

# VIAGGI DI ISTRUZIONE 2010



## Corso di vela di 5 giorni Portovenere, Mar Ligure

*Un corso di vela di cinque giorni nelle acque adiacenti a Portovenere vissuto a bordo di cabinati, la barca diventa quindi il mezzo per apprendere uno sport ma anche il luogo dove vivere e convivere con gli altri. La vita in barca pone i ragazzi in una situazione privilegiata dal punto di vista della socializzazione con i propri simili, conducendoli ad uno stretto confronto con gli "altri" che spesso è rifiutato o reso superficiale nella vita di tutti i giorni. Un'attività di questo tipo consente inoltre ai ragazzi di essere protagonisti nella gestione dell'imbarcazione. Vengono utilizzati cabinati da 10 a 12 metri, a bordo di ogni barca un istruttore e 3/6 ragazzi.*

### Obiettivi:

- conoscere nomenclatura nautica e i nodi fondamentali in barca
- armare e disarmare autonomamente una barca a vela
- riconoscere sempre la direzione del vento e navigare in tutte le andature con le vele a segno
- saper eseguire le manovre fondamentali: orzare, poggiare, virare, strambare, riduzioni di velatura, presa di terzaroli
- comprendere l'importanza del lavoro di gruppo (equipaggio) su una barca a vela in navigazione
- ulteriori argomenti potranno essere trattati se il gruppo avrà già una precedente esperienza di vela

### Programma:

#### 1° giorno

- ore 7.00 Ritrovo alla stazione Centrale di Milano  
ore 7.20 Partenza per La Spezia (Treni n 691/515)  
ore 11.32 Arrivo a La Spezia, trasferimento con "autobus 11/P" servizio pubblico sino a Portovenere  
ore 12:30 Arrivo a Portovenere, sistemazione a bordo delle barche, pranzo al sacco  
ore 14.00 Briefing iniziale e prima uscita in mare  
ore 18.00 Rientro in porto, riassetto barca e momento di verifica  
ore 19.00 Organizzazione cambusa e preparazione cena  
ore 20.00 Cena in barca e serata libera a Portovenere

#### 2°-3°-4° giorno

- ore 9.00 Colazione  
ore 10.00 Breve lezione teorica e uscita in mare  
ore 13.00 Sosta in rada alla fonda per pranzo al sacco  
ore 15.00 Si salpa l'ancora e si issano nuovamente le vele  
ore 18.00 Rientro in porto, riassetto barca e momento di verifica  
ore 19.00 Organizzazione cambusa e preparazione cena  
ore 20.00 Cena in barca e serata libera

#### 5° giorno

- ore 9.00 Colazione  
ore 10.00 Breve lezione teorica e uscita in barca  
ore 13.00 Sosta in rada alla fonda per pranzo al sacco  
ore 14.00 Si salpa l'ancora e si issano nuovamente le vele  
ore 15.30 Rientro in porto, riassetto barca e verifica finale  
ore 15.55 Partenza da Portovenere con "autobus P" servizio pubblico per stazione treni di La Spezia  
ore 17.13 Partenza per Milano (Treni n 526/670)  
ore 21.40 Arrivo in stazione Centrale di Milano



**Quota di partecipazione individuale:** 380.00 euro (cinque giorni infrasettimanali) valida per l'anno scolastico 2009/2010.

**Gratuità:** un accompagnatore fino a 14 partecipanti, 2 accompagnatori da 15 partecipanti.

**Quota per accompagnatori aggiuntivi:** 380.00 Euro

**Regime I.V.A.:** prestazione non soggetta a I.V.A. ai sensi dell'art. 4 comma 4 DPR 633/72 ( i partecipanti soci di Orza Minore scuola di vela A.S.D.).

**Le quote comprendono:**

- viaggio A/R in treno Milano/La Spezia/Milano
- tessera associativa Orza con assicurazione infortuni e RCT valida per tutto l'anno scolastico 2009/ 2010.
- pernottamenti in barca
- vitto (cena 1° giorno; pensione completa 2°-3°-4° giorno; colazione e pranzo al sacco 5° giorno)
- uso imbarcazioni con tutte le dotazioni di sicurezza necessarie per la navigazione
- istruttori di vela
- lezioni teoriche
- libro di testo
- spese portuali e di carburante

**Le quote non comprendono:**

- pranzo al sacco il primo giorno (i ragazzi devono arrivare con i propri panini)
- trasferimento con "autobus P" servizio pubblico A/R La Spezia / Portovenere / La Spezia

**Bagaglio consigliato:**

- indumenti sportivi
- scarpe da vela (in alternativa scarpe da ginnastica con suola di gomma)
- cerata completa (anche tipo k-way)
- sacco a pelo o coperta
- un ricambio di ogni indumento incluse scarpe
- ciabatte di gomma per la doccia

**Programma di massima:**

La navigazione si svolge nel Golfo della Spezia, attorno alle isole Palmaria e Tino, lungo la Costa Ligure di Levante consentendoci di ammirare lo spettacolare scenario delle Cinqueterre. Possibili soste nei porti di Lerici, Porto Lotti, Fezzano, e Le Grazie. In caso di condizioni meteo avverse è possibile svolgere il programma di navigazione all'interno dell'ampia Rada di La Spezia a ridosso della diga foranea.

**I "Turni di comandata" dei marinai:**

i partecipanti sono coinvolti nelle attività di gestione dell'imbarcazione con turni di comandata che verranno decisi il primo giorno dall'istruttore in accordo con gli insegnanti/accompagnatori.

In base alle comandate, i ragazzi si occupano della spesa, della cucina e della pulizia della barca.

**Le barche:**

Verranno utilizzati i nostri cabinati a vela, barche affidabili, sicure e valide per l'attività di scuola vela.



*Attività  
approvata da:*



**Orza Minore scuola di vela**  
**via Arosio 6/A - 20052 Monza**  
**Tel e fax 039/328301 - [inforagazzi@orzaminore.it](mailto:inforagazzi@orzaminore.it) - [www.orzaminore.it](http://www.orzaminore.it)**