



CORSO DERIVA PERFEZIONAMENTO

Finalità del corso

Il corso ha lo scopo di ampliare le conoscenze e la tecnica degli allievi che hanno già frequentato un corso base deriva, per far navigare al meglio e velocemente la barca. Al termine delle 4 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 due weekend (21/22 e 28/29 giugno 2014) presso la base di Colico e nella baia antistante. Gli orari:

sabato	domenica
10,00-11,00 Lezione in aula	9 Ritrovo in aula
11,00-12,30 Pratica in acqua	9-9.15 Preparazione atletica
12,30-13,30 Pausa pranzo	9,15-10,30 Lezione in aula
13,30-14,00 Lezione in aula	10,30-12,30 Pratica in acqua
14,00-18,00 Pratica in acqua	12,30-13,30 Pausa pranzo
18,00-18,15 Rimessaggio gommoni e attrezzature	13,30-14,00 Lezione in aula
18,15-18,30 Lezione in aula	14,00-17,30 Pratica in acqua
20,00-20,15 Ritrovo per la cena	17,30-18,00 Rimessaggio barche, gommoni e attrezz
20,30 Cena	

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

Il trapezio prove a secco

Pratica in acqua (istruttore al timone allievo al trapezio)

Uso del trapezio alle varie andature

3° giorno

Vento apparente e forze fluidodinamiche

Dimostrazione a terra degli effetti delle regolazioni sulle manovre

Prove a secco di virate e abbattute

Traverso, bolina stretta, pratica in acqua delle manovre (zero intorno al gommone)

4° giorno

Centro velico e centro deriva

Gennaker e bompresso

Manovre e posizioni per l'issata, abbattuta e ammainata con Gennaker

Laschi e poppe, pratica in acqua (8 al vento)



ALCUNE INDICAZIONI UTILI

COME VESTIRSI

Per le uscite in barca è preferibile l'uso 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-Sondrio-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!