

**Phi!Number** ed il **Circolo Velico Controvento di Brescia** presentano:

## Phi!Tactics

### **Che cosa:**

Corso di tattica di regata rivolto a tutti i velisti e regatanti che vogliono affinare le loro doti tattiche. Il corso è tenuto da professionisti della vela e del training e si avvale di un efficace metodo didattico, che porterà i partecipanti ad approfondire la loro conoscenza con gli strumenti ed i metodi che ogni buon tattico dovrebbe conoscere; il corso aiuterà il velista a comprendere appieno il perchè ed il come delle scelte che sarà portato a compiere sui campi di regata ed in navigazione.

### **Chi:**

**Phi!Number** è un'associazione avente sede a Milano, attiva già da diversi anni nella gestione di alcuni tra i *top-team* della vela agonistica, nonché nella formazione e nel training. Tra i suoi obiettivi rientra quello di diffondere e migliorare la cultura dello sport velico, grazie ai numerosi e diversificati corsi, workshop e serate che tiene in numerose città d'Italia. Il suo staff, operante sia in ambito nazionale che all'estero, approda finalmente con i suoi corsi a Brescia grazie alla preziosa collaborazione logistica ed organizzativa del **Circolo Velico Controvento**.

### **Dove e quando:**

Il corso si terrà presso gli spazi del **Circolo Velico Controvento**, in via Berardo Maggi 9 (traversa di via Diaz).

Esso sarà articolato in 3 serate di durata variabile tra le 2 e le 3 ore ciascuna:

- **martedì 22 febbraio:** ore 20:30 completamento iscrizioni, ore 21:00 inizio lezioni
- **martedì 01 marzo:** ore 21:00 inizio lezioni
- **martedì 08 marzo:** ore 21:00 inizio lezioni

### **Come:**

Per partecipare al corso è necessario preiscriversi. Lo si può fare inviando una mail a [info@phi-number.com](mailto:info@phi-number.com), indicando come oggetto "Tactics Brescia" e aggiungendo nel testo nome, cognome, cellulare (facoltativo) e paese di provenienza. I soci UISP/Controvento possono iscriversi presso la Segreteria del Circolo. L'importo dell'iscrizione (da versare direttamente in loco, durante il completamento iscrizioni) è stabilito come segue:

- Partecipanti ordinari      **€ 150,00**
- Soci Controvento/UISP      **€ 100,00**

L'iscrizione include la partecipazione a tutte le 3 serate e il materiale didattico (appunti e video delle lezioni, disponibili su richiesta al termine del corso).

### **Per informazioni:**

**Delegato Phi! area BS:** Luca Zuklic, [zuklic@gardasail.com](mailto:zuklic@gardasail.com); tel. 328 7568966

**Phi!Number:** [www.phi-number.com](http://www.phi-number.com); [info@phi-number.com](mailto:info@phi-number.com); tel. 346 1366308

**CVControvento:** [www.controvento-bs.it](http://www.controvento-bs.it); [info@controvento-bs.it](mailto:info@controvento-bs.it); tel 329 2223582

### TACTIC WORKSHOP - ARGOMENTI TRATTATI

#### Mondo interno ed esterno alla barca

Gli obiettivi del mondo interno  
Gli obiettivi del mondo esterno

#### Differenza tra tattica e strategia

Differenze tra tattica e strategia  
Chi è e cosa fa il tattico

#### Materiale necessario per lo studio e la gestione del mondo interno

Pennarello indelebile  
Tall tales  
Schotch  
Stropi  
Elastici  
Crc

#### Materiale necessario per lo studio e la gestione del mondo esterno

Bandiera di protesta  
Bussola tattica e/o di rilevamento  
Block Notes e matita  
Dacron adesivo per segnare info

#### Il campo di regata

La direzione del vento  
Comportamento del vento (3 tipologie)  
La sinistra e la destra del campo (come definire qual è l'una e l'altra)  
La sinistra e la destra della linea  
Le lay lines

#### Osservare le variazioni del vento

La forza del vento  
La lettura del vento  
La direzione del vento  
L'osservazione dei refoli

#### Lo scambio di comunicazioni a bordo

Decidiamo chi fa cosa  
Velocità - zero - %

#### Strategia di bolina in funzione del tipo di vento

Con il vento basculante (che fa girasole): il principio della scala  
Con il vento che oscilla  
Con il vento che bascula e oscilla

#### Preparazione alla partenza: a terra

Leggere le istruzioni  
Informazioni sullo specchio d'acqua  
Informazioni sugli avversari  
Briefing con l'equipaggio

#### Preparazione alla partenza: sull'acqua

Prima della procedura  
Calcolare la linea  
Check della corrente  
Definizione condivisione della strategia prima della partenza  
Con quali vele?

## La partenza

Mantenete logica e regolarità  
Evitate le posizioni estreme  
Trovate il compromesso migliore  
Scontro o attesa?  
Conclusioni

## La bolina

Usare la bussola  
Calo del vento o scarso  
Rinforzo e buono  
Trovare le lay lines

## Situazioni tattiche di bolina

Sfruttare il piazzamento e il regolamento  
Virare sotto (circonferenza esterna)  
Incrociare dietro e virare (circonferenza interna)  
Le "slum dunk"  
Occhio alle lay!  
Non perdiamo di vista gli obiettivi strategici

## Avvicinamento e giro della boa al vento

Intro  
Da che lato arriviamo?  
La forza del vento alle 2 lay lines  
La corrente alla boa  
Trovare spazio se arriviamo mure a sinistra  
Scegliere la manovra alla boa sopravento  
Anticipare la strategia sul bordo successivo  
Le regole sulla boa spv

## Strategie con il vento in poppa

I tre tipi di vento  
Strategia nel vento basculante (girasole)  
Strategia nel vento oscillante  
Strategia nel vento basculante che oscilla

## Tattica con il vento in poppa

Uso della bussola  
Calo del vento o buono (fa orzare)?  
Rinforza o scarsa?  
Le lay line

## Situazioni tattiche nelle portanti

Attaccare  
Difendersi  
Come posizionarsi al momento di un incrocio  
Non perdiamo di vista gli obiettivi strategici

## Avvicinamento e giro di boa sottovento

Introduzione  
Da che lato arrivare alla boa  
La forza del vento sulle 2 lay lines  
Ingaggio alla boa sottovento  
La corrente  
Definire la strategia del bordo successivo  
Manovra in boa

## Marcare e gestire il rischio

Assicurare la marcatura  
Marcare stretto un avversario di bolina  
Marcare largo un avversario di bolina  
Tecniche per marcare in funzione della strategia  
Marcare più barche di bolina  
Marcare all'avvicinamento delle lay lines di bolina  
Virare sotto il vento dell'avversario ma in posizione favorevole  
Marcare con il vento in poppa  
La linea di arrivo

## Percorso Costiero

Siate pazienti e opportunisti  
Approfittate delle onde e di una corrente più veloce  
Non restate nella scia di un concorrente più lento  
Posizionatevi bene al lasco  
La strategia in più giorni

## Proteste: come porsi di fronte alla Giuria

Non trascurate né il regolamento, né la Giuria  
Di fronte alla Giuria, chiarezza e cortesia

## Il fattore mentale è tutto

La preparazione mentale: un lavoro tutto personale  
L'ascendente psicologico