

## PRACTICAS DE AMPLIACIÓN DE ATRIBUCIONES PER + VELA

El objetivo de éstas prácticas es obtener las atribuciones complementarias del título de Patrón de Embarcaciones de Recreo, tanto las que permiten realizar la travesía Península-Baleares y ampliar la eslora permitida a 24 metros como las de vela. Para ello hemos estructurado un programa de tres días de duración (normalmente viernes, sábado y domingo) en los que combinaremos tanto las prácticas para comprender como funciona un velero moderno con las de organización de una travesía.



### Barco de prácticas

La navegación la realizaremos en el barco escuela Argonauta, un velero Beneteau Cyclades 43.4 de 13.5 metros de eslora con 4 cabinas para alojar a los 6 alumnos más el instructor.



### Programa de prácticas

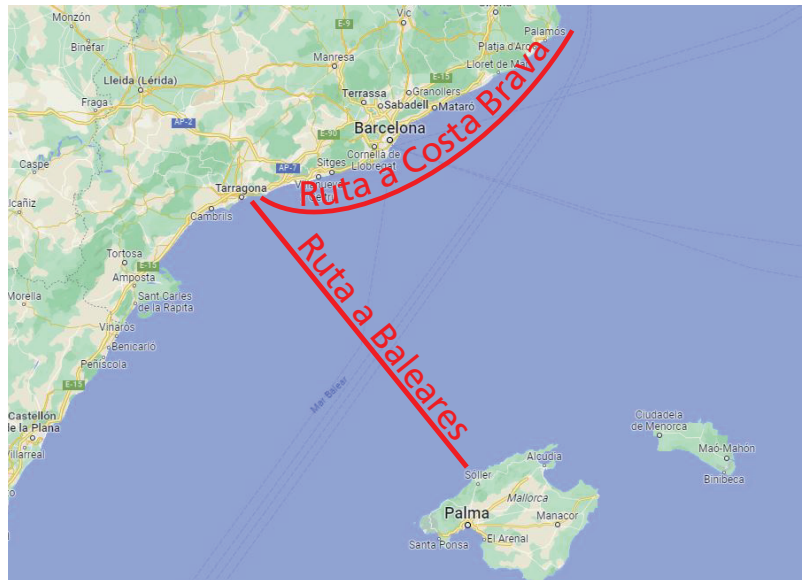
El primer día comenzaremos a las 12:00 en el puerto de Torredembarra. Este es un día muy importante tanto para el que comienza a navegar como para el que tiene alguna experiencia náutica porque dedicaremos tiempo a aspectos muy útiles; conocimiento del barco en temas relativos a la seguridad y confort en la vida a bordo, conocimiento del aparejo y las maniobras fundamentales de un velero moderno. Es una jornada muy completa, con mucha información sobre los fundamentos del barco y la navegación a vela.

Después de comer zarparemos para seguir la ruta establecida.

## La ruta

Antes de salir estudiaremos el parte meteorológico y en función de las previsiones, estableceremos la ruta a seguir.

Durante la navegación se pondrán en práctica los temas tratados y estableceremos turnos de guardia efectiva, organizando la navegación nocturna y la recalada en el puerto de destino. Terminaremos las prácticas regresando al puerto de origen con el tiempo necesario para realizar la maniobra de repostaje y arranchado del barco.



## Vida a bordo

En esta práctica debemos prepararnos para permanecer 3 días a bordo (pernoctaremos 2 noches) durante las cuales realizaremos diferentes tareas y también, por supuesto, descansaremos. Para dormir la embarcación dispone de 3 cabinas dobles en las que se alojarán los alumnos. **Es necesario traer un saco de dormir.**

Si somos propensos al mareo (incluso si no lo somos) deberemos prevenirlo tomando la medicación adecuada con antelación (se recomienda hacerlo al menos 2 horas antes)

## Qué llevar

No es necesario llevar mucho equipaje, pero sí que sea adecuado. La navegación es una actividad que se desarrolla al aire libre por lo que debemos equiparnos para protegernos de las inclemencias meteorológicas como si fuéramos a esquiar, en invierno o, a una excursión por la montaña en otras épocas del año. Hay que tener en cuenta que la sensación de frío en la mar, sobre todo al ponerse el sol, es más intensa que en tierra.

Nos abrigaremos por capas: **Ropa interior térmica (en otoño/invierno), forro polar o jersey (de diferente grosor en función de la época del año), pantalón largo y una última capa de ropa de agua o anorak, gorro y guantes.**

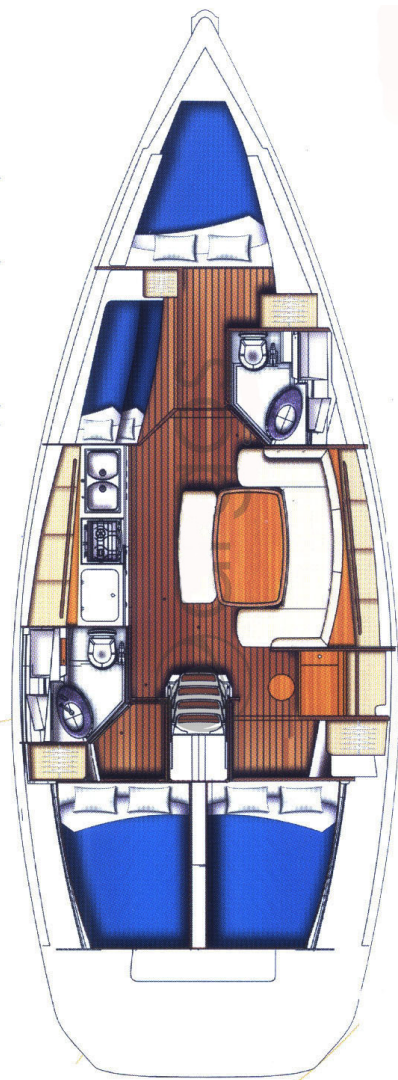
## Consejos para abrigarnos por capas para navegar en invierno:

Primera capa: ropa interior térmica

Segunda capa: Aislamiento y retención del calor corporal

Tercera capa: Aislamiento de la lluvia y el viento

En primavera y verano podemos utilizar pantalón corto y camiseta, pero **siempre llevaremos algo de ropa de abrigo y un chubasquero** que nos proteja de los rociones o la lluvia. No olvidar protección solar.







Primera capa



Segunda capa



Tercera capa

**Muy importante: El calzado.** Lo mejor es traer el específicamente náutico, pues está diseñado para no resbalar por cubierta y proteger los pies de los golpes. Si no disponéis de él, podéis utilizar alguna zapatilla de deporte que tenga la suela de color claro y que no tengan un dibujo muy profundo, tipo zapatillas de tenis. **En ningún caso traigáis botas o zapatillas de montaña o sandalias**, no es un calzado adecuado para las cubiertas de las embarcaciones.



En grandes almacenes especializados en ropa deportiva encontrareis prendas y calzado adecuados con una buena relación calidad/precio y que os servirán también para otras actividades.

La bolsa en la que guardéis vuestro equipaje (una por persona) debe ser totalmente blanda, sin partes duras o rígidas que dificulten su almacenaje.

Para dormir a bordo no olvidéis llevar saco de dormir. Para las guardias nocturnas, aunque no es imprescindible, será de gran utilidad una linterna frontal.

## Avituallamiento para la travesía

Para no perder tiempo haciendo compras, organizaremos el avituallamiento de la siguiente forma.

El alumno debe traer la comida para el viernes, preferiblemente a base de alimentos ya preparados para no tener que cocinar a bordo.

Para el resto de comidas, que realizaremos navegando, La Escuela proporcionará: Café, té, leche, zumos, galletas y chocolate para desayunos y meriendas.

Sopas, embutido, queso, fiambres, alimentos precocinados, pan y fruta para comidas y cenas.

Al ser una travesía corta, las comidas serán fáciles de preparar, evitando tener que cocinar a bordo.

Será bienvenido cualquier alimento que traigáis para compartir y picar entre horas como frutos secos, patatas, aceitunas, etc.

## Meteorología

Las prácticas se adaptarán en todo momento a las condiciones meteorológicas, pudiéndose modificar la ruta establecida si las condiciones de mar y viento así lo aconsejan, siendo en éste caso el instructor el que determinará la ruta a seguir.

