



## ASSOCIAZIONE VELICA

sede legale – salita del pianello 12/A 19131 La Spezia (SP) – p. iva 05811630960 – aff. Libertas SP95 /CONI  
base nautica 1 – Marina del Fezzano (SP) - base nautica 2 Marina di Pisa (PI)

mail: [a.s.d.acquaaria@gmail.com](mailto:a.s.d.acquaaria@gmail.com) – [asd.acquaaria@pec.it](mailto:asd.acquaaria@pec.it) – web: [www.acquaaria.it](http://www.acquaaria.it)

### 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 "digiuno"

**Durata:** 1 week end o 2 giorni feriali  
**Basi:** Marina del Fezzano  
**Barche:** Cabinati a vela

**Materiale:** dispensa

#### Programma didattico (teorico / pratico )

- *Caratteristiche di una barca a vela - nomenclatura basica – 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 – precedenza – cenni sulle norme della navigazione*

**Costo: €.** 190,00

**Comprensivi 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 – comodo – a strati

Giacca a vento – scarpe pulite da barca o ginnastica

Pantavento e Stivali gomma in caso di pioggia

Sacco a pelo e federa (cuscini a bordo) per eventuale pernottato a bordo

**Tessera associativa ACQUAARIA con assicurazione €. 15.00 (\*)**

(\*) La tessera è comprensiva di assicurazione infortuni validità 01/09 > 31/08 ogni anno