



# **IL CENTRO TECNICO FEDERALE - VI Zona**

*Accreditato  
dalla*



*e dal*



*Federazione Italiana Vela  
(Comitato VI Zona)*

*Presenta*



Il progetto è indirizzato a tutte le scuole di ogni ordine e grado.

E' stato presentato al Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e al M.I.U.R., dove, data la propria valenza interdisciplinare, ha incontrato immediato interesse, tanto da essere proposto e integrato nei POF di molti Istituti Scolastici di ogni ordine e grado.

Principale obiettivo del progetto rappresenta la creazione e lo sviluppo di una CULTURA NAUTICA (art. 52 DL n°171 del 18/07/2005), attraverso processi indirizzati allo

- ≈ sviluppo di una sana coscienza ambientale.
- ≈ instaurazione dei corretti modelli di vita sportiva.
- ≈ scoperta e ricerca, attraverso l'arte e la letteratura, della cultura marinara.
- ≈ acquisizione di conoscenze e di abilità che costituiranno la base di future professionalità.

Il raggiungimento degli obiettivi sarà garantito dall'intervento di istruttori federali FIV, a supporto delle attività didattiche.



## CIRCOLO NAUTICO LUCANO: *CENTRO TECNICO FEDERALE FIV*



Il Circolo Nautico Lucano è uno dei primi Circoli Velici Affiliati alla Federazione Italiana Vela, che nel maggio del 2000 è stato riconosciuto come Centro Tecnico Federale dalla Federazione Italiana Vela (Scuola di altissima specializzazione per la Formazione di Atleti, Tecnici, Istruttori, Giudici di Regata).

Tra le attività del Centro Tecnico Federale, la 1° Scuola Nazionale di Match Race, resa famosa anche tra i non praticanti attraverso la partecipazione di equipaggi italiani alla America's Cup.

### **Non solo Vela**

Il Circolo Nautico Lucano è affiliato ad altre Federazioni Sportive quali: F.I.N. (Federazione Italiana Nuoto), F.I.S.N. (Federazione Italiana Sci Nautico), F.I.T.E.E.C. A.N.T.E. (Federazione Italiana Turismo Equestre E di Campagna). Questo permette al CNL di avvalersi per lo svolgimento delle sue attività di istruttori qualificati e di grande esperienza.

## IN VIAGGIO PER SCOPRIRE IL TERRITORIO ...

ed entrare in contatto con l'ambiente naturale: la percezione dei colori e dei suoni, lo studio dei fattori ambientali, deve contribuire a infondere nei ragazzi lo spirito di una azione mirata alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente e dell'ecosistema, al fine di riconoscere le possibili influenze positive di attività antropiche indirizzate verso la coesistenza con l'ambiente naturale. Un'azione così definita, porta i giovani a dover modificare i propri comportamenti, per farli confluire verso una partecipazione attiva alla tutela degli elementi naturali. Allo stesso tempo, aiutare le nuove generazioni a scoprire tutte le potenzialità del proprio carattere quali l'autostima, la conoscenza dei propri limiti così come delle proprie capacità; saper vivere lo spazio condividendo le peculiarità con gli altri; valorizzare la diversità come risorsa.

Risulta, pertanto, importante la presenza di un'equipe di educatori qualificati, il cui compito sarà quello di sensibilizzare e coinvolgere i giovani ospiti nei diversi momenti della vita del campo scuola, attraverso la pratica di attività sportive quali la vela, la canoa, l'equitazione, la mountain-bike, il trekking, l'orientering.

### PROPOSTA N. 01

#### *BASILICATA Tra Sport, Natura e Cultura*

### *SPORT*

#### *SCUOLA DI VELA*

##### *INIZIAZIONE*

La scuola di iniziazione alla vela condurrà il ragazzo ad accettare il principio dell'auto disciplina.

Le condizioni della navigazione costantemente mutabili, lo abitueranno ad una attenzione costante, a valutare situazioni, a decidere come affrontare ed realizzare le manovre adeguate. In altre parole, sottoporranno il ragazzo a ragionare, a decidere e ad eseguire.

La bolina, infine, lo porterà a misurarsi contro il vento e il moto ondoso a richiedere da lui maggiore sforzo fisico e psichico, temprando così il suo carattere.

## PERFEZIONAMENTO

Da effettuarsi su barche più specialistiche e tecniche, come i catamarani.

Nello specifico si eseguono bordeggi in un percorso a bastone, sviluppando una buona tattica nell'andatura di bolina, nelle andature portanti, nella scelta della rotta, nel bordeggio, per giungere, infine, alla tattica di regata, con particolare riferimento alla fase della partenza, momento fondamentale di una regata, con tutte le segnalazioni ad essa relative, che vengono fatte attraverso bandiere raccolte in un Codice Internazionale dei segnali.

## SPECIALIZZAZIONE

Uno contro uno, faccia a faccia.

La vela del Match-Race, storicamente legata all'epopea dell'America's Cup, è cresciuta affermandosi come la specialità più spettacolare e seguita dagli appassionati.

Merito delle sue caratteristiche: emozionante in partenza, nella lotta ravvicinata tra timonieri per conquistarsi la posizione più vantaggiosa; avvincente nelle scelte tattiche sui lati del percorso; esaltante nei giri di boa e negli incroci pericolosi; elettrizzante negli arrivi al fotofinish.

Le regate uno contro uno seguono apposite regole internazionali, parzialmente diverse da quelle per le regate di flotta.

---

## CANOA

La canoa viene vista soprattutto come mezzo per effettuare escursioni e pertanto le lezioni si limitano alla conoscenza del mezzo per una tecnica di base.

Vi sono ambienti lacustri di grande bellezza che con la canoa è possibile osservare, come le foci dei fiumi Sinni ed Agri.

---

## WIND SURF

*Le lezioni teoriche di Wind Surf vengono impartite a terra utilizzando un simulatore.*

Nello specifico viene focalizzata la posizione in equilibrio del corpo sullo scafo e dello stesso durante il sollevamento della vela dall'acqua, che comporta più che uno sforzo fisico la capacità di coordinarsi senza cadere in acqua.

A terra, inoltre, vengono simulate le due manovre fondamentali, virata e strambata, che consentono di cambiar mura e di raggiungere un punto prefissato (Boa).

Le esercitazioni in mare prevedono un lavoro continuo di tutto ciò che si è simulato a terra, fino ad acquisire una buona padronanza del mezzo, che consenta poi all'allievo di potersi spostare in mare bordeggiando tra due punti prefissati, navigando sia di bolina che nelle andature portanti.

## **KITE SURF**

Si tratta di uno sport completamente ecologico (gli elementi chiave sono il vento e il mare), nuovo e spettacolare che consiste nel farsi trainare con una tavola da surf da un PowerKite pilotabile sospinti dal vento. Al contrario di molti sport spettacolari, il Kitesurfing non ha bisogno di condizioni particolari (venti forti e onde oceaniche), quindi il territorio italiano è perfetto per la pratica e per lo sviluppo di questo sport.

Il kitesurf è una Specialità Sportiva nonché una settore della vela che consiste nel muoversi sull'acqua per mezzo di una tavola grazie all'azione propulsiva determinata del vento che agisce su di un particolare aquilone gestito dal kiter.

Questa disciplina unisce le tecniche del surf e del windsurf (ed anche di altri sport da tavola) con la tranquillità del veleggiare delle barche a vela.

---

## **EQUITAZIONE**

Sarà possibile organizzare lezioni di equitazione per le specialità di trotto e galoppo nelle più adeguate situazioni di sicurezza, finalizzate al turismo equestre.

Per i **cavalieri più esperti** sarà possibile avere lezioni di scuola classica e dressage combinandole con uscite nella Riserva del Bosco Pantano.

---

## **ORIENTEERING**

L'**orientamento** è, per antonomasia, lo sport "dei boschi", da svolgersi all'aria aperta, adatto per tutte le età, ma prevalentemente rivolto ai giovani, in quanto stimola l'immaginario, educa ad affrontare e risolvere problemi nuovi e sempre mutevoli, oltre a favorire l'attività motoria e la socializzazione.

---

## **BIKE**

Il Circolo Nautico Lucano dispone di n. 200 mountain-bike, con cui i ragazzi effettuano delle bellissime passeggiate in pineta e nella Riserva Naturale del Bosco Pantano di Policoro.

## PROGETTIAMO ... *la NATURA*

L'obiettivo primario è la ricerca e l'individuazione di sinergie tra le attività sportive e l'ambiente circostante e la Riserva Naturale del Bosco Pantano è il luogo ideale per svolgere attività di educazione ambientale quali:

Progetto di Tutela delle Tartarughe Marine: i ragazzi partecipano attivamente alla raccolta, cura e riabilitazione e classificazione di esemplari debilitati, feriti o malati, con compilazione di Schede di avvistamento di eventuali esemplari.

Escursioni nella Riserva del Bosco Pantano: escursioni a piedi, o in mountain-bike all'interno dell'ultimo lembo di foresta planiziale, imparando a riconoscere la flora, la fauna, gli insetti e i vari ecosistemi con produzione di schede classificative. L'obiettivo primario è quello di far conoscere e valorizzare le risorse paesaggistiche e naturali locali per un equilibrio tra l'azione dell'uomo e l'azione della natura.

Avvistamento e segnalazione Cetacei: il progetto nasce a seguito dei numerosi avvistamenti effettuati nel corso degli anni durante le crociere nello Jonio. Scopo del progetto è innanzitutto verificare e censire la popolazione determinandone eventualmente l'home-range. Lo studio è condotto a bordo di imbarcazioni, dove i ragazzi partecipano attivamente allo studio sul campo coadiuvando il lavoro dei ricercatori attraverso la compilazione di apposite schede.

Progetto tutela spiaggia, Duna e Macchia Mediterranea: finalizzato a migliorare le conoscenze dei litorali marini, dei sentieri naturalistici e al rilevamento dell'erosione costiera e ricerca malacologia; progetto pulizia e raccolta differenziata dei rifiuti.

Educamp: Creazione di uno Stagno quale esempio di ecosistema perfetto e creazione di un percorso naturalistico.

Progetto Alimentazione: Sport + Ambiente + Dieta Equilibrata = Salute.

### ESCURSIONI

- Escursione nella Riserva naturale "Bosco Pantano"
- Escursione nel Parco Nazionale del Pollino

## CULTURA

### VISITE GUIDATE

- Museo e Parco Archeologico di Policoro o Metaponto
- Sassi di Matera
- Quartiere "Rabatana" di Tursi
- Parchi Letterari di Isabella Morra, Albino Pierro e Carlo Levi

## CAMPO SCUOLA 5 notti / 6 giorni (Programma standard)

### Primo Giorno

- ✓ Arrivo ore 14,00 presso il Circolo Nautico Lucano, sistemazione e presentazione delle varie attività
- ✓ 1° Lezione teorico/pratica di vela.
- ✓ Ore 20.00 Cena
- ✓ Ore 21.00/23.30 Animazione serale

### Secondo Giorno

- ✓ Ore 8.00 Colazione
- ✓ Ore 9.30 Escursione nella Riserva Naturale del Bosco Pantano di Policoro.
- ✓ Ore 13.00 Pranzo
- ✓ Ore 14.30 Progetto Ionio (salvaguardia delle tartarughe marine): conferenza sulle cause di estinzione delle tartarughe marine, ritrovamenti degli ultimi anni con particolare riferimento al ritrovamento di una tartaruga liuto (*Dermochelys coriacea*) accidentalmente pescata e curata presso "Marine Turtle Rescue Centre Policoro".
- ✓ Ore 16.00 Attività nautiche (vela, canoa, wind surf, kite surf) /equitazione/ bike.
- ✓ Ore 20.00 Cena
- ✓ Ore 21.00/23.30 Animazione serale

### Terzo Giorno

- ✓ Ore 8.00 Colazione
- ✓ Ore 9.30 Attività nautiche (vela, canoa, wind surf, kite surf) /equitazione/ bike.
- ✓ Ore 13.00 Pranzo
- ✓ Ore 14/15.00 Attività Ricreative
- ✓ Ore 15.30 Visita guidata ( Monte Coppolo, Tursi, Matera, Taranto, Parchi Archeologici e Letterari)
- ✓ Ore 20.00 Cena
- ✓ Ore 21.00/23.30 Animazione serale

### Quarto Giorno

- ✓ Ore 8.00 Colazione
- ✓ Ore 9.30 Attività nautiche (vela, canoa, wind surf, kite surf) /equitazione/ bike
- ✓ Ore 13.00 Pranzo
- ✓ Ore 14/15.00 Attività Ricreative
- ✓ Ore 15.30 Attività nautiche (vela, canoa, wind surf, kite surf) /equitazione/ bike
- ✓ Ore 20.00 Cena
- ✓ Ore 21.00/23.30 Animazione serale

### Quinto Giorno

- ✓ Ore 8.00 Colazione
- ✓ Ore 9.00 Attività nautiche (vela, canoa, wind surf, kite surf) /equitazione/ bike
- ✓ Ore 13.00 Pranzo
- ✓ Ore 14/15.00 Attività Ricreative
- ✓ Ore 15.30 Gara di Orienteering
- ✓ Ore 20.00 Cena
- ✓ Ore 21.00/23.30 Animazione serale

### Sesto Giorno

- ✓ Ore 8.00 Colazione
- ✓ Ore 9.00 Regata Velica
- ✓ Ore 13.00 Pranzo
- ✓ Ore 15.00 Partenza

## STRUTTURA RICETTIVA

### **IL CENTRO TURISTICO SPORTIVO “CIRCOLO NAUTICO LUCANO”**

Inserito nella Riserva Naturale del Bosco Pantano di Policoro ed a pochi metri da una bellissima ed incontaminata spiaggia, sorge il Centro Turistico Sportivo del CIRCOLO NAUTICO LUCANO.

Gli alloggi, immersi nella macchia mediterranea, sono costituiti da Bungalow di legno (TUKUL) da 6 posti letto e da Carri Western da 4 posti letto, con servizi interni ed armadietti

Il Centro è dotato di cucina, ristorante, bar riservato ai ragazzi, servizio infermieristico fisso (e convenzione con un medico di base reperibile 24 ore su 24), spazi per l'animazione in pineta e in spiaggia.

La spiaggia, riservata ai ragazzi, è attrezzata con punti ombra (tendostrutture, gazebo, ombrelloni e lettini).

Per il tempo libero sono disponibili circuiti di tiro con l'arco, tavoli da ping-pong, pallavolo, basket e calcetto. Sulla spiaggia campi di calcetto e beach-volley.

### ***Periodi e Costi:***

Le attività del **CIRCOLO NAUTICO LUCANO** si sviluppano per circa 10 mesi all'anno (da Febbraio a Novembre) con formule da 2 notti / 3 giorni, sino a 5 notti / 6 giorni con un costo minimo a partire da € **145,00**.

Campo Scuola 2 notti / 3 giorni	€ 145.00
Campo Scuola 3 notti / 4 giorni	€ 194.00
Campo Scuola 4 notti / 5 giorni	€ 242.00
Campo Scuola 5 notti / 6 giorni	€ 290.00

I costi includono: Vitto e alloggio, Tutte le attività sportive, Escursioni e Visite Guidate ai Musei con guide specializzate e servizio trasporto; assicurazione R.C. ed Infortuni, 1/15 gratuità per i docenti accompagnatori.

I costi non includono: il viaggio A/R e gli extra di carattere personale tutto ciò che non è menzionato nella voce “i costi includono”.

# PROPOSTA N. 02

## CROCIERA SCUOLA

Solcare le onde e i tratti di mare delle antiche genti elleniche, per approdare ai litorali jonici e laziali, con moderne imbarcazioni ma come unico, medesimo carburante, la forza del vento. Utilizzare il viaggio di istruzione in maniera alternativa, unendo, in tal modo, la conoscenza del mondo nautico con l'approfondimento dello studio delle Civiltà Greche, Magnogreche e Romane; sono queste le finalità perseguite da questa forma progettuale unica certamente nel suo genere.

Le condizioni della navigazione costantemente mutabili, abitueranno i giovani timonieri ad una attenzione costante, a valutare situazioni, a decidere come affrontare ed a realizzare le manovre adeguate. In altre parole, sottoporranno i ragazzi a ragionare, a decidere e ad eseguire. La bolina, infine, li porterà a misurarsi contro il vento e il moto ondoso richiederà loro maggiore sforzo fisico e psichico, temprando così il loro carattere.

In tempo reale e con il solo ausilio degli avvistamenti dei numerosi branchi di delfini e tartarughe marine presenti in questo braccio di mare, permetteranno di sviluppare vere e proprie lezioni di biologia marina.

### Per la navigazione sono a disposizione sei imbarcazioni:

- ≈ n. 01 Bavaria 50
- ≈ n. 01 Bavaria 49
- ≈ n. 01 Bavaria 42
- ≈ n. 01 Elan 434 impression
- ≈ n. 02 Cyclades 50.5
- ≈ n. 01 Kecht san germani (12 posti letto e due bagni)

### COSTI:

I Progetti Crociera (Viaggio nella Grecia Classica; Viaggio nella Magna Grecia; Viaggio nella Cultura Romana) prevedono una durata di 6 giorni **per un costo di € 525,00.**

Il costo comprende: Vitto e alloggio, Corso di vela, Corso di Biologia Marina, Visite guidate ai Musei, Assistenza di esperti Skippers, Assicurazione R.C. ed infortuni, Spese portuali e carburante.

I costi non comprendono: il Viaggio A/R dalla località di partenza, *il trasferimento in traghetto*, gli extra di carattere personale, tutto quanto non riportato nella voce "I costi comprendono".

N. di alunni previsti: da 25 a 45

Gratuità: 1 professore accompagnatore ogni 10 ragazzi