

## CLINIC SEMANA DEL ATLANTICO VIGO

Organizado por el R.C.N. Vigo, el Clinic está orientado a todos aquellos regatistas que quieran mejorar sus habilidades técnicas, así como profundizar sobre el trimado de las velas, la táctica y el Reglamento de Regatas a Vela. Durante cuatro días, los regatistas aprovecharán al máximo sus horas de navegación con visionados de vídeos de los entrenamientos.

El programa del Clinic asegura el mayor número de horas de entrenamiento posible, tanto en el mar como en tierra. Centrándose sobre todo en la velocidad del barco, maniobras y en diferentes situaciones tácticas en regatas. El Clinic tiene lugar los días previos a la regata de la SEMANA DEL ATLANTICO.



El entrenador del CLINIC será KIKO IGUAL, entrenador nacional de la clase Optimist y con una larga trayectoria como técnico en diferentes clases, consiguiendo grandes resultados, a nivel de mundiales, europeos y campeonatos internacionales y nacionales.

### PROGRAMA DEL CLINIC SEMANA DEL ATLANTICO VIGO 28 AL 31 DE OCTUBRE

- Lunes 28 10:30 a 19:30 horas. Entrenamiento y clases teóricas.
- Martes 29 9:30 a 19:30 horas. Entrenamiento y clases teóricas.
- Miércoles 30 9:30 a 19:30 horas. Entrenamiento y clases teóricas.
- Jueves 31 9:00 a 14:00 horas. Entrenamiento y clases teóricas.

El programa puede ser modificado por decisión de la organización debido a causas meteorológicas o técnicas, en cuyo caso se comunicará con la debida antelación.

#### Precios:

- Entrenamiento intensivo y picnic durante 4 días ----- -- 130€
- Entrenamiento intensivo y alojamiento con pensión completa -- 240€

Si necesitan embarcación, consultar con la organización.

**Para inscribirse enviar un email a:** [vela@rcnauticovigo.com](mailto:vela@rcnauticovigo.com) con el nombre y apellidos del regatista, edad de nacimiento, club, teléfono de contacto e email.

