



DINDURRA, 20 – 1º 33202 - GIJÓN [PRINCIPADO DE ASTURAS]  
MOVIL 635 692 886 · TELÉFONO 985 195 744 \* FAX 985 369 644  
WEB – www.salvastur.com E-MAIL - salvastur@telecable.es



CLUB NATACIÓN  
**Santa Olaya**



## **PRUEBAS RECICLAJES RFESS SOCORRISTA ACUÁTICO Y PRIMEROS AUXILIOS TEMPORADA 2016 / 2017**

### Normativa Reciclajes Bianuales

#### **1. Formación y Actualización en Primeros Auxilios 4 HORAS**

##### Teórico-Práctico

- I. Soporte Vital Básico y Avanzado.
- II. Valoración inicial paciente.

##### Examen - RCP Adulto

#### **2. Formación y Actualización en Salvamento Acuático 5 HORAS**

##### Teórico-Práctico

- I. Prevención, Vigilancia y Actuación.
- II. Actualización, Técnicas remolque.
- III. Actualización, Extracción víctima.
- IV. Actualización uso material.
- V. Actualización manejo víctimas traumáticas en el agua.
- VI. Evacuación.

##### Examen

##### I. Prueba Acuática:

1. OBLIGATORIA - 100 metros nado más remolque. Zambullirse de cabeza, nadar 50 metros nado libre y realizar una inmersión a una profundidad media de 2 metros para recoger un maniquí.  
Remolcar dicho maniquí con una presa correcta 50 metros. Tiempo 3'30".  
Una vez llegado a la pared, sacar a la víctima del agua y realizar RCP a un muñeco de reanimación durante al menos tres minutos.
2. OPTATIVA - 100 metros Combinada. Salida de fuera del vaso, nado 50 metros estilo libre, 15 metros de buceo recogiendo el maniquí, emergiendo sólo cuando se haya recogido éste, y continuar con su arrastre hasta completar los 100 metros. Tiempo límite 3 minutos.

**Nº MÁXIMO PERSONAS POR RECICLAJE - 25**

**INGRESO CUOTA de 65 € en CAJASTUR - IBAN: ES03 2048 0003 63 3400071088, indicando NOMBRE y APELLIDOS.**