

Yoga Iyengar 2018-2019

El yoga Iyengar se plasma en la práctica de Aasanas, pranayama, meditación, estiramientos, respiración y relajación, cultivando así nuestra autodisciplina física y mental, fortaleciendo y flexibilizando nuestro cuerpo y nuestra mente.

Clases dinámicas, con exclusión de todo tipo de problemas y/o dolencias físicas.



Instalación y edad de impartición

Instalación

Yoga Estudio (c/Callejón de Pavaneras nº3 Bajo, junto a Plaza Isabel La Católica).

- www.yogaestudiogranada.com

Edad de participación

Mayores de 18 años.

Periodos de impartición, inscripción, horario, plazas y precios

Periodos de impartición

PERIODO	FECHAS
PRIMERO	Del 04 de octubre al 21 de diciembre de 2018. (No se impartirá clase el 7 de diciembre 2018)
SEGUNDO	Del 08 de enero al 22 de marzo de 2019.
TERCERO	Del 27 de marzo al 14 de junio de 2019. (No se impartirán clases del 15 al 21 de abril de 2019, ambos incluidos).

Periodos de inscripción

Abierto solo a miembros de la comunidad universitaria.

PERIODO	COMUNIDAD UNIVERSITARIA	
PRIMERO	Del 20 de septiembre al 22 de octubre de 2018.	
SEGUNDO	Renovación: del 04 de diciembre de 2018 al 18 de enero 2019. Nuevas: Del 11 de diciembre 2018 al 18 de enero de 2019.	
TERCERO	Renovación: del 01 de marzo al 12 de abril de 2019. Nuevas: Del 07 de marzo al 12 de abril de 2019.	

Horarios y plazas para el tercer periodo

La duración de las clases será de 1 hora y 30 minutos (90 minutos).

- Días: Martes y Jueves.
- **Horario:** 08:30 -10:00 (máximo 22 plazas).
- **Horario:** 16:15 -17:45 (máximo 22 plazas).

- **Días:** Lunes y Sábados.
- **Horario:** 10:00 -11:30 (máximo 15 plazas)

Precio por periodo

- **Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 83,50 €/periodo.**
 - Alumnos UGR con alta deportiva: 75,15 €/periodo.
 - Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (*sólo 3º periodo*): 66,80 €/periodo. **Para beneficiarse del descuento en el 3º periodo, la persona becada tendrá que presentarse, previamente a hacer la matrícula de cualquier curso, en las oficinas administrativas con la credencial y el DNI.**
- **MUY IMPORTANTE:** Si después de matricularse en cualquier actividad, no pudiera realizarla, deberá enviarnos un correo a deportes@ugr.es, solicitando la baja, para poder adjudicar dicha plaza a otro solicitante.

Material indispensable

Toalla para depositar encima de esterillas.

Recomendación

Se recomienda a todos los participantes, la conveniencia de pasar por un reconocimiento médico en caso de padecer algún tipo de dolencia, alergia o enfermedad.

Créditos E.C.T.S.

- Para el presente curso académico, le corresponde a esta actividad el reconocimiento de **1 crédito E.C.T.S. (por periodo)** en función de lo establecido en el siguiente enlace: **Reconocimiento de créditos E.C.T.S. por la participación en actividades dirigidas organizadas por el C.A.D.**