

OBJECTIFS:

- Préparer son voilier à la compétition
- Préparer son équipage
- Compréhension des réglages
- Réussir ses manœuvres
- La tactique
- La stratégie

Vous avez toujours rêvé de gagner une régata ?

Les règles de course, la tactique, la stratégie, mais aussi la cohésion d'équipage sont les fondamentaux pour mener un bateau à la victoire.

### La préparation

- Optimisation du bateau
- Organisation de l'équipage
- Explication des différents parcours
- Les règles de course
- La météorologie, le courant
- Les démarches d'inscription

### La navigation

- L'échauffement
- La ligne de départ
- La course
- *Les réglages*
- *Les enroulements de bouées*
- *Les envois*
- *La tactique*
- *La stratégie*
- *La communication*
- *L'application des règles de course*
- *Les observations*

### L'après régata

- Le rangement
- La récupération
- Le débriefing

#### Sea Coach

SARL Au Capital de 7000 Euros 16 Route de Kerquessaud 44 500 La Baule  
SIRET : 497 693 556 - APE : 632 C - RCS Saint Nazaire  
06 18 63 31 59 / 06 81 02 79 31

[www.seacoach.fr](http://www.seacoach.fr)