
Nombre

Navegación a vela



1. Tener la especialidad de Natación II.

2. Conocer las «reglas generales» para la navegación.

3. Saber cómo las condiciones meteorológicas y las condiciones de alto oleaje pueden afectar a la seguridad y el desempeño de la vela.

4. ¿Qué precauciones de seguridad deben seguirse cuando se navega a vela?

5. Con la ayuda de un amigo, hacer lo siguiente:

a. Poner un velero en marcha desde un muelle, amarre o playa.

b. Ajustar adecuadamente las velas en las siguientes condiciones:

- i. Viento en contra
- ii. Viento a través
- iii. Viento largo
- iv. Viento ceñido
- v. Viento a favor

c. Cambiar el rumbo en arco y al girar el foque.

d. Regresar el velero a un muelle, amarradero o playa y prepararlo para ser dejado solo.

Nombre

6. Saber cómo amarrar y usar los siguientes nudos:

- a. Cuadrado
- b. As de guía
- c. Ballestrinque
- d. Figura de ocho
- e. Dos medio cotes
- f. Bandolero

7. Hacer una lista de diferentes maneras para cuidar por el año el equipaje de navegar a vela.

8. Conocer la definición de al menos 20 términos utilizados en navegar a vela.

Término	Definición
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____
6. _____	_____
7. _____	_____
8. _____	_____
9. _____	_____
10. _____	_____
11. _____	_____
12. _____	_____
13. _____	_____
14. _____	_____
15. _____	_____
16. _____	_____
17. _____	_____

Nombre _____

18. _____

19. _____

20. _____

9. Ser capaz de identificar al menos 15 partes de un velero.

10. Demostrar el rescate de una persona por la borda.

11. Demostrar qué hacer cuando un velero se vuelca.

Fecha completada: _____

Instructor/asesor: _____