

I NOSTRI LIVELLI VELA

SUI
sailing



**SWISS
SAILING
SYSTEM**

1

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:

2

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:

3

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:

4

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:

5

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

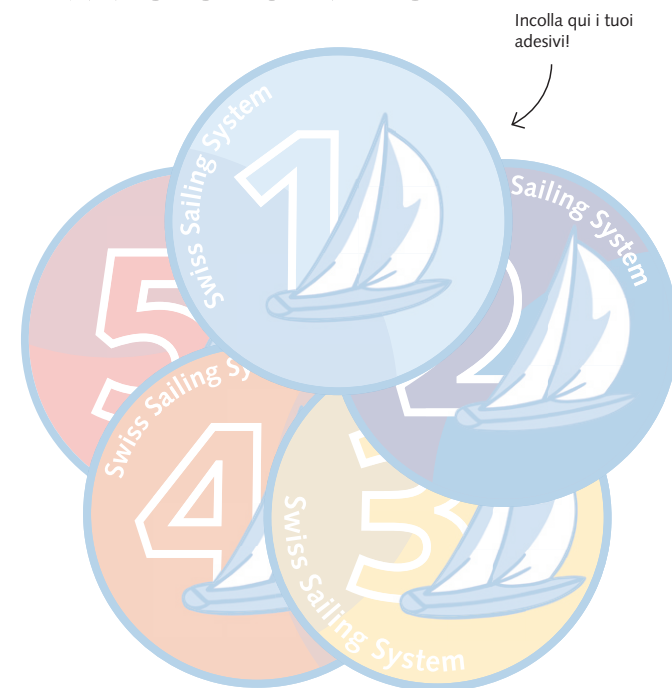
- ☐
- Garantire la propria sicurezza e quella degli altri

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

