



CORSO DERIVA PERFEZIONAMENTO

Finalità del corso

Il corso ha lo scopo di portare gli allievi che hanno già frequentato un corso base deriva alla capacità di gestire autonomamente e in sicurezza le andature con tutte le vele dell'imbarcazione. Al termine delle 6 giornate di corso ad ogni allievo verrà comunicato il grado di preparazione raggiunta. Ricordiamo che per la conduzione di una deriva non è necessario alcun titolo abilitativo: sono necessari solo esperienza e buon senso per affrontare la navigazione in sicurezza.

Le Lezioni: dove e quando

Si svolgeranno nel corso di tre week-end (02/03, 09/10 e 16/17 giugno 2012) presso la base di Colico e nella baia antistante.

Gli orari:

Sabato

10,00-11,00 Lezione in aula
 11,00-12,30 Pratica in acqua
 12,30-13,30 Pausa pranzo
 13,30-14,00 Lezione in aula
 14,00-18,00 Pratica in acqua
 18,00-18,15 Rimessaggio gommoni e attrezzature
 18,15-18,30 Lezione in aula
 20,00-20,15 Ritrovo per la cena
 20,30 Cena

Domenica

8,30 Ritrovo in aula
 8,35-8,55 Preparazione atletica
 8,55-9,15 Colazione
 9,15-10,30 Lezione in aula
 10,30-12,30 Pratica in acqua
 12,30-13,30 Pausa pranzo
 13,30-14,00 Lezione in aula
 14,00-17,30 Pratica in acqua
 17,30-18,00 Rimessaggio barche, gommoni e attrezz.

E' richiesta l'assoluta puntualità non solo per consentire il corretto svolgersi dell'attività, ma anche in segno di rispetto verso i compagni di corso ed il corpo insegnante.

Programma didattico indicativo

1° giorno

Presentazione barche 470 / Vision
 Suddivisione in gruppi per armamento 470
 Scuffia (teoria e pratica)
 Verifica della conoscenze teoriche
 Uscita in acqua per prendere confidenza con le nuove barche (no trapezi)

2° giorno

Teoria della vela, profilo alare, effetti delle regolazioni
 Dimostrazione a terra degli effetti delle regolazioni sulle manovre
 Il trapezio prove a secco
 Rallentare, fermarsi, ripartire, accelerare
 Pratica in acqua (istruttore al timone allievo al trapezio)
 Uso del trapezio alle varie andature

3° giorno

Vento apparente e forze fluidodinamiche
 Posizione equipaggio in funzione delle andature e del vento, cappa, indietreggiare, 360°
 La virata tecnica
 Traverso e bolina stretta, pratica in acqua (8 al traverso)

4° giorno

Centro velico e centro deriva
 Navigazione senza timone
 La abbattuta tecnica
 Laschi e poppe, pratica in acqua (0 e 8 al vento)

5° giorno

Flussi laminari e turbolenti
 Gennaker e bompresso
 Manovre e posizioni per l'issata, abbattuta con gennaker

6° giorno

Spinnaker e bompresso (accenni)
 Manovre e posizioni per l'issata, abbattuta con spinnaker




ALCUNE INDICAZIONI UTILI

COME VESTIRSI

- ✓ Per le uscite in barca è preferibile l'utilizzo di una muta (anche a maniche corte), altrimenti blue jeans e scarpe da tennis oltre a una giacca impermeabile. Non si può salire in barca a piedi nudi o in ciabatte.
- ✓ Considerare la possibilità di dover fare due cambi giornalieri e che gli indumenti non asciughino in tempo utile per il giorno successivo.

PER LA VOSTRA SICUREZZA

 Al fine di poter evitare qualsiasi cosa che possa compromettere la vostra sicurezza durante il corso, vi preghiamo di volervi attenere alle seguenti indicazioni :

a terra

- Non camminate scalzi sulla spiaggia
- Non lasciate oggetti di valore incustoditi nei bungalow aperti o in giro
- A terra la barca deve sempre stare con la prua verso il vento
- Quando mettete la barca in acqua sollevatela da terra per non farla strisciare

in spiaggia


- Non arrivate a riva puntando direttamente sulla spiaggia con le vele gonfie

in acqua

- Evitate ogni tipo di collisione
- Prestate attenzione al boma in ogni manovra
- Non tentate mai di impedire una collisione con la mano o altre parti del corpo
- Non abbandonate mai nè staccatevi dalla barca quando siete in acqua

TRASPORTI

- Colico dista da Milano 90 Km. ed è raggiungibile in treno dalla Stazione Centrale o Garibaldi in circa 1 ora e mezza.
- In macchina da Milano bisogna imboccare la superstrada che partendo da Viale Zara prosegue verso Monza sul Viale Fulvio Testi, fino a Lecco.
- Attraversata Lecco, seguendo le indicazioni per Colico-Sondro-Chiavenna si imbecca nuovamente la superstrada fino all'uscita di Colico-Piona

 **SERVIZI** I servizi igienici e le docce sono situati presso il Tennis Club, a fianco della Scuola Vela.

PERNOTTAMENTO

- Molte sono le soluzioni possibili sul territorio di Colico. Hotel, B&B e campeggi sono a disposizione per offrire i più adeguati servizi. Dal nostro sito www.geasvelacolico.it è possibile collegarsi alle pagine di offerta delle varie strutture.

NOTE

- L'allievo deve sempre indossare il salvagente in dotazione prima di uscire in barca
- Gli allievi devono rimanere nello specchio d'acqua che verrà comunicato per consentire al corpo insegnante di svolgere l'attività in sicurezza
- L'allievo che si allontana dalla sede delle esercitazioni deve darne comunicazione al capo corso
- Gli allievi che si presentano alla sede in ritardo sull'ora di inizio dei corsi verranno inseriti nei turni di uscita in barca compatibilmente con i programmi già stabiliti dal capo corso in loro assenza
- Le barche devono essere correttamente ricoverate dopo l'uso come verrà indicato dagli istruttori. Il solo sabato sera possono essere lasciate in spiaggia. Le attrezzature e le vele devono essere sistemate nel locale adibito a tale scopo.
- I salvagenti personali e le attrezzature (vele o sacche, boma, timoni, derive) non devono essere abbandonati sulla spiaggia o in altro posto che non sia la base operativa. Le attrezzature devono essere riposte in ordine nelle medesime condizioni in cui sono state trovate, rispettando le numerazioni riportate.
- Nessun allievo può allontanarsi dalla base prima che tutte le barche siano state sistemate, i gommoni rimessati e tutte le attrezzature riposte.
- Gli indumenti ed altri oggetti personali vanno riposti con ordine, a cura di ogni allievo. Il GEAS Centro Vela Colico non è responsabile di danni o furti di beni od oggetti di proprietà degli allievi, neanche all'interno della base e dei suoi locali.
- Le lezioni del sabato si terranno con qualsiasi condizione atmosferica, pertanto gli allievi sono tenuti a presentarsi il sabato mattina agli orari prestabiliti. L'attività della domenica verrà decisa dal capo corso che si consulterà con gli istruttori il sabato sera.
- Ogni allievo dovrà presentarsi con un certificato medico attestante l'idoneità a partecipare all'attività sportiva non agonistica della vela. Tale certificato potrà essere richiesto presso qualsiasi centro di medicina sportiva o dal vostro medico di base.

IL CORPO INSEGNANTE

Durante il corso gli istruttori saranno a vostra disposizione per aiutarvi a risolvere ogni necessità.
Buon divertimento e buon vento da tutti noi!