



# Curso “Nadador Salvador em Piscina”

WWW.FEPONS.ORG



População Alvo: Nadadores Salvadores

Metodologia: Curso de Formação

Objectivos: Especialização do Nadador Salvador ao Ambiente de Piscina

Duração: 8 Horas

- 3h – Teóricas;
- 4h – Práticas na Água;
- 1h – Testes Finais

Pré Requisitos:

- Ter curso de Nadador Salvador válido do ISN;

Testes Finais:

- Nadar 50 metros em Natação de Salvamento em menos de 50 segundos;

- Nadar 20 metros subaquáticos e recuperar 3 objectos do fundo da piscina, afastados 5 metros entre cada;
- Teste técnico de Salvamento Aquático em Piscina.

Conteúdos:

- Actuação Pessoal
- Regra 10:20
- Estatísticas
- Regras de Segurança
- Qualidade da Água e do Ar
- Material Didáctico de Natação
- Saltos e Mergulhos na Natação
- Material para Posto Médico
- Vigilância
- Portadores de Deficiência / Idosos
- Equipamento de Salvamento
- Algoritmo de Salvamento
- Transportes
- Entrada na Água
- Prevenção
- Salvamento com Equipamento
- Salvamento sem Meios
- Epilepsia
- Trauma
- SBV Aquático
- Esquema de Emergência

Instrutores: Instrutores creditados pelo Instituto de socorros a Náufragos e pela FEPONS

Custo:

40,00€ por formando, caso existam mais de 10 formandos;

50,00€ por formando, caso existam de 8 a 10 formandos;

70,00€ por formando, caso existam de 5 a 7 formandos;