



## *Benvidas e benvidos a mUVers*

A Universidade de Vigo ofrece unha ampla oferta físico-deportiva nos tres campus. Velaquí unha gran selección de actividades e instalacións.

## *Unha persoa mUVer é unha persoa activa!*

Unha persoa mUVer é activa, fai deporte, vai de viaxe, ten hábitos saudables, gústalle a aventura, é competitiva, sabe traballar en equipo e busca a felicidade no día a día. E ti? Queres ser mUVer?

## *Redes sociais*

Síguenos no Instagram (@muversuvigo) e X (@muversuvigo) para mantérestes ao día das novidades da comunidade mUVer! Toda a información que precisas sobre deporte e benestar está dispoñible no Campus Activo.

## *Plataforma de rexistro*

Visita a páxina web Campus Activo para rexistrárestes e obteres máis información sobre as novidades deportivas da UVigo.



# MUVERS

*Área de Benestar,  
Saúde e Deporte*

Campus de Vigo







## Os teus beneficios como parte da comunidade universitaria

Como es membro da comunidade da UVigo, pertences ao grupo A, que implica:

- ACCESO A VESTIARIOS E ARMARIOS INDIVIDUAIS
- ACCESO A INSTALACIÓNS DEPORTIVAS

- Pistas de atletismo
- Pavillón deportivo
- Campos de fútbol e de rugby
- Pista de tenis
- Salas multiusos
- Pistas multiusos

Actividades ofertadas	Instalacións deportivas
Natación	Pistas de tenis
Adestramento personalizado	Muro de escalada
Carreiras populares	Pistas de atletismo
Ligas e competicións	Sala de cardio-fitness
Equipos federados	Tenis de mesa
Escolas deportivas	Salas multiusos
Clases de fitness	Pistas multiusos
Actividades de ocio	Campos de fútbol
Augaventura	Pistas para correr
Orientación	Piscina con sauna e jacuzzi
<i>Geocaching</i>	
Viaxes á neve	
<i>...e moito máis!</i>	

## Faite co abono mUVer para aumentares as túas vantaxes

O abono mUVer dáche acceso á sala de cardio-fitness, ás clases grupais, a unha valoración antropométrica... E, ademais, tes descontos nas escolas deportivas e nas actividades na natureza. Podes probar de balde e sen compromiso ningún durante tres períodos quincenais: na Semana Europea do Deporte (setembro), ao comezo do segundo cuatrimestre e despois do período de exames (maio). Poderás atopar as datas e máis detalles na nosa páxina web Campus Activo.

### - Actividades grupais

- Core
- HIIT
- Adestramento funcional
- *Cross training*
- Ioga
- *Jiu Jitsu*

### - Escolas deportivas

- Bádminton, rugby e tenis de mesa

### - Prezo

- Cuatrimestre: (do 1 de setembro ao 15 de xaneiro, ou do 16 de xaneiro ao 31 de maio): 42 €
- Ano académico: 73,5 €

## Actividades na natureza

Velaquí algunhas das moitas actividades dispoñibles:

### - Actividades acuáticas

- Surf
- Balsismo (*rafting*)
- Caiac
- *Windsurf*

### - Outras actividades

- Rutas culturais
- Orientación

## Competicións universitarias

Tes a oportunidade de participar en varias competicións deportivas non só no nivel local, senón tamén no nivel interuniversitario. O prezo é de 30 € por equipo.

### - COMPETICIÓNS INTERNAS

- Ligas universitarias: calquera membro da comunidade universitaria pode organizar equipos para competir durante o ano académico en distintos deportes: baloncesto mixto, balonmán mixto, fútbol masculino e feminino, fútbol 7 mixto, rugby mixto e voleibol mixto.
- Campionatos individuais: tamén podes participar de xeito individual en campionatos de tenis, tenis de mesa e pádel.

### - CAMPIONATOS UNIVERSITARIOS DE GALICIA E ESPAÑA:

Poden clasificarse as persoas que formen parte de equipos universitarios de baloncesto, balonmán, fútbol, fútbol sala, voleibol e rugby 7. De xeito individual, tamén é posible participar en atletismo, orientación, natación, bádminton, esgrima, loita libre olímpica...

### - CAMPIONATOS INTERNACIONAIS:

A Universidade de Vigo participa nos Xogos Galaico-Durienses, nos Campionatos Universitarios Europeos (EUC) e nos Campionatos Universitarios Mundiais (WUC).

## Equipos universitarios

A comunidade universitaria pode formar parte de equipos deportivos grazas a varias colaboracións con clubs deportivos e proxectos propios da universidade. En Vigo hai tres modalidades: rugby, orientación e tenis.

## Entidades colaboradoras

A Universidade dispón de colaboracións con centros deportivos, clubs e centros de fisioterapia con prezos reducidos e ofertas especiais para os membros da comunidade universitaria.

