

# **Guía del Servicio de Actividades Deportivas**

**Curso Académico 2018-2019**

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS</b> .....	<b>3</b>
1.1. Objetivos generales .....	3
1.2. Objetivos estratégicos.....	3
<b>2. CAMPUS DEPORTIVO</b> .....	<b>4</b>
2.1. Aspectos generales y beneficios del Carnet de Abonado .....	4
2.2. Instalaciones Deportivas y Normativa de Uso .....	5
2.3. Guía de Buenas Prácticas Ambientales .....	6
<b>3. COMPETICIONES</b> .....	<b>8</b>
3.1. Torneos internos .....	8
3.2. Campeonatos de Aragón Universitarios .....	8
3.3. Campeonatos de España Universitarios .....	8
3.4. Grupo San Valero .....	8
3.5. Federada.....	9
<b>4. SECCIONES DEPORTIVAS</b> .....	<b>10</b>
<b>5. EVENTOS DEPORTIVOS</b> .....	<b>10</b>
<b>6. ACTIVIDADES FITNESS</b> .....	<b>11</b>
<b>7. FORMACIÓN</b> .....	<b>11</b>
<b>8. CONTACTO</b> .....	<b>12</b>

## **1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS**

El Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad San Jorge tiene el fin de fomentar la práctica deportiva y los hábitos deportivos saludables entre la comunidad universitaria. El deporte forma parte de la formación integral de los alumnos de la universidad y es un medio de relaciones interpersonales en el entorno universitario. Para conseguirlo, el departamento tomará las decisiones pertinentes respecto a la organización de competiciones y formación de equipos y servicios deportivos en cada curso académico.

### **1.1. Objetivos generales**

- Complementar la formación integral de los estudiantes universitarios a través del deporte.
- Generar un punto de encuentro entre estudiantes para generar prácticas deportivas y de ocio saludable. El Servicio de Actividades Deportivas debe organizar y gestionar los intereses deportivos de la comunidad Universitaria.
- Ser fuente de información sobre los servicios ofertados en la Universidad y el Campus Deportivo.

### **1.2. Objetivos estratégicos**

- Aumentar el número de estudiantes que practican deporte en la universidad.
- Mantener un nivel elevado de calidad en la información en materia deportiva a través de las redes sociales.
- Congregar y facilitar toda la información de servicios del Campus Deportivo que se ofrecen a los alumnos.
- Ofrecer una estructura de secciones deportivas a modo de agrupaciones de alumnos que se reúnen a practicar o competir su modalidad deportiva.
- Participar en competiciones a través de las siguientes vías: Torneos Universitarios internos, Campeonatos de Aragón Universitarios, Campeonatos de España Universitarios y competiciones del Grupo San Valero. En la medida en la que los recursos lo permitan y según convocatorias anuales.
- Organizar eventos deportivos, bien sea con motivo de festividades o por competiciones sociales, universitarias o federadas.
- Impartir cursos o actividades de formación en materia de actividad física.

## **2. CAMPUS DEPORTIVO**

### **2.1. Aspectos generales y beneficios del Carnet de Abonado**

Los estudiantes de Grados presenciales y semipresenciales (excepto el itinerario y el Grado semipresencial de Ingeniería Informática) de la Universidad San Jorge matriculados en el curso 2018-19 tienen acceso, sin coste para el alumno, al Campus Deportivo como abonados hasta el 30 de septiembre de 2019. Para poder acceder a las instalaciones deportivas deben dirigirse a la recepción del Campus Deportivo, donde se tramitará un carnet de acceso con derecho a:

- Uso libre de las piscinas que estén abiertas al uso en ese momento.
- Uso libre y gratuito, sin necesidad de reserva, de los siguientes espacios; pista polideportiva, campo de fútbol 7 y 11, frontón, tenis de mesa y pistas de voley playa, siempre y cuando no estén alquiladas.
- Reservar en cualquier momento espacios deportivos ofertados por el Ayuntamiento de Villanueva de Gállego en la recepción del campus deportivo abonando el importe correspondiente según condiciones de abonado. Los precios, procedimiento, calendario y condiciones están disponibles en la recepción del campus deportivo.
- El Servicio de Actividades Deportivas no cubre los gastos de alquiler de instalaciones deportivas en actividades puntuales de estudiantes ni actividades que no pertenezcan a uno de sus programas de servicios deportivo.
- Participar en todas las actividades, eventos, competiciones y secciones deportivas organizadas por el Servicio de Actividades Deportivas, según las condiciones que conlleve cada una.
- Disponer de descuentos de abonado en las actividades dirigidas, gimnasio y balneario del CDM Villanueva de Gállego.
- Disponer de diverso material deportivo a disposición del alumno en las siguientes condiciones:
  - El material deportivo estará disponible en recepción del Campus Deportivo y se prestará depositando como fianza el DNI, NIE o pasaporte.
  - Al devolver el material se tornará la fianza. El material se devolverá inmediatamente después de su uso, en ningún caso de un día para otro.
  - En determinadas ocasiones, y cuando así el reglamento interno de cada competición lo demande, podrá recogerse como fianza cuantía económica que se devolverá según esté establecido en el reglamento.

Los/as alumnos/as de Másteres presenciales y semipresenciales de la Universidad San Jorge matriculados en el curso 2018-2019 tienen acceso, sin coste para el alumno, al Campus Deportivo como abonado mediante la adquisición de entrada de día únicamente en las fechas en que se desarrolle una sesión presencial de estos cursos.

El resto de la comunidad universitaria (estudiantes de Doctorado, de títulos Online, de cursos de especialización o experto y personal docente y de gestión) tiene el precio y condiciones de uso del campus deportivo como condición de empadronado en Villanueva de Gállego. Para abonarse deben acudir directamente a la recepción del campus deportivo.

## **2.2. Instalaciones Deportivas y Normativa de Uso**

- Campos de fútbol de hierba artificial
- Tenis
- Tenis de mesa
- Pádel
- Voley Playa
- Pabellón
- Polideportiva exterior
- Frontón
- Piscinas cubiertas
- Piscinas descubiertas
- Fitness/gimnasio
- Sala de actividades
- Sala polivalente
- Sala Ciclo Indoor
- Spa

Los usuarios de las instalaciones deben conocer la Normativa Básica de Uso de las Instalaciones que establece el Ayuntamiento de Villanueva de Gállego (susceptible de cambios por parte del Ayuntamiento):

- No está permitido en las instalaciones deportivas el consumo de alimentos, salvo en los lugares destinados a ello. Tampoco está permitido introducir utensilios de vidrio.
- La práctica deportiva, sea la especialidad que sea, se realizará con el material y la vestimenta adecuada, no sólo en cuanto a servidumbre, sino en cuanto a proteger las condiciones de la cancha. De esta forma habrá de cuidar sobre todo el calzado, utilizando suelas que no marquen la cancha (suelas blandas o de tocino). Por el mismo motivo se insta a no utilizar en la instalación el mismo calzado empleado en la calle, y de manera especial, en la temporada invernal. Se dispondrá, por tanto, de un calzado deportivo para uso exclusivo en entrenamientos y encuentros.
- No está permitido jugar y/o calentar con balones, pelotas u otros objetos, en vestuarios, pasillos de acceso a pistas, graderíos y todas aquellas zonas que no se consideren espacios deportivos.

- Para no abonados el acceso a vestuarios se permitirá 15 minutos antes del horario de comienzo de la actividad, y 30 minutos su salida una vez finalizada.
- El Ayuntamiento de Villanueva de Gállego no se hará responsable de la desaparición de objetos particulares de los usuarios.
- En las piscinas y pasillos de acceso el paso está restringido a los bañistas, no pudiendo acceder nadie con ropa y calzado de calle. Para vestirse se hará uso de los vestuarios.
- Es obligatorio el uso de gorro, independientemente de la longitud y cantidad de cabello, excepto para los bebés de 0 a 36 meses.
- En la sala fitness/musculación está prohibida la entrada a los menores de 16 años, no se permite entrar con bañador o ropa de calle, no se permite entrar con bolsas y bebidas en envase de vidrio, es obligatorio el uso de toalla para bancos y respaldos.
- Todos los alquileres se realizarán previo pago de su importe, siendo su duración máxima de una hora, y siempre natural. En caso de ser necesaria la entrega de llave será necesario depositar un carné que se devolverá en el momento de la devolución.
- No está permitido el acceso de animales en todas las instalaciones.
- En recepción del pabellón polideportivo se encuentran las normas de uso de las instalaciones del CDM Villanueva de Gállego para su consulta.
- Estas normas las podrá actualizar el Ayuntamiento de Villanueva de Gállego según su criterio.

El horario del Campus Deportivo es de lunes a viernes de 9:30 a 22h, sábados de 9 a 21h y domingos de 9 a 14h. El Campus permanecerá cerrado varios festivos, días diferentes al calendario académico. Además, el Balneario Urbano (Spa) tiene horario y calendario especial. Para ver el calendario de festivos y el horario y calendario del Balneario Urbano (Spa) puedes consultar el folleto del Campus Deportivo Municipal de Villanueva de Gállego.

Existe además una Instrucción Técnicas sobre cómo actuar en caso de accidente o problema de salud. Este documento (IT 155 Rev.0) puede consultarse y descargarse desde el siguiente link: <http://www.usj.es/sites/default/files/it-155-rev.0-instruccion-tecnica-de-actuacion-en-caso-de-accidente-o-pro...-7974867364.pdf>.

### **2.3. Guía de Buenas Prácticas Ambientales**

El deporte universitario puede ejercer un papel muy importante en la difusión y concienciación de los valores del desarrollo sostenible, por eso, el Servicio de Actividades Deportivas de la

Universidad San Jorge fomenta las buenas prácticas ambientales en el uso de las instalaciones deportivas:

- Haz un buen uso del material deportivo y reutilízalo siempre que sea posible.
- Utiliza la vía online, en la mayor medida posible, para informarte y tramitar las inscripciones respecto a uso de instalaciones, secciones deportivas, campeonatos, etc.
- Realiza un consumo eficiente de la energía:
  - Aprovecha la luz natural.
  - Usa vestuarios comunes, o aquellos que tenga ya la luz encendida.
- Minimiza el consumo de agua:
  - Intenta optimizar el consumo de agua teniendo abiertos los grifos de los lavabos y duchas únicamente el tiempo necesario.
  - Cierra correctamente los grifos después de utilizarlos.
  - Si detectas una fuga, notifícala con la mayor brevedad posible en la recepción del Campus Deportivo.
  - No uses el inodoro como cubo de basura.
- Gestión de residuos:
  - Reduce la generación de residuos en el Campus Deportivo.
  - Utiliza correctamente los contenedores de recogida selectiva.
  - Utiliza el transporte público y colectivo.
- Evita la generación de ruidos, en la medida que sea posible.

Puedes obtener más información sobre el deporte sostenible consultando la Carta Verde del Deporte Español, y recuerda que *un comportamiento individual sostenible es la clave para una sociedad sostenible.*

## **3. COMPETICIONES**

### **3.1. Torneos internos**

El Servicio de Actividades Deportivas organiza competiciones y torneos internos en diferentes modalidades deportivas y en diferentes modalidades y sistemas de competición durante todo el curso académico donde participan alumnos y ex alumnos de la Universidad San Jorge. Puedes consultar toda la información al respecto en <http://competiciones.usj.es/> o descargándote la app "Deportes USJ" para tu Smartphone o Tablet.

### **3.2. Campeonatos de Aragón Universitarios**

El Gobierno de Aragón convoca, en colaboración con Universidad de Zaragoza y Universidad San Jorge, los Campeonatos Universitarios de Aragón, en los cuales participan estudiantes de ambas universidades de títulos oficiales. Una vez se haya emitido la resolución al respecto, la daremos a conocer a los alumnos Universitarios de la USJ para que tramiten debidamente su candidatura a participación, así como los requisitos exigidos para ello.

### **3.3. Campeonatos de España Universitarios**

El Consejo Superior de Deportes convoca anualmente los Campeonatos de España Universitarios a través de CEDU, su órgano consultor en materia de deporte universitario. Cuando el CSD haga pública la resolución de los CEU2019 desde el SAD se harán públicos los criterios de la USJ para la selección de deportistas y participación de la universidad. Los criterios dependerán de los diferentes recursos disponibles y calendario de fechas facilitado por el CSD. La Universidad San Jorge establecerá las expediciones que se llevarán a cabo, el número de deportistas que participarán por expedición y las condiciones de viaje y participación.

### **3.4. Grupo San Valero**

Desde el Servicio de Deportes de la Universidad San Jorge, en colaboración con el resto de centros del Grupo San Valero (Fundación San Valero, Fundación Dominicana San Valero, Fundación CPA Salduie y SEAS Estudios Superiores Abiertos), organizamos anualmente un Campeonato Deportivo Intercentros para alumnos, favoreciendo así la relación de unión entre ellos y generando un lugar de unión para el Grupo, y otro para todo el personal trabajador.

### **3.5. Federada**

El Servicio de Deportes de la USJ en predisposición de apoyar el deporte Aragonés establece una relación de colaboración con el Club de Rugby Fénix de Zaragoza para que nuestros alumnos tengan facilidad de entrenar y jugar al Rugby en la ciudad de Zaragoza.

Entre ambas entidades existe una exitosa relación de colaboración y todos los alumnos de la USJ que deseen jugar incluso a nivel federado en competición de Rugby o únicamente con el afán de entrenar con el Club del Fénix, podrán hacerlo.

El Club de Rugby Fénix, que acaba de conseguir la permanencia tras su primera temporada en División de Honor B, entrena y juega en el Velódromo de Zaragoza a apenas 20 km de Villanueva de Gállego. Para más información puedes ponerte en contacto con el Servicio de Deportes y visitar la web del club: <http://www.rugbyfenix.com/>.

## **4. SECCIONES DEPORTIVAS**

Las secciones deportivas son agrupaciones de alumnos, personal docente y personal no docente que practican juntos una modalidad deportiva. Son generadas para realizar una práctica deportiva organizada, sin obligación competitiva, aunque se fomentará la participación en torneos y competiciones regladas.

Para este curso contaremos con las secciones de Baloncesto, Balonmano, Natación-Waterpolo-Triatlón, Rugby, Running y Voleibol. Cada sección deportiva conlleva unas condiciones específicas relativas, a inscripción, horarios, participación, etc. que se publicarán en la página web: [usj.es/deportes](http://usj.es/deportes).

Las personas interesadas en crear una nueva sección deportiva, o que deseen generar una actividad nueva de una sección existente, se pueden poner en contacto con el Servicio de Actividades Deportivas. El Servicio de Actividades Deportivas valorará y resolverá la viabilidad de ponerla en marcha o no, y en caso afirmativo en qué condiciones.

## **5. EVENTOS DEPORTIVOS**

A lo largo del curso, desde el Servicio de Actividades Deportivas, se organizan diferentes tipos de eventos y actividades deportivas con un carácter más puntual como pueden ser carreras, excursiones, torneos o jornadas deportivas. Tanto en el apartado web del Servicio de Actividades Deportivas como en Territorio USJ os iremos informando de cada uno de ellos.

Algunos de los eventos que nos gustaría llevar a cabo serían: una Jornada Senderista por el Pirineo, los Torneos de Pádel y Fútbol Sala de Navidad, la Carrera San Silvestre USJ, el Bus Blanco USJ, la II Carrera de Orientación USJ, El Torneo de Fútbol 7 de la Facultad de Comunicación, el IV Acuatlon USJ, la Beach Party USJ, el Trofeo Karting USJ o la Gala del Deporte USJ.

## **6. ACTIVIDADES FITNESS**

El campus deportivo, a través del CDM Villanueva de Gállego, ofrece a todo el colectivo universitario una serie de actividades programadas:

- Acuaerobic
- Aerobic
- Danzas orientales
- GAP/ABD
- Gimnasia lúdica
- Ciclo-indoor
- Ciclo-virtual
- Fitness/musculación
- Emaspump
- Emascombat
- Emaszumba
- Gimnasia 3ª edad
- Natación (iniciación)
- Natación (perfeccionamiento)
- Natación terapéutica
- Natación mayores
- Pilates

La información actualizada sobre calendarios, horarios y tasas de inscripción será publicada en la página web de la Universidad/Actividades Deportivas/Campus Deportivo. También puede ser consultada en la recepción del Pabellón del CDM Villanueva de Gállego o en la web del Ayuntamiento de Villanueva.

## **7. FORMACIÓN**

Con motivo de complementar la formación transversal de los alumnos USJ, el Servicio de Actividades Deportivas debe proponer y concretar con Dirección de Ordenación Académica, los programas formativos a realizar en cada curso académico.

Los criterios de reconocimiento de créditos ECTS para Grados se publicarán debidamente en la información de los cursos de formación. Toda la información relativa al reconocimiento de créditos ECTS por materias relacionadas con el deporte universitario estará recogida en la Guía Académica de cada titulación y se tramitará en la Secretaría que corresponda.

Desde el servicio de deportes trabajamos para desarrollar nuevos cursos y seminarios, que ayuden a obtener más herramientas y garanticen mayor competencia técnica y madurez profesional. Para este curso se publicarán las ofertas formativas en

<http://www.usj.es/alumnos/vidauniversitaria/actividadesdeportivas/formacion>

## 8. CONTACTO

**Teléfono de contacto:** 976 060 100

**Correo electrónico:** [deportes@usj.es](mailto:deportes@usj.es)

**Web:** [www.usj.es/deportes](http://www.usj.es/deportes)



**Facebook:** Página "Servicio de Actividades Deportivas USJ" → [www.facebook.com/deportesusj](http://www.facebook.com/deportesusj)

**Twitter:** @DeportesUSJ → [www.twitter.com/DeportesUSJ](http://www.twitter.com/DeportesUSJ)

**Canal YouTube:** Dentro del Canal "UniversidadSanJorge", lista de Reproducción "Servicio de Deportes USJ" → [www.youtube.com/playlist?list=PLD90BB2249F5DB37C](http://www.youtube.com/playlist?list=PLD90BB2249F5DB37C)



**Responsable:** Víctor Vicente. [vvicente@usj.es](mailto:vvicente@usj.es)

**Técnico:** Pablo Concha. [pconcha@usj.es](mailto:pconcha@usj.es)