

## **RADUNO ESORDIENTI XV ZONA FIV Orta, 2/3 Aprile 2015**

Due intense giornate di vela hanno caratterizzato il primo raduno esordienti programmato per il 2015.



I ragazzi pronti per la partenza della staffetta

Ventiquattro giovani partecipanti provenienti da sei diversi circoli della Zona hanno preso parte al raduno, accompagnati dai loro allenatori. Tanto entusiasmo e grandi aspettative per questa prima occasione, che non sono certo andate deluse, grazie alle ottime condizioni meteo, ma soprattutto grazie al clima collaborativo e entusiasta dei ragazzi.



Si comincia con i giochi sportivi organizzati dalla psicologa Elisa Deponte

I ragazzi riflettono e si misurano sulle differenze tra il gioco e lo sport, quali caratteristiche li accomunano e quali differiscono. Poi si preparano le barche per essere pronti all'uscita con l'arrivo del vento.





Si armano le barche per l'uscita



Grande tavolata per il pranzo



Si provano i primi bordi per prendere confidenza

Esercizi in acqua a piccoli gruppi, per provare ad affinare la tecnica e migliorarsi con il confronto. Gli allenatori si dividono per poter garantire la miglior assistenza e didattica ai ragazzi in acqua.



Navigazione nella bella cornice del Lago d'Orta



Dopo il riscaldamento e gli esercizi ci si raduna per fare regatine tutti insieme, favoriti dal bel vento che continua a favorirci per tutto il pomeriggio, offrendoci condizioni inusuali per questo lago. I ragazzi sono tutti molto impegnati, il confronto li stimola e risveglia in loro la voglia di confrontarsi.





*Debriefing sul prato*

Al termine debriefing comune per evidenziare le positività della giornata, ma anche i punti sui quali lavorare e migliorare.

Il giorno seguente ci si ritrova con una grande carica, e tanta voglia di ripetere l'esperienza positiva del primo giorno.



Giovani velisti preparano le barche

Un po' meno fortunati questa volta troviamo condizioni di vento leggero, ballerino, cielo coperto, ma nulla ci ferma e prepariamo le barche per l'uscita, non prima però di aver fatto del riscaldamento muscolare.



Risveglio muscolare



Barche in acqua alla ricerca del vento





Ancora esercizi tecnici a piccoli gruppi



Giochi di equilibrio



Il traino in fila per rientrare in assenza di vento

Si conclude così il raduno esordienti a Orta, e ci lasciamo dandoci appuntamento per il prossimo raduno che si svolgerà ai primi di maggio a Stresa.



Un saluto ed un ringraziamento al Circolo Vela Orta che ci ha ospitato per queste bella occasione e ci ha coccolato con mille attenzioni, rallegrando i bimbi con la merenda finale con piadine e nutella.

Il coordinatore del raduno, Patrizia Bertassello

