



PISCINE DI NOVELLARA

ATTIVITÀ
2026/27



FITNESS IN ACQUA

MODALITÀ

- Iscrizioni sempre aperte
- Frequenza con abbonamento da 8 / 15 / 24 / 60 lezioni o lezioni singole
- Abbonamento unico per tutte le discipline e valido negli impianti di Carpi, Correggio, Novellara, Mirandola e Soliera.

Per l'Acqua Gym Dolce è inoltre possibile effettuare un abbonamento esclusivo a tariffe agevolate

- Validità un anno
- Recupero lezioni perse con disdetta almeno 4 ore prima della lezione
- Le lezioni si effettueranno con un minimo di 3 partecipanti
- Iscrizioni aperte da Lunedì **17 Agosto 2026**
- Scarica l'applicazione **"Coopernuoto Piscine e Palestre"** per prenotare e disdire le lezioni, rinnovare gli abbonamenti e molto altro!

1

SCARICA LA APP |

Scarica gratuitamente l'applicazione "Coopernuoto Piscine e Palestre" da Play store o Apple store.



COOPERNUOTO
Piscine e Palestre

2

SCANSIONA IL QR CODE

Scansiona il QR code della tua piscina dal sito, dalla brochure o dal Front Office (oppure inserisci il codice impianto)



3

USER PASSWORD

se sei un cliente già registrato inserisci le tue credenziali se sei un nuovo cliente effettua la registrazione seguendo le indicazioni dell'app



ABBONAMENTI E TARIFFE

TIPOLOGIA ABBONAMENTO	LEZIONI	PREZZO
ACQUA FITNESS	1 lezione	16,00€
	8 lezioni	121,00€
	15 lezioni	202,00€
	24 lezioni	291,00€
GYM DOLCE	60 lezioni	604,00€
	1 lezione	16,00€
	8 lezioni	76,00€
	15 lezioni	125,00€
	24 lezioni	172,00€

NOTE:

- Validità abbonamenti: **1 ANNO** (anno solare)
- Quota annuale: **25,00€** (anno solare)



Via dello Sport, 7
42017 - Novellara RE - Tel / 0522 662900
novellara@coopernuoto.it - www.coopernuoto.it



Coopernuoto Piscine di Novellara



[coopernuoto_novellara](https://www.instagram.com/coopernuoto_novellara)

Altre piscine a gestione

Coopernuoto:

- Carpi (Mo)
- Massa (Ms)
- Mirandola (Mo)
- Novellara (Re)

- Parma Moletolo (Pr)
- Ravenna (Ra)
- Soliera (Mo) - NewClub Elite Palestra & Piscina



PALINSESTO FITNESS

ACQUA GYM

(Ginnastica Aerobica)
Ideale per lo svolgimento di una attività che coinvolge braccia, gambe e addominali, intensa e divertente, a corpo libero o con l'utilizzo di attrezzi

GYM DOLCE

(Ginnastica dolce)
Serie di esercizi aerobici combinati, a basso impatto, per mantenersi in buona salute e migliorare la forma fisica. Adatta a tutti senza limiti di età. Tariffe promozionali

ACQUA BIKE

(Bicicletta)
Pedalare in acqua... rassodando gambe e glutei , tonificando braccia e addome, irrobustendo cuore e polmoni

BIKE CIRCUIT

Lezione suddivisa in stazioni con l'utilizzo delle bike e di piccoli attrezzi

WATER TREKKING

(Tapis roulant)
Diverse intensità di andatura, camminata e corsa, determinando la tipologia dell'allenamento, rassodando gambe e glutei. Step & run

ACQUA DUATHLON

(Bike e Tapis Roulant) L'unione tra le due attività aerobiche per eccellenza, acquabike e watertrekking, per rendere la lezione più varia e completa

TREKKING CIRCUIT

Lezione suddivisa in stazioni con l'utilizzo del tapis roulant e di piccoli attrezzi

ORE	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
10.20						ACQUA GYM	
10.40	ACQUA GYM DOLCE		ACQUA GYM DOLCE		ACQUA GYM DOLCE		
11.15						ACQUA DUATHLON	
13.00	ACQUA BIKE		ACQUA DUATHLON		WATER TREKKING		
18.55	ACQUA GYM	BIKE CIRCUIT		TREKKING CIRCUIT			
19.45	ACQUA BIKE	ACQUA GYM	ACQUA DUATHLON	ACQUA BIKE			
	ACQUA GYM ACQUA ALTA*						

*Le attività si svolgono in acqua alta