

Scheda Stage



Benvenuti a Bonifacio



Thibaut Lecomte
Responsabile della Base

*Cari allievi,
Troverete in questa
scheda tutte le
informazioni
necessarie per*

*preparare il vostro stage e il vostro
viaggio.*

*Vi consigliamo di leggerla con
attenzione insieme alla Guida
dell'allievo e al Promemoria delle spese
(Mémoire de frais) che vi sono stati
inviati.*

*Le basi dei Glénans sono state scelte
per le qualità nautiche e la bellezza dei
luoghi in cui sono situate.*

*A Bonifacio scoprirete un bellissimo
bacino di navigazione ventilato e
soleggiato, ideale per progredire e tras-
correre dei momenti indimenticabili.*

*Tutta l'equipe della base vi augura un
buon stage e aspetta di accogliervi
A presto...*



IL VOSTRO STAGE :

Stage ALLURE PLUS ITALIANO

- Crociera (navigazione costiera)
- Livello : 1 spi
- Pubblico : Adulti
- Bacino : Propriano, solenzara, riserva naturale di Bonifacio e delle isole sarde, Sardegna

- Soggiorno : a Fazio la 1° settimana, a bordo la 2° settimana
- Durata : 13 giorni e 1/2
- Flotta : Glénans 5,7 la 1° settimana, Elan 31 o Sun Fast 32i la 2° settimana.

INFORMAZIONI PRATICHE :

VI DIAMO APPUNTAMENTO : Il 1° giorno del vostro stage (vedi Mémoire de frais) alle 14h30 al centro dei Glénans di Bonifacio presso la Maison de la Mer (Casa del mare), strada di Santa Manza (vedi verso). Raggiungerete in seguito il sito di Fazio per la 1° settimana di stage.

Lo stage termina l'ultimo giorno al porto di Bonifacio alle 17h00*.

IL PROGRAMMA DEL VOSTRO STAGE : Questo stage tecnico di istruttori della FFVoile* opzione crociera costiera.

E' uno stage di formazione e convalida del livello minimo pratico e teorico (livello 5 federale crociera costiera) necessario per accedere alla formazione pedagogica di istruttore FFVoile opzione crociera costiera.

In una prima fase dello stage gli allievi si rimettono in forma e si rivede il loro livello tecnico, lo stage si concentra in seguito sulla formazione e la valutazione tecnica, pratica e teorica.

Durante la 1° settimana, sul sito e a bordo di piccole imbarcazioni, approfondirete la condotta e le manovre, riduzione della velatura, recupero uomo a mare, accostare, manovre dello spi, condotta in diverse andature, rappresentazione delle traiettorie.

Durante la 2° settimana, partirete per una crociera costiera a bordo di un cabinato a vela. A turno sarete occupati sui diversi posti (timoniere, navigatore, capobarca.....). Durante la crociera l'istruttore determinerà dei periodi di valutazione.

La certificazione delle competenze acquisite è rilasciato l'ultimo giorno del corso durante il bilancio individuale.

L'ultimo giorno dello stage è dedicato inoltre al bilancio collettivo, al rassetto, alla pulizia e restituzione della barca.

NON DIMENTICATE DI PORTARE : Un sacco a pelo, dei vestiti di ricambio, protezioni solari (occhiali da sole con laccio, un cappello, una maglietta a maniche lunghe, un paio di pantaloni, una crema solare), una cerata completa (pantaloni e giacca - E possibile noleggiare sul posto una cerata per 25 euro), delle scarpe da barca, un paio di guanti da vela, una torcia elettrica tascabile (meglio se impermeabile), un coltello tascabile e un kit personale di primo soccorso. Per il tragitto tra la Maison de la Mer e Fazio (45 minuti), vi consigliamo di portare delle scarpe da marcia o scarpe da ginnastica. Per rendere ancora più piacevoli le serate non esitate a portare della musica.

Per i documenti di identità, altri documenti e somme di denaro da portare, (prevedere 12 euro al giorno per la cassa di bordo della seconda settimana più spese personali) consultate la "Guide du stagiaire" qui acclusa (rubrica "Informazioni pratiche").

ALLOGGIO : Durante la prima settimana dello stage sarete alloggiati a Fazio in tende a due posti. Il sito è equipaggiato di sanitari con docce, acqua tiepida e wc.

La sala di ritrovo dispone di un biliardino, giochi da tavola, una biblioteca, un punto ristoro, un impianto stereo.

Durante questo periodo il vitto è compreso nel prezzo dello stage.

Durante la 2° settimana alloggerete a bordo della barca.

Il vitto non è compreso nel prezzo dello stage per questo periodo.

si costituirà una cassa di bordo (vedi sopra).

PARTICOLARITA' : Per partecipare a questo stage dovete obbligatoriamente essere in possesso dei seguenti documenti e presentarli al responsabile dello stage al vostro arrivo :

-La licenza FFVoile* dell'anno in corso. Potete procurarvela presso i nostri servizi a Parigi o sulle basi nautiche. Deve essere convalidata da un medico, vi consigliamo dunque di sottoscriverla in anticipo.

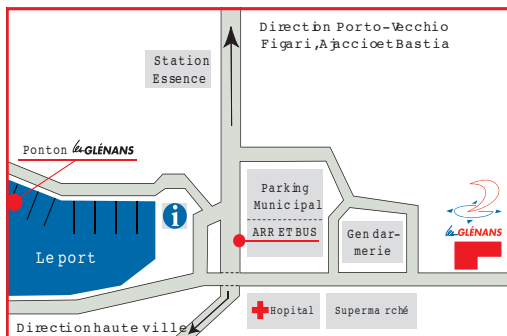
*Federation Française de Voile.

*Gli orari di fine stage sono indicativi essendo le condizioni meteorologiche molto variabili, tenetene conto per la prenotazione dei mezzi di trasporto (attenzione ai biglietti non rimborsabili).

Bonifacio

Corse du sud

Les Glénans - Maison de la Mer
Route de Santa Manza - 29169 Bonifacio
Tél. 04 95 73 03 85 - Fax 04 95 73 18 84
E-mail : bonifacio@glenans.asso.fr



COME RAGGIUNGERCI

AEREO :

Aeroporto di Figari : Una volta arrivati all'aeroporto potete scegliere tra il l'autobus o il taxi.

- Compagnia d'autobus Rossi (tel. : 00 33 4 95 71 00 11), dall'inizio di luglio fino a settembre. Durata del tragitto : 30 minuti circa - Prezzo 8 euro.

- Al di fuori di questo periodo prendere il taxi (vi consigliamo, se possibile di raggrupparvi). Durata del tragitto 20 min circa - Prezzo : da 30 euro (50 euro per il servizio di notte).

TRAGHETTI :

- **CORSICA FERRIES** : partenze da Savona e Livorno per Bastia

- **MOBY LINES** : partenze da Genova e Livorno per Bastia

- **MEDMAR** : Partenze da Napoli per Porto Vecchio

- **TIRRENIA** : partenze da Civitavecchia e Genova per Olbia e Porto Torres. Collegamenti in pullman per Santa Teresa di Gallura con TURMOTRAVEL o ARST; cambio a Santa Teresa di Gallura e con la SAREMAR o MOBY LINES, fino a Bonifacio.

Da Bastia o da Porto Vecchio per Bonifacio, ci sono collegamenti via pullman o tramite rent-car (conveniente per gruppi di più di 3 persone).

Attenzione, i collegamenti via pullman da Bastia per Bonifacio sono limitati (solamente 1 o 2 viaggi al giorno).

Contattate le agenzie di viaggio per conoscere gli orari:

(CORSICA TOURS tel : 0033 4 95 71 00 11, oppure EUROCORSE tel : 0033 4 95317376 uff. Bastia, 0033 4 95 21 06 30 uff. Ajaccio - site : www.eurocorse.com).



ALLOGGIO PRIMA E DOPO LO STAGE

I Glenans provvedono solo eccezionalmente all'alloggio prima e dopo lo stage. Per la ricerca dell'alloggio contattate l'Ufficio del Turismo :

Tel. 0033 4 95 73 11 88, www.bonifacio.fr

Casi particolari: gli allievi che effettuano uno stage week-end o due stages consecutivi e gli istruttori hanno la possibilità la vigilia del loro stage di essere alloggiati gratuitamente sulle imbarcazioni o in tenda (secondo i posti disponibili) se avvisano la base una settimana prima del loro arrivo.

Saisie internet le
Imprimée le

Engagée le
Par

DEMANDE DE TITRES FEDERAUX 2011

Si vous êtes déjà licencié pour l'année 2010, ne tenez pas compte de cette demande

N° adhérent GLENANS :.....Ancien numéro de licence FFV :.....

Il est impératif que vous soyez à jour de votre cotisation 2011 (34 euros) pour tous titres FFV.

Licence 2011 adulte (du 01/01/11 au 31/12/11) 48,00 euros (né(e) avant le 01/01/93)

Licence 2011 jeune (du 01/01/11 au 31/12/11) 24,00 euros (né(e) le/ après le 01/01/93)

Je désire un passeport voile Glénans 5,00 euros

Veillez nous préciser en lettres capitales vos :

Nom :..... Prénom :

Sexe : F - M Né(e) le (obligatoire)

Adresse :

Code postal : Ville :

Pays :

N'oubliez pas de joindre à cette demande votre règlement à l'ordre des Glénans, sans celui-ci, elle ne pourra être prise en compte.

Veillez retourner ce formulaire aux Glénans à Paris :

Les Glénans
Service relation adhérents
Quai Louis Blériot
75781 Paris Cedex 16