

# ASSOCIAZIONE VELICA ACQUARIA

Base nautica 1 - Marina del Fezzano (SP)

Base nautica 2 – Porto di Roma - Ostia (RM)

## CORSO DI VELA AVANZATO 2° LIVELLO

**Caratteristiche:** dedicato a chi vuole approfondire la tecnica di manovra di un cabinato a vela. Nel corso si affrontano una serie di manovre e di regolazioni abbinando come sempre la teoria alla pratica diretta.

Indispensabile per chi desidera acquisire una maggior conoscenza tecnica.

**Durata:** Un week end o due giorni feriali

**Base:** Marina del Fezzano – La Spezia (SP) o Porto di Roma – Ostia (RM)

**Navigazione:** In prossimità delle basi nautiche

**Barche:** Cabinati a vela 11 e 14 Metri (36/45 piedi)

**Materiale:** Dispensa

### Programma didattico (teorico / pratico )

- Preparazione e controllo barca - *cosa fare prima di uscire in mare con una barca*
- Tecnica di partenza dalla banchina/gavitello - *manovre base per equipaggio*
- Tecnica di ormeggio in banchina /presa di gavitello - *manovre base per equipaggio*
- Manovre in porto - *compiti equipaggio nelle manovre in spazi ristretti*
- Cappa, cappa filante
- Recupero uomo a mare - *tecnica e prove*
- Prova d'ancoraggio - *uso salpa ancora, cenni sugli ancoraggi in Sicurezza*
- Regolazione vele, riduzione - *tecnica e presa di terzaroli*
- Cenni sulla navigazione con maltempo
- Sicurezza - *cenni su emergenze di varia natura*

### Costo 190 €

**Comprensivo di:** Barca, istruttore, materiale didattico (dispensa), carburante e ormeggio

**Escluso:** Trasferimenti da e per la base di imbarco, soste in porti diversi da quello della base di imbarco, cambusa.

### Equipaggiamento richiesto/consigliato:

Abbigliamento sportivo

Giacca a vento

Pantaloni tagliavento

Stivali gomma

Sacco a pelo e federa (cuscini a bordo) per eventuale pernotto a bordo.

**OBBLIGATORIA Tessera associativa ACQUARIA Libertas CONI con assicurazione 15 €**