



2011 ISULEDDA - Corso CAPITANI CORAGGIOSI, 14 /18 anni – Derive e cabinati

CORSO STANZIALE + ITINERANTE - Notizie Utili e Scheda Sanitaria

LOCALITA' ED ATTIVITA'

Il corso di 1° o 2° livello si svolge a **Base Due Isuledda**, presso il Centro Vacanze Isuledda (4 ****) sito a Cannigione di Arzachena (SS). (sito: <http://www.isuledda.it>)

Barche utilizzate: Laser 2000, Topsy Light e First 211

Programma: il corso nella prima settimana si svolge a bordo di derive; gli Istruttori del Centro Velico Horca Myseria impartiranno lezioni teoriche e pratiche sufficienti a far acquisire ai partecipanti la tecnica di conduzione di una piccola barca a vela. Il programma prevede due uscite giornaliere con una pausa per il pranzo o un'uscita lunga con colazione al sacco (secondo condizioni meteo) nelle acque riparate del Golfo di Arzachena, i commenti serali concludono la giornata.

Durante la seconda settimana il corso si svolge a bordo dei piccoli cabinati First 211 (con alloggio a bordo) e si navigherà tra isole e baie dell'Arcipelago della Maddalena, sotto la guida esperta di un Capo Barca HM ogni quattro ragazzi.

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

LA VITA A BASE 2

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: prima settimana in tende casetta attrezzate con lettini da campo seconda settimana a bordo dei First 211.

GLI ORARI

Ore 08.30 sveglia
Ore 09.00 colazione
Ore 9.30 inizio corso

Ore 20.30 cena
Ore 23.00 silenzio alla base
Ore 23.30 tutti in cuccetta

Orario pranzo a seconda delle uscite in mare

REGOLAMENTO

- L'attività didattica inizia alle ore 09.30 con ritrovo all'UBI (pontile di imbarco)
- 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 23.30
- 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.

Horca Myseria Viaggi s.r.l.

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
- Cappellino da sole
- Occhiali da sole con laccio
- Crema solare (no olio)
- Guanti da vela (suggeriti)
- **Muta leggera e scarpette da deriva (suggerite)***
- **Scarpe da barca o tennis (obbligatorie) ***
- cerata oppure giacca impermeabili oppure K-way
- **Sacco a pelo estivo (obbligatorio)**
- Torcia elettrica (suggerita)

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

IL TUTTO DEVE ESSERE CONTENUTO IN UNA SACCA MORBIDA

INFORMAZIONI VIAGGIO

PARTENZA: (Sabato)

Appuntamento in Stazione Centrale a Milano intorno **alle ore 14.00/15.00** (i dettagli verranno forniti prima della partenza e dopo la pubblicazione dei nuovi orari di Trenitalia – treno Milano/Genova)

Traghetto: Genova – Olbia

Transfer: Olbia – Base Isuledda (Cannigione)

ARRIVO: (Domenica)

Appuntamento in Stazione Centrale a Milano **alle ore 13.00/14.00** (i dettagli verranno forniti prima della partenza e dopo la pubblicazione dei nuovi orari di Trenitalia – treno Genova/Milano)

SISTEMAZIONE ALLA BASE e QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Quota: € 1290

La quota comprende: viaggio a/r da Milano in treno, nave con nostro accompagnatore, trasferimenti alla Base, vitto, alloggio a Base DUE in tende attrezzate con lettini da campo, la prima settimana, alloggio e cambusa a bordo dei First 211 la seconda settimana, materiale didattico, coperture assicurative.

La quota non comprende: Iscrizione annuale HM Junior (€ 20), cene sui traghetti (prevedere dei contanti per cene in comune a bordo).

MODALITA' DI PAGAMENTO

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

COME EFFETTUARE IL PAGAMENTO

Rimessa diretta in Segreteria Horca Myseria a Milano a mezzo contanti, Assegno, Bancomat, Carta di Credito oppure direttamente on line sul sito www.horcamyseria.it con Carta di Credito oppure con

Bonifico: Banca Intesa – Ag. 2594 di Melegnano **C/c** n° 000014558158 intestato a HORCA MYSERIA VIAGGI SRL - **ABI:** 03069 **CAB:** 33380 **CIN:** Z **IBAN:** IT29 Z030 6933 3800 0001 4558 158

Conto corrente postale: versamento su N° 26270207 intestato a HORCA MYSERIA VIAGGI SRL

BRIEFING

Presentazione corsi a genitori e ragazzi presso la sede di Milano (via Pelitti1, 20126 Milano)
(Data da definire)

NUMERI UTILI

Horca Myseria, uffici di Milano: 02 2552585, fax 02 27001313 - E-mail: info@horcamyseria.it

Horca Myseria, base di Isuledda in Sardegna: 0789 86234 (Tel + fax) - e-mail: ubi@horcamyseria.it

Villaggio Isuledda. Cannigione d'Arzachena: 0789 86003-12-13

HM STORE

Gli articoli di vela e non solo... possono essere acquistati presso l' **HM Store** negozio di abbigliamento sportivo per la vela ed il tempo libero. HM Store è situato presso la sede del Centro Velico e gli associati HM otterranno agevolazioni sugli acquisti dei capi ed accessori di **Slam, Murphy&Nye, Musto, Sundek, North Sails, Rockport, Napapijri**. Presso lo Store sono inoltre in vendita i capi della linea **Tribord**.

I nostri orari:

Lunedì: 15.30 / 19.30

Martedì a Venerdì: 9.30 / 13.00 - 15.30 / 19.30

Sabato: 9.30 / 13.00 - 15.30 / 19.00

Horca Myseria Viaggi s.r.l.

2011 – SCHEDA SANITARIA RAGAZZI

INIZIATIVA: _____

DAL: _____ AL: _____

Cognome e Nome di un adulto di riferimento:

Recapito telefonico 1Recapito telefonico 2

Recapito telefonico 3Recapito telefonico 4

Attesto che:

Cognome e nome (ragazzo partecipante).....

nato/a a il.....

residente in Via..... n.....

con tessera sanitaria n. A.S.L. n. di.....

- è in regola con le vaccinazioni SI NO (segnare con x la risposta valida)

- ha contratto le seguenti malattie infantili.....

- ha contratto: bronco-polmonite, focolai TBC, altro.....

- è affetto da cardiopatie.....

- è allergico: ai seguenti farmaci.....

ai seguenti cibi.....

ad altro.....

- è affetto da asma.....

- in caso di piccoli malesseri (mal di testa, raffreddore, ecc.) prende medicinali?.....

- sta seguendo la seguente dieta particolare (se si allegare documentazione).....

- sta seguendo la seguente terapia (medicinali da somministrare durante il corso)

.....

.....

L'adesione da parte dei genitori (o tutori) dei ragazzi a questa iniziativa presuppone che i partecipanti siano fisicamente idonei allo sport della vela, alla vita all'aria aperta e che apprezzino la vita a contatto del mare.

Data..... Firma del genitore

Horca Myseria Viaggi s.r.l.