORTIVA 2.º TRIMESTRE del 9 al 20 de diciembre de 2024

Condiciones Generales 2024/25

SELECCIONES UAH. Partidos del mes

Deporte	Horario	Partido	Pabellón	Twitter
Baloncesto	F 1 dic. 10:00 h	CEU San Pablo - Alcalá	USP-CEU	
	M 15 dic.	Descanso		
Balonmano	F 3 dic. 18:00 h	Alcalá - Camilo José Cela	Pabellón UAH	
	21 dic. 20:00 h	Alfonso X - Alcalá	UAX	
	M 5 dic. 17:00 h	Alcalá - Alfonso X	Pabellón UAH	
	18 dic. 18:15 h	Autónoma - Alcalá	UAM	
Fútbol sala	M 15 dic. 19:00 h	Alcalá - Politécnica Madrid	Pabellón UAH	
Voley	F 4 dic. 15:45 h	Francisco Vitoria - Alcalá	UFV	
	11 dic. 18:00 h	Alcalá - CEU San Pablo	Pabellón UAH	
	M 5 dic. 19:00 h	Complutense - Alcalá	UCM	
	16 dic. 17:30 h	Alcalá - Alfonso X	Pabellón UAH	

Ven

al pabellón UAH a animar a nuestros equipos y menciónanos:



@deportes_uah

Misión

Fomentar y facilitar la práctica deportiva a las personas que pertenecen a la Comunidad Universitaria, planificando y organizando las actividades necesarias para llevarla a cabo.



Todo tipo de eventos deportivos

Escuelas deportivas

Cursos y actividades deportivas

Competiciones externas e internas

Instalaciones deportivas miembros UAH y externos

Docencia

Servicio de árbitros

Tarjeta Inteligente TUI usuarios de deportes

para miembros de la Comunidad Universitaria
Solicítala aquí
para descuentos y servicios



Si no eres miembro de la comunidad universitaria

Disfruta también de toda la oferta deportiva e instalaciones



Instalaciones

horarios y tarifas
normativa
reservas

Servicio de Deportes

📍 Avenida Punto Es, SN, CP: 28805 Alcalá de Henares (Madrid)
40°30'48.3"N 3°20'32.6"W

🔗 Más información

Oficina:

✉ servicio.deportes@uah.es
☎ 91 885 48 53

Control de Instalaciones deportivas

☎ 91 885 48 54

Pabellón Rector Gala

✉ pabellon.gala@uah.es
☎ 91 885 47 93

Pabellón deportivo

☎ 91 885 48 50



RENOVACIÓN 2.º TRIMESTRE

del 9 al 20 de diciembre de 2024

Según las Condiciones Generales 2024/25, que se puede consultar en la página [web del Servicio de Deportes](#), le recordamos que:

- ① Las cuotas se abonarán por cursillo o trimestralmente.
- ① Si no se cumple con la obligación de pago de las cuotas durante el período establecido se procederá a tramitar la baja inmediata del usuario de la actividad y el Servicio de Deportes podrá ofertar la plaza vacante.
- ① No se dará por renovada la plaza de un trimestre. Para renovar será necesario abonar el importe de la cuota del cursillo o trimestre correspondiente dentro del período estipulado para ello, por cualquiera de las dos opciones que os detallamos a continuación:

TRANSFERENCIA BANCARIA	TARJETA CRÉDITO/DÉBITO
ES53 0049 6692 81 2216305631 Concepto transferencia [Nombre y apellidos Actividad Dias Hora]	Presentándose en control de instalaciones deportivas y realizando el pago en TPV con tarjeta bancaria de crédito/débito.
Adjuntar justificante pago transferencia mediante formulario web, clicando aquí	

- ① Es obligatorio haber abonado la cuota correspondiente antes del comienzo del primer día del cursillo o trimestre.
- ① Los monitores tendrán un listado a su disposición donde sólo aparecerán las personas al corriente de pago y que hayan justificado el mismo. No podrá acceder nadie a clase si no está en el listado.
- ① En el caso de no querer renovar la plaza en cualquier actividad será obligatorio informar al Servicio de Deportes mediante [correo electrónico](#) con al menos 10 días de antelación.
- ① Se recuerda la obligatoriedad que los usuarios/as no accedan al interior de las salas/pista con el mismo calzado con el que entran al edificio, así como el resto del cumplimiento de las [Normas Generales uso](#).

oferta deportiva

servicio de deportes-UAH

2024 25

La oferta deportiva constituye uno de los pilares básicos del **Servicio de Deportes de la UAH**; está destinada a aquellos miembros de la comunidad universitaria que quieren dedicar su tiempo al aprendizaje de un deporte o la práctica de una actividad física saludable. Se pone a disposición de los/las usuarios/as los medios necesarios para la mejora tanto teórica como práctica de diferentes actividades deportivas.

Cada actividad deportiva cuenta de instalaciones apropiadas y de una plantilla de monitores con formación especializada. Las clases se imparten 2 o 3 días a la semana con horarios adaptados, puesto que en muchas ocasiones se abren nuevos grupos y actividades “bajo demanda”.



Oferta deportiva

Estudiantes UAH

1.º Trimestre: del 1 de octubre al 22 de diciembre

2.º Trimestre: del 8 de enero al 30 de marzo

3.º Trimestre: del 31 de marzo al 20 de junio

act. dep. saludables

pilates suelo | pilates aéreo

yoga | taichi

entrenamiento

bungee air fit | entrenamiento funcional |
strong by zumba + jump TRX | zumba | running | voleibol

artes marciales

Kenjutsu | aikido | defensa personal

deportes raqueta

escuela de tenis* | escuela de pádel | badminton
tenis de mesa* |

* actividades pendiente de confirmación

ocio / recreación

senderismo*

* Se está trabajando, de cara al año que viene, poder retomar la actividad cumpliendo con los nuevos requisitos de seguridad

otras

actividades deportivas para colegios e institutos.
MAYO y JUNIO 2025

más información >>
servicio de deportes UAH

✉ servicio.deportes@uah.es | ☎ 91 885 48 53

RENOVACIÓN
2.º TRIMESTRE

del 9 al 20
diciembre 2024

INSCRIPCIONES



<< índice

pilates suelo

lunes - miércoles / martes - jueves. Sala 1 y Gala 5



Mejora de la condición física y la capacidad de control y concentración.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	18:00 a 19:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
	19:00 a 20:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
M - J	11:00 a 12:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
	14:30 a 15:30	Gala 5	Almudena	75 / 105 €
	15:30 a 16:30	Gala 5	Almudena	75 / 105 €
	17:30 a 18:30	Gala 5	Begoña	75 / 105 €
	18:30 a 19:30	Gala 5	Begoña	75 / 105 €
	19:30 a 20:30	Gala 5	Begoña	75 / 105 €

pilates aéreo

lunes - miércoles
martes - jueves

Gracias a la disposición de esta estructura de tela, podemos hacer numerosos ejercicios en 360°.



Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	20:00 a 21:00	sala 1	Begoña	90 / 120 €
M - J	15:30 a 16:30	sala 1	Begoña	90 / 120 €

lunes - miércoles. Gala 3



Favorece la realización de ejercicios físicos, posturales, respiratorios y meditación. Se busca ayudar al individuo a tener una relación más armónica con su cuerpo, a controlar su mente y emociones, así como a liberar el estrés, todo lo cual contribuye a que alcance un estado de mayor bienestar.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	18:00 a 19:30	Gala 1	Cristina	90 / 120 €

taichi

martes - jueves. Sala 1



Arte marcial que en la actualidad se considera cada vez más como una práctica físico-espiritual para mejorar la calidad de vida. Combina movimientos lentos y posturas físicas con la meditación y la respiración controlada. Muchos hacen referencia al taichí como "meditación en movimiento".

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M - J	8:30 a 9:30	Sala 1	Javier	90 / 120 €

entrenamiento

entrenamiento funcional

lunes - miércoles. Gala 1



El entrenamiento funcional se basa en la realización de ejercicios que se adaptan a los movimientos naturales del cuerpo humano para trabajar de forma global músculos y articulaciones. Una de sus principales ventajas es que **se adaptan completamente a las condiciones físicas de cada persona**, por eso resulta muy efectivo como entrenamiento personal: mejora la movilidad corporal, la agilidad y el equilibrio, desarrolla la salud cardiovascular, corrige la postura, fortalece la masa muscular y ayuda a mantener el peso.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	15:30 a 16:30	Gala 1	José	60 / 90 €

bungee air fit

lunes - miércoles. Gala 5



Deporte de ingravidez en el que estarás haciendo ejercicio de fitness y/o dance, colgado de un arnés y una cuerda elástica. Es un novedoso y coreografiado deporte en ingravidez que conlleva un completo trabajo muscular y cardiovascular que favorece el aumento de masa muscular, la quema de calorías, la resistencia y coordinación.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	17:15 a 18:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €
L - X	18:15 a 19:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €
L - X	19:15 a 20:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €

entrenamiento

strong by zumba + jump TRX

lunes - miércoles. Gala 1



Strong by zumba combina entrenamientos en **intervalos de alta intensidad** con los principios científicos de la motivación musical sincronizada. Las siglas TRX son la abreviatura de **Total Body Resistance Exercise** (Ejercicio de resistencia corporal total), un entrenamiento innovador, quema grasa que tonifica y además mejora equilibrio, resistencia y fuerza abdominal.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	20:00 a 21:00	Gala 1	Almudena	60 / 90 €

zumba

martes - jueves / viernes. Gala 1



Disciplina fitness enfocada por una parte a mantener un cuerpo saludable y por otra a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de baile combinados con una serie de rutinas aeróbicas.

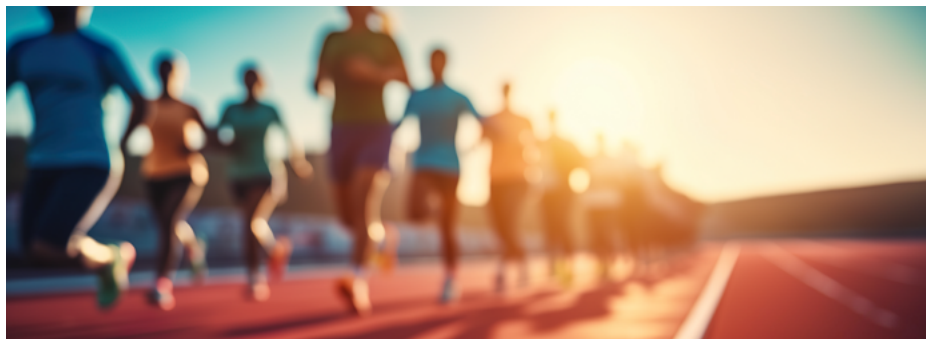
Horario tres días / semana

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M - J	20:00 a 21:00	Gala 1	Eva	60 / 90 €
V	18:00 a 19:00	Gala 1	Eva	

entrenamiento / escuelas de exterior

running-atletismo

lunes - miércoles. Pistas de atletismo uah y alrededores



ATLETISMO UAH es una actividad dirigida a todas aquellas personas para todos los niveles que quieran mejorar sus marcas, seguir un entrenamiento personalizado y tener un entrenador que le tutorice.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	19:30 a 21:00	Pistas atletismo	David	75 / 105 €

entrenamiento / escuelas de interior

voleibol

lunes. Pabellón



Si te gusta conocer gente, el deporte en equipo, el **voleibol es tu deporte**. No te lo pierdas y vente a entrenar y a aprender la técnica y el juego del vóley con nosotros en el pabellón de la UAH.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L	16:30 a 18:00	Pabellón	Alejandro	50 €

artes marciales y deportes de lucha

aikido + kenjutsu

martes - jueves. Gala 3

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M-J	18:00 a 20:00	Gala 3	Álvaro Khun	120 / 140 €

aikido

martes - jueves. Gala 3



Método de autodefensa que procede del *Jin-Jitsu*. Se busca la no violencia, el no choque, la armonía que desvanece la agresividad del atacante tradicional. Más allá de su técnica, se representan como disciplinas educativas de búsqueda y no como conjunto de recetas con vistas a aplicaciones inmediatas.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M-J	18:00 a 19:00	Gala 3	Álvaro Khun	75 / 105 €

kenjutsu

martes - jueves. Gala 3



El entrenamiento de los samuráis. Arte marcial japonés tradicional cuyo objetivo es enseñar a combatir de manera eficiente con el sable japonés.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M-J	19:00 a 20:00	Gala 3	Álvaro Khun	75 / 105 €

artes marciales y deportes de lucha

defensa personal

lunes - miércoles. Gala 5



En nuestra actividad de Defensa Personal en Alcalá buscamos prepararnos para todos estos aspectos, con una actividad en grupo con un gran ambiente humano, donde el alumno puede aprender en un entorno controlado y potenciar sus habilidades para conseguir cada día una versión mejor de sí mismo.

Nuestras clases siguen esta estructura fruto del desarrollo constante:

Bloque 1: una primera parte donde trabajamos nuestras capacidades físicas.

Bloque 2: trabajamos técnica de golpeo, defensa, control del balance del cuerpo y aprendizaje de técnicas de defensa personal basadas en varios artes marciales como son el Kenpo, Boxeo, Karate, MMA etc.

Bloque 3: en esta última parte nos centramos en la aplicación de todas las técnicas de defensa aprendidas, realizamos simulaciones de múltiples agresiones, donde el alumno aprende a controlar su mente y a dejar que todos los conocimientos aprendidos fluyan de manera natural e instintiva.

Horarios y precios

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L-X	20:15 a 21:45	Gala 5	Alberto / Néstor	90 / 120 €

escuela de tenis

tenis

todos los días de la semana. Pistas de tenis. **Pendiente de abrir**



La escuela de Tenis se organizan por niveles y según la disponibilidad de horarios de los alumnos/as. El tenis uno de los deportes más completos que existen. Físicamente, favorece la flexibilidad, fortalece la musculatura y los huesos.

TENIS (mínimo 4 / máximo 5 alumnos)

Días	Hora	RAT	H/sem	TUI-UAH/ Sin relación
L a V	mañana/tarde	5	1 h / 10 clases	55 € / 70 €
S / D	mañanas	5	1 h / 10 clases	55 € / 70 €
L a V	mañana/tarde	5	1 h 30' / 10 clases	85 € / 110 €
S / D	mañanas	5	1 h 30' / 10 clases	85 € / 110 €
L - X	mañana/tarde	5	2 h / 20 clases	110 € / 140 €
M - J	mañana/tarde	5	2 h / 20 clases	110 € / 140 €

TENIS COMPETICIÓN (mínimo 4 alumnos)

Días	Hora	RAT	H/sem	TUI-UAH/ Sin relación
L a V	mañana/tarde	5	1 h 30' / 10 clases	110 € / 140 €
S / D	mañanas	5	1 h 30' / 10 clases	110 € / 140 €
L - X	mañana/tarde	5	1 h 30' / 20 clases	220 € / 280 €
M - J	mañana/tarde	5	1 h 30' / 20 clases	220 € / 280 €

deportes de raqueta

pádel

todos los días de la semana



La escuela de Pádel se organizan por niveles y según la disponibilidad de horarios de los alumnos/as.

Si eres alumno/a, PTGAS o PDI, tienes el precio T. U., precio universitario, si no lo eres tienes precio sin tarjeta de deportes que es el segundo precio.

El precio de las clases se abona por trimestres.

Si no tienes ninguna vinculación con la UAH, te puedes sacar la tarjeta de deportes que cuesta 40 € con una vigencia anual (hasta el 30 de junio) y te hacemos precio universitario, renovable cada curso por 30 €.

Precios		
Escuela de pádel	Precio cursillo	
	T. U.	Sin tarjeta
Pádel 2 h / semana: cursillo 20 clases	140 €	180 €
Pádel 1.5 h / semana: cursillo 10 clases	105 €	140 €
Pádel 1 h / semana: cursillo 10 clases	70 €	90 €

[horarios >>](#)

horarios

pádel

Horarios				
Días	Hora	Monitor	Pista	Nivel
L	15:30 a 16:30	Pablo Serrano	Pádel 7	3
	16:30 a 17:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	2-3
	18:00 a 19:30	Jesús Soria	Pádel 8	INI
	18:30 a 19:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	INI
	19:30 a 20:30	Jesús Soria	Pádel 8	3
	19:30 a 20:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	2-3
	20:30 a 21:30	Jesús Soria	Pádel 8	2
	21:30 a 22:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	INI
L-X	14:30 a 15:30	Pablo Serrano	Pádel 7	3
	17:30 a 18:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	2
	19:30 a 20:30	Alejandro San Martín	Pádel 9	2
	20:30 a 21:30	Alejandro San Martín	Pádel 9	2-3/3
	20:30 a 21:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	2-3
M-J	9:00 a 10:00	Pablo Serrano	Pádel 7	INI
	10:00 a 11:00	Pablo Serrano	Pádel 7	INI
	11:00 a 12:00	Pablo Serrano	Pádel 7	2-3
	17:00 a 18:00	Ángel Lavesiera	Pádel 9	3
	18:00 a 19:00	Ángel Lavesiera	Pádel 10	INI-2
	19:00 a 20:00	Angel Lavesiera	Pádel 9	3-4
	20:00 a 21:00	Angel Lavesiera	Pádel 9	INI-2

horarios

pádel

Horarios				
Días	Hora	Monitor	Pista	Nivel
X	9:30 a 11:00	Pablo Serrano	Pádel 7	2
	11:00 a 12:30	Pablo Serrano	Pádel 9	2
	15:30 a 16:30	Pablo Serrano	Pádel 7	3
	18:30 a 19:30	Jesús Soria	Pádel 8	2
	18:30 a 19:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	INI a 2
	18:30 a 19:30	David Montalvo	Pádel 7	INI
	19:30 a 20:30	Ángel Lavesiera	Pádel 9	2 a 3
	19:30 a 20:30	Jesús Soria	Pádel 8	2 a 3
	19:30 a 20:30	David Montalvo	Pádel 7	2
	20:30 a 21:30	Jesús Soria	Pádel 8	3 a 4
20:30 a 21:30	David Montalvo	Pádel 7	2	
V	17:00 a 18:30	Angel Lavesiera	Pádel 8	3 a 4
	17:30 a 18:30	Pablo Serrano	Pádel 7	INI a 2 NIÑOS
	18:30 a 20:00	Pablo Serrano	Pádel 7	2
	18:30 a 20:00	Angel Lavesiera	Pádel 8	3

deportes de raqueta

badminton

lunes, lunes-miércoles, martes, martes-miércoles. Pabellón



Es un deporte de raqueta en el que se enfrentan dos jugadores o dos parejas. Éstos se sitúan en las mitades opuestas de una pista rectangular dividida por una red. La práctica se lleva a cabo en el pabellón polideportivo de la UAH, situado en el campus externo.

INICIACIÓN

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	17:00 a 18:00	Pabellón	Javier	60 / 90 €

MEDIO

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L - X	18:00 a 19:00	Pabellón	Javier	70 / 100 €

AVANZADO

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M	19:00 a 20:45	Pabellón	Sofía	60 / 90 €
X	17:00 a 19:00	Pabellón	Sofía	70 / 100 €
M - X	3 h 45' / sem	Pabellón	Sofía	120 / 180 €

PERFECCIONAMIENTO

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
L	19:00 a 20:45	Pabellón	Javier	60 / 90 €
X	19:00 a 20:45	Pabellón	Javier	60 / 90 €
L - X	3 h 30' / sem	Pabellón	Javier	110 / 180 €



Este tipo de salidas están dirigidas a todas aquellas personas que quieran disfrutar de **largas marchas en la naturaleza** y que resistan sin dificultad caminar durante horas.

La participación en estas rutas requiere seguir una serie de normas:

- Es imprescindible el uso de botas de trekking, así como llevar agua, un impermeable ligero y ropa de montaña.
- Es aconsejable llevar ropa y zapatillas cómodas para cambiarlas una vez acabada la ruta.
- El precio no incluye el seguro, se da por supuesto que todos los participantes tienen su seguro en regla (seguro escolar, seguridad social, etc.). Existe la posibilidad de hacer un seguro individualizado previa petición.

Para las salidas de un día la inscripción se realizará desde el lunes y hasta el jueves a las 14:00 h de la misma semana de la excursión rellenando el formulario habilitado para cada salida que se irá publicando en el calendario de la salida correspondiente. Para las salidas de más de 1 día la inscripción se realizará con suficiente antelación para reservar el alojamiento.

El **Servicio de Deportes** se pondrá en contacto contigo después para confirmar la disponibilidad de plaza. Solo entonces se podrá proceder al pago bien por transferencia a la cuenta **ES53 0049 6692 81 2216305631** y a enviar el justificante de pago a **servicio.deportes@uah.es**, o con tarjeta bancaria en el control de instalaciones deportivas.

¡NO REALIZAR ninguna transferencia sin tener confirmación de plaza!
Sólo se podrá proceder al pago si el Servicio de Deportes de la UAH ha confirmado su plaza.

N.º	Fecha	Lugar	Dificultad	Km	Desnivel	Mapa
1	11/01/25	<u>PINARES DE SIGÜENZA</u> [Circular Sigüenza-Guijosa-Barbatona-Sigüenza]	Media	23	450 450	Mapa
2	25/01/25	<u>LAS SERRANÍAS</u> [Circular Pontón de la Oliva-Río Lozoya-Senda de los Cipreses-Alpedrete de la Sierra-Cárcabas-Pontón de la Oliva]	Media	22	400 400	Mapa
3	08/02/25	<u>SOLANILLOS Y VIRGEN DE MONTESINOS</u> [de La Dehesa de Solanillos a Cobeta]	Media	21	400 250	Mapa
4	22/02/25	<u>RÍO SONSAZ</u> [Circular en Valverde de los Arroyos]	Alta	20	600 600	Mapa
5	08/03/25	<u>CAÑÓN DEL TAJUÑA</u> [de Anguita a Maranchón]	Media-baja	20	250 150	Mapa
6	22/03/25	<u>RÍO JARAMA Y BAÑADEROS</u> [La Hiruela Circular]	Media	17	650 570	Mapa
7	05/04/25	<u>LA ALCARRIA</u> [Circular Chillarón del Rey-Alique-Cereceda-Mantiel-Chillarón del Rey]	Media-alta	23	600 600	Mapa
8	26/04/25	<u>EL LOBO Y EL CERRÓN</u> [de La Pinilla a El Cardoso de la Sierra]	Alta	17	1000 1200	Mapa
9	10/05/25	<u>CASCADA DEL CAÑAMAR</u> [Circular en Peñalba de la Sierra]	Media	13	500 500	Mapa
10	24/05/25	<u>PICO ALMIRUETE</u> [de Tamajón a Valverde de los Arroyos]	Alta	20	800 700	Mapa

actividades deportivas colegios e institutos

MAYO Y JUNIO. Colegios e institutos con grupos de alumnos desde 5.º de primaria hasta 4.º de la E.S.O.

Instalaciones deportivas de la UAH



A lo largo del curso escolar ofrecemos en nuestras instalaciones programas deportivos con monitores para desarrollar **actividades extraescolares** para alumnos de colegios e institutos.

Actividades impartidas por licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Monitores Deportivos titulados y alumnos TAFAD en prácticas.

PROGRAMAS:

1) COMBINADO: 3 actividades entre:

Escalada, Pádel, Orientación y/o Campo de Deportes de playa sin monitor (vóley, fútbol y balonmano).

2) COMBINADO: 4 actividades entre:

Escalada, Pádel, Orientación y/o Campo de Deportes de playa sin monitor (vóley, fútbol y balonmano).

Precios orientativos: de 8 a 12 € por niño.

Para contratar estos servicios y consultas contacta con nosotros en los teléfonos: 91 885 48 82 /48 53

estudiantes

competiciones externas



campeonatos universitarios Madrid



campeonatos universitarios España



selecciones deportivas UAH

competiciones internas



deportes individuales



deportes colectivos

otros programas



deportes



reconocimiento de créditos

competiciones externas

campeonatos universitarios de Madrid

universidades madrileñas públicas y privadas



El Servicio de Deportes se ocupa de realizar la selección de aquellos que van a participar en estos campeonatos en el caso de los deportes individuales; en el caso de los deportes de equipo son los entrenadores los encargados de realizar las pruebas para acceder a los diferentes equipos en septiembre-octubre.

Las selecciones universitarias de la Universidad de Alcalá son:

fútbol sala masculino

baloncesto masculino y femenino

voleibol masculino y femenino

balonmano masculino y femenino

Circuito Universitario de Cross de Madrid 2024/25

Circuito Universitario de Vóley playa de Madrid 2024/25

Por representar a la UAH, durante todo el curso lectivo, en estas competiciones interuniversitarias se otorgan Créditos de Libre Elección o ECTS.

Dentro de las competiciones universitarias de Madrid la Universidad de Alcalá, se encarga de organizar en sus instalaciones el campeonato universitario de Kárate de Madrid y una de las pruebas del circuito de cross, voley playa y padel.

[Pasos para realizar la inscripción >>](#)

competiciones externas

campeonatos universitarios de España

universidades españolas.



En estos campeonatos los mejores deportistas de la Universidad de Alcalá se enfrentan a los mejores de otras universidades españolas. Las sedes de estos campeonatos varían cada año, de modo que a la práctica deportiva se suma el incentivo de un viaje divertido.

Se participa tanto en deportes individuales como en deportes en equipo, previo paso por las fases interzonales en el caso de estos últimos.

DEPORTES INDIVIDUALES

AJEDREZ	ATLETISMO	BÁDMINTON
CAMPO A TRAVÉS	ESCALADA	ESGRIMA
GOLF	HALTEROFILIA	HÍPICA
JUDO	KÁRATE	LUCHA
NATACIÓN	ORIENTACIÓN	PÁDEL
TAEKWONDO	TENIS	TENIS DE MESA
TIRO CON ARCO	TIRO OLÍMPICO	TRIATLÓN
	VELA	

DEPORTES COLECTIVOS

BALONCESTO	BALONCESTO 3X3
BALONMANO	FÚTBOL 11
FÚTBOL SALA	RUGBY 7
VOLEIBOL	VOLEY PLAYA

[Criterios de selección para los campeonatos de España universitarios >>](#)



La **Universidad de Alcalá** y por extensión su **Servicio de Deportes**, persiguen como finalidad la de contribuir a la formación general e integral de los universitarios, fomentando la práctica deportiva y generando hábitos de vida saludables así como la representación e identificación con la UAH en las diferentes competiciones deportivos de carácter interno y regional en las que participamos.

HORARIOS DE ENTRENAMIENTO SELECCIONES UAH

Deporte	Horario			Entrenador	Instalación
Baloncesto	M	X-V	21:00 a 22:30	Pedro Pablo López Beltrán	Pabellón UAH
	F	M-J	21:00 a 22:30		
Balonmano	M	M-J	16:00 a 17:30	Pedro García Olivares	Pabellón UAH
	F	M-J	17:30 a 19:00		
Fútbol sala	M	L	21:00 a 22:30	Miguel Ángel Jiménez Medina	Pabellón UAH
		J	19:30 a 21:00		
Voley	M	X	18:00 a 19:30	Alejandro San Martín Rodríguez	Pabellón UAH
	F	L	18:00 a 19:30		
		X	16:30 a 18:00		

competiciones internas

deportes individuales

torneos de deportes individuales



Los torneos de deportes individuales normalmente se celebran durante uno o días, EXCEPTO en el caso de tenis y pádel a lo largo de cada cuatrimestre.

Son torneos en los que únicamente pueden jugar miembros de la comunidad universitaria de la UAH.

Competiciones internas 2024/25	
LIGA	PRIMER CUATRIMESTRE: Inscripción hasta el viernes 20 de octubre 2024
COPA	SEGUNDO CUATRIMESTRE: Pendiente

Convocadas

DEPORTE	CAMPEONATO DE INVIERNO	CALENDARIO Y RESULTADOS
TENIS	Fase de grupos antes del 22/12/2024 Semifinal 9-12/01/2025 Final 20-26/01/2025	Resultados liga interna de invierno
PÁDEL	Fase de grupos antes del 8/12/2024 Semifinal 9-15/12/2024 Final 16-22/12/2024	Resultados liga interna de invierno

[Pasos para realizar la inscripción >>](#)

✉ servicio.deportes@uah.es | ☎ 91 885 48 53

competiciones internas

deportes colectivos

torneos de deportes colectivos



Los partidos se celebrarán a lo largo de todo el cuatrimestre, en fechas y horas prefijadas en un calendario entregado al inicio de la competición y adaptado al horario que se ha solicitado..

	LIGA CAMPEONATO DE INVIERNO	COPA CAMPEONATO DE PRIMAVERA
BALONCESTO	INSCRIPCIÓN: 1 AL 15 DE OCTUBRE	INSCRIPCIÓN: 1 AL 15 DE FEBRERO
FÚTBOL SALA	COMPETICIÓN: 15 DE OCTUBRE AL 15 DE DICIEMBRE	COMPETICIÓN: 15 DE FEBRERO AL 30 DE ABRIL
VOLEIBOL		

[inscripción >>](#)

[Calendario y resultados >>](#)



Universidad
de Alcalá

DEPORTES

Oficina:

servicio.deportes@uah.es

91 885 48 53

Control de Instalaciones deportivas:

91 885 48 54

Pabellón Rector Gala:

pabellon.gala@uah.es

91 885 47 93

Pabellón deportivo:

91 885 48 50

RRSS

#UAH y @Deportes_UAH



Avenida Punto Es, SN

Campus Universitario Ctra. Madrid- Barcelona, km.33.600

28805 Alcalá de Henares (Madrid)

Inicio >>