



## PROGRAMMA CORSO AVVICINAMENTO ALLA VELA

Il corso di avvicinamento alla vela è gratuito (è necessaria la sola iscrizione-assicurazione). Il corso è a numero programmato.

### INCONTRI TEORICI DI AVVICINAMENTO ALLA VELA **!! NUOVE DATE GRANDE PARTECIPAZIONE !!**

#### LEZIONE TEORIA UNO

- La nomenclatura
- Lo scafo
- Manovre fisse e manovre correnti
- Le vele
- Il riferimento (bussola, rosa dei venti, la rotta)
- La sicurezza in barca

#### LEZIONE TEORIA DUE

- Le andature, vento reale-vento apparente
- Virata e strambata
- Criteri base per regolare le vele
- I nodi fondamentali
- Le precedenza
- L'uso della radio VHF In emergenza

### PROVA PRATICA DI NAVIGAZIONE, UNA ESPERIENZA SU CABINATO

Uscita in barca max 8 persone per turno a discrezione del domandante

#### SABATO O DOMENICA IN BASE ALLA DISPONIBILITÀ EQUIPAGGIO E UNITÀ A VELA

- L'organizzazione dell'equipaggio
- Pratica dei nodi fondamentali (savoia, gassa, parlato)
- Mollare gli ormeggi
- Il timone, le manovre correnti
- Randa e fiocco
- Manovre a vela, la virata e la strambata
- Andature vela

*L'uscita in mare è a discrezione del comandante dell'unità e delle condizioni meteomarine  
E data facoltà all'organizzazione separare la singola giornata in due momenti distinti in base al numero dei partecipanti e all'equipaggio.*

#### DOVE SI SVOLGE LA PARTE TEORICA

Parma Vela asd  
Sede corsi Wellfit Via Emilio Lepido 66/a Parma

tel 800.135.630 [segreteria@parmavela.com](mailto:segreteria@parmavela.com)

#### DOVE SI SVOLGE L'USCITA IN MARE

Golfo Dei Poeti.  
Area di navigazione: Golfo di la Spezia Lerici,  
Palmaria, Portovenere

Base: Porto Lotti,  
Viale San Bartolomeo 394, 19100 La Spezia (SP)



## PROGRAMMA CORSO AVVICINAMENTO ALLA VELA

### COME ATTREZZARSI PER L'USCITA IN MARE (ESTATE)

scarpe da ginnastica con suola bianca da usare sull'unità (quindi diverse da quelle quotidiane)  
pantaloni lunghi + corti  
maglietta + ricambio  
felpa o maglione  
k-way o cerata leggera  
cambusa personale (panini, bibite... etc...)  
eventuali farmaci personali contro il mal di mare

borsa leggera morbida ( borse rigide o con rotelle non sono ammesse a bordo)

### COME ATTREZZARSI PER L'USCITA IN MARE (INVERNO)

scarpe da ginnastica con suola bianca da usare sull'unità (quindi diverse da quelle quotidiane), eventualmente stivali di gomma  
pantaloni lunghi + un ricambio, eventuale calzamaglia  
canottiera, maglione e ricambio (ev pile o felpa pesante)  
felpa o maglione  
k-way o meglio cerata  
cambusa personale (panini, bibite... etc...)  
eventuali farmaci personali contro il mal di mare o altri

borsa leggera morbida ( borse rigide o con rotelle non sono ammesse a bordo)

### RECAPITI

Il corso:

il sito: [www.parmavela.com](http://www.parmavela.com)

Il telefono: 800.912.574

la email: [segreteria@parmavela.com](mailto:segreteria@parmavela.com)

La base al mare del corso: Porto Lotti, Viale San Bartolomeo, 19100 La Spezia



Una delle barche del corso