



Corso di vela di 3 giorni Portovenere, Mar Ligure

Un corso di vela di tre 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° 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

3° 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: 260.00 euro (tre 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: 260.00 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 vela scuola con assicurazione infortuni e RCT valida per tutto l'anno scolastico 2009/ 2010.
- pernottamenti in barca
- vitto (cena 1° giorno; pensione completa 2° giorno; colazione e pranzo al sacco 3° 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 - www.orzaminore.it

