

**CORSO A.B. "P" FULL GARBAGNATE MILANESE**  
Via Monte Nero, 15 - 20024 - Garbagnate Milanese

Data	Orario	Lezione	Modalità
mercoledì 01/04	19.30-20.30	Presentazione del corso con Fiduciario	In aula
	20.30-21.30	Test ingresso abilità natatorie	Pratica in acqua
20 ore 40 minuti di video lezioni su portale FAD Federnuoto (Formazione a Distanza)			Formazione on line
giovedì 09/04	20.30 - 22.00	Perfezionamento Stile Rana e Rana dorsale	Pratica in acqua
sabato 11/04	16.00 - 17.30	L'AB e la sorveglianza. Tecniche di salvataggio acquatico.	Presenza in aula
	17.30 - 18.30	Tecniche di recupero di soggetto in stato di pericolo in acqua	Presenza in aula
giovedì 16/04	20.30-22.00	Es. di nuoto: eseguire metri 400 di nuoto continuato a sl	Pratica in acqua
sabato 18/04	16.00 - 17.00	La fase subacquea, tecnica di immersione, discesa sul fondo	Presenza in aula
	17.00 - 18.30	La fase subacquea, tecnica di immersione, discesa sul fondo	Pratica in acqua
martedì 21/04	19.30 - 21.30	Acquisizione di capacità di intervento pratico I	Pratica a secco
	21.30 - 22.30	Acquisizione di capacità di intervento pratico I (scenari pratici)	Pratica a secco
martedì 28/04	19.30 - 20.30	Tecniche specifiche di nuoto per finalità di salvamento	Presenza in aula
	20.30 - 21.00	Le tecniche di nuotata del Salvamento	Presenza in aula
martedì 05/05	19.30 - 20.30	Perfezionamento nuotate di salvamento	Presenza in aula
	20.30 - 22.30	Perfezionamento nuotate di salvamento	Pratica in acqua
giovedì 07/05	20.30 - 21.30	Le tecniche di nuotata del Salvamento	Pratica in acqua
sabato 09/05	14.30 - 15.30	BLS D TEORIA	Presenza in aula
	15.30 - 19.30	BLS D PRATICA	Pratica a secco
martedì 12/05	19.30-20.00	Entrata in acqua, approccio al pericolante	Presenza in aula
	20.00-20.30	La fase subacquea, tecnica di immersione, discesa sul fondo e recupero del pericolante	Presenza in aula
	20.30-21.15	Entrata in acqua, approccio al pericolante	Pratica in acqua
	21.15-22.00	La fase subacquea, tecnica di immersione, discesa sul fondo e recupero del pericolante	Pratica in acqua
giovedì 14/05	20.30 - 22.00	Esercitazioni di nuoto in apnea	Pratica in acqua
sabato 16/05	16.00 - 19.00	Acquisizione di capacità di intervento pratico II	Pratica a secco
martedì 19/05	19.30-20.00	Le prese di trasporto	Presenza in aula
	20.00-20.30	Le liberazioni	Presenza in aula
	20.30-21.30	Le prese di trasporto	Pratica in acqua
	21.30-22.15	Le liberazioni	Pratica in acqua
martedì 26/05	19.30-21.30	Utilizzo pallone AMBU ed Ossigeno	Pratica a secco
giovedì 28/05	20.30-21.00	L'uscita dall'acqua del pericolante ed il suo trasporto a terra	Pratica in acqua
	21.00-21.30	La specificità dell'intervento con traumatizzati	Pratica in acqua
	21.30-22.15	Il soccorso acquatico con attrezzature specifiche	Pratica in acqua
domenica 07/06	14.30	Esame teorico, pratica a seguire	

TOTALE ORE	83h40'
TEORIA	29h40' (20h40' FAD + 9h in presenza in aula)
PRATICA	23h (8h a secco + 15h in acqua)
TIROCINIO	30h

**MODULO BLS D PER IL RILASCIO DELL'AUTORIZZAZIONE ALL'UTILIZZO DEL DEFIBRILLATORE SEMIAUTOMATICO**

- N.B. Per accedere all'esame finale occorre aver svolto **30 ORE DI TIROCINIO PRATICO** presso una società affiliata FIN o una Scuola Nuoto Federale FIN.
- La frequenza al corso è obbligatoria, è ammessa una percentuale di assenze non superiore al 10% del totale per essere ammessi all'esame finale.