

El Servicio de Deportes, integrado en el Vicerrectorado de Extensión Cultural y Estudiantes, tiene como principal objetivo facilitar y promocionar la actividad deportiva entre todos los miembros de la comunidad universitaria.

**ACTIVIDADES DE OCIO-FORMACIÓN*

Cursos monográficos: yoga, surf, escalada, tenis, ajedrez, etc.

Escuelas deportivas: aeróbic, aeróbic step, aerobox, aerodance, aerotono, aikido, aquagym, body pump (power), body tono, capoeira, natación, musculación, danza del vientre/danza oriental, G.A.P., G.A.P. acuático, G.A.P. tonificación, full contact, judo, kick boxing, padel, squash, taekwondo, tai chi, tenis, gimnasia de mantenimiento...

**ACTIVIDADES DE OCIO-RECREACION*

De ocio: golf, puenting,...

Aguaventura, actividades en el medio acuático: rafting, windsurf, curso de submarinismo, curso de catamarán,...

Rutas culturales: una iniciativa que ofrece la oportunidad de conocer los referentes culturales más importantes de nuestro entorno, en conjunción con la práctica del senderismo y la exploración de la naturaleza.

**ACTIVIDADES DE COMPETICIÓN*

Competiciones internas: Más de 3.500 jugadores/as en más de 200 equipos participan en las ligas universitarias.

- Ligas universitarias: organizadas en distintas disciplinas: baloncesto balonmano, fútbol 7, fútbol sala fútbol 11, voleibol y rugby.
- Campeonatos individuales: tenis, tenis de mesa y ajedrez.

Competiciones interuniversitarias: Las competiciones internas de la Universidad de Vigo tienen su continuidad con la celebración de los Campeonatos Universitarios de Galicia y el Campeonato Gallego de Ligas Universitarias. Los ganadores pasan directamente a disputar los Campeonatos de España Universitarios, en los que la Universidad de Vigo participa también en modalidades deportivas individuales.

Las tres universidades gallegas junto con las tres del norte de Portugal participan también en los Juegos Galaico-Durienses.

Secciones federadas: En deporte federado la Universidad de Vigo está presente con varios equipos en las disciplinas de rugby, ajedrez, tenis, baloncesto, deporte de orientación y gimnasia aeróbica.

**INSTALACIONES DEPORTIVAS*

La Universidad de Vigo cuenta con instalaciones deportivas propias en los tres campus que pueden ser empleadas tanto por los miembros de la comunidad universitaria como por usuarios y colectivos externos.

En el Campus de Vigo contamos con las siguientes instalaciones:

1. Edificio del Servicio de Deportes: Con salas de actividades dirigidas, aula para cursos y sala de ajedrez.
2. Pabellón Polideportivo: Con pistas polideportivas, sala de cardio-fitness, zona de tenis de mesa y rocódromo.
3. Pistas de Tenis Exteriores
4. Pista Polideportivo Exterior
5. Campo de Hierba Natural
6. Campo de Césped Sintético
7. Pista de Atletismo
8. Pista de Footing
9. Además, en el campus de Vigo se puede disfrutar también de las instalaciones deportivas del Complejo Deportivo Universitario (CDU), que tiene abiertas sus puertas a todos los ciudadanos.

10. Piscina: Con piscina climatizada de 25 metros, dos saunas, una bañera de hidromasaje de 6 plazas, una sala de cardio-fitness, una sala de actividades dirigidas.

11. Pista de squash (dos pistas de squash con pavimento de madera).

El campus de Torrecedeira cuenta con una pista polideportiva. Asimismo, los gimnasios privados el área cuentan con tarifas especiales para alumnos de la Universidad de Vigo.

**ÁREA DE DEPORTE Y SALUD*

Dedicada a orientar individualizadamente a cada usuario para ayudarlo a alcanzar sus propios objetivos. El área tiene dos ramas:

Unidad de Medicina Deportiva: con un médico especialista que se encarga de hacer una valoración del estado físico de cada usuario: tensión arterial, espirometría, podoscopia, índice de masa corporal...

Unidad de Actividad Física Personalizada: con tres licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte que diseñan, planifican, desenvuelven y evalúan los Programas de Actividad Física específicos para cada usuario; teniendo en cuenta la valoración médica inicial y los objetivos de cada practicante.

Directorio:

Web oficial: http://www.uvigo.es/uvigo_gl/vida/deportes/

Campus de Vigo:

Edificio del Servicio de Deportes. Campus Universitario (información e inscripciones). Teléfono: 986 81 21 82/81 22 04. Fax: 986 81 40 61. Correo electrónico: deportes@uvigo.es

Pabellón universitario (reserva de instalaciones).

Teléfono: 986 81 40 59. Fax: 986 81 40 61. Correo electrónico: pavillon@uvigo.es.

Teléfono piscina: 986 46 85 31