

Sport vela: **Primazona NEWS n. 45 di lunedì 11 giugno 2018**

Vela e regate in Liguria:

Rolex Giraglia 2018, conclusa la Sanremo-Saint Tropez
Optimist ad Arenzano per il Trofeo Onofrio Toso
I vincitori de "Le vele d'epoca nel Golfo"
Fine corsi Velascuola 2017/2018 a Sori
Corso Aiuto Didattico Istruttore (ADI) a Rapallo
Si avvicina la conclusione del Campionato Italiano Classe Dragone
Tornano le Vele d'Epoca di Imperia, con un 2018 pieno di novità

Classi olimpiche e paralimpiche:

Tre medaglie per l'Italia a Marsiglia
Perché decolla il Kite Olimpico

Altura:

Rolex Giraglia 2018, iniziate le costiere a Saint Tropez
Il Gavitello d'Argento a squadre al Reale Circolo Canottieri Tevere Remo
Entrata nel vivo la Settimana internazionale dei Tre Golfi
Marsili Race 2018 : a Duffy il primo posto

Volvo Ocean Race:

. Dongfeng vince la Sky Ocean Rescue In-Port Race di Cardiff (video)
. Partenza in slow-motion della decima tappa

... e oltre:

Il windsurf diverte e fa anche bene

Su facebook I Zona FIV:

In anteprima le notizie e le foto della vela in Liguria

Su www.primazona.org:

Compro & vendo
Cerco & offro imbarco per regate, diporto o lavoro
Cerco & offro impiego (per istruttori FIV)

ROLEX GIRAGLIA 2018, CONCLUSA LA SANREMO - SAINT TROPEZ

Vittoria di Hebe V in ORC e di Rossko in IRC

9 giugno - 80 gli scafi della Sanremo-Saint Tropez hanno iniziato ad arrivare nella mattinata - 7h45m il tempo reale di Vera, il Maxi che primo ha tagliato la linea d'arrivo a Saint Tropez - con una doppietta 'straniera' nelle due divisioni ORC e IRC, che hanno visto la vittoria in tempo compensato dell' M37 Hebe V di Hvelka Jakub (11h00m45s) in ORC, e del velocissimo JPK 10.80 Rossko di Zhbankov Timofey (10h30m39s) nella divisione IRC.

Pomeriggio di riposo per questi equipaggi, impegnati tutta la notte in una lunga e bagnata bolina per arrivare da Sanremo - caratterizzata da mare abbastanza formato e vento di Sud Ovest - mentre giornata di allenamenti intensi nel golfo per il resto della flotta che ha approfittato di una bella brezza moderata per la messa a punto finale di barca ed equipaggio. I giochi cominciano dunque domani, con lo start alle 11:00 per la 3 giorni di regate costiere e per lo spettacolo delle 241 barche che da domani coloreranno il golfo di Saint Tropez.

La Rolex Giraglia si conferma un autentico spettacolo, sempre più apprezzato da velisti e appassionati: sempre più stranieri ed equipaggi di altissimo livello per questa regata che, dal 1953, continua a rinnovarsi rimanendo fedele a sé stessa.

[Classifiche](#)

Gallery foto e video sui canali social Facebook e Instagram YCI.
(YCI)

OPTIMIST AD ARENZANO PER IL TROFEO ONOFRIO TOSO

10 giugno - Bella giornata oggi ad Arenzano per la vela: vento dai 6 ai 10 nodi da Sud-Est, onda pronunciata, per tutto il giorno. Presenti alla partenza 22 Cadetti e 35 Juniores agguerritissimi, provenienti da 10 Circoli Velici Liguri, da Varazze fino a Recco. La regata fa parte del Campionato del Levante Genovese, giunto alla sua 4° giornata.

La prima prova registra qualche OCS nella bagarre della partenza, ma termina regolarmente dopo circa 45 minuti. Il vento regge sui 6-8 nodi e ci si prepara subito per la seconda prova, che termina regolarmente, ma appare qualche bandierina rossa di protesta, quindi ci si prepara ad un allungamento delle procedure a terra per dirimere le divergenze in mare (piccoli ma grintosi!). Il vento va calando e, dopo una congrua attesa, si decide il termine delle prove e tutti a terra! Mentre equipaggi e staff si lanciano in un'ottima pasta al pesto, altri decifrano le classifiche ed il comitato delle proteste inizia ad analizzare le quattro istanze presentate. La procedura va un po' per le lunghe, ma alla fine i giudizi sono emessi, con 4 DSQ, che modificano un poco le classifiche.

Infine la ricca Premiazione presieduta da Vincenzo Damonte e dalla Signora Toso:

Cadetti: 1° Pastorino Edoardo CN Ilva; 2° Zanega James Varazze CN; 3° Bosso Federico Varazze CN.

1° femminile: Mulone Martina CN Ilva

Juniores; 1° Tartarini Edoardo Varazze CN; 2° Venturino Gabriele CN Ilva; 3° Bosso Alessandro Varazze CN. 1° femminile: Autano Chiara Varazze CN

Coppa per il più giovane: Santini Antonio CV Arenzano (04/07/2009)

Coppa gigante per il Circolo più numeroso: Varazze CN (14 iscritti)

A tutti i circoli partecipanti una piastrella decorata del CV Arenzano

Ringraziamo tutti i partecipanti, i loro accompagnatori, il Presidente della Giuria Emanuele Berta, il coordinatore tecnico di I Zona Alessandro Macrì e tutto lo staff che si è prodigato per la buona riuscita della giornata.

Classifiche

(Per il Comitato Organizzatore: Mariano Antolini)

I VINCITORI DI "LE VELE D'EPOCA NEL GOLFO"

10 giugno - Margaret tra gli Yachts d'Epoca e Ojalà II tra gli Yachts Classici. Sono queste le barche che il 10 giugno alle Grazie, nel Golfo della Spezia, si sono aggiudicate la vittoria nella propria categoria in occasione della prima edizione di "Le Vele d'Epoca nel Golfo", regate dedicate alle imbarcazioni d'epoca e classiche organizzate dall'AIVE, Associazione Italiana Vele d'Epoca, in sinergia con il Circolo Velico della Spezia, il supporto dell'Associazione Vele Storiche Viareggio e la sponsorizzazione del brand Michel Herbelin - Chronos Diffusion, prestigiosa manifattura dell'alta orologeria francese.

Margaret è un 8 Metri S.I. (Stazza Internazionale) lungo oltre 14 metri, varato in Norvegia nel 1925 su progetto di Johan Anker.

Ojalà II, che ha preceduto in classifica i Sangermani Alcyone del 1952 e Chaplin del 1974 della Marina Militare, è uno sloop bermudiano costruito in alluminio nel 1973 dal cantiere olandese Royal Huisman su piani di Sparkman & Stephens. Alle Grazie è stato condotto in regata da Davide Besana e dal velaio delle barche d'epoca Guido Cavalazzi.

Entrambe si sono aggiudicate un cronografo della collezione Newport Sport Chic messo in palio dallo sponsor Michel Herbelin - Chronos Diffusion.

Alcor del 1964, un modello Cap Nord del cantiere francese Jean Boudignon, si è imposta su Melisande del 1928 e sul ketch Half Moon del 1982 nel corso della veleggiata svoltasi in parallelo alla regata. Half Moon, in evidenza nella prima delle due veleggiate, non ha purtroppo potuto partecipare alla seconda. Le prove delle regate si sono svolte lungo percorsi a triangolo di circa 8 miglia, con venti di intensità variabile tra 6 e 10 nodi provenienti dai quadranti occidentali. Le premesse ci sono tutte affinché l'appuntamento si ripeta ogni anno. Il Golfo dei Poeti riparato dai venti consente infatti di organizzare belle regate con ogni tempo e il borgo ligure delle Grazie è stato più volte paragonato a una baia caraibica.

Foto su facebook I Zona FIV

(Bagno Sandro)

FINE CORSI VELASCUOLA 2017/2018 A SORI

9 giugno - Una bella mattinata di aggregazione e promozione della vela, anche senza poter andare in mare a causa di un'ondina maligna che non consentiva di varare ed alare gli Optimist in tutta sicurezza dalla spiaggia. Il nostro istruttore, aiutato da numerosi soci volontari è riuscito ugualmente a catalizzare l'attenzione dei ragazzi con prove e giochi in spiaggia legati alle barche ed al mondo della vela.

Al termine una medaglia ricordo per tutti ed un buffet sotto il nostro gazebo in piazza della Chiesa, alla presenza delle insegnanti, di numerosi genitori, delle autorità, e di diversi spettatori.

Aspettiamo di rivederci per i nostri corsi estivi che partiranno dalla metà di Giugno e proseguiranno fino a metà settembre.

Buon vento!

Foto su facebook I Zona FIV
(Club Vela Sori)

CORSO AIUTO DIDATTICO ISTRUTTORE (ADI) A RAPALLO

11 giugno - Si è svolto, sabato 9 giugno presso il Circolo Nautico Rapallo, il primo modulo del corso zonale ADI. La giornata è cominciata alle 9 con l'arrivo e la registrazione dei partecipanti, subito dopo lo staff istruttori ha iniziato la prima parte del programma con lezioni teoriche, che hanno coinvolto e incuriosito i ragazzi sui vari aspetti: dalla scoperta delle Normative federali, a come funziona una scuola vela, all'utilizzo del gommone e mezzo d'assistenza. Il pranzo è stato offerto a tutti i partecipanti, dal comitato I Zona grazie all'ospitalità del Circolo Nautico Rapallo che ha messo a disposizione i locali. Nel pomeriggio le lezioni hanno proseguito in mare, i ragazzi sono stati divisi a gruppi, in questo modo hanno potuto fare pratica sia in gommone sia a bordo delle barche collettive, i Trident del CNR. È stata una bella e piacevole giornata per tutti; si è conclusa con la consegna dei moduli che tutti i futuri ADI dovranno compilare per continuare il loro percorso formativo. Per la giornata si ringrazia il Circolo Nautico Rapallo per l'ospitalità, la Lni di Santa Margherita Ligure per il gommone, Enrico Calvini il responsabile della formazione I Zona, i docenti dello staff che hanno messo a disposizione il loro sapere e il loro tempo e il meteo che ha permesso l'uscita in mare con il vento giusto e soprattutto senza pioggia. Per concludere si ringrazia la I Zona FIV che ha organizzato il corso. In totale hanno partecipato sedici ragazzi provenienti da tutta la Liguria.

Foto su facebook I Zona FIV
(Luca Bogliolo)

SI AVVICINA LA CONCLUSIONE DEL CAMPIONATO ITALIANO CLASSE DRAGONE

10 giugno - A Imperia, dal 15 al 17 giugno, i Dragoni si affronteranno per il titolo di Campione Italiano 2018 dopo le tappe di Sanremo e di Alassio. In testa alla classifica provvisoria Giuseppe Duca (Compagnia della Vela Venezia), Campione Italiano uscente, seguito da Michele Benvenuti (LNI Riva del Garda) e da Alberto Marconi (YC Italiano).

Al primo Dragone classico verrà assegnato il Trofeo Ernesto Quaranta. Grazie ad una attenta gestione delle regole di stazza, i dragoni classici, costruiti in fasciame di legno prima del 1972, sono in grado di competere ad armi pari con i moderni scafi in VTR, e lo hanno dimostrato in parecchie regate internazionali. Si potrà quindi assistere ad un'avvincente confronto dei migliori equipaggi italiani con i "classici" provenienti da Regno Unito, Russia, Svizzera, Francia e beninteso Italia.

Il Porto Maurizio YC e lo YC Imperia collaborano nell'organizzazione di questo importante appuntamento della stagione che prevede la partecipazione di più di venti Dragoni.

Il programma sociale prevede venerdì sera cena con degustazione di vini tipici al ristorante "Il Moletto" posizionato alla radice del molo lungo di ponente, con una vista unica sul Parasio e Porto Maurizio. Sabato pomeriggio Assemblea annuale della classe Dragone all'Hotel Croce di Malta e domenica premiazione al Belvedere di San Lazzaro (porto nuovo).

(Assodragone)

TORNANO LE VELE D'EPOCA DI IMPERIA, CON UN 2018 PIENO DI NOVITÀ

7 giugno - Con il 2018, dal 5 al 9 settembre torna l'appuntamento biennale con le Vele d'Epoca di Imperia – Panerai Classic Yachts Challenge. Una quattro giorni particolarmente sentita dalla città e che porta nel ponente ligure una delle più belle flotte di imbarcazioni d'epoca del mondo.

In onore del proprio storico legame con il mare, Officine Panerai si impegna da anni nella promozione della cultura della vela classica mediante la sponsorizzazione del Panerai Classic Yachts Challenge, il principale circuito internazionale di regate per barche a vela d'epoca che si sviluppa su un circuito di regate che tocca anche Antibes, l'Argentario e Cannes (per limitarci alle tappe mediterranee). Le Vele d'Epoca di Imperia si confermano un appuntamento imperdibile per appassionati, velisti e, soprattutto, per i cittadini, perché poche regate possono dirsi così ben integrate con la vita di una città.

VDE diventa quindi un evento che coinvolge e integra al meglio i valori della tradizione, dello sport e della cultura di mare con il principio ispiratore di divulgare questi valori e fonderli con una città che farà da quinta a questa manifestazione. Tutti al lavoro dunque, per confermare il successo e l'organizzazione di un evento che sarà pieno di novità. In primis, la direzione dell'organizzatore delle VDE, Assonautica Imperia, che con il 2018 ha un nuovo direttivo composto da Enrico Meini nel ruolo di Presidente e Marcella Roggero, responsabile dell'organizzazione.

Il programma,

attualmente in via di ultima definizione, sarà ricco di eventi e favorirà la gioiosa partecipazione di equipaggi, famiglie e visitatori; grazie anche alla stretta collaborazione con il Comune di Imperia che concede la disponibilità del Museo Navale per le attività di segreteria e molti eventi collaterali, che coinvolgeranno il mondo delle scuole, proprio per avvicinare fin da subito i più giovani alla cultura marinaresca. Organizzazione ed evoluzione sono infatti i concetti cardine dell'evento: il villaggio della

regata si svilupperà in Calata Anselmi coinvolgendo tutto Borgo Marina e lo Yacht Club di Imperia si occuperà del coordinamento delle attività a mare. Tra le novità di quest'anno, la possibilità di seguire le regate in diretta streaming, sia dai dispositivi mobili, sia attraverso un Led Wall, ubicato in prossimità del palco in Calata Anselmi.

Automotive Partner di questa edizione sarà il gruppo FCA con il suo brand Alfa Romeo. Una flotta di 4 modelli sarà a disposizione di ospiti e regatanti come courtesy car. Vele d'Epoca e Alfa Romeo condividono un DNA che sintetizza stile, competizione e passione e proprio per questa ragione FCA ha deciso di abbinarsi a un evento così importante del calendario velico internazionale

Le Vele si rinnovano anche attraverso un nuovo sito internet, <https://www.veledepoca.com/>, piattaforma di servizio per i regatanti con tutti i documenti scaricabili online, gallery e video giornalieri. Grande attenzione anche allo sviluppo dei canali social, con una serie di inediti contenuti prodotti dal nuovo team media.

Nate nel 1986 da una felice intuizione di Pier Franco Gavagnin,

direttore di Portosole Sanremo, le Vele d'Epoca di Imperia sono diventate un appuntamento fondamentale delle regate classiche nel Mediterraneo. Al primo raduno parteciparono all'incirca 30 imbarcazioni, un numero importante che segnò il primo passo per la crescita esponenziale della manifestazione. Entrate a far parte di diversi Circuiti internazionali durante il corso degli anni, nel 2006 Officine Panerai diventa il Title Sponsor e decide di includere le Vele d'Epoca all'interno del Panerai Classic Yachts Challenge. Per l'edizione 2018, le Vele d'Epoca di Imperia, oltre al Title Sponsor Panerai, possono contare sul supporto di FCA - Alfa Romeo, Toio, hanno il prezioso contributo della Camera di Commercio di Imperia, del Comune e di Regione Liguria con il Patrocinio della Marina Militare. (VDE - Luigi Magliari)

TRE MEDAGLIE PER L'ITALIA A MARSIGLIA

Oro e argento nel Nacra 17, bronzo nel 470 femminile

9 giugno - Medaglia d'oro e d'argento agli equipaggi italiani del Nacra 17, un risultato fantastico che arriva oggi al termine di una difficile Medal Race, prima rimandata, poi annullata ed infine disputata con vento leggero. Ruggero Tita e Caterina Banti (GS Guardia di Finanza/CC Aniene) vincono la World Cup Series Final sul futuro campo olimpico di Parigi 2024 con una serie di risultati quasi perfetti che si chiudono con un sesto posto nell'ultima prova a punteggio doppio di oggi. A nove punti di distanza l'altro equipaggio della squadra azzurra, Vittorio Bissaro e Maelle Frascari (GS Fiamme Azzurre/CC Aniene) medaglia d'argento al termine di una settimana altrettanto soddisfacente che termina con una Medal Race in cui avrebbero potuto perdere posizioni rispetto al terzo posto di ieri ed invece ne hanno conquistata una, salendo di un posto sul podio con un terzo di giornata.

Terzi in classifica generale e quindi medaglia di bronzo, i Campioni del Mondo in carica, i britannici Ben Saxton e Nicola Boniface, quarti nella prova a punteggio doppio di oggi, vinta dai vincitori di classe alle Olimpiadi di Rio 2016, gli argentini Santiago Lange e Cecilia Carranza Saroli.

Leggi tutto

11 giugno - Si chiude con le Medal Race di oggi a Marsiglia la World Cup Series Final e in generale la World Cup Series 2018, che si riassume con un successo crescente per la squadra azzurra soprattutto nel catamarano misto, il Nacra 17, e nei 470 sia maschili che femminili, classe sofferente per l'Italia nello scorso quadriennio olimpico.

Delle Medal Race in programma oggi l'ultima sarebbe stata quella del 470 femminile, che invece non è stato possibile disputare entro le 16,30 per l'instabilità del vento. Così le nostre Elena Berta e Bianca Caruso (CS Aeronautica Militare / Yacht Club Italiano) confermano la terza posizione di ieri e conquistano la medaglia di bronzo alla seconda regata insieme in equipaggio. Le vincitrici sono le britanniche Mills/McIntyre seguite dalle spagnole Mas Depares/ Cantero Reina.

Leggi tutto

Sito web

(FIV)

PERCHÉ DECOLLA IL KITE OLIMPICO

Analisi di un fenomeno giovane e dirompente

8 giugno - Una inchiesta vecchio stampo, alla scoperta del mondo Kite: cosa c'è dietro alla specialità che sarà olimpica per la vela dal 2024? Il format sul tavolo (Kite+foil) è nuovo, anzi nuovissimo, ma i vertici IKA promettono un prodotto sportivo e mediatico di altissimo livello, con performance stellari anche in condizioni di pochissimo vento. Provenienze, formati, spunti tecnici. E una raffica di interviste a protagonisti del "paracadute" che farà vincere medaglie storiche.

Leggi tutto

(Miki Cerquetti - Saily.it Newsletter Anno 9 Numero 353)

ROLEX GIRAGLIA 2018, INIZIATE LE COSTIERE A SAINT TROPEZ

10 giugno - Partiti! Alle 12 di questa mattina il cannone è riecheggiato sui campi di regata del golfo di

Saint Tropez per lo start della prima giornata di prove inshore. Vento da sud tra gli 8 e i 12 nodi e mare piatto, con le flotte impegnate sui percorsi costieri (Gruppi A e B), e sui bastoni davanti alle spiagge (Gruppo 0, Wally e ClubSwan). Il TP 52 Freccia Rossa, già dominatore dell'edizione 2017, ottiene il primo successo di giornata

Impossibile rinunciare alla cabala dei numeri di questa edizione 2018, a partire dalla coincidenza del numero di iscritti (241) con le miglia della regata lunga (241). La lunghezza in metri lineari delle barche iscritte che andrebbero a formare un rettangolo virtuale di 3.380 m x 980 m per una superficie complessiva di 331 ettari, all'interno del quale ci starebbero comodi circa 11.000 campi da tennis! La lunghezza media delle barche iscritte è di poco superiore ai 14 metri, con una media di circa 10 persone di equipaggio, si traduce in una 'pacifica' invasione di oltre 2.500 velisti che hanno popolato la cittadina di Saint Tropez.

Alle 12 di questa mattina sono partite le regate costiere con la flotta divisa su due campi principali: i 'piccoli' dei gruppi A e B, (le barche da 9 a 18 metri) hanno effettuato la prova di giornata su un percorso costiero di 19 miglia (31 per il Gruppo A) mentre i più grandi (da 18 metri in su) hanno disputato due prove sulle boe del campo di regata davanti alla spiaggia di Pampelonne. Qui i grandi Maxi Yacht della Classe 0, i Wally 100 e i ClubSwan, si sono affrontati a ritmo serratissimo su bastoni da 1,5 miglia per i ClubSwan e 3,5 per gli altri.

Risultati di giornata: nel Gruppo A (IRC), predominio del TP 52 russo Freccia Rossa, mentre in ORC si aggiudica la prova di giornata il Solaris 50 Paola 3.

Nel Gruppo B IRC, bella prova dell'IMX 40 Juke Box e dell'XP33 Controcorrente nella divisione ORC.

In Classe 0, atto di forza del Maxi 72 Cannonball, vincitore delle due prove odierne.

Il Wally 100 Galateia si è affermato nella sua Classe davanti a Magic Carpet Cubed e Tango.

Sempre sul campo di regata di Pampelonne, il ClubSwan 50 Cuordileone è primo dopo due prove per il circuito valido della The Nation Trophy Med League 2018.

La giornata si è poi conclusa con un cocktail della International Maxi Association, presente a Saint Tropez in forze anche per l'istituzione del premio per il miglior risultato tra i Maxi Yacht.

Sito web

(YC Italiano - Rolex)

IL GAVITELLO D'ARGENTO AL REALE CIRCOLO CANOTTIERI TEVERE REMO

8 giugno - Ottimo inizio per il Gavitello d'Argento-YC Challenge Trophy Bruno Calandriello 2018, regata con la formula a squadre, composte da tre imbarcazioni, basata su una partecipazione mista ORC e IRC, giunta alla sua quinta edizione. Sono otto i team che si contendono l'ambito trofeo: Club Nautico e della Vela Argentario, Yacht Club Chiavari, Reale Circolo Canottieri Tevere Remo, Club Nautico Marina di Carrara, Circolo della Vela Talamone, Lega Navale Italiana Firenze-Prato, Deutscher Touring Yacht-Club e Yacht Club Punta Ala.

Come da previsione è entrato un sostenuto vento di maestrale, accompagnato da onda incrociata molto formata che ha impegnato a fondo tutta la flotta. La giuria, presieduta da Giovanni Capitani, è riuscita a portare a termine regolarmente tre prove importanti che hanno da subito iniziato a definire le squadre con maggiori ambizioni di successo.

10 giugno - I concorrenti dello storico circolo romano si sono presentati al Gavitello d'Argento-YC Challenge Trophy Bruno Calandriello 2018 con una squadra molto forte e, come era nelle loro ambizioni, hanno prevalso sull'agguerrita concorrenza. Il team composto da: Aphrodite, Swan 45 di Pierfranco di Giuseppe, Tevere Remo Mon Ile, First 40 di Gianrocco Catalano e Vulcano 2, First 34.7 di Giuseppe Morani dopo sei prove ha chiuso con 38 punti lasciando alle spalle i campioni uscenti del Club Nautico Marina di Carrara (Mela, Fantaghirò e Digital Bravo con 41,5) e la squadra di casa dello Yacht Club Punta Ala (Cippa Lippa Rossa, Robye14 e Scricca con 62).

Nella classifica overall primo in IRC Aphrodite e in ORC Cippa Lippa Rossa il Ker 40 di Guido Paolo Gamucci.

(Ufficio stampa YCPA)

ENTRATA NEL VIVO LA SETTIMANA INTERNAZIONALE DEI TRE GOLFI

10 giugno - Si è svolta sabato 9 giugno la 7ma Muggia x 2 con ben 52 imbarcazioni iscritte. Una bella giornata estiva con vento dal 4° quadrante sui 5 nodi in partenza e fino a 12 all'arrivo ha accompagnato la flotta nel percorso a triangolo di circa 12 miglia.

A spuntarla Barraonda con l'equipaggio Lucio Provvidenti-Andrea Capun dello YC Hannibal, seguito dall'UFO Goofy dei fratelli Pietro e Marco Perelli Rocco (SVBG). Terzo al traguardo Columbia di Natale Camerotto e Alfredo Bertaglia del Diporto Nautico di Sistiana.

Oggi invece, per la storica Coppa Primavera, che giunge quest'anno alla 44° edizione, al via quasi quaranta vele. Ad aggiudicarsi il Trofeo Nino Ulcigrai dedicato al primo assoluto, il 40 piedi muggesano Sayonara di Roberto Bertocchi, secondo Marinariello di Carlo De Bona dello YC Lignano, seguito da Gufo di Roberto Nobile (Sistiana 89). Da citare la partecipazione, come auspicato dal CdVMuggia e promosso nel bando di regata, di 4 equipaggi integrati che hanno ospitato a bordo sportivi

diversamente abili.

Nel weekend sarà la volta della partecipatissima regata velica Muggia-Portorose-Muggia che conta normalmente oltre 120 iscritti e rappresenta la tappa conclusiva della kermesse velica che decreterà anche il vincitore del Trofeo 3 Golfi.

(CDVM)

MARSILI RACE 2018 : A DUFFY IL PRIMO POSTO

10 giugno - Sulle ali di un vento generoso di maestrale, con punte di 20 nodi, i partecipanti alla Marsili Race, ultima tappa della Regata delle Torri Saracene, sono partiti da Marina di Camerota alle 11,25 del 9 giugno. Una traversata da record, tanto che si sono registrate punte di velocità di oltre 10 nodi, in una zona generalmente poco ventosa.

[Leggi tutto](#)

(CV Santa Venere)

VOLVO OCEAN RACE:

. Dongfeng vince la Sky Ocean Rescue In-Port Race di Cardiff

8 giugno - I primi tre team delle In-Port Race Series della Volvo Ocean Race hanno mantenuto la posizione sul podio anche a Cardiff, dove i franco/cinesi di Dongfeng Race Team sono stati protagonisti di una grande rimonta e si sono aggiudicati la regata costiera. [Leggi tutto](#) - [Video](#)

. Partenza in slow-motion della decima tappa

10 giugno - La flotta della Volvo Ocean Race è stata costretta a una partenza al rallentatore della decima tappa verso Göteborg, a causa di un'alta pressione che ha portato sole, e migliaia di spettatori, ma anche un vento incredibilmente leggero nella baia di Cardiff. [Leggi tutto](#) - [Video](#)

(VOR press office)

IL WINSURF DIVERTE E FA ANCHE BENE

Uno sport impegnativo che però giova a cuore e muscoli ed è pure antistress

10 giugno - La pratica favorisce la formazione di nuovi capillari, migliora le prestazioni di cuore e polmoni, ha inoltre ricadute positive su parametri metabolici come colesterolo e trigliceridi. Il windsurf è uno sport che può essere praticato dai 6-8 anni fino anche ai 70 e oltre, a patto che non ci siano problematiche importanti a livello cardiovascolare e muscoloscheletrico. Richiede una buona preparazione atletica, che può essere acquisita sia con l'attività sul campo (in acqua) sia con esercizi aerobici e di tonificazione in palestra. Per non correre rischi, è importante acquisire una buona tecnica con un istruttore qualificato. Per praticarlo al meglio, sono utili competenze aerobiche, per stimolare e mantenere allenato il sistema cardiovascolare, e lo sviluppo di forza, equilibrio e coordinazione.

(dott. Gianfranco Beltrami - Corriere della Sera)

Ricevi questa email perché ti sei iscritto sul nostro sito oppure hai richiesto la pubblicazione di un annuncio o perché il tuo contatto è pubblicamente disponibile sul sito della Federazione Italiana Vela

Redattore e mittente: Antonio Viretti, viale Brigata Bisagno 12, 16129 Genova - tel 010583557 - Attività di volontariato

Per disdire l'abbonamento a Primazona NEWS cliccare su CANCELLAMI