



DEPORTE Y UNIVERSIDAD

Afianzando vínculos a través del deporte

El Servicio de Educación Física y Deportes organiza el I Torneo de Pádel Alumni-Universidad de Salamanca dirigido a los antiguos alumnos y actuales miembros de la comunidad universitaria

R.D.L. | SALAMANCA

A través del Servicio de Educación Física y Deportes, la Universidad de Salamanca (SEFYD) promueve la realización de actividades deportivas entre la comunidad universitaria con una idea clara: el deporte es salud. Así lo asegura Alberto Rincón, director del SEFYD, que apuesta por la organización de actividades abiertas al mayor número de personas posible.

Este año, de la mano de Alumni, que es la asociación de antiguos alumnos de la institución académica, el Servicio de Educación Física y Deportes va a dar un paso más y extenderá la promoción de las prácticas deportivas también a los antiguos alumnos.

Para ello, a partir de ahora, los antiguos alumnos de la Universidad que quieran disfrutar de las instalaciones deportivas de la institución de enseñanza superior deberán inscribirse como socios de Alumni y a partir de dicha asociación tendrán acceso a los numerosos servicios deportivos y actividades que ofrece la institución.

Fruto de esta relación entre Alumni y el Servicio de Educación Física y Deportes, el próximo fin de semana la Universidad de Salamanca acogerá el I Torneo de Pádel Alumni-Universidad de Salamanca. El único requisito para participar es que al menos un miembro de la pareja tenga vinculación con Alumni, la Universidad salmantina o la Fundación Aviva, entidad sin ánimo de lucro que tiene como finalidad defender los derechos y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familiares, a la que se destinará el 50 por ciento del dinero recaudado en la competición. El precio de la inscripción es de 8 euros por cada jugador participante.

El torneo se desarrollará en dos fines de semana: 14, 15 y 16 y 21, 22 y 23 de octubre en las pistas de pádel del Complejo Deportivo Salas Bajas.

Habrán dos categorías masculinas con 32 parejas como máximo en cada una de ellas, dos femeninas, de 16 parejas cada una, y una categoría mixta de 16 parejas.

Los participantes recibirán un obsequio de bienvenida, que incluye una mochila y un pack de bolas, disfrutarán de dos partidos garantizados, contarán con bolas durante los partidos y entrarán en un sorteo de premios gracias a la colaboración de El Corte Inglés y Coca-Cola.

Los interesados pueden realizar ya la inscripción. La fecha límite es el 11 de octubre.



Dos jugadores de pádel en las instalaciones de Salas Bajas, de la Universidad de Salamanca.

Actividades dirigidas, por equipos y deporte federado se incluyen en una amplia oferta

R.D.L. | SALAMANCA

El Servicio de Educación Física y Deportes cuenta con un amplio abanico de actividades. Aeróbic, pilates, yoga, cardio, zumba, tenis y pádel son solo algunas de las múltiples actividades que se pueden practicar en los centros deportivos de la Universidad de Salamanca. La oferta varía en función de la demanda e incluye hasta tiro con arco y esgrima.

Además, aplicando la idea de qué deporte es salud, el Servicio de Educación Física y Deportes pone a disposición de los usuarios un asistente saludable que les asesorará para bajar de peso, recuperarse de una lesión o rebajar el nivel de estrés.

Por otra parte, la Universidad cuenta con programas dedicados exclusivamente a los deportistas,

con 8 equipos de deporte federado, un programa de apoyo para intentar conciliar la práctica de deporte a nivel competitivo con los estudios universitarios.

Y el Servicio de Deportes no se olvida de la organización de eventos. Así, el 3 y el 4 de noviembre Salamanca acogerá la reunión de directores de servicios deportivos de las universidades españolas bajo el lema "Salud y deporte" y con el objetivo de buscar herramientas para extender la práctica deportiva en el ámbito universitario.

Las carreras del VIII Centenario, el campeonato español de halterofilia o el Trofeo Rector son otras de las iniciativas del Servicio de Deportes que en los próximos días estrenará un sistema para gestionar inscripciones y reservar espacios por internet.

LOS DATOS

3.000

EN TROFEO RECTOR

El director del Servicio de Educación Física y Deportes pretende repetir el éxito de participantes el año pasado en el Trofeo Rector con 2.543 deportistas en competiciones por equipos y 324 en individuales.

125

AYUDAS

La Universidad de Salamanca concedió 125 ayudas a los deportistas de la institución académica. Además, el Servicio de Educación Física y Deportes desarrolló 12 cursos de formación deportiva para los que hubo 623 inscripciones.

11

CAMPEONATOS

74 deportistas participaron en campeonatos nacionales de la mano de la Universidad de Salamanca y obtuvieron 9 medallas. En deporte federado los deportistas de la Universidad obtuvieron 8 medallas.

700

CORREDORES

A través de su servicio deportivo, la Universidad también promueve el VIII Centenario. El pasado año, en las carreras conmemorativas de los ocho siglos de la institución realizada por todo el distrito universitario hubo 700 inscripciones.



DEPORTE Y UNIVERSIDAD

Programa de actividades en la naturaleza Curso 2016-2017

MONTAÑISMO Y SENDERISMO

Octubre 2016

- Días 7, 8 y 9 Senderismo de montaña
Destino: **ALTA RUTA PIRINEO NAVARRO** (Pico Ori, Sierra de Abodi y valle de Belabarze). (Navarra)
- Día 30 Senderismo
Destino: **BATUECAS "EL CHORRO Y ABRIGOS RUPESTRES"** - Portillo - Las Mestas" (Salamanca)

Noviembre 2016

- Día 13 Montañismo
Destino: **SIERRA DE GREDOS** (Macizo Central). Ascensión a Cinco lagunas por la portilla del Rey (Plataforma de Gredos-Navalperal de Tormes). (Ávila)
- Día 27 Senderismo
Destino: **QUILAMAS OCULTO**. Valero - Garcibuey. (Salamanca)

Diciembre 2016

- Día 18 Senderismo de Montaña
Destino: **TRAS LA SIERRA** (Gredos Occidental) Cabezuelo - Hervás (por el Puerto de Honduras). (Cáceres)

Enero 2017

- Día 22 Senderismo
Destino: **VALLE DEL CORNEJA, EL HOCINO**. La Horcajada - Santa María del Berrocal. (Ávila)

Febrero 2017

- Día 12 Montañismo INVERNAL
Destino: **SIERRA DE GUADARRAMA**. "Rascafría - La Granja" (por puerto de El Reventón y las Chorreras). (Segovia)
- Día 26 Senderismo EXIGENTE físicamente hablando por lo largo del recorrido. Destino: **ruta de CARLOS V**. Tornavacas - Jarandilla de la Vera (Cáceres)

Marzo 2017

- Día 5 Montañismo INVERNAL
- Destino: **GREDOS (LA MIRA)** Plataforma de Hoyos del Espino - Guisando (Ávila)
- Día 19 Senderismo
Destino: **CUERDA DE LOS POLVISOS** (Sierra de Ávila). El Barraco - Sta. Cruz de Pinares (Puerto del Boquerón). (Ávila)

Abril 2017

- Día 2 Senderismo:
Destino: **HOCES DEL DURATÓN**. Sepúlveda. (Segovia)

Mayo 2017

- Día 7 Montañismo:
Destino: **SIERRA DE TORMANTOS** (Gredos Occidental). Travesía del Trabuquete (Guijo de Sta. Bárbara - Tornavacas). (Cáceres)
- Días 20 y 21 Senderismo:
Destino: Reserva de la Biosfera **VALLE DE LACIANA** (León)
- 20 Braña de Robles y Muxiven (desde Robles de Laciana)
- 21 Brañarronda. Ruta de los Tejos de Rioscuro

MULTIAVENTURA, RAFTING Y DESCENSO BARRANCOS

Octubre 2016

- Día 16. MULTIAVENTURA: en **VILLANUEVA del CONDE** (Salamanca)

Abril 2017

- Día 30. RAFTING Alto Tormes (Ávila)

Mayo 2017

- Día 14. MULTIAVENTURA: en **VILLANUEVA del CONDE** (Salamanca)
- Día 28. DESCENSO DE BARRANCOS: "PAPUOS" Valle del Jerte (Cáceres)

ESCALADA DEPORTIVA

Octubre 2016

- Días 22 y 23 **GAMA - RECUEVAS** (Palencia)

Noviembre 2016

- Días 19 y 20 **ALANGE** (Badajoz)

Marzo 2017

- Días 6 y 7 **S. MARTÍN DE VALDEIGLESIAS** (Madrid)

BICICLETA DE MONTAÑA

Octubre 2016

- Día 8 "Almenara de Tormes - Puente Mocho" (Salamanca)

Noviembre 2016

- Día 5 "Santibáñez de la Sierra - Miranda del Castañar" Sierra de Francia (Salamanca)

Marzo 2017

- Día 25 "Montemayor del Río" Sierra de Béjar (Salamanca)

Junio 2017

- Días del 18 al 25 "CAMINO DE SANTIAGO"

ESQUÍ y SNOWBOARD

Enero 2017

- Días 28 y 29 **SAN ISIDRO** (León)

Febrero 2017

- Del 8 al 12 PENDIENTE CONFIRMAR DESTINO

Marzo 2017

- Días 11 y 12 **SAN ISIDRO** (León)

Actividades para disfrutar al aire libre

La Universidad ya ha comenzado con las rutas en la naturaleza que incluyen desde senderismo, hasta bicicleta de montaña y esquí, sin olvidar los deportes de multiaventura; una treintena de salidas en total

R.D.L. | SALAMANCA

DE montañismo y senderismo, de multiaventura, de escalada deportiva, de bicicleta de montaña, de esquí y snowboard. La oferta de actividades en la naturaleza del Servicio de Educación Física y Deportes de la Universidad de Salamanca es amplia, variada y para todos los públicos.

Con el inicio del curso han comenzado las salidas a la naturaleza a pie o en bicicleta. Este fin de semana un pequeño grupo está disfrutando de una ruta de senderismo de montaña por el Pirineo Navarro, recorriendo Pico Ori, la Sierra de Abodi y el valle de Belabarze. El día 30, para despedir el mes de octubre, habrá un paseo de senderismo por Batuecas.

La Sierra de Gredos, las Quilamas, Cabezuelo, Hervás, La Horcajada, la Sierra de Guadarrama, Tornavacas, Jarandilla

de la Vera, Hoyos del Espino, Santa María del Berrocal, El Barraco, Hoces del Duratón, Guijo de Santa Bárbara y el Valle de Laciana forman parte de los lugares a los que llegan las rutas de senderismo planeadas por el Servicio de Educación Física y Deportes para los próximos ocho meses.

Además de recorrer parajes únicos, e incluso rutas históricas como la denominada de Carlos V, los participantes tendrán la posibilidad de realizar tanto sencillos recorridos de senderismo como trayectos de montañismo invernal solo aptos para los más aventureros.

Y atrevidas también deben ser las personas que se apunten a las salidas de rafting y descenso de barrancos incluidos en el programa de multiaventura de la Universidad de Salamanca que arranca el día 16 con una actividad en Villanueva del Conde. Alto Tormes y el Valle del Jerte confi-

guran la oferta de actividades deportivas de multiaventura previstas para octubre, abril y mayo.

También los amantes de la escalada tienen actividades para disfrutar durante el curso de la mano del Servicio de Educación Física y Deportes. Los días 22 y 23 de octubre está prevista una salida a Gama y Recuevas (Palencia). Los participantes contarán con vehículo oficial y alojamiento en instalaciones deportivas o similares para que el precio de la actividad no se dispare demasiado. Alange (Badajoz) y San Martín de Valdeiglesias (Madrid) son los otros dos destinos previstos, por el momento, en el gran tablón de anuncios de la Universidad.

Además, aprovechando la temporada de esquí, están programadas tres actividades para los meses de enero, febrero y marzo. En este caso, de momento solo está confirmado el destino de San Isidro (León).

Y para los amantes de la bici-

El denominador común de todas las actividades es que se organizan en fines de semana y los precios son asequibles

cleta, la temporada ha comenzado con una ruta entre Almenara de Tormes y Puente Mocho (Salamanca). En noviembre el recorrido elegido es Santibáñez de la Sierra-Miranda del Castañar, en la Sierra de Francia. Montemayor del Río y el Camino de Santiago completan la oferta de bicicleta de montaña.

El denominador común de todas las actividades en la naturaleza es que se organizan en fines de semana, de forma que los usuarios puedan disfrutar de todas ellas en su tiempo libre. Además, aunque los precios en función del tipo de actividad y los gastos que conlleva, son muy ajustados para que toda la comunidad universitaria pueda disfrutar de las salidas.

Toda la información está disponible en la página web del servicio <http://campus.usal.es/~deportes>. El año pasado, cerca de 600 personas disfrutaron de estas actividades.