



PROGRAMMA SCUOLA VELA 2016

CORSO BASE

Per chi non ha alcuna esperienza di navigazione. È finalizzato all'apprendimento delle nozioni fondamentali necessarie a condurre una imbarcazione a vela con il mare in condizioni tranquille e vento di intensità contenuta. Durata: 4 lezioni in mare di circa 4 ore ciascuna (di sabato e/o domenica; le lezioni teoriche si svolgeranno a bordo. La quota di partecipazione per persona è di € 190.

Quota Iscrizione alla Fitel comprensiva di Assicurazione € 10,00

Programma didattico

- Terminologia generale
- Armare la barca
- Conduzione della barca nelle diverse situazioni di vento e di mare
- Effetti del vento sulle vele e loro regolazioni
- Le andature
- Le manovre
- La bussola e la rotta

CORSO AVANZATO

Per chi è in possesso di una minima esperienza di navigazione o ha già frequentato il corso base. Mira al perfezionamento delle conoscenze acquisite al fine di condurre un'imbarcazione anche in condizioni più impegnative e ad introdurre gli elementi necessari alla vera e propria navigazione d'altura.

Durata: 4 lezioni in mare di circa 4 ore ciascuna (di sabato e/o domenica; le lezioni teoriche si svolgeranno a bordo.

La quota di partecipazione per persona è di € 220.

Quota Iscrizione alla Fitel comprensiva di Assicurazione € 10,00

Programma didattico

- I cambi di vela
- Vento reale e vento apparente
- Terzarolare
- Navigazione con cattivo tempo
- La sicurezza in mare
- I nodi
- Introduzione al carteggio

CORSO PRE-REGATA/ALTURA

Introduce al mondo della regata attraverso l'acquisizione delle tecniche di regolazione che consentono di ottenere la massima efficienza da un'imbarcazione a vela. Inoltre è utile ai neo patentati e a chi dovrà sostenere l'esame per la patente nautica a vela.

Durata: 4 lezioni in mare di circa 4 ore ciascuna (di sabato e/o domenica; le lezioni teoriche si svolgeranno a bordo.

La quota di partecipazione per persona è di € 240.

Quota Iscrizione alla Fitel comprensiva di Assicurazione € 10,00

Programma didattico

- Equipaggiamento
- L'assetto
- Armamento della barca
- Lo spinnaker
- L'equipaggio e i ruoli in regata
- Introduzione alle tattiche di regata
- I percorsi
- La regata d'altura
- Cambi di vela e terzaroli
- Il match-race
- Simulazione di una regata

CORSO REGATA

Gli allievi possono partecipare ad una o due manche del Campionato Invernale di Vela di Fiumicino, apprendendo e mettendo in pratica regolazioni, tattica e regolamento di regata.

Il corso prevede due opzioni:

Regata-1 : partecipazione ad una manche del Campionato Invernale di Vela di Fiumicino con 5 regate (o simulazione) + 2 uscite di allenamento € **350,00**

Regata-2 : partecipazione a due manche del Campionato Invernale di Vela di Fiumicino con 10 regate (o simulazione) + 4 uscite di allenamento € **650,00**

Sono richiesti:

Quota Iscrizione alla Fitel comprensiva di Assicurazione € **10,00**

Iscrizione Federazione Italiana Vela

Per ogni manche è previsto il lavaggio della carena a spese dei partecipanti.

Certificato medico

I costi per la pulizia della carena (almeno una pulizia per ogni manche) ed iscrizione alle regate sono a carico degli allievi partecipanti.

NB: Se una, per qualsiasi motivo, viene annullata dal Comitato organizzatore, la quota non si restituisce.

Ad ogni corso parteciperanno un minimo di 6 allievi ed un massimo di 8.

Le lezioni teoriche si svolgeranno a bordo.

Programma didattico in sintesi.

Letture ed interpretazione del bando di regata e del Regolamento

Preparazione alla regata

L'assetto e la regolazione delle vele in bolina e nelle andature portanti.

Il Comitato di regata, la Giuria

I segnali

Visione del campo di regata, condizioni meteo, corrente, direzione del vento, onde ecc

La partenza

La tattica dell'andatura di bolina, bordo favorevole, copertura avversari ecc

Regole di regata

Giro di boa

L'issata di spinnaker, nel caso si partecipa alla classe vele bianche non è prevista questa manovra

La tattica nelle andature portanti

L'ammainata di spinnaker, nel caso si partecipa alla classe vele bianche non è prevista questa manovra

I cambi di vela, terzaroli, ecc...

L'ultimo lato e l'arrivo

Virata e abbattuta

La strategia nelle regate in più prove e nei campionati

La preparazione e l'allenamento

FULL-TIME

Per gruppi che hanno difficoltà a frequentare la scuola di vela nei giorni stabiliti sono possibili uscite giornaliere o week-end per lezioni full-time.

Con la stessa formula potranno essere organizzate singole uscite per il miglioramento della pratica di conduzione.

I gruppi dovranno essere costituiti da un minimo di 6 allievi.

Quota di partecipazione per una persona: nei giorni dal Lunedì al Venerdì : € **50,00**; nei giorni di sabato o domenica (in base alla disponibilità delle barche) € **60,00**.

Quota Iscrizione alla Fitel (Federazione Italiana Tempo Libero) comprensiva di Assicurazione infortuni e RC al costo di € **10,00**.

Per informazioni chiamare a Claudio tel: 328 2499006 – Roberto 3386576512

e-mail: info@associazioneisole.org sito: www.associazioneisole.org