

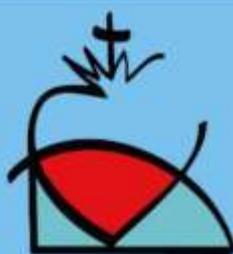
COLEGIO CORAZONISTAS LA MINA

ACTIVIDADES ACUÁTICAS



NATACIÓN INFANTIL
NATACIÓN PRIMARIA
MATRONATACIÓN

PISCINA.Z@CORAZONISTAS.COM



QUIENES SOMOS

Más de veinte años lleva la piscina de Corazonistas enfocada a la enseñanza de la natación. Con un vaso de 12,5 x 6 metros, es la piscina ideal para que los más pequeños puedan aprender a nadar sin el vértigo que producen los vasos de nado de 25 metros. Además, los mayores tienen la oportunidad de hacer ejercicio cerca de casa, tanto en las clases de aquagym como en las de nado.

La piscina Corazonista es conocida por sus actividades propuestas por el centro y por el equipo de natación, que llenan todas las horas diariamente de lunes a sábado con diferentes actividades (iniciación a la natación, perfeccionamiento, introducción a la competición, natación para adultos, aquagym y natación terapéutica)

De acuerdo con las instalaciones con las que contamos, entendemos que los cursillos de natación enfocados a niños deben afrontarse como una iniciación a la natación, un primer contacto con el agua y perder el miedo a lo desconocido, dejando las técnicas más agresivas para clubs de competición. Y, por supuesto, ofrecer tranquilidad a las familias sabiendo que al finalizar los cursillos sus hijos sabrán nadar y no corren peligro. Además de esta perspectiva utilitaria buscamos un enfoque educativo, respetando el nivel de cada niño y adaptando los ejercicios a las necesidades de cada uno.

Para los adultos ofrecemos la oportunidad de hacer ejercicio en una piscina para todos los gustos. Los más aprensivos al agua encontrarán la comodidad de hacer pie en todo el vaso y no sentir miedo por no controlar el medio y, para aquellos nadadores asiduos, una piscina que ofrece la posibilidad de hacer entrenamientos sin el agotamiento que podemos sentir en una piscina de 25 metros.

Como complemento a la natación tradicional contamos con actividades como aquagym, para hacer ejercicio y divertirse en grupo, y la natación terapéutica, enfocada a la rehabilitación y mejora física de aquellos que la practican.

MATRONATACIÓN, NATACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

Desde la piscina Corazonistas tenemos como objetivo educar y formar a los más pequeños en las diferentes habilidades motoras relacionadas con la natación, y en las medidas de seguridad e higiene para que queden interiorizadas tanto en los momentos de nado en la piscina como en épocas estivales.

La natación es una de las actividades deportivas más completas, se ejercitan los músculos, la coordinación motora y los sistemas circulatorio y respiratorio. Además, contribuye a desarrollar la independencia y la confianza en uno mismo.

La **matronatación** comprende a los niños y niñas de 6-8 meses a 2 años. Se busca la estimulación temprana del bebé y reforzar el vínculo afectivo entre los miembros de la familia mediante ejercicios y juegos en el agua.

Durante la etapa **pre-infantil** e **infantil** (niños de 2 a 3 y de 3 a 6 años). Para la etapa pre-infantil, los beneficios son muchos: la natación mejora sus capacidades cardiorrespiratorias, favorece su alineación postural y beneficia su coordinación muscular, desarrollando sus capacidades sensoriales y psicomotrices. Una etapa para perder el miedo, familiarizarse con el medio acuático e ir poco a poco introduciéndose en los conceptos iniciales de la natación. La enseñanza es casi particular, con 3 a 5 alumnos por sesión.

En la etapa infantil la metodología con la que trabajamos es individualizada, las clases tienen un máximo de 6 cursillistas y

mínimo de 3, y los monitores están preparados para respetar el ritmo de aprendizaje de cada uno, adecuando los diferentes ejercicios al nivel y evolución de cada niño/a.

Durante la etapa de **primaria**, los objetivos que buscamos es el perfeccionamiento de la técnica, la mejora física y la diversión unida al establecimiento de unas pautas y rutinas higiénicas y deportivas (ducha, calentamiento, preparación de material, vuelta a la calma...)

Las clases de la piscina Corazonistas duran 40 minutos, con 5 minutos para recoger el material que han utilizado y establecer una rutina de ducha con sus normas de higiene. Con esta rutina final buscamos el desarrollo integral del niño/a, haciéndole asumir la responsabilidad de guardar sus cosas y dándole la autonomía para hacerlo (respetando el tiempo que esto requiere)

HORARIOS Y PRECIOS

ACTIVIDAD	DÍAS Y TURNOS	PRECIO POR TRIMESTRE
Matronatación	Sábado: - 9:00 a 9:45 - 9:45 a 10:30	190€
Natación Pre-infantil	Lunes a Viernes: - 16:30 a 17:15 - 17:15 a 18:00 - 18:00 a 18:45	1 día a la semana 130€
Natación Infantil	- 18:45 a 19:30	2 días a la semana 223€
Natación primaria	Sábados: - 10:30 a 11:15 - 11:15 a 12:00 - 12:00 a 12:45 - 12:45 a 13:30	3 días a la semana 308€

*Todos los turnos están sujetos a demanda. Será necesario un mínimo de 3 nadadores para abrir un grupo



PREGUNTA POR
LAS CLASES
PARTICULARES

NIVELES

NIVELES	OBJETIVOS
<p>ESTRELLA</p> 	<p>FAMILIARIZACIÓN: Tolerancia del agua en la cara Flotación dorsal Flotación ventral asistida o con ayuda Salto al agua con ayuda Desplazamiento ventral asistido</p>
<p>PULPITO</p> 	<p>Meter la cabeza en el agua Flotación ventral Desplazamiento ventral con tabla Desplazamiento posición dorsal Desplazamiento primario sin asistencia (buceo) de 2 metros Desplazamiento vertical asistido Zambullidas</p>
<p>TORTUGA</p> 	<p>Recoger objetos del fondo (0.70 cm) Desplazamiento ventral tabla: sacando brazos y con propulsión de piernas Iniciación técnica de espalda: brazos alternativos aéreos y submarinos Desplazamiento sin asistencia (buceo) de 4 metros Iniciación a la entrada al agua de cabeza</p>
<p>NEMO</p> 	<p>Recoger objetos del fondo en la mitad de piscina Técnica crol con respiración lateral Técnica espalda: piernas de espalda y brazos, rolido Inicio a la braza: patada Desplazamiento 12 metros sin ayuda y sin parar Entrada de cabeza desde bipedestación</p>
<p>DORY</p> 	<p>Buceo en toda la piscina Técnica coordinada crol y espalda Técnica de braza: patada y brazada Iniciación a la mariposa: batida de piernas Salida de cabeza de competición e inicio salida de espalda Desplazamiento 50 metros sin ayuda y sin parar Iniciación al viraje: volteo de crol</p>
<p>DESTINY</p> 	<p>Técnica coordinada crol, espalda, braza Técnica correcta en salidas y virajes de competición Técnica de mariposa: patada y brazada. Desplazamiento 100 metros sin ayuda y sin parar Inicio a la natación de competición</p>

NUESTROS MONITORES

CRISTIAN JIMÉNEZ CALVO



- Coordinador de la piscina
- Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Máster en Formación del Profesorado en Educación Secundaria
- Monitor y Entrenador

ÓSCAR SEGURA TABUENCA



- Técnico Superior en Actividades Físicas y Animación Deportiva
- Curso en dietética
- Monitor de tiempo libre y de natación

NICOLÁS RODRIGO ORNAT



- Grado Superior de Acondicionamiento Físico
- Socorrista
- Monitor

CRISTIANA NEDELCU



- Título de Socorrismo y Salvamento Acuático
- Grado Superior en Educación Infantil
- Monitora de Tiempo Libre

CALENDARIO

TRIMESTRES	FECHA COMIENZO	FECHA FINAL
1 ^{er} TRIMESTRE	01/09/2023	30/11/2023
2 ^o TRIMESTRE	01/12/2023	29/02/2024
3 ^{er} TRIMESTRE	01/03/2024	24/05/2024
JUNIO	27/05/2024	21/06/2024

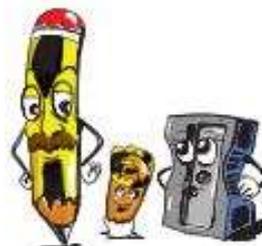
*La piscina no se hace responsable de los cambios que sufra el calendario escolar ni de los días festivos que afecten a los cursillos.

*El calendario seguido es el escolar.

Calendario Escolar ARAGÓN 2023/24

SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE																																																																																																																																																			
<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D				1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31												
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
			1	2	3																																																																																																																																																
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																																																															
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																																																															
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																															
25	26	27	28	29	30																																																																																																																																																
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO																																																																																																																																																			
<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
MARZO	ABRIL	MAYO																																																																																																																																																			
<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
JUNIO																																																																																																																																																					
<table border="1"> <tr><td>L</td><td>M</td><td>X</td><td>J</td><td>V</td><td>S</td><td>D</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																																																																																																									
L	M	X	J	V	S	D																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				

■ Festivos provincia Zaragoza.
 ■ Festivos provincia Huesca.
 ■ Festivos provincia Teruel.
 *Dos días de fiestas locales a determinar por el Ayuntamiento de cada localidad.



NORMAS GENERALES

FECHAS DE INSCRIPCIÓN:

Para realizar la inscripción es necesario proporcionar el **nombre** completo tanto del **cursillista** como **del padre/madre/tutor**, así como un **número de cuenta y DNI** del titular de la misma, para poder realizar el cargo. Estas gestiones se realizan a través del correo electrónico piscina.z@corazonistas.com o en persona en la garita de infantil del Colegio Corazonistas (Paseo de la Mina 4-10) de 16:00h a 19:00h.

PAGOS:

Los pagos se realizarán de forma trimestral y se harán por domiciliación bancaria al principio de cada trimestre.

En caso de que la inscripción sea posterior al comienzo del trimestre consultar con los coordinadores.

RECIBOS DEVUELTOS:

Los recibos devueltos por la entidad financiera deberán ser abonados en efectivo dentro del trimestre en que han sido enviados. Se cobrará el importe de la devolución bancaria (3€) El impago de un recibo pendiente dentro de este plazo da lugar a la baja automática del cursillista y por lo tanto, la disposición de su plaza.

AUSENCIAS:

Los días no consumidos por motivos de viaje, asuntos personales, fiestas del calendario escolar, etc. no serán devueltos ni se podrán recuperar en otros turnos.

En caso de ausencia prolongada por enfermedad (pérdida de más de 4 clases), acompañada del justificante médico, se devolverá el importe proporcional al tiempo que el cursillista no pueda asistir.

BAJA EN LA ACTIVIDAD:

Las bajas deben notificarse dentro del trimestre anterior. Si la baja se notifica con el trimestre empezado, no se devolverá el importe del mismo.

CAMBIOS DE GRUPO:

Los cambios de grupo deberán solicitarse a los coordinadores de la piscina por correo electrónico o en el horario de atención personal, y estarán sujetos a la disponibilidad de los grupos en el momento del cambio.

ANULACIÓN DEL CURSILLO:

En caso de que un grupo no llegase al número mínimo de inscritos (3 cursillistas) se procederá a la anulación del cursillo. Los inscritos en ese grupo anulado podrán inscribirse en los grupos donde queden plazas vacantes o se les devolverá el dinero.

USO DE VESTUARIOS Y NORMAS SANITARIAS

Para evitar aglomeraciones, los cursillistas pueden entrar al vestuario 10min antes del comienzo de su clase y acompañados por un único responsable.

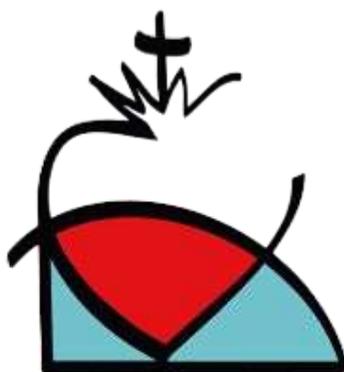
Los carritos de niño no podrán dejarse dentro del vestuario.

Las puertas de la piscina permanecen cerradas durante las clases. Se puede seguir el curso de la clase desde la televisión colocada en la parte exterior de la piscina.

Es obligatorio el uso de bañador, chanclas y gorro. Se recomienda traer toalla o albornoz. La instalación no se responsabiliza de los objetos perdidos o desaparecidos en los vestuarios. Se recomienda no dejar objetos de valor.

SE RUEGA COLABORACIÓN CON EL PERSONAL DE LA PISCINA PARA EL MEJOR FUNCIONAMIENTO DE LA INSTALACIÓN

PISCINA.Z@CORAZONISTAS.COM



PISCINA CORAZONISTAS LA MINA

NATACIÓN PARA ADULTOS

CLASES DE NATACIÓN

REHABILITACIÓN

NATACIÓN TERAPÉUTICA

AQUAGYM

CLASES PARTICULARES

ENTRENAMIENTOS PERSONALES



piscina.z@corazonistas.com

QUIENES SOMOS

Más de veinte años lleva la piscina de Corazonistas enfocada a la enseñanza de la natación. Con un vaso de 12,5 x 6 metros, es la piscina ideal para que los más pequeños puedan aprender a nadar sin el vértigo que producen los vasos de nado de 25 metros. Además, los mayores tienen la oportunidad de hacer ejercicio cerca de casa, tanto en las clases de aquagym como en las de nado.

La piscina Corazonista es conocida por sus actividades propuestas por el centro y por el equipo de natación, que llenan todas las horas diariamente de lunes a sábado con diferentes actividades (iniciación a la natación, perfeccionamiento, introducción a la competición, natación para adultos, aquagym y natación terapéutica)

De acuerdo con las instalaciones con las que contamos, entendemos que los cursillos de natación enfocados a niños deben afrontarse como una iniciación a la natación, un primer contacto con el agua y perder el miedo a lo desconocido, dejando las técnicas más agresivas para clubs de competición. Y, por supuesto, ofrecer tranquilidad a las familias sabiendo que al finalizar los cursillos sus hijos sabrán nadar y no corren peligro. Además de esta perspectiva utilitaria buscamos un enfoque educativo, respetando el nivel de cada niño y adaptando los ejercicios a las necesidades de cada uno.

Para los adultos ofrecemos la oportunidad de hacer ejercicio en una piscina para todos los gustos. Los más aprensivos al agua encontrarán la comodidad de hacer pie en todo el vaso y no sentir miedo por no controlar el medio y, para aquellos nadadores asiduos, una piscina que ofrece la posibilidad de hacer entrenamientos sin el agotamiento que podemos sentir en una piscina de 25 metros.

Como complemento a la natación tradicional contamos con actividades como aquagym, para hacer ejercicio y divertirse en grupo, y la natación terapéutica, enfocada a la rehabilitación y mejora física de aquellos que la practican.

¿CUÁLES SON NUESTROS SERVICIOS?

Son varias las opciones que ofrecemos; y todas ellas se pueden ajustar de forma individualizada a tus necesidades y objetivos.

Clases de natación: Nadar, mejorar la técnica o llevar a tu cuerpo a un estado de exigencia física, entrarían dentro de esta opción muy demandada.

Rehabilitación y natación terapéutica: Desde una perspectiva global, es entendida como aquellos programas de salud que se dirigen, por un lado, a la compensación de las desviaciones de la columna vertebral, y por otro lado, a la compensación de enfermedades y lesiones que pueden aparecer en la etapa adulta, utilizando para ello desplazamientos acuáticos descritos en el marco de la natación. Trabaja la fuerza, recupera la movilidad y vuelve al estado normal mediante un trabajo individualizado y con objetivos muy concretos.

Aquagym: Actividad que aprovecha el entorno acuático para ejercitar los músculos, así como aumentar la resistencia y fuerza del cuerpo al ritmo de la música.

Clases particulares: Solicita clases particulares con el fin de aprender a nadar, mejorar físicamente y técnicamente...etc.

Entrenamientos personales: Tanto en agua como en seco.

HORARIOS Y PRECIOS

ACTIVIDAD	DÍAS Y HORARIOS	PRECIO POR TRIMESTRE
Clases de natación	<u>Lunes a Viernes</u>	
Natación terapéutica	14:45 a 16:30	<u>1 día a la semana</u>
Rehabilitación	<u>Lunes</u> 19:30 a 20:15	102€
	<u>Miércoles</u> 18:45 a 20:15	<u>2 días a la semana</u>
	<u>Jueves</u> 18:45 a 20:15	172€
	<u>Viernes</u> 18:00 a 18:45	<u>3 días a la semana</u>
		237€
Aquagym	<u>Martes</u> 18:45 a 19:30	102€
Clases particulares y entrenamientos personales	Consultar disponibilidad	Consultar precio

*Todas nuestras actividades están dirigidas por un profesional especializado.

*Para las actividades grupales es necesario un mínimo de 3 personas para abrir el grupo

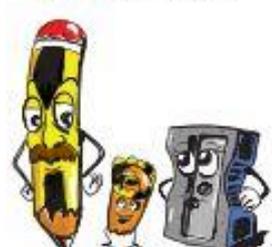
CALENDARIO

TRIMESTRES	FECHA COMIENZO	FECHA FINAL
1 ^{er} TRIMESTRE	01/09/2023	30/11/2023
2 ^o TRIMESTRE	01/12/2023	29/02/2024
3 ^{er} TRIMESTRE	01/03/2024	31/05/2024
JUNIO	03/06/2024	21/06/2024

*La piscina no se hace responsable de los cambios que sufra el calendario escolar ni de los días festivos que afecten a los cursillos.

*El calendario seguido es el escolar.

Calendario Escolar ARAGÓN 2023/24

SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29
MARZO	ABRIL	MAYO
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
JUNIO	<p>■ Festivos provincia Zaragoza. ■ Festivos provincia Huesca. ■ Festivos provincia Teruel. *Dos días de fiestas locales a determinar por el Ayuntamiento de cada localidad.</p> 	
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30		

NUESTROS MONITORES

CRISTIAN JIMÉNEZ CALVO



- Coordinador de la piscina
- Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Máster en Formación del Profesorado en Educación Secundaria
- Monitor y Entrenador

ÓSCAR SEGURA TABUENCA



- Técnico Superior en Actividades Físicas y Animación Deportiva
- Curso en dietética
- Monitor de tiempo libre y de natación
- Socorrista

NORMAS GENERALES

FECHAS DE INSCRIPCIÓN:

Para realizar la inscripción es necesario proporcionar el **nombre** completo del **cursillista**, así como un **número de cuenta y DNI** del titular de la misma para poder realizar el cargo. Estas gestiones se realizan a través del correo electrónico piscina.z@corazonistas.com o en persona en la garita de infantil del Colegio Corazonistas (Paseo de la Mina 4-10) de 16:00h a 19:00h.

PAGOS:

Los pagos se realizarán de forma trimestral y se harán por domiciliación bancaria al principio de cada trimestre.

En caso de que la inscripción sea posterior al comienzo del trimestre consultar con el coordinador.

RECIBOS DEVUELTOS:

Los recibos devueltos por la entidad financiera deberán ser abonados en efectivo dentro del trimestre en que han sido enviados. Se cobrará el importe de la devolución bancaria (3€). El impago de un recibo pendiente dentro de este plazo da lugar a la baja automática del cursillista y, por lo tanto, la disposición de su plaza.

AUSENCIAS:

Los días no consumidos por motivos de viaje, asuntos personales, fiestas del calendario escolar, etc. no serán devueltos ni se podrán recuperar en otros turnos.

En caso de ausencia prolongada por enfermedad (pérdida de más de 4 clases), acompañada del justificante médico, se devolverá el importe proporcional al tiempo que el cursillista no pueda asistir.

BAJA EN LA ACTIVIDAD:

Las bajas deben notificarse dentro del trimestre anterior. Si la baja se notifica con el trimestre empezado, no se devolverá el importe del mismo.

ANULACIÓN DEL CURSILLO:

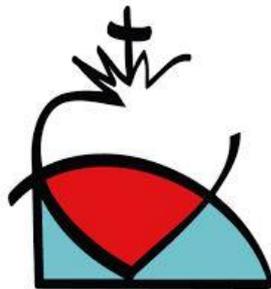
En caso de que un grupo no llegase al número mínimo de inscritos (3 cursillistas) se procederá a la anulación del cursillo. Los inscritos en ese grupo anulado podrán inscribirse en los grupos donde queden plazas vacantes o se les devolverá el dinero.

USO DE VESTUARIOS Y NORMAS SANITARIAS

Para evitar aglomeraciones, los cursillistas pueden entrar al vestuario 10min antes del comienzo de su clase.

Es obligatorio el uso de bañador, chanclas y gorro. Se recomienda traer toalla o albornoz. La instalación no se responsabiliza de los objetos perdidos o desaparecidos en los vestuarios. Se recomienda no dejar objetos de valor.

SE RUEGA COLABORACIÓN CON EL PERSONAL DE LA PISCINA PARA EL MEJOR FUNCIONAMIENTO DE LA INSTALACIÓN



PISCINA.Z@CORAZONISTAS.COM