

# Corso nazionale 2023 per Guida FICK Sea Kayak

[disciplina non competitiva]

**SOTTOCOSTA**

Scuola nazionale di kayak da mare



# CORSO NAZIONALE PER GUIDA FICK SEA KAYAK TECNICO DI LIVELLO 2 - COACH PAGAIA AZZURRA LEVEL 3



ph. Felice Farina

**Il Corso si propone per formare le Guide FICK di Sea Kayak [livello 2 - Coach Pagaia Azzurra level 3] che, a loro volta, dovranno trasmettere all'allievo le competenze necessarie per praticare in sicurezza facendo parte di un gruppo di pari capacità.**

La Guida deve possedere le capacità individuali per navigare a proprio agio e operare (affiancato da un'altra Guida o da un Maestro) in condizioni fino a vento teso (forza 5 Beaufort) e mare molto mosso (scala 4 Douglas). Può pianificare, organizzare e guidare attività di esplorazione in mare per i tesserati delle società affiliate alla FICK.

Può insegnare e rilasciare il Certificato Nazionale Pagaia Azzurra Sea Kayak fino al livello 4.

## **DIDATTICA**

Le metodologie didattiche utilizzate sono caratterizzate da una spiccata interattività. Oltre un primo incontro conoscitivo e successive esercitazioni in mare è prevista un'attività di formazione online con compiti assegnati.

## **MODULI**

Il Corso è articolato in 2 moduli didattici sviluppati in 6 giornate in presenza, attività online e una sessione di valutazione finale in acqua.

Di seguito il dettaglio dei 3 moduli:

### **1. Tecnica Sea Kayak**

Capacità individuali, di recupero della posizione e di eseguire salvataggi, rimorchi, sbarchi nelle condizioni previste.

### **2. Conoscenze della Guida Sea Kayak**

Navigazione e Pilotaggio, Radiocomunicazioni, Meteorologia, Oceanografia, Ambiente.

### **3. Leadership e Incident Management**

Messa a punto di una tecnica sicura ed efficace di Leadership per guidare negli ambienti e nelle condizioni previste. Stili di Leadership. Gestione del gruppo e risoluzione degli incidenti più comuni. Cenni alla normativa e aspetti legali. Elementi di primo soccorso in ambiente.

### **MODALITÀ DI AMMISSIONE**

Il corso è a numero chiuso (12 partecipanti).

La domanda di ammissione con il *curriculum vitae*, devono essere compilati e fatti pervenire all'indirizzo di posta elettronica [info@sottocosta.it](mailto:info@sottocosta.it)

Solo in seguito alla ricezione della mail di conferma di ammissione, si potrà formalizzare l'iscrizione al Corso nel seguente modo: compilare il modulo online, inoltrare la distinta di pagamento relativa alla quota di iscrizione.

### **PRE-REQUISITI**

Per accedere al corso Guide i candidati devono avere la qualifica di Istruttore FICK Sea Kayak con delle capacità e conoscenze equivalenti alla Certificazione Pagaia Azzurra SK4 (consigliato).

## PIANO FORMATIVO

Il piano formativo comprende circa 120 ore di formazione corrispondenti a 5 crediti formativi (24 ore ciascuno) così suddivise:

### Corso Guide

74 ore + 48 ore di studio (5 crediti formativi)

- 24 ore di attività guidata da docenti;
- 36 ore di tirocinio in mare (aiuto Guida);
- 10 ore di lavoro individuale (tesina o altri elaborati);
- 4 ore di verifica (in mare e teoria).

### Riconoscimento di esperienze maturate e competenze raggiunte

48 ore (max 2 crediti formativi)

- capacità come Guida (esperienza come aiuto Guida in mare);
- capacità individuali in mare;
- conoscenze teoriche.

### COMPETENZE RICHIESTE A FINE CORSO

Il candidato, già Istruttore, dovrà mostrare conoscenze teorico-pratiche adeguate a un Tecnico FICK di livello 2 riguardo i seguenti punti eseguendo le manovre da entrambi i lati:

- Recupero della posizione, roll, rientro e roll nelle condizioni previste;
- Diversi tipi di salvataggi assistiti e zattere;
- Rimorchi, lunghi, corti, a contatto, ancorati.

### Leadership

- Tecniche e stili di leadership;
- Leadership in diversi ambienti: imbarchi, sbarchi, giardini di roccia, navigazione, sotto pressione.
- Gli aspetti psicologici.

### Incident Management

- Principi di base e strategie per gestire scenari diversi anche quando sotto pressione;
- IM lungo il litorale: nel surf, nei giardini di roccia;
- IM in mare: strategie di sopravvivenza in mare;
- Elementi di primo soccorso in ambiente;

### La sicurezza

- Verifica delle dotazioni e dei materiali;
- Sicurezza nella conduzione del kayak in tutte le andature nelle condizioni previste;
- Imbarchi e sbarchi nel surf max 1,25m;
- Il profilo della Guida Marina: obiettivi e ambiti d'intervento;

### Navigazione & Pilotaggio

- Le carte nautiche;
- Le pubblicazioni nautiche;
- Risoluzione di problemi di navigazione e pilotaggio (rilevamenti, rotte, punto nave, calcolo tempi, velocità e distanze con scarroccio e deriva);
- Il segnalamento marittimo IALA e regolamento internazionale per prevenire gli abbordi in mare
- La pianificazione della navigazione;
- La navigazione notturna.

### Radiocomunicazioni

- La licenza per radio VHF;
- Regole e protocolli di utilizzo della radio VHF

### Meteorologia

- Elementi di meteorologia per sea layaker;
- Trovare le informazioni meteorologiche;
- Interpretare le informazioni meteorologiche.

### Oceanografia

- I movimenti: onde e frangenti, maree, correnti;
- Gli effetti delle coste, promontori, stretti ecc.;
- Forza del vento e stato del mare.

### Esplorazioni

- Cenni di normativa sulla navigazione da diporto;
- Navigare lungo la costa;
- Uso delle spiagge;
- Eventi straordinari: soccorsi, incidenti, ritrovamenti.

### Marineria

- Comportamenti corretti
- Principali nodi e legature

### Ambiente

- La salvaguardia dell'ambiente;
- Habitat costieri;w
- Principali rappresentanti di flora e fauna del mediterraneo;
- Il sistema dei parchi e delle aree protette.

### Tirocinio

Navigazioni (minimo 4 rotte) e Leadership (minimo 4 eventi in collaborazione con altri Tecnici e Tutor).

### Esame finale: in mare e teoria

**CORSO NAZIONALE PER GUIDA FICK  
SEA KAYAK TECNICO DI LIVELLO 2  
COACH PAGAIA AZZURRA LEVEL 3**

**PER CHI**

Per Istruttori FICK Sea Kayak  
con competenze equivalenti  
alla certificazione SK4 (consigliato).

**QUANDO**

21-23 APR • 27-29 OTT • 18-19 NOV  
(esame)

**DURATA DEL CORSO**

Circa 6 mesi con 2 appuntamenti di 3  
giornate, sessioni online e tirocinio.  
Una giornata di valutazione finale in acqua.

**DOVE**

Scuola di Mare - Lerici (SP)  
Alloggio possibile: [info@scuoladimare.com](mailto:info@scuoladimare.com)

**ORARI DI RITROVO** (per sessioni e esame)

alle 12:00 i venerdì  
alle 09:00 tutti gli altri giorni

**A CURA DI**

Sottocosta ASD

**MATERIALE DIDATTICO** (dispense)

Navigazione & Pilotaggio  
VHF  
Meteorologia  
Oceanografia  
Leadership  
Incident Management

**DOCENTI, RELATORI ED ESAMINATORI**

Maestri Formatori FICK Sea Kayak

**Quota di partecipazione**

400,00€ quota complessiva per i 3 moduli.

**ISCRIZIONI**

Il Corso Guide si terrà al raggiungimento  
di un numero congruo di partecipanti.

**Modulo di iscrizione**

[https://www.federcanoa.it/home/  
documenti/modulistica/modulistica-corsi-  
di-formazione-territoriali/modulistica-di-  
richiesta-ammissione.html](https://www.federcanoa.it/home/documenti/modulistica/modulistica-corsi-di-formazione-territoriali/modulistica-di-richiesta-ammissione.html)

**Versamento anticipo**

100,00€  
Sottocosta ASD  
BAN IT35V0306909606100000112094

**INFORMAZIONI**

[sottocosta.it](http://sottocosta.it)  
[info@sottocosta.it](mailto:info@sottocosta.it)  
335 286 606 (Guido Grugnola)  
349 5216 020 (Felice Farina)  
333 9571 788 (Piero de Stefano)  
338 3292 597 (Francesco Petralia)

**SOTTOCOSTA**

Scuola nazionale di kayak da mare

Via della Rena, 93  
00069 Trevignano Romano (RM)



**FICK**

Viale Tiziano, 70  
00196 Roma

[federcanoa.it](http://federcanoa.it)