



Sportiva Sturla

Associazione Sportiva Dilettantistica fondata nel 1920
Stella d'oro CONI al merito Sportivo

NUOTO PER SALVAMENTO

E' la disciplina della **Federazione Italiana Nuoto** che racchiude in sé le valenze sociali più nobili in quanto la preparazione, la vigoria e le qualità atletiche del singolo sono convogliate alla salvezza della vita umana. Il Salvamento, quindi, è la disciplina acquatica che nasce e si sviluppa come servizio alla società.

Questa disciplina è servita negli anni, oltre che al raggiungimento degli obiettivi agonistici stessi, a **sperimentare nuove tecniche di nuotate** specifiche, di avvicinamento, di trasporto, ad utilizzare le attrezzature di salvataggio nel modo più appropriato, ad impiegare i nuovi mezzi e a tenersi sempre in forma con un tenore di vita adatto ad affrontare l'emergenza, nelle migliori condizioni possibili.

Da quest'anno, alla **Sportiva Sturla**, già una trentina di atleti tra maschi e femmine dai dodici ai venticinque anni, stanno praticando **la divertente e piacevole attività sportiva del Salvamento** con ottimi risultati!

In base all'anno di nascita si rientra in una categoria che prevede prove specifiche di salvataggio su determinate distanze, con o senza attrezzature speciali, dapprima a livello Regionale e poi, per i più bravi, anche Nazionale ed Internazionale in un Campionato agonistico.

Gli allenamenti vengono effettuati presso le **Piscine di Albaro**, nella vasca Olimpionica, dal lunedì al venerdì dalle **14.15 alle 16.15 con un impegno di frequenza da uno a cinque giorni** per settimana.

L'addestramento invernale, da Settembre ad Aprile viene svolto solo in piscina, mentre quello estivo, da Maggio in poi, prevede anche **allenamenti in mare e sulla spiaggia** antistante la **Sportiva Sturla**.

Inoltre, sempre alla Sportiva Sturla, a partire dai 16 anni di età è possibile diventare **Assistenti Bagnanti F.I.N.** grazie ad un corso di formazione teorico/pratico (abbreviato per meriti sportivi) a cui consegue la possibilità di **inserimento nel mondo del lavoro**.

La **quota annuale** di iscrizione è di **€ 550**, suddivisa in **due rate da € 275**.

Per **ulteriori informazioni** rivolgersi alla segreteria della **Sportiva Sturla**, oppure telefonare al tecnico **Fabio Gardella** 320 5556555.

Saremo lieti di accogliervi nella nostra piscina per mostrarvi questa utile e divertente attività e permettervi di provarla gratuitamente!!!