

[Competências](#) - [Programas](#) - [Home Page](#)

Ser filiado na FPAS

Idade mínima 14 anos

Ter autorização dos pais ou tutores (para menores)

Saber nadar

Nota:

1 - Constitui especial obrigação do praticante assegurar-se, previamente, de que não tem quaisquer contraindicações para a sua prática, devendo, caso contrário, declarar as mesmas por escrito junto da entidade responsável.

2 - Esta declaração deve seguir a matriz definida pelo anexo B das normas europeias NP EN 14153-1 e NP EN 14153-2.