

PRESS RELEASE

Inscrições já se encontram abertas

Curso Stand Up Paddle como modalidade do Desporto Escolar

A ASUPP – Associação de Stand Up Paddleboarding de Portugal irá dinamizar o curso “O Stand Up Paddle como modalidade do Desporto Escolar”, entre os dias 29 a 31 de março, na Lagoa de Óbidos.

Os destinatários desta ação, com a duração de 25 horas, são os professores de Educação Física e instrutores de Stand Up Paddle.

Programa do curso:

- O Instrutor de SUP, conceitos, deveres e obrigações – ESDRM – 2 horas (teórica)
- Tipos de equipamentos e sua utilização – ASUPP – 3 horas (teórica e prática)
- Meteorologia, gestão de riscos e segurança – Proteção Civil – 1 hora (teórica)
- Suporte básico de vida – Bombeiros Voluntários de Óbidos – 3 horas (teórica e prática)
- Salvamento aquático – Federação de Nadadores Salvadores – 4 horas (teórica e prática)
- Legislação e licenciamentos de atividades e competições desportivas – ASUPP – 1 hora (teórica)
- Seguros obrigatórios e outros – Mútua dos Pescadores, Mútua de Seguros – 1 hora (teórica)
- Técnicas de remada, "Flat Waters" e Competição – ASUPP – 8 horas (prática)
- Introdução ao SUPYoga – ASUPP – 2 horas (prática)

Informações e inscrições em: www.asupp.pt

Apoio do Município de Óbidos.

Gabinete de Comunicação e Design
Município de Óbidos