



CURSO DE NADADORES SALVADORES (M/F)

BRAGA

O Gabinete de Apoio ao Desporto do Município de Braga, através do Núcleo de Formação de Socorros a Náufragos do ISN – Instituto de Socorros a Náufragos, agendou um Curso de Nadador Salvador, em Braga, nas Piscinas da Rodovia.

Encontram-se assim, abertas as inscrições para prestar provas de aptidão, que se **realizarão a 29 de Outubro**.

O horário das provas de admissão será oportunamente divulgado em coordenação com a disponibilidade das instalações e do formador a designar pelo NFSN.

O Curso vai abranger a área da vigilância, socorro, salvamento e assistência a banhistas, terá a duração de 29 dias e estará programado para 135 horas de formação (em horário Laboral, Pós-laboral ou misto, exceto Domingos). Apenas será iniciado se for atingido o número mínimo de 15 inscrições.

Serão admitidos a frequentar o Curso de Nadador Salvador os candidatos que obtenham aproveitamento no respetivo exame de admissão.

No ato da inscrição, cada candidato terá de pagar 5,81€ e após as provas de aptidão, caso seja admitido, terá de pagar mais 123€.

As Inscrições serão limitadas a 28 alunos.

Para a realização do mesmo, será necessário a seguinte documentação:

- Os interessados devem enviar CV atualizado com fotografia para desporto.lazer@cm-braga.pt ;
- Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade ou Passaporte, que comprove que o candidato possui a idade mínima de 18 anos à data de início do curso;
- Certificado escolar que comprove a habilitação literária mínima correspondente à escolaridade obrigatória;
- Documento que ateste as atividades profissionais desenvolvidas;
- Atestado médico comprovativo da robustez física e o perfil psíquico.

O exame de admissão contará com as seguintes provas:

- Nadar 100 metros livres (exceto costas) em 1'50'';
- Natação subaquática no tempo mínimo de 20'';
- Nadar 25 metros em decúbito dorsal só com batimento de pernas;
- Apanhar 2 objetos a uma profundidade mínima de 2 metros.



Mais informações em [**I.S.N Marinha**](#)

