



Nombre del Conquistador _____

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:
 - (1) Viento en contra
 - (2) Viento a través
 - (3) Viento largo
 - (4) Viento ceñido
 - (5) 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.

- ❑ 6. Conocer la manera de realizar y utilizar los siguientes nudos en vela

Cuadrado _____

As de guía _____

Ballestrinque _____

Figura de ocho _____

Dos medio cotes _____

Bandolero _____

- ❑ 7. Hacer una lista de las maneras de cuidar su equipo de vela durante todo el año.

- ❑ 8. Tener un conocimiento de al menos 20 términos utilizados en navegación a vela y sus significados.

	Términos	Significados
1.	_____	_____
2.	_____	_____
3.	_____	_____
4.	_____	_____
5.	_____	_____
6.	_____	_____
7.	_____	_____
8.	_____	_____
9.	_____	_____
10.	_____	_____
11.	_____	_____
12.	_____	_____
13.	_____	_____

- 14. _____
- 15. _____
- 16. _____
- 17. _____
- 18. _____
- 19. _____
- 20. _____

9. Identificar al menos 15 partes de un velero.

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____
- 6. _____
- 7. _____
- 8. _____
- 9. _____
- 10. _____
- 11. _____
- 12. _____
- 13. _____
- 14. _____
- 15. _____

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

11. Demostrar lo que hay que hacer cuando un velero se voltea.*

Nota: *Estos requisitos se deben realizar bajo la supervisión de un adulto, con un bote de rescate, para dar asistencia si es necesario.

Cuadro del instructor de Navegación

NOMBRE												
										Con la ayuda de un amigo	Poner un velero en marcha	
											Ajustar velas para	Viento en contra
												Viento a través
												Viento largo
												Viento ceñido
												Viento a favor
											Cambiar el rumbo	
										Regresar velero al muelle y prepararlo para dejarlo solo	Demostrar	
										Cuadrado		
										As de guía		
										Ballestrinque		
										Figura de ocho		
										Dos medio cotes		
										Bandolero		
										Rescate de persona por la borda		
										Que hacer cuando un velero se voltea		