



CLUB MARITIMO CANIDO



REAL FEDERACIÓN
GALLEGA DE VELA

CLINIC NAVIDAD 2025

26, 27 y 28 de diciembre



Ero Pons
Entrenador Olímpico R.F.E.V



Hugo Fernandez
Entrenador Olímpico R.F.E.V



Hilda Martín
Entrenadora Nacional R.F.E.V

CLINIC DE NAVIDAD 2025

Requisitos de participación:

1. Tener como mínimo un nivel deportivo medio en la clase para los de regatas.
2. Haber participado en alguna de las regatas autonómicas o clasificatorias o su Club de procedencia.
3. Los de Escuela que naveguen durante la temporada de invierno en escuelas.
4. Estar en posesión de la Licencia Federativa 2025.
5. Tener una embarcación propia o asignada por su equipo.



Objetivos

1. Transmitir al regatista mediante clases teóricas y ejercicios específicos en el agua, conocimientos tácticos y técnicos de alto nivel necesarios para ganar regatas.
2. Dar al regatista los conocimientos técnicos específicos de la clase Optimist mediante teoría en tierra y ejercicios en el agua, para conseguir una máxima velocidad en cada momento y, saber reaccionar frente a cualquier cambio de las condiciones en mitad de una regata.
3. Enseñar a los técnicos la mejor forma de transmitir a nuestros regatistas los conocimientos necesarios para cumplir objetivos marcados.



Viernes 27

ERO PONS
HILDA MARTIN

- Táctica de regatas
- Salidas de regatas
- Rutina pre-regata

11:00 - 18:30

Comida, bebida y merienda incluida

Sábado 28

HUGO FERNÁNDEZ

- Trimado
- Meteorología
- Psicología deportiva
- Detección y corrección de errores

10:00 - 18:30

Comida, bebida y merienda incluida

Domingo 29

HUGO FERNÁNDEZ

- Maniobras
- Táctica y meteoestrategia

10:00 - 18:30

Comida, bebida y merienda incluida

Inscripciones

A través de la plataforma de la RFGV:

[PINCHA AQUÍ PARA INSCRIBIRTE](#)

PRECIO: 60 € /regatistas, monitores exentos. se abonará en el número de cuenta indicado más abajo, poniendo nombre del club o regatista, o en efectivo en el club.

El precio de la inscripción da derecho a 1 bolsa pícnic los tres días de entrenos, así como una merienda cada día, una vez finalizados los entrenamientos.

En el caso de no querer picnic el precios sería de 40 euros

IBAN ES03 2080 5097 3030 4000 6937

