

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
<b>Matin 9h-12h</b> Cours en salle	Accueil Analyse de la carte de progression FFV. Comprendre la logique de progression vers l'autonomie	Météo et sécurité. Préparer sa navigation et choisir sa zone de pratique	Marche du navire. Principes aérodynamique et hydrodynamique. Compréhension des forces et application dans le pilotage et l'adaptation du matériel	Culture maritime, sens marin et environnement. Les principes à maîtriser pour naviguer en autonomie.	Auto-évaluation sur les acquisitions Projection vers l'avenir. Partage d'expériences, aller plus loin avec le niveau 5..
<b>Après-midi 13h-17h</b> Navigation en laser, RS Feva, 420	Evaluation des pratiquants pour définir leurs besoins et leurs attentes. Manœuvres de sécurité.	Conduite au près et au portant sous spi. Gestion de la surpuissance.	Manœuvres et coordination : empannages, virements de bord, aulofter, abattée.	Conduite, réglages et bord du cadre.	Evaluation sur l'eau. Challenge sportif. Bilan individuel