



Universidad  
de Alcalá

servicio de  
deportes

junio  
2026

destacados del mes

Oferta deportiva 25-26

Estudiantes UAH



[deportes.uah.es](http://deportes.uah.es)



SERVICIO DE DEPORTES  
Campus Universitario  
Ctra. Madrid- Barcelona, km.33.600  
Alcalá de Henares (Madrid) 28807  
[servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es)  
91 885 48 53

 Universidad  
de Alcalá

Servicio  
de Deportes  
UAH

RRSS #UAH



## Gala de premiación de los deportistas UAH

Lunes, 1 de junio, 12:30 h - Pabellón Rector Gala

Reconocimiento a los deportistas que han representado a la Universidad en los Campeonatos de Madrid y de España Universitarios y a los ganadores de las diferentes competiciones de la liga interna. *¡Enhorabuena!*

## Pádel UAH en verano



### VI Torneo de Pádel UAH

Del 23 de mayo al 21 de junio

### Maratón de Pádel UAH

26 de junio - 19:30 h

Inscripciones a partir del 5 de junio

Con actividades gratuitas para niños, niñas y jóvenes de 6 a 16 años.

### Intensivos de Pádel UAH

Inicio 29 de junio. Plazas limitadas.

Consulta el calendario de inscripciones [aquí](#).

## Campamento multideporte



Vuelve el campamento más divertido, diseñado para ofrecer a niños, niñas y jóvenes de entre 8 a 16 años una alternativa de ocio saludable.

**Pádel, tenis, deportes de playa, escalada en rocódromo... entre otras.**

**Inicio 22 de junio**





Universidad  
de Alcalá

# VI TORNEO DE PÁDEL

**SERVICIO DE DEPORTES UAH**



**DEL 23 DE MAYO AL 20/21 DE JUNIO**

**Inicio:** Pendiente de confirmar

**Categoría:** Libre / Masculino (Medio C, Avanzado B y Competición A) y Femenino (Medio y Avanzado)

**Inscripciones:**

Femenino (Medio y Avanzado) y Libre / Masculino Medio(C) ----> **13/5 al 21/5**

Libre / Masculino Avanzado B -----> **20/5 al 27/5**

Libre / Masculino Competición A -----> **27/5 al 03/6**

**¿Cómo Inscribirse?**



**Formato**

**1ª FASE (3 PARTIDOS COMPLETOS PUNTO DE ORO)**

- Femenino Medio y Avanzado y Masculino Medio C ---> **23/5 al 1/6**
- Libre / Masculino Avanzado B ---> **30/5 al 8/6**
- Libre / Masculino Competición A ---> **6/6 al 15/6**

**2ª FASE O RONDAS FINALES**

Todas las categorías ---> **02/6 al 20-21/6**

**45€/pareja**

(Incluye camiseta  
ó ticket BBQ • 1  
Bebida)

**Día de las finales**

- Trofeos y regalos (para finalistas)
- BBQ
- Sorteos

**Más información**



deportes.uah.es



91 885 4853



servicio.deportes@uah.es



@deportes\_uah

**Organiza:**



Universidad  
de Alcalá

Servicio  
de Deportes  
UAH





Universidad de Alcalá  
Servicio de Deportes

# MARATÓN PÁDEL UAH

1ª FASE GRUPOS

- DE 19:00H EN ADELANTE

2ª FASE ELIMINATORIA

- A PARTIR DE LAS 22:30H

## ANIMA A ESPAÑA



ESPAÑA VS URUGAY  
02:00H

3º tiempo



ESPAÑA VS URUGUAY

EN PANTALLA  
GIGANTE DESDE  
LAS 02:00H



## ACTIVIDADES

## GRATUITAS

NIÑOS DE 6 A 16 AÑOS

DE 19:30 A 21:00 H

DEPORTES PLAYA

ESCALADA | ...



# 26

## JUNIO

### 3 CATEGORIAS LIBRES

[ORO | PLATA | BRONCE]

### 1 CATEGORIA FEMENINA

(SI HAY MÁS DE 8 PAREJAS FEMENINAS SE INTENTARIA  
HACER MÁS DE UN NIVEL)

## 40 € / PAREJA

MIN 5 PARTIDOS | BBQ + 1 CONSUMICIÓN

BBQ A PARTIR DE LAS 21:00H.

SORTEOS DURANTE LA ENTREGA DE PREMIOS

## INSCRIBETE DESDE EL 5 DE JUNIO

## ESCANEANDO EL CÓDIGO QR



## PLAZAS LIMITADAS

Más info: [servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es) | 91 885 48 53



# CURSO INTENSIVO PÁDEL

VERANO 2026

INSCRIPCIÓN POR SEMANAS 1 h / Lunes a jueves		HORARIOS DISPONIBLES POR CADA SEMANA	
1ª SEMANA	29 JUN - 2 JUL	09:00 - 10:00	19:30 - 20:30
2ª SEMANA	6 - 9 JUL	10:00- 11:00	20:30 - 21:30
3ª SEMANA	13 - 16 JUL		21:30 - 22:30

NIVELES	DEBUTANTE	Primera toma de contacto con el pádel
	INICIACIÓN	Ha recibido clases y juega algo por su cuenta
	MEDIO	Controla la mayoría de los golpes y tiene contacto de partidos
	AVANZADO	Perfeccionamiento y tecnificación

## PERIODO DE INSCRIPCIÓN

**30€/SEMANA**

UNIVERSITARIOS  
ALUMNOS ESCUELAS 2024/25

1 al 11 de junio de 2026  
\*HASTA CUBRIR PLAZAS

TUI Usuario deportes  
Alumni

11 al 17 de junio de 2026  
\*HASTA CUBRIR PLAZAS

Sin relación UAH

Desde 18 de junio de 2026  
\*HASTA CUBRIR PLAZAS



## Más información



# CAMPAMENTO MULTIDEPORTE UAH

## de 8 a 16 años



El verano es la mejor ocasión para ofrecer a cada niño/a o joven una alternativa de ocio deportivo saludable, mediante la práctica de una oferta deportiva variada, basada en la diversión.

### Objetivos:

- Colaborar en el desarrollo integral en la etapa de la niñez y la juventud.
- Desarrollar su autonomía individual, mejorando su iniciativa y auto confianza.
- Introducir la técnica y práctica del tenis, pádel, diversos deportes de playa y escalada en rocódromo.
- Mejorar la condición física, activando un desarrollo equilibrado.
- Participaren actividades grupales, potenciando la tolerancia y el comportamiento responsable y solidario.
- Pasar un rato agradable y divertido conociendo gente nueva.

**TENIS**

**PÁDEL**

**ESCALADA EN ROCÓDROMO**

**JUEGOS POPULARES Y ALTERNATIVOS**

**ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA**

**DEPORTES DE PLAYA**

**PRIMER TURNO: 22-26/06**

**SEGUNDO TURNO: 29/06-3/07**

**TERCER TURNO: 6-10/07**

**CUARTO TURNO: 13-17/07**

**QUINTO TURNO: 20-24/07**

**SEPTIEMBRE: 31/08 - 4/09**

**\*si sale cupo mínimo de niños.**

**de 8:15 a 14:45 h**

# oferta deportiva

servicio de deportes-UAH

# 2025 26

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 23 de diciembre

2.º Trimestre: del 8 de enero al 31 de marzo

3.º Trimestre: del 1 de abril al 20 de junio

## 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 arbitros

### 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  
formularios

### 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](mailto:servicio.deportes@uah.es)  
☎ 91 885 48 53

#### Control de Instalaciones

deportivas  
☎ 91 885 48 54

#### Pabellón Rector Gala

✉ [pabellon.gala@uah.es](mailto:pabellon.gala@uah.es)  
☎ 91 885 47 93

#### Pabellón deportivo

☎ 91 885 48 50

# GAPUA

## Listado de reserva telefónica

Las instalaciones deportivas de la Universidad de Alcalá están constituidas por todos los edificios y espacios destinados a la práctica de las actividades físico-deportivas en el Campus Universitario, así como por los bienes/muebles incorporados en cualquiera de ellos.

**GAPUA** es un número personal que que posibilita la reserva telefónica de instalaciones (pistas tenis y pádel) llamando directamente a Control de Instalaciones Deportivas **91 885 48 54** o escribiendo WhatsApp **644 039 747**.

La persona que quiera pertenecer a este listado deberá abonar 5€, a modo de tramitación del alta, y adjuntar el justificante de pago.

\*Quedan exentos del abono de 5 € PAS y PDI.



### NORMATIVA

Requisito imprescindible, ser miembro de la Comunidad Universitaria (PTGAS, PDI, estudiantes) o Usuario de Deportes en vigor para el curso académico correspondiente.

**Solicitud de alta en el listado de reserva telefónico GAPUA**



## act. dep. saludables



**pilates suelo**



**pilates aéreo**



**yoga | taichi**

## artes marciales



**Kenjutsu | aikido**



**defensa personal**

## entrenamiento



**entrenamiento funcional**



**bungee air fit**



**strong by zumba + jump TRX**



**zumba**



**running**



**voleibol**



**fútbol sala femenino**

## deportes raqueta

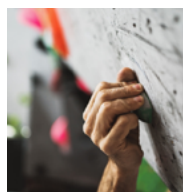


**escuela de pádel**



**badminton**

## escuelas de exterior



**escalada**



**programas combinados colegios e institutos**



**campamento multideporte**

## INSCRIPCIONES

**servicio de deportes UAH**

✉ [servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es) | ☎ 91 885 48 53

<< 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
<b>L - X</b>	<b>MED</b>	11:00 a 12:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	18:00 a 19:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	19:00 a 20:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
<b>M - J</b>	<b>MED</b>	11:00 a 12:00	sala 1	Begoña	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	14:30 a 15:30	Gala 5	Almudena	75 / 105 €
	<b>MED</b>	15:30 a 16:30	Gala 5	Almudena	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	17:30 a 18:30	Gala 5	Begoña	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	18:30 a 19:30	Gala 5	Begoña	75 / 105 €
	<b>MED-ALT</b>	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
<b>L - X</b>	<b>MED-ALT</b>	20:00 a 21:00	sala 1	Begoña	90 / 120 €
<b>M - J</b>	<b>INI</b>	15:30 a 16:30	sala 1	Begoña	90 / 120 €
		16:30 a 17:30	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	INI	16:45 a 18:15	Gala 3	Cristina	90 / 120 €
	AVANZ	18:15 a 19:45	Gala 3	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
X	8:15 a 9:45	sala 1	Javier	75 / 105 €

# 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 €

# 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 €

# entrenamiento

## 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	MED	17:15 a 18:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €
L - X	AVANZ	18:15 a 19:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €
L - X	INI	19:15 a 20:15	Gala 5	Almudena	90 / 120 €
M-J	INI	16:30 a 17:30	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	20:15 a 21:15	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

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	15:30 a 17:00	Pabellón	Alejandro	50 €
X	15:30 a 17:00	Pabellón	Alejandro	50 €
L-X	15:30 a 17:00	Pabellón	Alejandro	90 €

## fútbol sala femenino

martes. Pabellón



**El Equipo  
de fútbol  
sala  
Femenino  
UAH  
comienza su  
andadura**

El fútbol sala es un juego vibrante donde la rapidez de los reflejos y la creatividad en cada pase hacen la diferencia. Su dinámica en espacios reducidos lo convierte en un deporte emocionante, ideal para quienes disfrutan del ritmo acelerado y la estrategia constante.

Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
<b>M</b>	19:30 a 21:00	Pabellón	Miguel Ángel	50 €

# 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 h 30' / semana: cursillo 10 clases	105 €	140 €
Pádel 1 h / semana: cursillo 10 clases	70 €	90 €

# 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.

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
L	17:00 a 19:00	Pabellón	Javier	70 / 100 €
X	17:00 a 19:00	Pabellón	Javier	70 / 100 €
L-X	4 h / sem	Pabellón	Javier	140 / 200 €

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	120 / 180 €



Se realiza en el Rocódromo. Esta instalación consta de una estructura de 12 metros de altura, con 300 metros cuadrados que posibilitan la fijación de más de 1000 agarres o presas y que permite realizar la actividad a un número superior de 40 personas de forma simultánea.

Horarios y precios				
Días	Hora	Lugar	Monitor/a	TUI-UAH/ Sin relación
M-J	17:00 a 19:00	Rocódromo	Samuel	120 € / 180 €
M-J	19:00 a 20:30	Rocódromo	Samuel	120 € / 180 €
M-J	20:30 a 22:00	Rocódromo	Samuel	120 € / 180 €

### USO LIBRE

L,X,V	8:30 a 13:30 y de 13:30 a 21:00	16 personas máximo
S,D, FEST.	9:00 a 19:00	16 personas máximo

Reglamento  
Normativa

Personas sin "Tarjeta de Escalada" de uso libre | deberán solicitar cita previa para realizar la prueba de conocimientos y obtener el carné acreditativo, escribiendo un correo electrónico a: [tecnicoescaladauah@gmail.com](mailto:tecnicoescaladauah@gmail.com)

inscripciones >>

<< índice

otras

## campamento multideporte UAH

de 8 a 16 años, junio-julio y primera semana de septiembre.  
Instalaciones deportivas de la UAH



El verano es la mejor ocasión para ofrecer a los/las niños/as y jóvenes una alternativa de ocio deportivo variado y divertido como la que constituye este CAMPAMENTO MULTIDEPORTE 2025.

**Habilidad, coordinación, resistencia, agilidad...** Todas son cualidades físicas para desarrollar junto con el aprendizaje e iniciación de nuevas técnicas deportivas divertidas, **PÁDEL, TENIS, DEPORTES DE PLAYA Y ESCALADA EN ROCÓDROMO...** Con muchos amigos y mucha diversión... ¡No te lo puedes perder!

### Objetivos:

- Colaborar en el desarrollo integral del joven.
- Desarrollar su autonomía individual, mejorando su iniciativa y auto confianza.
- Introducir la técnica y práctica del tenis, pádel, diversos deportes de playa y escalada en rocódromo.
- Mejorar la condición física, activando un desarrollo equilibrado.
- Participar en actividades grupales, potenciando la tolerancia y el comportamiento responsable y solidario.
- Pasar un rato agradable y divertido.

Profesores licenciados en Educación Física y monitores deportivos titulados.

información fechas y horarios verano 2026

## programas combinados colegios e institutos

### DURANTE EL CURSO ESCOLAR

Colegios e institutos con grupos de alumnos desde 5.º de Primaria hasta Bachillerato.

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.

Un programa **actividades deportivas alternativas actuales y novedosas**, en las instalaciones deportivas de la UAH muy diferentes a las habituales y menos convencionales para poder practicar:

Escalada en rocódromo

Pádel

Deportes de playa (Voley, Fútbol y Balonmano),

Orientación

Zumba (1 h al final).

### OBJETIVOS:

- Conocer y realizar actividades físico-deportivas diferentes a las convencionales, utilizando las instalaciones deportivas de la Universidad de Alcalá.
- Fomentar la práctica de actividades físico-deportivas como forma de ocupar su tiempo libre. Introducir a los estudiantes en la técnica y práctica de las diferentes modalidades deportivas que se van a practicar.
- Participar en actividades grupales, potenciando la tolerancia y el comportamiento responsable y solidario.

## programas combinados colegios e institutos

### TIPOS DE ACTIVIDADES COMBINADAS

**Opción A** - 3 horas. Elegir 2 actividades [Deportes playa | pádel | orientación] + escalada 3 h de actividad con un monitor por cada una.

**Opción B** - 4 horas. Elegir 2 actividades [deportes playa | pádel | orientación] + escalada + zumba. 3 h de actividad con un monitor cada una + 1 h todo el grupo a la vez.

**Opción C** - 4 horas. Escalada + deportes playa + pádel + orientación. 4 h de actividad con un monitor cada una.

**OPCIÓN DISEÑO PERSONALIZADO** Se puede configurar la actividad bajo demanda en cuanto a actividades y tiempo de actividad

TIPO	ACTIVIDADES	PRECIO / ALUMNO		
		35-40 ALUMNOS	40-47 ALUMNOS	49-55 ALUMNOS
OPCIÓN A 3 HORAS	ELEGIR 2 ACTIVIDADES [DEPORTES PLAYA   PÁDEL   ORIENTACIÓN] + ESCALADA 3H DE ACTIVIDAD CON MONITOR POR CADA UNA	8€		
OPCIÓN B 4 HORAS	ELEGIR 2 ACTIVIDADES [DEPORTES PLAYA   PÁDEL   ORIENTACIÓN] + ESCALADA + ZUMBA 3H DE ACTIVIDAD CON MONITOR POR CADA UNA + 1H TODO EL GRUPO A LA VEZ	8€ SIN MONITOR PLAYA 9€ CON MONITOR	8€	
OPCIÓN C 4 HORAS	ESCALADA + DEPORTES PLAYA + PÁDEL + ORIENTACIÓN 4H DE ACTIVIDAD CON MONITOR POR CADA UNA	8,5€ SIN MONITOR PLAYA 9€ CON MONITOR		
DISEÑO PERSONALIZADO	SE PUEDE CONFIGURAR BAJO DEMANDA EN CUANTO A ACTIVIDADES Y TIEMPO DE ACTIVIDAD.	SOLICITAR VALORACIÓN PRESUPUESTO		

Para solicitar este servicio, será necesario enviar el formulario relleno a [servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es) para solicitar presupuesto y disponibilidad de fechas.

PROGRAMA COMBINADO COLEGIOS E INSTITUTOS

INFORMACIÓN, FORMAS DE PAGO Y RESERVAS

# 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 2025/26**

**Circuito Universitario de Vóley playa de Madrid 2025/26**

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.



### INFORMACIÓN

# 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



## INFORMACIÓN

✉ [servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es) | ☎ 91 885 48 53



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 deportivas 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	David Martínez	Pabellón UAH
		L	18:00 a 19:30		
	F	X	16:30 a 18:00		

## 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.

	CORTA DURACIÓN	LARGA DURACIÓN
LIGA DE INVIERNO	1 DÍA	SE DESARROLLA DURANTE EL PRIMER CUATRIMESTRE [OCTUBRE-ENERO]
COPA PRIMAVERA	1 DÍA	SE DESARROLLA DURANTE EL SEGUNDO CUATRIMESTRE [FEBRERO-MAYO]

Las competiciones se realizan en los siguientes deportes individuales:

Bádminton

Escalada

Golf

Pádel

Tenis de mesa

Tenis

Voley playa



## INFORMACIÓN

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

# competiciones internas

## deportes colectivos

### torneos de deportes colectivos



A lo largo del curso académico, el **Servicio de Deportes UAH**, organiza y gestiona competiciones internas entre los miembros de la comunidad universitaria promoviendo las relaciones sociales entre los participantes, cuyo objetivo principal es la promoción y fomento de la práctica deportiva.

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.

Las competiciones se realizan en los siguientes deportes colectivos:

Baloneso 3X3

Baloncesto

Fútbol 7

Fútbol sala

Voleibol



## INFORMACIÓN



**Universidad  
de Alcalá**

Servicio  
de Deportes  
UAH

Oficina:

[servicio.deportes@uah.es](mailto:servicio.deportes@uah.es)

91 885 48 53

Control de Instalaciones deportivas:

91 885 48 54

Pabellón Rector Gala:

[pabellon.gala@uah.es](mailto: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 >>**