

# ASSOCIAZIONE VELICA ACQUARIA

Base nautica 1 - Marina del Fezzano (SP)  
Base nautica 2 – Porto di Roma - Ostia (RM)

## CORSO DI VELA BASE – 1° LIVELLO

**Caratteristiche:** Dedicato a chi vuole avvicinarsi al mondo dell'attività velica o per chi deve riappropriarsi della tecnica di manovra di un cabinato a vela dopo un periodo di "digìuno".

**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 / Manuale

### Programma Didattico (teorico / Pratico):

- Caratteristiche di una barca a vela - nomenclatura di base – attrezzatura e manovre
- Norme di sicurezza
- Le vele - il vento - effetti di portanza e spinta del vento sulle vele
- Issata ed ammainata vele -riduzione
- Preparazione, partenza ed ormeggio (ruoli attivi dell'equipaggio)
- Nodi (gassa d'amante, parlato, savoia, di bitta)
- Come si prepara e si lancia una cima - come si usano le cime in ormeggio
- Manovre a vela – virata, abbattuta, accostate - regolazioni basiche
- Andature - angoli di rotta - precedenze - cenni sulle norme della navigazione

### 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 €**