

ÉCOLE DE VOILE · AQUAVEL 2

JOUR 01

CONDUITE & MANŒUVRES

Fabio Savary · Skipper formateur

EXEMPLE ADAPTABLE

Ce contenu est proposé à titre indicatif : il peut être modifié selon vos attentes, vos objectifs et votre niveau.

MATIN — Tenue de barre et voiles

- **Point météo.** Observer le vent, l'état de la mer et les conditions du jour.
- **Conduite à la barre.** Adapter sa conduite à l'allure et aux conditions de vent ; coordonner barre et écoute pour équilibrer le bateau.
- **Réglage des voiles.** Lire les indicateurs et utiliser les outils permettant d'optimiser les réglages aux différentes allures.
- **Changement d'amure.** Virer et empanner en sécurité, en maîtrisant trajectoire et réglages de voiles.
- **Adaptation de la voilure.** Choisir selon le vent, la mer et l'équipage ; maîtriser la chronologie des manœuvres.

APRÈS-MIDI — Sécurité et manœuvres

- **Homme à la mer.** S'entraîner à une manœuvre de récupération « Quick stop », si les conditions le permettent.
- **Manœuvres de port.** Anticiper le comportement du voilier au moteur ; s'exercer à l'appareillage, à la prise de ponton et à l'amarrage.
- **Coordination de l'équipage.** Répartir les rôles et formuler les consignes pendant les manœuvres.
- **Approche d'un mouillage.** Reconnaître l'accès et les zones abritées ; préparer une manœuvre d'atterrissage et de mouillage, selon les possibilités.
- **Retour et bilan.** Préparer l'approche du port et faire le point sur les acquis et les envies de progression.

PAUSE DE MIDI

Mouillage abrité

Découverte d'une anse protégée, si les conditions le permettent.

FIN DE JOURNÉE

Retour et bilan

Atterrissage, amarrage, échanges sur les acquis et la suite.