



Uma Escola da:

**EFNSP Certificada
pelo ISN n° 03/2016**



Associated Member

CURSO DE NADADOR-SALVADOR COORDENADOR

Informações

Duração: De 1 de abril a 17 de maio de 2026, durante 137 horas (85 horas online síncronas e 52 horas presenciais) em horário pós-laboral nos dias úteis e Sábados e Domingos em horário das 9:00 às 19:00. A localização das aulas presenciais será nas Piscinas Municipais de Coruche. O plano de aulas está disponível em anexo no final deste documento.

O Exame final será realizado presencialmente em dia a determinar pelo ISN, nas Piscinas Municipais de Coruche, em horário laboral.

Data Limite de Inscrição: 30 de março de 2026

Inscrição: formulário online disponível na área "Centro de Formação" em www.fepons.org e posterior envio da confirmação do Google Forms e da documentação exigida, para o email fepons@fepons.org

Dúvidas: Colocar via e-mail (fepons@fepons.org). Esclarecidas logo que possível pela mesma via nos dias úteis, no horário de Segunda a Sexta das 9:00 -13:00 e das 14:00 às 18:00

Condições de Admissão:

- Ter o curso de nadador-salvador à data de início do curso;
- O cartão de nadador-salvador estar dentro da validade na altura do exame final do curso de nadador-salvador coordenador;
- Mínimo de 2000 horas de exercício da profissão na categoria de nadador-salvador:
Das quais 1000 Horas são obrigatoriamente prestadas no exercício da atividade numa praia marítima, devidamente comprovado pela entidade contratante e verificado pelo ISN como autoridade competente;
As restantes Horas podem ser de exercício prestado em Praia ou Piscina.

Custo da Inscrição:

- 300,00€ (trezentos euros) que inclui:
 - Seguro;
 - Manual de Nadador Salvador em formato digital;
 - 1 máscara de reanimação;
 - Sistema online de apoio ao estudo.
- Transferência bancária para:
IBAN PT50 0045 5170 4023 2411 4052 3/ NIB 0045 5170 4023 2411 4052 3;
Beneficiário: Federação Portuguesa de Nadadores Salvadores
- Facilidades de pagamento, mediante autorização prévia da Academia, através de envio de email para fepons@fepons.org.



Curso de Nadador-Salvador Coordenador

Inscrição (Envio de todos os seguintes documentos):

- Preenchimento do formulário online e envio da seguinte documentação:
 1. Reencaminhamento do email de confirmação do Google Forms* para o e-mail fepons@fepons.org
 2. Cópia Frente e Verso do Cartão de Cidadão / Passaporte e comprovativo de NIF (Para Estrangeiros);
 3. Comprovativo de Morada (apenas cabeçalho de carta recebida, pode ser do banco, Água, Eletricidade, etc.)
 4. 1 Fotografia Atualizada tipo passe a cores em fundo branco;
 5. Declaração a Comprovar Robustez Física e Perfil Psíquico para o curso de Nadador-Salvador Coordenador, emitido pelo próprio, segundo minuta disponível online em http://www.fepons.org/?fepons=page&pagina_id=20 ;
 6. Fotocópia Frente e Verso do último cartão de Nadador-Salvador;
 7. Declaração/Declarações de prova do mínimo de 2000 horas de exercício da profissão na categoria de nadador-salvador;
 8. Contrato(s) de trabalho ou contrato(s) de prestação de serviços que justifique(m) as horas referidas na(s) declaração/declarações enviada(s).
 - a. O contrato de trabalho é dispensado APENAS quando a declaração/declarações apresentadas seja(m) emitida(s) por entidade(s) pública(s) (Ex. Capitania de Portos, Entidades Municipais).
 - b. Para contrato(s) de prestação de serviços, enviar o extrato de remunerações da segurança social ou Recibos Verdes da AT relativos ao serviço prestado do(s) referido(s) contrato(s).
 9. Cópia do comprovativo de pagamento da totalidade do Custo da Inscrição (300,00€), por transferência bancária com indicação do número de conta de onde é transferido, o valor e a data.

NIB 0045 5170 4023 2411 4052 3 ou
IBAN PT50 0045 5170 4023 2411 4052 3
Beneficiário: Federação Portuguesa de Nadadores Salvadores

NOTA: TODOS OS DOCUMENTOS DEVEM SER ENVIADOS EM FORMATO .PDF OU .JPEG, DEVIDAMENTE LEGÍVEIS.

***Caso não receba na caixa de entrada verifique no SPAM ou Lixo do seu email.**

Devoluções:

- Em caso de desistência durante a formação, reprovação nos exames finais ou exclusão durante a formação, o valor da inscrição NÃO será devolvido, nem parte dele;
- Caso estas situações se devam a questões de saúde comprovadas por documento médico, o formando pode mediante requerimento à Escola de Formação e comprovativo, solicitar inscrição num próximo curso até ao final do ano civil seguinte, com um desconto de 60€.

Seguro:

O Seguro dura até ao final do curso. Não estão cobertos os acidentes pessoais ocorridos fora dos períodos e locais em que o curso é ministrado, nem os resultantes do uso de brincos e piercings.

O seguro tem uma franquia no valor de 50€ da responsabilidade do sinistrado.



Curso de Nadador-Salvador Coordenador

Exclusões durante o Curso:

- Faltar a mais de 15% do total de horas do curso (20,5h)
- Praticar atos com dolo ou mera culpa que, pela sua gravidade, inviabilizem a sua continuidade no curso;
- Mostrar falta de aproveitamento e aptidão.

Número Limite de Inscrições: 30

Local de realização: as aulas online síncronas decorrerão em ambiente Zoom. As aulas presenciais terão lugar em sala de formação, nas Piscinas Municipais de Coruche.

Módulos do curso:

- 1 — Comunicação interpessoal e assertividade.....25h (online)
- 2 — Gestão de equipas.....25h (online)
- 3 — Gestão do stress e gestão de conflitos.....25h (online)
- 4 — Coordenação em praias e piscinas.....10h (online)
Coordenação em praias e piscinas.....15h (presenciais)
- 5 — Noções Avançadas de Primeiros Socorros.....25h (presenciais)
- 6 — Suporte Básico de Vida (SBV) adaptado ao meio aquático.....12h (presenciais)

Número mínimo de formandos para que o curso se realize: 15

Certificação da Formação: Instituto de Socorros a Náufragos

Validade do curso: o curso é válido em todo o país, para desempenho das funções de nadador-salvador e nadador-salvador coordenador, em qualquer praia / piscina, por um período de 3 anos.

Legislação Aplicável: Lei 68/2014 de 29 de agosto, Portaria 373/2015 de 20 de outubro, Decreto-lei 242/2009 de 16 de setembro, Despacho ISN nº 03/2016 de 15 de fevereiro, Despacho ISN nº 11/2022 de 15 de dezembro, Decreto Lei nº 242/2009 de 16 de setembro.

Os inscritos serão contactados, em dia a determinar, após terminar o prazo limite de inscrição, para agendamento de uma sessão online de abertura.

Apoios:





Curso de Nadador-Salvador Coordinador

Anexo

Plano de Aulas

| Dia | | Regime | Local | Inicio | Fim |
|---------------|------------|------------|--------------------------------|--------|-------|
| quarta-feira | 01/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 23:00 |
| quinta-feira | 02/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| segunda-feira | 06/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quarta-feira | 08/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quinta-feira | 09/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sábado | 11/04/2026 | On-Line | | 14:00 | 19:00 |
| segunda-feira | 13/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quarta-feira | 15/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quinta-feira | 16/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sábado | 18/04/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| sábado | 18/04/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 19:00 |
| domingo | 19/04/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| domingo | 19/04/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 19:00 |
| terça-feira | 21/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quarta-feira | 22/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| terça-feira | 28/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quarta-feira | 29/04/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sábado | 02/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| sábado | 02/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 19:00 |
| domingo | 03/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| domingo | 03/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 19:00 |
| quarta-feira | 06/05/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sexta-feira | 08/05/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| quarta-feira | 13/05/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sexta-feira | 15/05/2026 | On-Line | | 19:00 | 0:00 |
| sábado | 16/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| sábado | 16/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 19:00 |
| domingo | 17/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 9:00 | 13:00 |
| domingo | 17/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | 14:00 | 18:00 |

Exame Específico de Aptidão Técnica

| | | | |
|--|------------|--------------------------------|------------------------------------|
| Data a determinar pelo ISN após 17/05/2026 | Presencial | Piscinas Municipais de Coruche | Horário Laboral a definir pelo ISN |
|--|------------|--------------------------------|------------------------------------|