



CORSO PRIMAVERILE 2022

Il corso è finalizzato all'avvicinamento al mondo della vela e della nautica in generale. È aperto a tutti coloro che cercano un modo semplice e divertente di imparare a portare bene una barca a vela. Utilizzando le derive, imbarcazioni tecniche e sensibili che permettono a tutti di provare entusiasmanti sensazioni e consentono la formazione di tecnica ed esperienza per la conduzione anche di barche superiori.

Il corso prevede:

- 1 lezione teorica
- 6 lezioni pratiche

Obiettivi del corso:

Conoscere l'armamento delle imbarcazioni 420 da due persone, Laser da una persona, utilizzate e condurle in autonomia e in sicurezza su di uno specchio d'acqua riparato.

*Il corso si svolgerà presso gli spazi della **Fiera del mare** (padiglione Jean Nouvel) dalle **14e30** alle **18e30** nei giorni di sabato e domenica come da seguente calendario.*

Calendario:

- *Giovedì 28 Aprile – Lezione di teoria (presso sede CVV)*
- *Sabato 30 Aprile – 1° Lezione pratica*
- *Domenica 1 Maggio – 2° Lezione pratica*
- *Sabato 7 Maggio – 3° Lezione pratica*
- *Sabato 14 Maggio – 4° Lezione pratica*
- *Domenica 15 Maggio – 5° Lezione pratica*
- *Sabato 21 Maggio – 6° Lezione pratica*

Eventuali recuperi saranno svolti:

- *Domenica 22 Maggio – Lezione di recupero*
- *Sabato 28 Maggio – Lezione di recupero*

N.B. Le lezioni di recupero saranno esclusivamente svolte per recuperare eventuali uscite a calendario rimandate.

La lezione di teoria si terrà dalle 19 alle 20e30, presso la sede del C.V.V .

N.B. Durante le attività a terra è obbligatorio indossare la mascherina

Circolo Vele Vernazzolesi

Via del Tritone 13 16147 Genova – Sturla

Tel. 010396394 - Fax. 010396394

www.cvv.it – info@cvv.it – www.facebook.com/CircoloVeleVernazzolesi



Costi :

Quota corso: 300€

La quota comprende il rilascio della tessera FIV valida come assicurazione per l'anno in corso.

Per gli allievi che sono già in possesso di tessera FIV per l'anno 2022 la quota del corso sarà di 285€

Requisiti:

- Modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte;
- Certificato medico per attività sportiva non agonistica o superiore;
-

Programma del corso:

Sezione teorica:

- Osservazioni ambientali: vento, costa, mare, cenni di meteorologia;
- Nomenclatura, nodi principali e cenni sulla sicurezza in acqua;
- Le manovre: orzare, poggiare, virata e abbattuta;
- Le andature – regole di rotta;
- Uso di spinnaker e trapezio.

Sezione pratica:

- Armo e disarmo;
- Trasporto, varo e alaggio dell'imbarcazione;
- Navigazione al traino;
- Barca ferma;
- Conduzione dell'imbarcazione;
- Manovre in navigazione;
- Andature (traverso, bolina, lasco, poppa);
- Abbattuta e virata;
- Tecnica dello spinnaker;
- Manovre di avvicinamento alle boe;
- Simulazione di regata;
- Raddrizzamento imbarcazione scuffiata.

Circolo Vele Vernazzolesi

Via del Tritone 13 16147 Genova – Sturla

Tel. 010396394 - Fax. 010396394

www.cvv.it – info@cvv.it – www.facebook.com/CircoloVeleVernazzolesi



Circolo Vele Vernazzolesi



EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO:

CAPPELLO (PILE, LANA, MATERIALE IDROFOBO)



MUTA O MUTINO IN NEOPRENE



LYCRA/MAGLIETTA TERMICA (DA INDOSSARE SOTTO LA MUTA)



GUANTI DA VELA (per una maggiore sensibilità consigliamo quelli mezzedita)



Circolo Vele Vernazzolesi

Via del Tritone 13 16147 Genova – Sturla

Tel. 010396394 - Fax. 010396394

www.cvv.it - info@cvv.it - www.facebook.com/CircoloVeleVernazzolesi

STIVALETTI IN GOMME E NEOPRENE (idem come muta)



SPRAY TOP (da indossare sopra la muta normalmente ha polsini e collare aderenti)



OCCHIALI DA VISTA E/O SOLE CON LACCIO (specifici per sport/resistenti agli urti)



NEGOZI CONSIGLIATI:

- Decathlon (ogni sede e sito internet)
- G. Bollo & C (Via Filippo Turati, 50 r, 16128 Genova GE)

Per ulteriori informazioni:

email: info@cvv.it

Massimo Bozzolo (istruttore) 3404040902 ;

Circolo Vele Vernazzolesi

Via del Tritone 13 16147 Genova – Sturla

Tel. 010396394 - Fax. 010396394

www.cvv.it - info@cvv.it - www.facebook.com/CircoloVeleVernazzolesi