

## CURSOS DE VELA VERANO 2022 (modalidad de ÓPTIMIST)

Documento actualizado a 1 de junio de 2022

✓ **Lugares:**

- S/C Palma: Centro Insular de Vela (Dársena Pesquera).
- Tazacorte: Muelle Deportivo.

✓ **Fechas:**

**\*S/C Palma:**

- Curso del 11 al 15 de julio
- Curso del 18 al 22 de julio
- Curso del 25 al 29 de julio
- Curso del 1 al 5 de Agosto

**\*Tazacorte:**

- Curso del 8 al 12 de Agosto
- Curso del 15 al 19 de Agosto
- Curso del 22 al 26 de Agosto
- Curso del 29 Agosto al 2 de Septiembre

- ✓ **Participantes:** entre los años **2007 y 2015** (ambos inclusive), hasta **un máximo de 12 participantes** por cada curso.

✓ **Horarios y días:**

- De lunes a viernes.
- De 09:00 a 13:00 horas.

✓ **Recomendaciones:**

- **VESTIMENTA:** Ropa de baño, toalla, gorra, crema, camiseta o licra, zapatillas de playa, escaarpines, muda de ropa.
- **ALIMENTACIÓN:** Picnic. (Barritas energéticas, fruta, sándwich, bebida, etc.) No recomendable comidas pesadas con salsas, bollerías o salados.
- **PLANING:** Los cursos de vela están enfocados al aprendizaje de la navegación a vela en su fase de iniciación.
- **OBJETIVOS:** Navegación a vela en todos los rumbos, envergado del barco, manejo del timón, trimado de la vela con la escota, cuidado del material, orientación del barco según dirección de viento, nudos básicos marineros, entrada y salida al mar por la rampa.
- **CONOCIMIENTOS PARA PREPARAR Y NAVEGAR CON UN BARCO DE VELA:** El Centro Insular de Vela de La Palma proporcionará embarcaciones para el aprendizaje de este deporte (Clase Optimist). También equipará a cada alumno con un chaleco salvavidas obligatorio para la actividad.
- **SEGURIDAD:** La escuela de vela dispone de 2 Técnicos Deportivos responsables de la actividad y 3 embarcaciones neumáticas, emisoras marinas y todos los permisos y seguros para el correcto funcionamiento de los cursos.
- **ACTIVIDAD ALTERNATIVA:** Los días en que el viento o las condiciones meteorológicas no acompañen para la navegación a vela, la escuela dispone de tablas de pádel surf y otras alternativas para que los alumnos del curso puedan seguir en contacto con el mar haciendo otro tipo de actividad.

- ✓ La **inscripción incluye** seguro de accidente.

✓ **Teléfonos de contacto:**

- \* Coordinación Servicio Deportes: **677 91 58 11**
- \* Coordinación Centro Insular Vela: **619 42 05 84**
- \* Servicio de Atención Telefónica del Cabildo (SAT) de La Palma: **922 423100**

- ✓ **Se prohíbe** el uso de cámaras de fotos, móviles, así como cualquier otra tecnología de grabación de imágenes, a todos los participantes durante los cursos.

### IMPORTANTE:

- La organización se reserva el **derecho de modificar** las actividades y horarios previstos de manera motivada, informando con tiempo de antelación suficiente siempre que sea posible.
- Esta comunicación podrá sufrir modificaciones, en cuyo caso, quedará reflejado en la "Fecha de actualización".
- Esta actividad también está expuesta a posibles modificaciones en función de la evolución de la Pandemia y a los cambios que se produzcan en las restricciones de las normas tanto si se producen antes o durante la celebración de los cursos.