



Lega Navale Italiana
Sez. Santa Margherita Ligure

Regolamento del Corso Preagonismo

1. Periodo e calendario del corso

Il Corso Preagonismo avrà inizio sabato 13 giugno 2025 e si svolgerà ogni sabato mattina, con orario 9:30 – 13:00, secondo il seguente calendario:

- Giugno: 14, 21, 28
- Luglio: 5, 12, 19, 26
- Agosto: 2, 9, 16, 23, 30
- Settembre: 6, 13, 20, 27
- Ottobre: 4, 11, 18, 25
- Novembre: 1, 8, 15, 22, 29
- Dicembre: 6, 13, 20, 27

2. Costi

Il costo del corso è di 200 €

(Il tesseramento alla FIV è alla Lega Navale Italiana non è incluso e va effettuato separatamente secondo le modalità previste dalla segreteria.)

3. Obiettivi del corso

Lo scopo del Corso Preagonismo è quello di fornire una preparazione tecnica e atletica di base a giovani velisti con l'obiettivo di inserirli successivamente nel gruppo agonistico della Sezione.

Il corso è strutturato per accompagnare gradualmente i ragazzi verso la partecipazione alle prime regate ufficiali.

4. Proseguimento dell'attività

Al termine del corso, sarà possibile scegliere se:

- Proseguire nell'attività annuale (cadenza bisettimanale: sabato e domenica)
- Attendere la buona stagione e ripetere un nuovo ciclo di Preagonismo a partire dalla primavera successiva



Lega Navale Italiana
Sez. Santa Margherita Ligure

5. Frequenza

È fortemente consigliata la frequenza regolare.

Le assenze frequenti ostacolano il percorso di crescita individuale e rallentano il lavoro del gruppo, penalizzando chi è assiduo negli allenamenti.

Il corso segue una progressione didattica continua, per cui recuperare le lezioni perse può risultare difficile.

6. Condizioni meteorologiche

Le lezioni si svolgeranno regolarmente anche in caso di condizioni meteo non ideali, privilegiando attività a terra quando non è possibile uscire in mare in sicurezza.

In caso di maltempo severo, la lezione potrà essere rimandata o annullata a discrezione dell'istruttore responsabile.

7. Sostituzioni e recuperi

Qualora l'istruttore titolare del corso fosse impegnato con il gruppo agonistico, verrà sostituito da un altro istruttore della Lega Navale Italiana – Sezione di Santa Margherita Ligure.

Se non fosse possibile effettuare la sostituzione, la lezione verrà annullata e recuperata alla prima occasione utile.

8. Attrezzatura personale

La Lega Navale Italiana dispone di attrezzature personali (mute, calzari, ecc.), che verranno fornite in comodato d'uso ai partecipanti fino a esaurimento di taglie o materiali disponibili.

L'attrezzatura dovrà essere:

- Ritirata all'inizio della stagione autunnale
- Utilizzata con cura e responsabilità
- Restituita immediatamente in caso di rinuncia al corso
- Obbligatoriamente riconsegnata a fine stagione