

PROGRAMMA GENERALE ATTIVITA' 2019/2020

1. ALLENAMENTI

1.1. Struttura

Le uscite e le regate invernali di allenamento si svolgeranno ogni domenica del mese per un totale di 4/5 uscite mensili, salvo preventiva comunicazione da parte della Direzione Tecnica e dell'allenatore incaricato che può variare le date o proporre degli ampliamenti di allenamenti e/o eventuali recuperi.

Nel Periodo indicato potranno svolgersi allenamenti anche di sabato (EXTRA), con preventiva comunicazione da parte dell'allenatore e con un minimo di 3 equipaggi presenti.

1.2. Frequenza

La frequenza da parte degli allievi che aderiscono al programma d'allenamento è obbligatoria, salvo comunicazione preventiva (almeno 24 ore prima) all'allenatore, necessaria per garantire un corretto svolgimento della seduta d'allenamento e dare la possibilità, in caso di assenze, di poter organizzare al meglio l'uscita giornaliera. **La frequenza resta obbligatoria anche in caso di condizioni meteo-marine avverse, salvo diversa comunicazione della Direzione Tecnica. In queste occasioni si svolgerà una attività prevalentemente teorica o pratica a terra, altrettanto fondamentali per il percorso didattico-formativo degli atleti.** Eventuali annullamenti degli allenamenti saranno comunicati esclusivamente dalla Direzione Tecnica che definirà e comunicherà preventivamente le date del recupero della giornata.

1.3. Orari

Nel periodo estivo con l'ora legale l'orario di inizio dell'allenamento è alle ore 11.00

Nel periodo invernale con l'ora solare l'orario di inizio dell'allenamento è alle ore 10.00

L'orario di chiusura della seduta di allenamento è previsto un'ora prima del tramonto.

Per quanto concerne orari degli extra allenamenti, regate o clinic verranno comunicati come da punto 1.6 (comunicazioni ufficiali).

1.4. Regole

Gli Atleti che aderiscono al programma d'allenamento, dovranno rispettare gli orari stabiliti, mantenere un comportamento corretto etico/sportivo sia nei confronti dei compagni di corso che con le altre persone. Il non rispetto delle regole può portare all'allontanamento temporaneo o definitivo dalle sedute d'allenamento. Per garantire il corretto svolgimento del programma è opportuno che durante gli allenamenti in mare e a terra non siano presenti i familiari degli allievi.

Ogni atleta è tenuto a mantenere in ordine le proprie imbarcazioni nel lotto assegnato e tenere le proprie attrezzature nautiche negli spazi adibiti e di custodirle in sicurezza presso il container cala vele. Ogni atleta o equipaggio potrà lasciare in custodia presso gli spazi adibiti esclusivamente un gioco di vele piegato in apposita sacca identificata con il nome del proprietario. Cassettes degli attrezzi, abbigliamento tecnico e altre attrezzature potranno essere lasciate, in modo ordinato, all'interno degli spazi del Circolo esclusivamente e limitatamente ai giorni ed agli orari previsti per gli allenamenti.

1.5. Assicurazioni - Danni - Furti

Ogni atleta è responsabile della propria attrezzatura, che non può essere lasciata incustodita neanche temporaneamente. La disattenzione può recare danni a sé stessi e agli altri. Tutti gli atleti minorenni e maggiorenni dovranno comunque attivare una idonea polizza assicurativa per danni a cose e a persone eventualmente arrecati, (assicurazione R.C.)

La Direzione non si riterrà responsabile di furti e danni provocati da atti vandalici, condizioni meteorologiche avverse sia a terra che in acqua, in qualsiasi sede di svolgimento di allenamenti o regate; a tal proposito è cura dell'atleta assicurare al terreno il proprio natante e di controllare periodicamente la propria attrezzatura depositata presso gli appositi spazi sociali.

1.6. Comunicazioni ufficiali

Tutte le comunicazioni ufficiali verranno effettuate tramite i gruppi whatsapp preposti:

#CLASSE DI APPARTENZAGENITORI

#CLASSE DI APPARTENENZA ATLETI

Via mail: info@circolovelicoventotene.com e scuolavela@compagniavelaroma.com

L'organizzazione declina ogni responsabilità per le comunicazioni non effettuate tramite i mezzi di comunicazione sopra menzionati.

1.7. Servizi Offerti

I circoli organizzatori per la buona riuscita delle attività offrono una serie di servizi, di seguito indicati:

- ! Tessera FIV
- ! Assicurazione RC Integrativa per gli allievi
- ! Istruttore FIV per ogni allenamento
- ! Gommoni per assistenza e supporto Atleti
- ! Carrelli Stradali con cassoni trasporto barche e gommoni
- ! Telecamera e Fotocamera digitale
- ! Boe per allenamenti e posizionamento campi di allenamento
- ! Materiale didattico vario
- ! Utilizzo degli spazi sociali comprensivi dei servizi presso le sedi della Compagnia della Vela sul Lago di Bracciano, Circolo Velico Ventotene Isola di Ventotene.

1.8. Quota Iscrizione Attività (Articolo 8 del regolamento Interno)

Per partecipare alle attività di allenamento programmate è prevista una quota di iscrizione annuale individuale di **€280,00, comprensiva anche del rinnovo tessera FIV 2020, che deve essere versata entro il 5 ottobre 2019** all'atto dell'iscrizione ai corsi di allenamento.

Per l'iscrizione alle attività è necessario compilare la scheda allegata firmata dall'allievo e, per i minorenni, da uno dei genitori (o di chi ne fa le veci). Una volta compilata, la scheda accompagnata dal versamento della quota di iscrizione, potrà essere inviata via mail all'indirizzo del Circolo Velico di appartenenza:

! info@circolovelicoventotene.com All'attenzione di Simone Ugazio **referente Circolo Velico Ventotene**

Con l'iscrizione, l'atleta, una volta assegnato l'equipaggio si impegna a rispettare i programmi di allenamento e gli obiettivi condivisi delle regate con il proprio compagno di barca e di portarli a termine per tutta la stagione agonistica fino a fine Settembre 2020.

Nota Bene: La Tessera FIV 2020 potrà essere rinnovata solo a fronte della consegna del certificato medico **tipo B agonistico da parte dell'Atleta partecipante.**

1.9 SEDE DI SVOLGIMENTO ATTIVITA'

Le sedute di allenamento inizieranno dal mese di Ottobre 2019 presso la Compagnia della Vela di Roma, sul lago di Bracciano, lungolago di Polline tra Trevignano ed Anguillara.

Entro fine Ottobre 2019, tutte le classi verranno trasferite ad Anzio, Lungo Mare di Levante, presso il Circolo East Bay sede logistica e base di preparazione, per il Campionato Invernale 2019/ 2020 (tranne gli Optimist)

Per lo stazionamento delle barche ad Anzio presso il Circolo East Bay e per l'iscrizione al Campionato Invernale è prevista una quota di adesione da versare direttamente alla segreteria del Circolo ospitante.

La quota prevista è fissata in €270,00 per imbarcazione (catamarani e skiff) comprensiva di stazionamento e Prima e Seconda Manche Campionato Invernale 2019/ 2020.

Le squadre/classi rientreranno alla base principale di Bracciano tra la fine di Marzo ed i primi due week end di Aprile questo sarà comunicato preventivamente via Email e sarà subordinato al calendario delle regate previste dalle varie associazioni di classe per l'anno 2020.

Per i trasferimenti delle barche (Bracciano-Anzio-Bracciano), è previsto il versamento di una quota che verrà comunicata tramite preventivo.

2.0 Allenamenti Extra

A partire dal mese di novembre 2019 l'organizzazione proporrà agli atleti, degli allenamenti extra in pacchetti agevolati mensili con la volontà di dare un servizio continuativo e valido per la preparazione tecnico-sportiva.

2.1 CLINIC E STAGE DI PREPARAZIONE TECNICA E ALLE REGATE.

In prossimità di eventi e regate verranno proposti clinic e stage di preparazione tecnica finalizzati al consolidamento ed all'integrazione dell'attività canonica proposta.

I clinic e stage saranno programmati ed inseriti nei calendari dei programmi di ciascuna classe e prevederanno il versamento di una quota che verrà comunicata tramite preventivo.

2.2. Regate e Trasferte

In occasione delle regate e delle trasferte il Circolo organizzatore invierà in anticipo il preventivo di spesa ai rispettivi equipaggi. Gli atleti che aderiranno alle iniziative dovranno inviare la quota prevista almeno una settimana prima della partenza, al fine di garantire il pagamento degli alloggi e di eventuali biglietti traghetti prenotati.

La quota comprende: vitto – alloggio – indennizzo trasferta istruttore-diaria istruttore- utilizzo del gommone, per l'assistenza tecnica e la sicurezza. – utilizzo dei carrelli stradali per il trasporto delle barche —biglietti ferroviari o marittimi - noleggio pulmini se previsto, comprese le spese di carburante e di pedaggio autostradale. **La quota non comprende:** spese personali di cui le iscrizioni alle regate e quanto non previsto in la quota comprende

In base all'esperienza maturata in questi anni abbiamo verificato che il costo giornaliero pro capite, comprensivo dei vari servizi, varia fra €90,00 e €120,00 . **N.B** questa quota dipende dalla tipologia della trasferta (distanza, eventuale utilizzo della nave, tipo di alloggio e giorni di soggiorno).

2.3. Vitto – Alloggio - Transfert

Verranno periodicamente organizzati incontri con gli atleti e le loro famiglie per dare comunicazioni e definire insieme integrazioni o ampliamenti dell'attività, previa comunicazione attraverso i mezzi ufficiali comunicati al punto 1.6 "COMUNICAZIONI UFFICIALI" di questo programma.

Gli atleti dovranno raggiungere autonomamente la sede nautica dove avranno luogo gli allenamenti, altrimenti potranno concordare di volta in volta con gli allenatori il trasporto in macchina o pulmino (fino ad esaurimento posti) con partenza da Roma e arrivo a Bracciano e ritorno con un costo di **5,00** a persona, oppure con partenza da Roma e arrivo ad Anzio e ritorno con un costo **€ 10,00**

N.B Per queste attività di transfert il Circolo Organizzatore non assume alcune responsabilità

Per la stagione Invernale 2019/2020 la Direzione ha deciso di offrire presso la sede della Compagnia della Vela di Roma sul lago di Bracciano il servizio foresteria e ristoro a una quota promozionale riservata esclusivamente agli atleti Iscritti alle attività agonistiche 2020:

- ! € 33 (Cena, foresteria, lenzuola, colazione e pranzo)
- ! € 25 (Cena, Foresteria (lenzuola), Colazione)
- ! € 8 (Pranzo)

Programmi Tecnici

delle varie Classi con i relativi calendari di allenamenti e trasferte e quote di ogni singola squadra saranno riportati negli allegati come segue:

Allegato 1 A Squadra Optimist

Allegato 2 A Squadra HCDragon

Allegato 3 A Squadra 29er

Allegato 4A Squadra HC16 spi

Allegato 5 A Squadra Nacra 15

Allegato F A Modulo di Iscrizione 2020

Per qualsiasi comunicazione o esigenze personali potete contattare:

Simone Ugazio, Direttore Sportivo CV Ventotene- Compagnia Vela Roma info@circolovelicoventotene.com 3384741472

Matteo Nicolucci Direttore Tecnico Compagnia Vela Roma - matteo.nicolucci1@tin.it 3405362034

Ludovica Pasquarelli Direttrice Scuola Vela Compagnia Vela Roma - scuolavela@compagniaavelaroma.com 3475420154