



Nivell B

B.20. Virada per popa.



OBJECTIU

Que l'alumne controli la vela i realitzi virades per popa amb facilitat i destresa.

PROCEDIMENT

Explicarem a l'alumne, que durant l'exercici, el mes important no es la velocitat en que fan els girs, sinó que amb tot moment el patí porti velocitat gràcies a que la vela està sempre amb el punt idoni de caçat. En el moment de fer la virada per popa, no es posaran els peus al aigua, i per ajudar a fer el gir, només podrem fer servir la ma a la popa fent de timó.

EXERCICI

Farem que l'alumne faci 6 trabujades.

AVALUACIÓ

Es puntuarà la destresa en que l'alumne fa les trabujades.