

I NOSTRI LIVELLI VELA

SUI⁺
sailing



**SWISS
SAILING
SYSTEM**



Livello 1 – Scoperta

Navigare a vela sotto supervisione (fino a 10 nodi)

Tecnica

Direzione:

- Mantenere la direzione
- Cambiare direzione

Equilibrio:

- Si ha confidenza con lo sbandamento dell'imbarcazione

Propulsione:

- Partire e fermarsi

Sicurezza

- Raddrizzare la barca dopo una scuffia
- Seguire le indicazioni del monit*

Ambiente

- Utilizzare il vocabolario tecnico di base
- Riconoscere direzione ed intensità del vento
- Rispettare l'ambiente

Classe, data e firma:



Livello 2 – Approfondimento

Raggiungere un punto in acqua senza la supervisione (fino a 10 nodi)

Tecnica

Direzione:

- Gestire la direzione e la velocità
- Eseguire le manovre di base (virare e abbattere)

Equilibrio:

- Stabilizzare l'equilibrio della barca

Propulsione:

- Regolare la vela in funzione della direzione e dell'intensità del vento

Sicurezza

- Individuare i rischi e seguire le indicazioni del monit*

Ambiente

- Utilizzare il vocabolario tecnico
- Preparare il proprio materiale in maniera autonoma
- Uscire e rientrare a terra senza assistenza

Classe, data e firma:



Livello 3 – Perfezionamento

Navigare liberamente in una zona di navigazione sorvegliata (fino a 16 nodi)

Tecnica

Direzione:

- Navigare liberamente in una zona di navigazione
- Girare intorno alle boe (triangolo)

Equilibrio:

- Adattare la conduzione muovendo il proprio corpo

Propulsione:

- Regolazione corretta di tutte le vele in funzione del vento e della direzione

Sicurezza

- Identificare i rischi e reagire di conseguenza

Ambiente

- Distinguere le condizioni meteorologiche del proprio lago
- Applicare le regole di precedenza

Classe, data e firma:



Livello 4 – Introduzione alla regata

Navigare in autonomia (fino a 16 nodi)

Tecnica

- Eseguire tutte le manovre in modo efficiente
- Navigare su un percorso di regata
- Regolare la barca in base alla direzione e alle condizioni

Sicurezza

- Anticipare le condizioni e reagire di conseguenza

Ambiente

- Applicare le regole di regata (RRS R10- R11- R18).
- Rispettare i concorrenti e navigare in modo equo.

Classe, data e firma:



Livello 5 – Competizione

Navigare in maniera efficiente e responsabile (fino a 20 nodi)

Tecnica

- Padroneggiare le situazioni di regata (partenze, passaggio di boe, ecc.)
- Utilizzare in modo efficace rollio e pompaggio a seconda delle condizioni
- Regolazione efficiente di armo e vele

Sicurezza

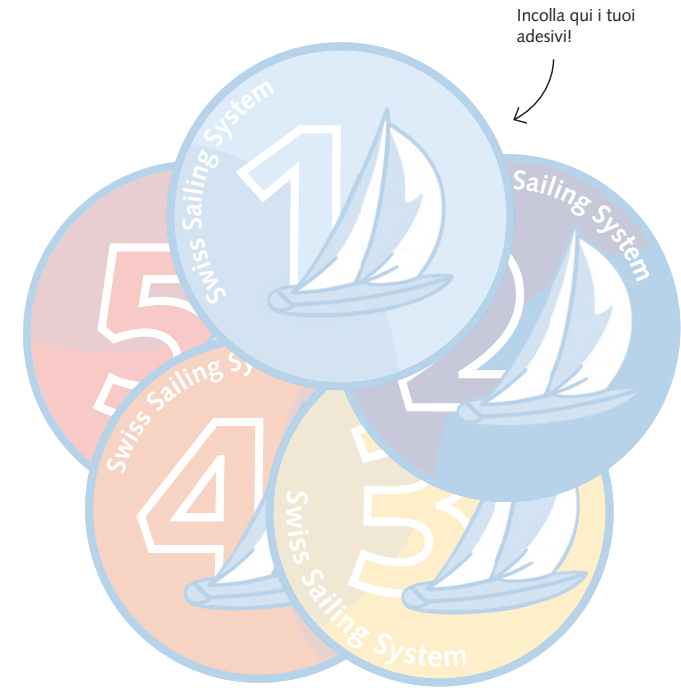
- Garantire la propria sicurezza e quella degli altri

Ambiente

- Conoscere le regole di regate
- Analizzare e prevedere le condizioni meteorologiche
- Applicare un piano strategico e tattico

Classe, data e firma:

I LIVELLI CHE HO RAGGIUNTO



IL MIO PROFILO

Cognome _____

Nome _____

Data di nascita _____

Numero di licenza _____

Club _____

Il team di Swiss Sailing si congratula con te e ti augura buona fortuna!

Swiss Sailing
Casa dello sport
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen

Telefono +41 31 359 72 66
E-mail admin@swiss-sailing.ch

www.swiss-sailing.ch/system

