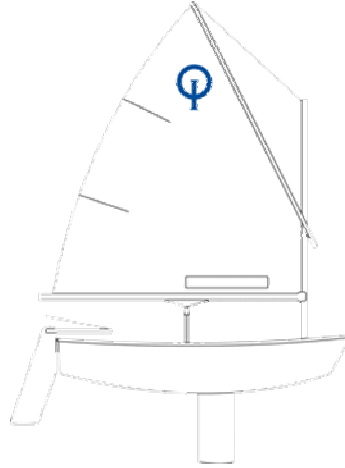




## Cursos de vela - Verano 2010



### PRESENTACIÓN

La Náutica te ofrece, una vez más, la posibilidad de participar en nuestros cursos de vela de verano.

Si quieres, puedes aprender a navegar con nosotros y disfrutar del mar en tu tiempo libre.

La práctica del deporte de la vela, permite la realización de una actividad en contacto con la naturaleza, dentro de un medio diferente y atractivo.

Entre niños y jóvenes fomenta el trabajo en equipo, la responsabilidad y la disciplina de trabajo, a la vez que proporciona una serie de emociones difíciles de igualar.

La vela, permite un contacto respetuoso con el mar y el aprendizaje de unos conocimientos técnicos y prácticos que ayudan al desarrollo integral de una personalidad sana.

## ¿QUÉ APRENDERÁS Y CÓMO?

Durante los cursos aprenderás a navegar con embarcaciones de vela ligera.

Recibirás conocimientos de materias relacionadas con el mar y la navegación.

Cada curso de verano de vela tendrá una duración total de 50 horas con un número de alumnos máximo de 10 por grupo.

Nuestros monitores son experimentados regatistas con la capacidad y titulación necesaria para que tu aprendizaje sea rápido y seguro.

Los cursos de verano se desarrollarán de lunes a viernes, con horarios de 9:00 h. a 14:00 horas, exceptuando el último curso (Tecnificación), que se desarrollará de 9 a 16.00 horas, durante una semana, con cursillistas seleccionados durante el verano, para su continuidad en invierno.

Los cursos se realizarán en embarcaciones colectivas y optimist.

Se impartirán dos niveles: iniciación y perfeccionamiento.

Al finalizar cada curso habrá una excursión.

Al completar un curso se entregará a todos los participantes un diploma acreditativo de asistencia.

# NUESTRO PROGRAMA DE FORMACIÓN

## **Objetivos nivel de iniciación.**

Aspectos fundamentales de seguridad.

Nomenclatura náutica.

El viento y su repercusión en el deporte de la vela.

Envergado y conocimiento de la embarcación.

Rumbos de navegación.

Maniobras de Navegación.

Maniobras en Puerto.

## **Objetivos nivel perfeccionamiento**

Aspectos fundamentales de seguridad.

Conocimiento de material y su mantenimiento.

Envergado y conocimiento de la embarcación.

Maniobras correctas de Navegación.

Maniobras en Puerto.

Rumbos.

Iniciación en la regata.

# DESARROLLO DE LOS CURSOS

## Primer Día del Curso:

09:00 Horas: Recepción de cursillistas en la explanada de la Sección Náutica (Carpa- Muelle RCNT)

09:30 Horas: Presentación del Curso y distribución de cursillistas con sus respectivos monitores.

10:00-11:00 Horas: Clases Teóricas- Conocimiento del medio y material necesario para el desarrollo del deporte de la Vela.

11:15 Horas: Salida al mar

13:30 Horas: Regreso a tierra y recogida del material

14:00 Horas: Finalización del Curso

## Resto de días:

09:00 Horas: Recepción de cursillistas por el monitor correspondiente en la explanada de la Sección Náutica (Carpa- Muelle RCNT)

09:30-10:30 Horas: Clases Teóricas

10:45 Horas: Salida al Mar

13:30 Horas: Regreso a tierra y recogida del material

14:00 Horas: Finalización del curso

## REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

1. Tener entre seis y dieciséis años.
2. Saber nadar. Se hará una prueba de nivel.
3. Rellenar hoja de inscripción y permiso paterno para menores de edad.

## MATERIAL NECESARIO

1. Gorra.
2. Crema protección solar.
3. Escarpines.
4. chaleco salvavidas.
5. Ropa de cambio.

## FECHAS DE LOS CURSOS

CURSO	FECHAS DE LOS CURSOS
Primero	Del 28 de junio al 9 de julio
Segundo	Del 12 de julio al 23 de julio
Tercero	Del 26 de Julio al 6 de agosto
Cuarto	Del 9 de agosto al 20 de agosto
Tecnificación	Del 23 de agosto al 27 de agosto

## TARIFAS 2010

Un curso de lunes a viernes de 9:00 a 14:00	120 €
Dos cursos de lunes a viernes de 9:00 a 14:00	200 €
Tres cursos de lunes a viernes de 9:00 a 14:00	285 €
Cuatro cursos de lunes a viernes de 9:00 a 14:00	360 €
Tecnificación de 1 semana de 9:00 a 16:00	100 €