

## WEEK END "AUTONOMIA MARINAIO"



Un week end di training intensivo per consolidare e perfezionare rapidamente le competenze velistiche: velocità di manovra, precisione al timone, regolazione fine delle vele.

Verranno affrontate in particolare le manovre "di sicurezza": riduzione di velatura, ammainate, gestione di avarie, utilizzo della virata in cappa per manovre in equipaggio ridotto.

L'obiettivo del corso è dunque di **sviluppare una visione a 360 gradi della barca**, delle vele e dell'equipaggio, imparando dunque a coordinare le manovre ed a gestire gli imprevisti, requisiti fondamentali di un futuro "comandante".

Il corso è "pratico e operativo" e viene svolto con un numero ridotto di partecipanti per garantire la massima efficacia didattica.

**Dove:** base nautica della Scuola,

**Durata:** 2 giorni (da venerdì sera a domenica)

**Requisiti:** conoscenza delle principali manovre a vela (competenze acquisite in un corso vela base, in una vacanza o nelle uscite di un corso di patente nautica)

### **Programma Didattico:**

- ▶ perfezionamento delle principali manovre: virate, strambate, regolazione fine delle vele
- ▶ conduzione precisa della barca al timone: andature e rotta
- ▶ riduzione della vela (terzaroli)
- ▶ manovre in equipaggio ridotto, cappa
- ▶ recupero persona a mare, presa di gavitello a vela
- ▶ manovre a vela in equipaggio ridotto (virata in cappa, presa di terzaroli)

**Quota di partecipazione:** 200€

La quota comprende: sistemazione in cabina doppia e pernottamenti, carburante, tasse portuali, istruttore, materiale didattico.

La quota non comprende: vitto, iscrizione e assicurazione annuale RC-Infortuni ( 30 euro)