



Scheda informativa – Corso Preregata – 3°livello Corso Stanziale

Sette giorni di vela adrenalinica in cui planare, scuffiare e ingaggiare gli altri equipaggi. Vela allo stato puro per perfezionare la conduzione di derivate 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, bordeggiamento di bolina e di poppa, planata sulle raffiche, bordeggiamento 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 Vela e divertimento.

Derive utilizzate:

Laser 2000 (mt. 4.44) e Tipsylight (mt. 4.10)

Perimetro di navigazione:

Arcipelago della Maddalena.

La **base nautica Horca Myseria** in Sardegna, denominato **Base Due**, è situata all'interno del **Centro Vacanze Isuledda*** (sito: <http://www.isuledda.it>) a Cannigione d'Arzachena, oasi di vacanza nel cuore della Costa Smeralda, nello scenario incantevole dell'Arcipelago de La Maddalena.

(***Isuledda** dista 3 km da Cannigione – 30 km da Olbia, Nord Sardegna)

Briefing:

per tutti i turni, (tranne quelli in partenza tra il 31 luglio e il 4 settembre), ci troveremo presso la Grande Nave in via Pelitti, 1 20126 Milano il **mercoledì antecedente la partenza, alle ore 18.30**.

Per i turni in partenza **tra il 31 luglio e il 4 settembre** l'incontro è fissato presso la Grande Nave in via Pelitti, 1 20126 Milano **mercoledì 27 luglio alle ore 19.30**.

Cosa faccio quando arrivo al Centro Vacanze Isuledda?

La prima cosa da fare quando sarai arrivato all'Isuledda sarà registrarsi presso la reception del Centro Vacanze che si trova all'ingresso (orario continuato dalle ore 7.30 alle ore 20.30).

Dopo essersi registrati proseguire verso Base Due **si trova vicino alla spiaggia bianca**. A Base Due potrete lasciare i vostri bagagli.

Gli alloggi verranno consegnati dal personale HM la domenica dalle ore 14.00 e invece dovranno essere liberati tassativamente entro le ore 14,00 del sabato.

Corso di vela

Poco distante da Base Due, (proseguendo lungo il viale d'ingresso) immersa nella musica del mare e nei colori e profumi della Sardegna, c'è una piccola casetta che vi aspetta l'**U.B.I.**

Ufficio Base Isuledda da sempre centro base operativo delle attività nautiche e punto di incontro di tutti gli amici HM. Vicino all'UBI troverete il pontile con le nostre barche scuola, la veleria e la veranda dove fare lezioni, chiacchiere e dove gustarsi a fine corso un fresco aperitivo, guardando il tramonto...

U.B.I. è aperto dalle 9.30 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 18.30 (tel. 0789.86234 con segreteria telefonica)

Horca Myseria Viaggi s.r.l.

Orari corsi di vela:

Domenica inizio corso alle 15.00* e fine corso alle 18.00.

Durante la settimana 9.30-13.00 e 14.30/15.00-18.00 con sosta pranzo

Sabato (ultimo giorno) dalle 9.30 alle 12.30.

***E' raccomandata la puntualità, chi dovesse arrivare in ritardo la domenica è pregato di avvisare per tempo l'U.B.I. (0789.86234)**

La giornata: all'Horca Myseria facciamo vela divertendoci. La giornata di corso inizia con la lezione a terra, quindi, dopo aver armato le barche, tutti in acqua per le esercitazioni pratiche. La giornata di corso si svolge in barca con il rientro alla sera, i commenti serali concludono la giornata.

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.

Equipaggiamento per navigare in barca:

- | | |
|--|--|
| - Abbigliamento estivo da mare
(t-shirt, pantaloncini, costumi da bagno...) | - Medicine, farmaci... |
| - 1 maglione pesante | - Sapone Marino |
| - 1 felpa | - Occhiali da sole con laccio |
| - 1 pantalone lungo | - Crema solare (no olio) |
| - Accappatoio | - Guanti da vela |
| - Indumenti e prodotti per igiene personale | - Muta leggera |
| - Pigiama e biancheria personale | - Scarpette deriva o scarpe tennis (obbligatorie)* |
| - Ciabatte | - Sacco a pelo estivo (obbligatorio per chi dorme in Tenda) |
| - Cappellino da sole | - K-way oppure spray-top |
| - Telo mare | - Torcia elettrica (suggerito) |
| | - Coltello da vela (suggerito) |

*** 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

Concept Store HM

Gli articoli di vela e non solo... possono essere acquistati presso l' **Concept Store HM** negozio di abbigliamento sportivo per la vela ed il tempo libero. Il **Concept Store HM** è situato presso la sede del Centro Velico e gli associati HM otterranno agevolazioni sugli acquisti dei capi ed accessori di **Slam, Musto, Murphy&Nye, 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

da Martedì a Venerdì: 10.00 - 13.00 / 15.30 - 19.30

Mercoledì orario continuato: 10.00 - 19.30

Sabato: 10.00 - 13.00 / 15.30 - 19.00

Sede:

Via Pelitti, 1 - 20126 Milano

Tel: 02 2552585

Horca Myseria Viaggi s.r.l.

La vita a Base 2:

L'HM è una scuola di mare dove si impara con allegria e semplicità.

La vita alla base è organizzata come la vita a bordo.

La partecipazione ai corsi richiede entusiasmo e capacità di adattamento.

Gli allievi, guidati dagli istruttori, hanno anche la responsabilità della cucina, degli impianti a terra e delle imbarcazioni.

Gli alloggi:

Quattro "casette" formano il nucleo centrale di Base 2.

Hanno 2 cabine con 2 cuccette ciascuna (accostate e/o separate), un ampio quadrato con divano angolare (dove si trova la quinta cuccetta) ed un tavolo da pranzo per accogliere tutto l'equipaggio, una cucina a gas con quattro fuochi, lavello, frigorifero ed una dotazione completa di piatti, posate e pentolame. Servizio con doccia e wc. Le casette sono dotate di lenzuola e asciugamani. Di fianco alle casette si trovano le 5 tende, con materassini per 2 posti letto. **Non vi dimenticate di portare il sacco a pelo.**

La cucina

Pur avendo ciascuna casetta una cucina autonoma, sarà piacevole cenare tutti insieme sotto il gazebo scoperto. Un grande grill è stato predisposto per coinvolgenti grigliate all'aperto.

Base 2 replica la filosofia della barca: la semplicità e la collaborazione di tutti i membri dell'equipaggio per un buon svolgimento della vita comune!

Cambusa e cassa comune

All'arrivo, ciascun partecipante provvederà al versamento dell'importo di **€ 100 per colazione, pranzo, cena e bevande.**

Regolamento di partecipazione

- la frequenza ai corsi richiede spirito di adattamento, impegno e accettazione di norme comportamentali.
- la partecipazione ai corsi è strettamente riservata agli allievi regolarmente iscritti ed autorizzati dalla Sede di Milano.
- gli arrivi e le partenze dovranno avvenire nel rispetto delle date e degli orari previsti dal programma.
- non è consentito assentarsi durante lo svolgimento del corso se non previa autorizzazione del responsabile Horca Myseria.
- 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 e del materiale nautico 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.

Attenersi a quanto sopra descritto è garanzia del comune divertimento: per questo motivo il Capo Turno ha facoltà di allontanare dal Corso chi con il proprio comportamento pregiudichi gravemente la comune convivenza.

TRANSFER DA OLBIA PER ISULEDDA E VICEVERSA

Isuledda dista 3 km da Cannigione – 30 km da Olbia, Nord Sardegna

Il luogo più comodo e servito di arrivo dal continente, sia per chi viaggia in traghetto che in aereo, è **OLBIA**. Per i traghetti esistono anche arrivi a Golfo Aranci o a Palau, ma questi porti sono mal serviti dai mezzi pubblici.

Per chi arriva con la nave a Olbia consigliamo il pullman della linea **SUN LINES** (tel. 0789-50885 colore blu) che dal **primo di giugno** parte da Olbia Porto fra le h.7.30 e le h.8.30 (potendo, aspetta i traghetti da Olbia, Piombino e Civitavecchia), ha l'aria condizionata ed in poco meno di 2 ore di percorso lungo la Costa Smeralda, arriva esattamente davanti all'entrata del Villaggio Isuledda vicino a Cannigione. Il Costo del biglietto è di circa 8 €. La corsa successiva è alle h.12.30.

- **Al porto di Olbia** tutti i pullman, Sun-Lines, ARST e AMTU (n°3) partono dallo stesso piazzale. Il n°3 parte a ogni mezza per Olbia.

- **All'aeroporto di Olbia** gli autobus della AMTU (n°2-8) partono ogni 15/30 minuti per Olbia. La fermata si trova uscendo dall'aerostazione sulla destra al di là della strada (costo circa 1 €. biglietteria al bar).

Le Autolinee AMTU (comunal/colori arancione) collegano **porto** ed **aeroporto** con il terminal dei pullman ARST (regionali/colori blu- tel. 800865042 <http://arst.sardegna.it:8080/>).

Da questo terminal partono ogni 90 minuti circa gli autobus per Arzachena (costo circa 2 €, biglietteria al bar sulla destra dell'ingresso del terminal).

Da Arzachena parte alle h.13.00 e alle 15.20 il pullman delle FDS (Ferrovie della Sardegna) che porta a Cannigione o a Isuledda-Tancamanna. (circa €. 1,5, biglietteria al bar nella vietta vicina al comando dei carabinieri.).

Sempre della ARST esiste un pullman diretto per Arzachena che parte da Olbia porto Alle h.7.15.

Una valida e consigliata alternativa è rappresentata dal servizio di auto/minibus **Sun Lines** che si occupa di raggruppare i clienti Horca Myseria in arrivo ad Olbia

€ 15 a persona con un limite minimo di € 60 a viaggio

(quota diurna da **Olbia porto** o **aeroporto** per la base HM (fino alle 22.00) o viceversa

Nel caso intendiate servirvi del servizio sopraindicato è preferibile preannunciare loro il vostro arrivo in Sardegna con qualche giorno di anticipo, specificando che fate parte del gruppo di Horca Myseria.



ufficio di Olbia: **0789.50885** Cellulare: **348.2609881**

Altri numeri utili:

Horca Myseria, uffici di Milano:

02.2552585, fax 02.27001313

Horca Myseria, base di Isuledda in Sardegna:

0789.86234 (Tel + fax), ubi@horcamyseria.it

Villaggio Isuledda, Cannigione d'Arzachena:

0789.86003-12-13

Horca Myseria Viaggi s.r.l.