

## Corso Navigare Lungocosta 2° livello



Il corso, della durata di 2 week-end, oppure in un turno unico (Ponti), è rivolto a chi possiede una modesta esperienza e permette di perfezionare e acquisire nuove nozioni della navigazione a vela.

**Programma:** autonomia nella conduzione di un piccolo cabinato a vela: ripasso delle manovre basi, vento reale e vento apparente, riduzione di velatura, ormeggi in porto ed ancoraggi, manovre in spazi ristretti, cappa e recupero di uomo a mare, cenni sullo spinnaker, introduzione al carteggio e uso della bussola.

**Barche a vela utilizzate:** First 211 - metri 6.40 - 4 posti letto

**Base:** Porto Venere

**Indirizzo:** Portovenere SERVIZI PORTUALI E TURISTICI SRL, molo Dondero 8 - 19025 Porto Venere (La Spezia)

**VHF** canale 09

**E-mail:** porto@portodiportovenere.it

**Rade sicure più vicine:** Le Grazie, Porto Lotti e Fezzano di Porto Venere.

### **Informazioni logistiche:**

Qualche giorno prima dell'imbarco manderemo una mail a tutti gli iscritti con i dettagli per l'imbarco in modo che possano organizzarsi tra di loro per condividere il viaggio e il numero di telefono degli istruttori.

Sarà possibile imbarcarsi direttamente venerdì in serata, ma solo se in presenza di almeno un istruttore, in alternativa sabato mattina **entro** le ore 9.30, ora di inizio corso.

Sbarco domenica sera ore 17.30/18.00 circa.

Il pernottamento sarà a bordo, ma per chi preferisce stare più comodo, segnaliamo sotto le eventuali alternative a Portovenere.

### **La giornata**

All'Horca Myseria facciamo vela divertendoci. La giornata di corso inizia con la lezione, quindi, dopo aver armato le barche, tutti in acqua per le esercitazioni pratiche. La giornata di corso si svolge in barca con pranzo all'ancora in una rada e il rientro nel tardo pomeriggio, i commenti serali concludono la giornata.

### **La sicurezza:**

La sicurezza in mare è il cardine su cui si basa la didattica HM dall'obbligo del salvagente all'attenzione delle barche e dei materiali. Gli allievi HM sono chiamati alla messa in pratica delle norme necessarie a una navigazione sicura.

### **Cassa comune:**

A bordo verrà istituita una cassa comune con cui si provvederà alle spese che si affrontano durante sul posto: cambusa, gasolio, ormeggio del sabato notte, pulizie finali.

## **Equipaggiamento per navigare e cose da non dimenticare:**

### **IL TUTTO DEVE ESSERE CONTENUTO IN UNA SACCA MORBIDA**

- Sacco a pelo (obbligatorio per chi dorme a bordo)
- Cerata completa o giacca impermeabile o K-way o giacca a vento, in caso di pioggia.
- Abbigliamento caldo soprattutto nei periodi freddi: maglione pesante, felpa, pantalone lungo
- Stivali in alternativa 2 paia di scarpe da barca o da tennis\*
- Accappatoio o asciugamano, ciabatte da doccia
- Se porti gli occhiali non dimenticarti del cordino
- Cappellino di lana per i periodi freddi
- Occhiali da sole
- Guanti da vela

**\* In barca è obbligatorio indossare le scarpe, quindi se non avete scarpe da barca, portate un paio di scarpe da tennis.**

## Come raggiungere Portovenere:

### **In Auto:**

Da Milano prendere l'autostrada A1 fino alla deviazione A15 per La Spezia/Passo della Cisa.

**Uscita:** La Spezia - **Attraversare La Spezia** seguendo le indicazioni per Portovenere.

### **In Treno:**

Porto Venere è anche raggiungibile con il treno che arriva a La Spezia (per informazioni sull'orario dei treni: <http://www.ferroviedellostato.it/>). Dalla stazione ferroviaria si raggiunge Porto Venere con il pullman di linea **11/P** della società ATC (per informazioni sull'autobus da/per Porto Venere: <http://www.atclaspezia.it/> tel. 0187/522511)

## Telefoni utili:

### **A Portovenere**

CEA: Centro Ambientale di Portovenere, tel. 0187 794822, 0187 792606, 333 2100665,  
[info@ostelloportovenere.it](mailto:info@ostelloportovenere.it) - [info@ostelloportovenere.it](mailto:info@ostelloportovenere.it) (segnalate che siete di HM)

Hotel Le Terrazze 0187 791435 (Benedetta – segnalare che sei di HM)

<http://www.terrazzediportovenere.com/>

Hotel Belvedere 0187 790608

Hotel Paradiso 0187 790612

Grand Hotel Royal 0187 790326

Grand Hotel di Portovenere 0187 792610

Pensione Genio 0187 790611

Trattoria Tre Torri 0187 790477 (in piazzetta - chiuso il mercoledì)

Trattoria Osteria Baracco 0187 791758

Trattoria A Posàa 0187 791466 (piazza Bastrieri nr.2)

Trattoria al Negro 0187 701564

Antica osteria del carrugio 0187 790392 (via Cappellini nr.66 - chiuso il giovedì)

Locanda Lorena Golfo dei Poeti (sull'isola Palmaria) (Sig. Roberto)

Da Iseo 0187 792370

Ristorante Elettra 0187 792215 Calata Doria 42, 19025 Portovenere

[http://www.portovenere.it/html/portovenere\\_site/images/images\\_hotel/cartina\\_hotel.jpg](http://www.portovenere.it/html/portovenere_site/images/images_hotel/cartina_hotel.jpg)

### **Bed & breakfast / Affitta camera**

BERTIOTTI GIULIA - Via Capellini, 165 - 19022 - PORTO VENERE Telefono: 0187 791388

CA DEL MAR - Via Cavour, 42 - 19022 - PORTO VENERE - Telefono: 0187 778089

CASA EMMA - Via Capellini, 165 - 19022 - PORTO VENERE - Telefono: 0187 791097

LA CASA DEL PESCATORE - Via San Giovanni, 1 - Isola Palmaria - 19022 - PORTO VENERE -  
Telefono: 0187 791141 / 320 0326937

LA LANTERNA - Via Capellini, 109 19022 - PORTO VENERE Telefono: 0187 792291

LA LOCANDA Via Gallotti, 15 - Loc. Mezzano 19022 - PORTO VENERE - Telefono: 0187 792625

**PREVISIONI METEO:** <http://www.meteoliguria.it/mare/meteomare.html>

<http://www.politicheagricole.it/UCEA/dalam/index.htm>