

## Esport i exercici

La Universitat promou l'activitat física a través de [programes](#) esportius i d'exercici que fomenten un estil de vida saludable. Aquestes iniciatives inclouen classes de fitness, esports en equip i activitats a l'aire lliure.

### Esport solidari

UIC Barcelona lloga instal·lacions esportives de la Fundació Brafa, Esports UB i el pavelló del CMU Sant Jordi per a entrenaments i partits amistosos dels seus equips oficials.

L'escola esportiva Brafa és una entitat esportiva de caràcter social que entén l'esport com una activitat de base popular, com un mitjà educatiu per a la joventut i els adults. Es duen a terme activitats de voluntariat per a persones a l'atur i refugiats, promovent la pràctica de diferents esports com ara el futbol, el futbol sala, el bàsquet, programes d'iniciació esportiva de 4 a 7 anys, en els quals el desenvolupament de la psicomotricitat i el joc són els eixos principals.

A més a més, disposa de tres camps de futbol 7 i dos de futbol sala, tots de gespa artificial, a més d'un poliesportiu cobert.



Durant el curs 2022-2023, es van llogar les instal·lacions de la Fundació Brafa per a les activitats esportives solidàries següents:

- 16 de novembre de 2022: futbol solidari amb Braval (nens del barri del Raval en risc d'exclusió social) i Street Soccer Barcelona (persones sense llar, immigrants i refugiats), amb la participació d'11 voluntaris (9 de UIC Barcelona) i 20 persones en risc d'exclusió social.

- 16 de novembre de 2023: pàdel solidari amb l'entitat Família Amic (persones amb discapacitat), amb la participació de 3 voluntaris de UIC Barcelona i 7 persones discapacitades. UIC Barcelona va col·laborar sense cost en instal·lacions llogades per Família Amic.

### **Trail Pedralbes Antena Solidària**

UIC Barcelona s'enorgulleix de donar suport al Trail Pedralbes Antena Solidària, un esdeveniment esportiu amb un fort compromís social. Aquest trail no només promou l'activitat física i el benestar entre els seus participants, sinó que també té un propòsit solidari ja que destina els fons recaptats a causes benèfiques.