



**CORSO**

**«TRA GLI SPRUZZI PERFORMANCE»**

**14 / 18 ANNI - DERIVE**



Hai già frequentato un corso Tra gli spruzzi gli scorsi anni?

Ti è piaciuto un sacco e desideri ripetere l'esperienza ma ad un livello superiore?

Ecco la versione "Performance"!

Sette giorni o quattordici giorni di vela adrenalinica in cui planare, scuffiare e ingaggiare gli altri equipaggi. Vela allo stato puro per perfezionare la conduzione di derive di elevate prestazioni, alla scoperta delle regole di precedenza e di quelle di regata.

E alla sera, stanchi ma felici, discuterete del bordo vincente sognando gli spruzzi e l'acqua salata...

**Programma:** regolazioni e messa a punto della barca a terra, tecniche di cambio rapido di mura, bordeggio di bolina e di poppa, planata sulle raffiche, bordeggio con gennaker, uso di spinnaker e trapezio, cenni di regata: tattica e strategia.

**Obiettivi:** perfezionare la conduzione e le regolazioni di una deriva veloce.

**Corso consigliato:** a chi ha già una buona esperienza di deriva o ha frequentato il corso Tra gli spruzzi.

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



## LA VITA A BASE DUE

HM è una scuola di mare dove si impara con allegria e semplicità. La vita alla base è organizzata come la vita a bordo di una barca di altura. La partecipazione ai corsi richiede entusiasmo e capacità di adattamento. **Gli allievi, guidati dagli istruttori, saranno coinvolti nei turni di comandata in cucina e nel mantenimento dell'efficienza delle imbarcazioni e delle attrezzature a terra.**

Alloggi: Tensostruttura comunitaria attrezzata con letti a castello, Mobile Home e Alloggi del "Marinaio", in funzione della disponibilità.

Cucina: turni di comandata di aiuto in cucina, apparecchiatura tavoli e pulizia delle stoviglie.



## GLI ORARI

- Colazione 08.00 sveglia
- Ore 9.00 inizio corso (domenica di arrivo alle 15.00)
- Orario pranzo: a seconda delle uscite in mare
- Ore 20.30 cena
- Ore 23.00 silenzio alla base - tutti in cuccetta
- Chiusura corso sabato alle 13.00

## REGOLAMENTO

- Le attività in barca ed a terra sono coordinate dal Capo Turno e dal Capo Base
- Ogni allievo è tenuto a partecipare alla gestione della base: pulizia delle tende casetta, degli spazi comuni, oltre al proprio turno di comandata in cucina.
- I turni di comandata vengono decisi dal Capo Turno ed affissi a Base DUE.
- Gli allievi minorenni NON possono assentarsi durante il corso se non autorizzati ed è fatto DIVIETO ASSOLUTO di lasciare l'area del Centro Vacanze Isuledda se non accompagnati dagli Istruttori. Nel caso di violazione di tale divieto HM declina ogni responsabilità e si riserva il diritto di rimandare a casa l'allievo.
- Gli allievi minorenni non possono assumere sostanze alcoliche.
- Dopo cena, previa autorizzazione del Capo Turno, gli allievi potranno utilizzare le strutture del Centro Vacanze Isuledda con l'obbligo di fare rientro alla base entro e non oltre le ore 23.00
- Non è consentito invitare persone estranee ai corsi presso le strutture di Base DUE.
- L'ordine e la pulizia, essenziali in una vita comunitaria in spazi ristretti, riguardano oltre che la propria persona e gli effetti personali anche le imbarcazioni e le attrezzature comuni.
- La cura delle imbarcazioni, del materiale nautico e degli alloggi è di capitale importanza per il regolare svolgimento dei corsi.
- La sicurezza riveste la massima importanza sia in mare che a terra. Le norme dettate dagli istruttori HM debbono essere tassativamente osservate. Tutti debbono contribuire all'opera di prevenzione per evitare danni alle persone ed alle cose.

## EQUIPAGGIAMENTO

- Abbigliamento estivo da mare (t-shirt, pantaloncini, costumi da bagno...)
- 1 maglione pesante
- 1 felpa
- 1 pantalone lungo
- Accappatoio
- Indumenti e prodotti per igiene personale
- Pigiama e biancheria personale
- Scarpe da tennis, ciabatte/infradito

- Cappellino da sole
- Occhiali da sole con laccio
- Crema solare
- Guanti da vela
- Muta leggera corta (consigliata)
- Scarpette deriva o scarpe tennis (obbligatorie)\*
- Sacco a pelo estivo (obbligatorio)
- Giacca antispruzzo (Spray-top) o K-way
- Torcia elettrica (suggerita)

\* In deriva è obbligatorio indossare le scarpe, quindi se non avete scarpette da deriva, portate un paio di scarpe da tennis che si possano bagnare.

IL TUTTO DEVE ESSERE CONTENUTO IN UNA SACCA MORBIDA



## INFORMAZIONI VIAGGIO

HM propone il viaggio A/R con nostro accompagnatore (Milano/Genova in treno + Genova/Olbia in nave) con partenza il sabato e rientro la domenica e trasferimenti in pullman da Olbia alla Base HM di Isuledda (Cannigione) e viceversa. Prevedere dei contanti per le cene sui traghetti.

### Quota viaggio Milano Centrale -> Isuledda:

Treno + traghetto + pullman con accompagnatore  
- giugno, luglio: A/R € 215 - una sola tratta € 150

### PARTENZA: (Sabato)

Appuntamento in Stazione Centrale a Milano intorno alle ore 15.00

### RITORNO: (Domenica)

Appuntamento in Stazione Centrale a Milano alle ore 13.00 circa

*E' possibile concordare ritrovo direttamente a Genova.*

*Nota. Nel caso di viaggio indipendente segnaliamo il telefono della Sun Lines 0789-50885 (servizio taxi convenzionato HM) per predisporre il transfer da Olbia a Isuledda, da contattare qualche giorno prima della partenza.*

## MODALITÀ DI PAGAMENTO

50% della quota alla conferma - saldo un mese prima della partenza

- Segreteria HM a Milano a mezzo contanti, Assegno, Bancomat, Carta di Credito
- Direttamente on line sul sito [www.horcamyseria.it](http://www.horcamyseria.it) con Carta di Credito
- Bonifico intestato a: HORCA MYSERIA VIAGGI SRL - Banca Intesa Sanpaolo - Filiale 3670 di Melegnano  
IBAN: IT29 2030 6933 3800 0001 4558 158 CODICE ABI: 03069 CAB: 33380 CIN:Z BIC: BCITITMM

Segnaliamo che la TASSA DI SOGGIORNO Sardegna - Euro 2,00 al giorno per un max di 7 giorni (per i maggiori dei 12 anni) e CONTRIBUTO AMBIENTALE - Euro 2,80 a notte - saranno da versarsi al momento dell'arrivo presso la nostra base. Chiediamo pertanto ai genitori:

- per chi viaggia con noi, di lasciare agli accompagnatori la quota
- chi arriverà al Villaggio in modo autonomo, dovrà corrispondere tale quota al momento del suo arrivo alla base



**Quote:** da € 640 a € 790  
a settimana

**La quota comprende:** corso di vela, trattamento di pensione completa con alloggio a Base DUE in case mobili e in tende casetta attrezzate con lettini da campo, assicurazione infortuni.

**La quota non comprende:**  
Iscrizione Annuale 2024 HM Junior (€ 20), viaggio a/r.