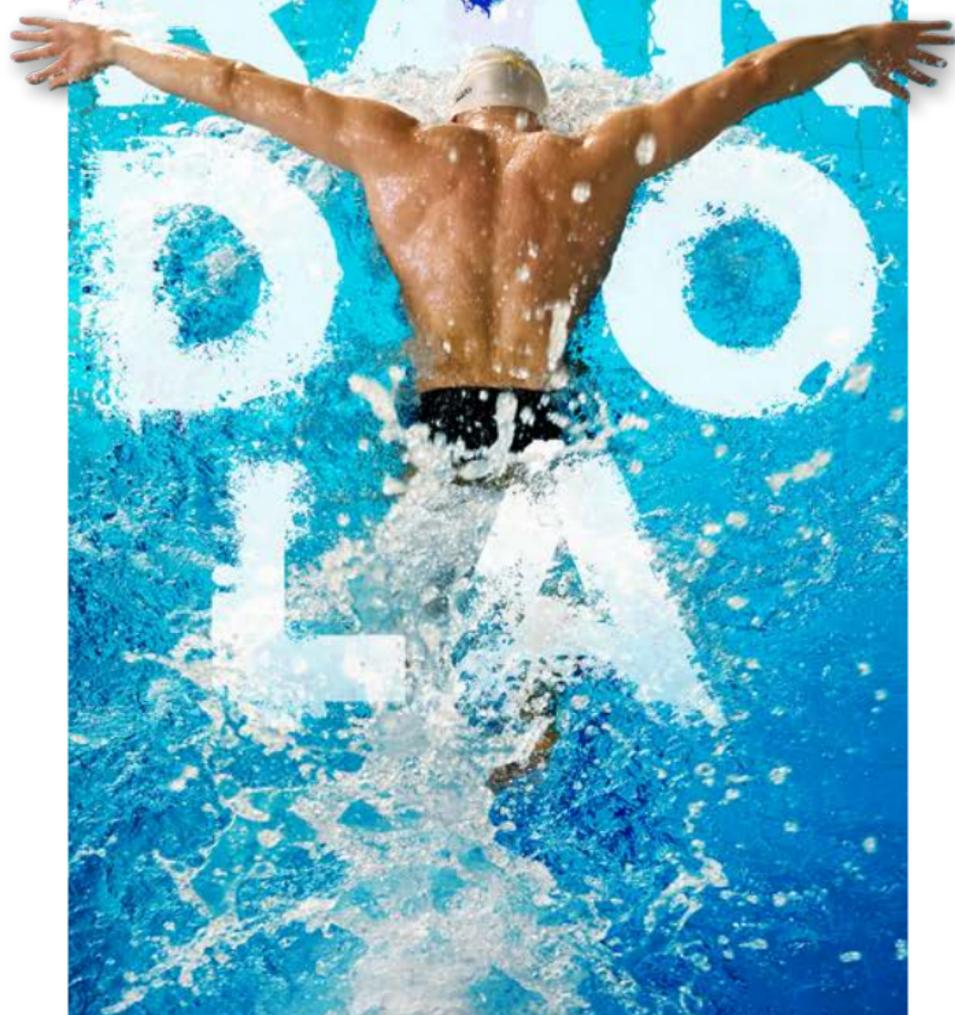


— PISCINE DI —



ATTIVITÀ
2024 / 25

mirandola@coopernuoto.it



0535.19.48.935

coopernuoto.it

whatsapp
334.64.58.262

NOTIZIE UTILI



- Alla prima iscrizione, ad ogni utente, verrà rilasciato un badge magnetico valido per accedere alle vasche. Si può scegliere la forma a **tessera (costo €4,00)** o a **bracciale (costo € 9,00)**. Gli azionamenti per azionare docce e phon costano € **0,30** e sono acquistabili presso la reception della piscina o tramite le casse self service presenti negli spogliatoi.



- L'accesso agli spogliatoi è consentito 20 minuti prima dell'inizio della lezione. L'accesso alle vasche è consentito 5 minuti prima dell'inizio della lezione. L'uscita deve essere effettuata entro 45 minuti dalla fine del corso.



- È vietato accompagnare i bimbi a bordo vasca.



- Per effettuare l'attività è obbligatorio, per tutti l'uso di costume e cuffia. Negli spazi comuni e sul piano vasca l'uso delle ciabatte.



- È vietato lasciare gli indumenti appesi in spogliatoio e nelle cabine a rotazione, per dare la possibilità a tutti di usufruirne senza trovarle occupate. Nel caso saranno rimossi.



- Gli armadietti degli spogliatoi possono essere utilizzati chiudendoli con lucchetti propri (eventualmente acquistabili presso i dispenser posti all'ingresso degli spogliatoi). A fine giornata verranno rimossi quei lucchetti che si troveranno ancora chiusi.



- L'impianto è dotato di apposite cassette di sicurezza per gli oggetti di valore. La società non si assume nessuna responsabilità per la sparizione di oggetti di valore o altro.



- Si prega di usare lo spogliatoio rispettando, per bambini indicativamente fino a 7 anni, il sesso dell'accompagnatore.



- Spogliatoi al piano terra per persone con disabilità e/o difficoltà motorie.



- È obbligatorio per iscritti e accompagnatori l'utilizzo di ciabatte o copriscarpe (in vendita presso i dispenser posti all'ingresso degli spogliatoi) nella zona docce e nei bagni.



- È vietato consumare cibi e bevande e mantenere atteggiamenti indecorosi negli spogliatoi.



- Il pagamento dell'iscrizione implica il rispetto del regolamento relativo ai corsi e all'utilizzo dell'impianto

CICLO DEI CORSI E MODALITÀ D'ISCRIZIONE

		RINNOVI ISCRIZIONI		
		RICONFERMA	PAGAMENTI	NUOVE ISCRIZIONI
1° ciclo	da LUN 9 SETT a LUN 23 DIC	da LUN 29 LUG a DOM 18 AGO	da LUN 26 AGO a LUN 2 SETT	da MAR 3 SETT
2° ciclo	da MAR 7 GEN a LUN 31 MAR	da SAB 23 NOV a DOM 8 DIC	da SAB 14 DIC a VEN 20 DIC	da SAB 21 DIC
3° ciclo	da MAR 1 APR a DOM 8 GIU	da SAB 24 FEB a DOM 10 MAR	da SAB 15 MAR a VEN 21 MAR	da SAB 22 MAR
4° ciclo	CORSI ESTIVI da LUN 9 GIU a VEN 25 LUG	(programmi e orari ESTATE 2025 disponibili dal mese di Maggio)		da SAB 24 MAG

NOTE PER REISCRIZIONI:

- Adesione con richiesta di giorni ed orari preferibilmente con mail (mirandola@coopernuoto.it), in **segreteria**, telefonando (**0535.19.48.935**) o whatsapp (**334.64.58.262**)
- **Priorità:** al maggior numero di iscrizioni nella stagione sportiva 2023/24
- Sarete contattati in caso di indisponibilità delle richieste per una proposta alternativa
- Se il giorno precedente le nuove iscrizioni il pagamento non risulterà effettuato, l'iscrizione non sarà ritenuta valida
- **Il pagamento potrà avvenire in segreteria o tramite l'applicazione MyAppy (user)**

Informazioni per iscrizioni e REGOLAMENTO CORSI DI NUOTO (bambini, ragazzi e adulti)

- Tutti gli iscritti avranno una copertura assicurativa garantita da tessere dei vari enti di promozione sportiva o da una polizza di compagnie assicurative.
- **La quota annuale di € 20.00** dovrà essere pagata alla prima iscrizione (validità 365 giorni).
- **L'inserimento a corso iniziato è previsto**, e per il pagamento si considereranno solo le lezioni effettivamente da svolgere. Da metà corso in poi non sono previsti inserimenti, salvo casi eccezionali che verranno concordati al momento.
- **Ritiro dal corso:** è previsto a corso non ancora iniziato o per motivi di salute. Qualora il ritiro avvenga prima dell'inizio del corso verrà rilasciato un **buono recupero** pari all'importo pagato (esclusa la quota annuale). Il ritiro per motivo di salute è consentito esclusivamente entro le prime 3 settimane dall'inizio del corso, presentando un certificato medico e la ricevuta di pagamento; il valore del buono rilasciato escluderà oltre alla quota annuale anche le lezioni effettuate. I **buoni recupero** sono utilizzabili per l'acquisto di qualunque servizio Coopernuoto.
- **Recupero lezioni perse per motivi di salute:** presentando il certificato medico entro 10 giorni dal termine della malattia, le lezioni perse potranno essere recuperate attraverso il rilascio di un buono/voucher, con validità 12 mesi, utilizzabile per qualunque servizio (minimo di lezioni consecutive recuperabili: 2 per i corsi monosettimanali, 3 per i corsi bisettimanali dello stesso ciclo).
- I nostri corsi prevedono livelli diversi a seconda delle fasi di apprendimento. Per i bambini e ragazzi si terrà conto, soprattutto per i primi livelli, per quanto possibile, anche dell'età.
- L'interessato, o chi per esso, dovrà specificare le capacità natatorie, per essere inserito nel livello adeguato (vedi obiettivi didattici dei corsi ragazzi e adulti).
- Se alla verifica in acqua il livello assegnato non fosse idoneo, l'iscritto verrà inserito nel gruppo adeguato, possibilmente nello stesso orario, o anche in orario diverso.
- All'atto dell'iscrizione l'interessato o chi per esso, dovrà corrispondere l'importo complessivo del corso.
- I corsi programmati si effettueranno solo al raggiungimento di un numero minimo d'iscritti.

AGEVOLAZIONI (Sconti non cumulabili)

Tre Iscritti appartenenti allo stesso nucleo familiare

- **Sconto 10%** sui corsi di nuoto bisettimanali, sui corsi a prenotazione e sulle lezioni private
- **Sconto 5%** sui corsi di nuoto monosettimanali

Iscrizioni a più cicli con pagamento in un'unica soluzione

- **Sconto 10%** per 3 cicli • **Sconto 5%** per 2 cicli

Iscritti CooperSplash 2024 (per iscrizione al 1° ciclo di corsi)

- **Sconto 10%** per chi frequentato da 8 settimane in poi
- **Sconto 5%** per chi ha frequentato da 4 a 7 settimane

CORSI BAMBINI E RAGAZZI



BABY DA 0 A 4 ANNI (Non compiuti)

Con genitore in acqua
Turni da **40 minuti** *

3/12 Mesi

Sabato ore 9.45

3/18 Mesi

Venerdì ore 9.45

13/24 Mesi

Venerdì ore 17.50

Sabato ore 10.30

25/48 Mesi

Lunedì ore 18.45

Mercoledì ore 18.45

Sabato ore 9.00 - 11.15



STELLA MARINA DA 3 A 4 ANNI (NON COMPIUTI) - Turni da **45 minuti** *

Primo percorso di acquaticità per bambini di 3-4 anni senza genitore in acqua. Esplorazione e tranquillità psicofisica nell'ambiente acquatico

Lunedì ore 17.50

Martedì ore 17.00 - 18.40

Mercoledì ore 17.50

Giovedì ore 17.00 - 18.40

Venerdì ore 17.00



DA 4 A 16 ANNI Turni da **50 minuti** *

Possibilità di frequenza:

- **Monosettimanale**
- **Bisettimanale** (tariffa scontata)
- **Trisettimanale** (tariffa ulteriormente scontata)

Lunedì ore 17.00 - 17.50 - 18.40

Martedì ore 17.00 - 17.50 - 18.40

Mercoledì ore 17.00 - 17.50 - 18.40

Giovedì ore 17.00 - 17.50 - 18.40

Venerdì ore 17.00 - 17.50 - 18.40

Sabato ore 15.40 - 16.30 - 17.20

Possibilità di corsi alle ore **16.10**



GRUPPO JUNIOR DA 13 A 18 ANNI

LIVELLI AVANZATI RAGAZZI (Delfino - Squalo)

Lunedì - Mercoledì ore 17.50

Martedì - Giovedì ore 18.40

RAGAZZI PRINCIPIANTI

Lunedì - Mercoledì - Venerdì ore 15.10

* Per consentire un'uscita dall'acqua tranquilla e sicura, la fine dell'attività potrebbe essere anticipata di alcuni minuti, evitando di incrociare i corsisti del turno successivo



GUARDA I **LIVELLI COOPERNUOTO** CON GLI OBIETTIVI DEI CORSI DELLA SCUOLA NUOTO PER BAMBINI E RAGAZZI



CORSI ADULTI



CORSI A FREQUENZA FISSA

Possibilità di frequenza:

- **Monosettimanale**
- **Bisettimanale**
(tariffa scontata)
- **Trisettimanale**
(tariffa ulteriormente scontata)

Turni serali da **50 minuti**

Lunedì - Mercoledì

ore 19.30

Livello Avanzato - (A-B-C)

Martedì - Giovedì

ore 19.30

Livello Intermedio - (B-C-D)

CORSO ACQUE LIBERE

(a prenotazione)

Martedì - Giovedì

ore 20.20

Livello Avanzato

A PRENOTAZIONE CON ABBONAMENTO

(da 8/15/24 sedute) e possibilità di una singola seduta.

Le lezioni per essere recuperate devono essere disdette almeno 4 ore prima della lezione.

CORSI A PRENOTAZIONE

- Abbonamenti da 4-8-16 lezioni con validità un anno dalla data di acquisto
- Recupero lezioni con disdetta almeno 4 ore prima dall'inizio dell'attività
- Prenotazione e disdetta lezioni tramite telefono, whatsapp, mail e APP (il 1° pagamento da effettuare in segreteria)
- 3 Livelli (Principiante - Intermedio - Avanzato)
- Orari (turni da **50 minuti**)
Lunedì e Mercoledì
8.40 - Intermedi
9.30 - Principianti
20.20 - Avanzati
Martedì e Giovedì
7.00 - Intermedi
12.45 - Avanzati
15.15 - 20.20 - Principianti

ACQUANTALGICA

Turni da **45 minuti***

Sedute in **gruppo**

- Prevenzione e miglioramento dello stato di funzionalità della colonna vertebrale
- Miglioramento della mobilità articolare, della coordinazione motoria e dell'elasticità muscolo-tendinea
- Indicata anche nei casi di patologie specifiche della colonna vertebrale

Martedì e Giovedì

ore 8.45 - 9.30 - 10.15

Venerdì

ore 15.10



GUARDA I **LIVELLI**
COOPERNUOTO CON GLI
OBIETTIVI DEI CORSI
DELLA SCUOLA NUOTO
PER GLI ADULTI



FITNESS IN ACQUA



ACQUA GYM

Ginnastica Aerobica

CIRCUIT

Lezione dinamica
e allenante

ACQUA TRAINING

Attività in vasca Piccola
e vasca Grande con
grandi attrezzi

FREE CIRCUIT

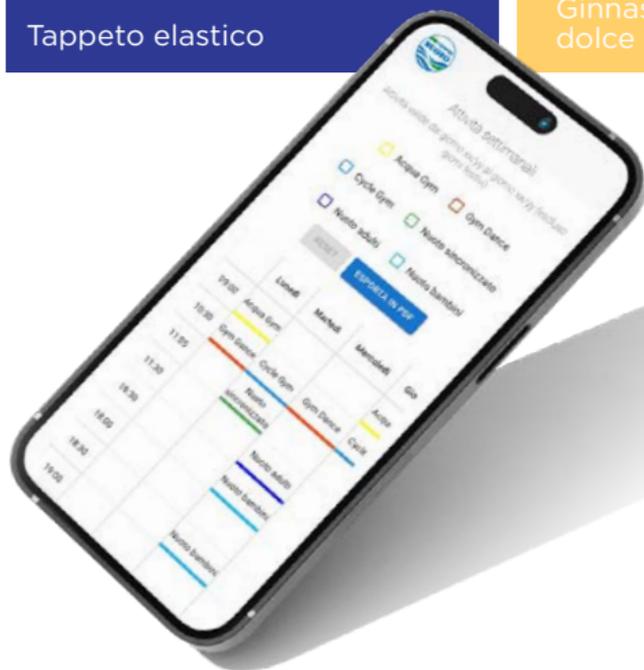
Free Circuit con l'utilizzo di
piccoli e grandi attrezzi

CIRCUIT JUMP

Tappeto elastico

ACQUA GYM DOLCE

Ginnastica
dolce



GUARDA I
GIORNI E
GLI ORARI
DELLE
LEZIONI



Lezioni da **45 minuti**

MODALITÀ

- Iscrizioni sempre aperte
- Frequenza con abbonamento o lezioni singole
- Abbonamento unico per tutte le discipline e valido negli impianti di Carpi, Correggio, Novellara, Mirandola e Soliera.
- *Per l'Acqua Gym del mattino (dal Lunedì al Venerdì) e l'Acqua Gym Dolce è inoltre possibile effettuare un abbonamento esclusivo a tariffa agevolata (valido solo negli impianti di Mirandola e Carpi)*
- Abbonamenti da 8 / 15 / 24 / 60 lezioni
Validità un anno
- Recupero lezioni perse con disdetta almeno 4 ore prima della lezione
- Le lezioni si effettueranno con un minimo di 4 partecipanti
- **Scarica l'applicazione "My Appy" per prenotare e disdire le lezioni, pagare on line le iscrizioni e i corsi di nuoto, rinnovare gli abbonamenti e molto altro!**

ALTRE ATTIVITÀ

GESTANTI

Attività a prenotazione

Turni da **45 minuti** *

- Abbonamenti da 6/12/24 lezioni
- Possibilità di lezioni singole a fine abbonamento per arrivare al termine della gravidanza
- Se rimangono lezioni, dopo il parto, si possono utilizzare come lezioni fitness o ingressi al nuoto libero
- Obbligo del certificato medico a cura del ginecologo
- Le lezioni per essere recuperate devono essere disdette almeno 3 ore prima della lezione.

Per informazioni rivolgersi in reception

LEZIONI PRIVATE

- Per bambini, ragazzi e adulti
- Le lezioni per essere recuperate devono essere disdette almeno 3 ore prima della lezione

Giorni e orari da concordare in reception

ALLENAMENTI PERSONALIZZATI

Frequenza libera in orari di apertura al pubblico con scheda preparata da un nostro allenatore

1

SCARICA MY APPY |

Scarica gratuitamente l'applicazione MyAppy-User da Play store (sistema Android) o Apple store (sistema IOS)



2

SCANSIONA IL QR CODE

Scansiona questo QR CODE e entra nella sezione Coopernuoto



3

USER PASSWORD

Richiedi in segreteria username e password (modificabile al primo accesso) da inserire per accedere al nostro impianto



COOPERSPLASH

ESTATE 2025

Agevolazioni per chi frequenta i corsi di nuoto della stagione sportiva 2024/25 e si iscrive al Campo Estivo

- Sconto **5%** se iscritto ad 1 ciclo
- Sconto **10%** se iscritto a 2 cicli
- Sconto **15%** se iscritto a 3 cicli
- Sconto **20%** se Agonisti

NUOTO LIBERO

ORARI DI APERTURA

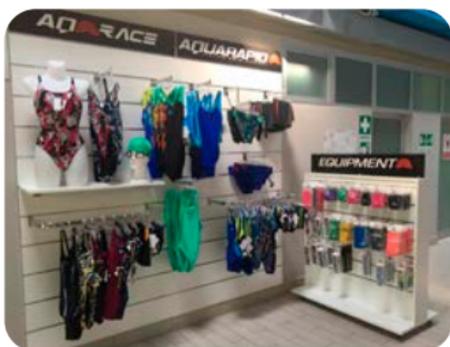
(sarà sempre presente il servizio di segreteria)

Dal 09 Settembre al 23 Dicembre 2024
e dal 07 Gennaio al 07 Giugno 2025

Lunedì	dalle 8.30 alle 21.00
Martedì	dalle 6.30 alle 21.00
Mercoledì	dalle 8.30 alle 21.00
Giovedì	dalle 6.30 alle 21.00
Venerdì	dalle 8.30 alle 20.00
Sabato	dalle 8.30 alle 19.00
Domenica	dalle 9.00 alle 13.00

- La cassa chiude 15 minuti prima della fine di ogni fascia oraria
- L'apertura è effettuata in concomitanza con altre attività
- La vasca piccola non è disponibile al Sabato mattina e in alcuni orari pomeridiani per corsi di nuoto
- Gli abbonamenti intero, ridotto e over 60 sono validi tutti i giorni, in tutti gli orari e sono utilizzabili negli impianti di Carpi, Mirandola, Correggio e Novellara.

POWERED BY
AQUARAPID 



Punto Shop

Presso il nostro impianto è possibile acquistare tutto il materiale necessario.



Via Dorando Pietri, 9 - Mirandola MO
41037 - Tel / 0535 1948935
Whatsapp / 334 6458262
mirandola@coopernuoto.it
www.coopernuoto.it

 Coopernuoto Piscine di Mirandola

 coopernuoto_mirandola

Altre piscine a gestione Coopernuoto:

- Carpi (Mo)
- Soliera (Mo) - NewClub Elite Palestra & Piscina
- Correggio (Re)
- Novellara (Re)
- Parma Moletolo (Pr)