



Το Πρόγραμμα

Στόχος μας είναι να προσφέρουμε στα παιδιά μια ασφαλή, ευχάριστη και εκπαιδευτική εμπειρία, μέσα από ένα πρόγραμμα ειδικά σχεδιασμένο για αρχάριους ιστιοπλόους.

Η ιστιοπλοΐα χτίζει αυτοπεποίθηση, ανεξαρτησία και σεβασμό στη θάλασσα — και είμαστε χαρούμενοι που θα κάνουμε αυτό το ταξίδι μαζί.

Η δραστηριότητα πραγματοποιείται στη φύση, δίπλα στη θάλασσα. Τα παιδιά γνωρίζουν το περιβάλλον, μαθαίνουν βασικές αρχές ναυτοσύνης και κάνουν τα πρώτα τους βήματα στην ιστιοπλοΐα με Optimist, σε μικρές ομάδες και με σταδιακή είσοδο στο νερό.

Τι θα μάθουν τα παιδιά

Το πρόγραμμα είναι σχεδιασμένο για παιδιά που ξεκινούν από το μηδέν.

Μαθαίνουν:

- βασικούς κανόνες ασφάλειας
- μέρη του Optimist
- πώς κινούμαστε μέσα στο σκάφος
- πώς κρατάμε τιμόνι και πανί
- απλές κινήσεις και μικρές διαδρομές
- συνεργασία και σεβασμό στη θάλασσα

Η πρώτη μέρα και μεγάλο μέρος της δεύτερης γίνονται στη στεριά, ώστε τα παιδιά να αποκτήσουν σωστή βάση πριν μπουν στο νερό.



Τι πρέπει να φέρουν τα παιδιά κάθε μέρα

Υποχρεωτικά

- Παπούτσια νερού (ή αθλητικά που μπορούν να βραχούν)
- Σορτσάκι ή κολάν, τεχνικό ή μακό μπλουζάκι
- Καπέλο (ιδανικά με κορδόνι)
- Αντηλιακό (ψηλό δείκτη, ήδη φορεμένο πριν την άφιξη)
- Επαναχρησιμοποιούμενο παγούρι νερού
- Πετσέτα
- Στεγνά ρούχα για μετά
- Ελαφρύ σνακ (φρούτο, μπάρα, όχι βαριά φαγητά)

Προαιρετικά αλλά χρήσιμα

- Γυαλιά ηλίου με κορδόνι
- Ελαφρύ αδιάβροχο αντιανεμικό μπουφάν
- Μικρό σακίδιο για τα προσωπικά τους
- Λαστιχάκι για τα μακριά μαλλιά

Δεν χρειάζεται να φέρουν

- Δικά τους σωσίβια (ο όμιλος παρέχει)
- Κινητά τηλέφωνα στο νερό
- Οτιδήποτε πολύτιμο

Ασφάλεια Πάνω από Όλα

- Η ασφάλεια είναι η πρώτη μας προτεραιότητα.
- Όλα τα παιδιά φορούν σωσίβιο (PFD) σε όλη τη διάρκεια του προγράμματος
- Υπάρχει σκάφος ασφαλείας στο νερό σε κάθε μάθημα
- Οι προπονητές είναι εκπαιδευμένοι σε πρώτες βοήθειες
- Οι ομάδες στο νερό είναι μικρές, λόγω περιορισμένου αριθμού Optimist
- Κάθε απόφαση για είσοδο στο νερό βασίζεται στις καιρικές συνθήκες της ημέρας
- Η πρώτη επαφή με το νερό γίνεται ελεγχόμενα, με τον προπονητή δίπλα



Προσέλευση & Αναχώρηση

- Άφιξη 15 λεπτά νωρίτερα
- Αν χρειαστεί πρόωρη αποχώρηση ενημερώστε μας εγκαίρως
- Ενημερώσεις μέσω WhatsApp/Viber για καιρό, αλλαγές και φωτογραφίες (με άδεια γονέα)

Συμπεριφορά & Προσδοκίες

Ζητάμε από τα παιδιά:

- να σέβονται τους προπονητές και τους συναθλητές τους
- να ακολουθούν τους κανόνες ασφάλειας
- να φροντίζουν τον εξοπλισμό
- να προσπαθούν με χαρά και καλή διάθεση

Πιστοποίηση Προγράμματος

Στο τέλος του βασικού προγράμματος, κάθε παιδί λαμβάνει το **Πιστοποιητικό Βασικών Ιστιοπλοϊκών Δεξιοτήτων – Επίπεδο 1**

Το πιστοποιητικό αναγνωρίζει ότι το παιδί:

- συμμετείχε ενεργά
- έμαθε τα βασικά μέρη του Optimist
- κατανόησε τους κανόνες ασφάλειας
- εκτέλεσε απλές κινήσεις στο νερό
- έκανε τις πρώτες του μικρές διαδρομές

Τα παιδιά που θα συμμετέχουν σε περισσότερες από μία εβδομάδες, λαμβάνουν πιστοποιητικά ανάλογα με την πρόοδο που έχουν πραγματοποιήσει.

Επικοινωνήστε μαζί μας

Για δηλώσεις συμμετοχής ή περισσότερες πληροφορίες, καλέστε στο 697 3536898