



Experiències Nàutiques

L'oportunitat de descobrir la passió del mar



INICIACIÓ A LA REGATA

Gaudeix del plaer de navegar a bord del "SA MAR".
Participa i viu les regates del Club de Mar del Port Olímpic de Barcelona!



INFORMACIÓ GENERAL:

Cursos per ampliar els coneixements de la navegació a vela i introduir aspectes importants per afrontar amb èxit una regata com:

TÈCNICA,
TÀCTICA
ESTRATÈGIA

A QUI VA DIRIGIT:

Patrons i tripulants interessats en el món de les regates.
Tripulació entre 6 i 8 persones.
Cal tenir uns coneixements de la navegació a vela.

QUAN S'ORGANITZEN:

Els primers caps de setmana de cada mes. Es realitzaran dos sessions:
Dissabte – entrenament i organització de la tripulació.
Diumenge – participació en la regata.

PROGRAMA:

NAVEGACIÓ

- Consolidar els coneixements de maniobra i trimat de veles d'un creuer de regata.
- Perfeccionament de la navegació en els diferents rumbos i condicions de vent i mar.
- Treball en grup i sincronització com a tripulació.

TÈCNICA, TÀCTICA I ESTRATÈGIA

- Reconèixer, distingir i realitzar els diferents recorreguts en triangle, sobrevent-sotavent...
- Reglaments, tàctiques de sortida.
- Control dels centres vèlics, de deriva i els seu efectes.
- Espi (hissat, trimats, tabutjada i arribada).

REGATA:

Les regates del Club de Mar del Port Olímpic. Són regates de tipus social amb un nivell de competició variable.

PATRONA:

Sara Sarbosa. Patrona d'altura i instructora en vela lleugera i creuer.

TRIPULACIÓ:

Entre 6 i 7 persones.

HORARIS:

Dissabte:

10:00 h. Benvinguda i classe teòrica.

11.00 h. Entrenament.

15.00 h. Tornada a port.

Diumenge:

10:00 h. Esmorzar i classe teòrica.

11.00 h. **REGATA.**

15.00 h. Tornada a port.

PREU:

Curs de cap de setmana i regata: 160 euros.

RECOMANACIONS:

Roba còmoda o esportiva, calçat tipus bambes de sola blanca, ulleres de sol, crema de protecció solar, anorac o tallavents, forro polar o roba d'abric, guants...

El programa i les dates de regates estan subjectes a les condicions meteorològiques, es poden aplaçar.

Per més informació i fer la vostra reserva, contacteu amb nosaltres:
info@experienciesnautiques.com. Telèfon: 651641612 – 651641611

