



PRE AGONISTICA VELA

#lavelaèsempreunabuonaidea

SQUADRA ALFA

OBIETTIVO

Diffondere la passione per lo sport velico, nel rispetto dell'ambiente e degli elementi naturali, familiarizzando con il lago e i venti che lo caratterizzano. La pre-agonistica prevede il perfezionamento delle prime tecniche di navigazione a vela, la conoscenza della barca e l'apprendimento delle prime regole di regata.

ETA'

Dal 2009 al 2013 (dai 6 anni compiuti)

ALLENAMENTI

Martedì dalle 13.30 alle 17.00

Giovedì nuoto in piscina dalle 18.00 alle 19.00

Sabato e Domenica dalle 09.00 alle 17.00.

Per chi ha scuola il sabato: dalle 13.30 alle 17.00

(pranzo al sacco o al ristorante Canottieri)

N.B. dal cambio all'ora solare:

martedì solo preparazione atletica dalle 17 alle 18

GARE

Partecipazione a Campionati Zonali e raduni (circa 3/4 appuntamenti all'anno).

MATERIALE NECESSARIO

Verrà specificato in dettaglio durante il corso.

COLLEGAMENTO AGONISTICA

Al raggiungimento di una preparazione tecnica e ad una sufficiente autonomia si passerà al livello successivo.

INFO

John Gandi

+ 39 347 9401168

johnairogandi@gmail.com