



# Nivell A

## A.19. Planejar onades (llarg)



---

### OBJECTIU

---

Que l'alumne sigui capaç de planejar les onades lleugerament, en el rumb de llarg.

---

### PROCEDIMENT

---

Explicarem a l'alumne que l'objectiu és aprofitar l'impuls que ens poden donar les onades (en el cas que hi hagi) mentre naveguem en el rumb de llarg. Ho farem quan notem una onada que ens ve per darrera, llavors orsarem i caçarem lleugerament, a continuació seurem cap a popa un altre cop i amollarem el que haurem caçat anteriorment. D'aquesta manera notarem que el patí agafa més velocitat per uns moments, augmentant el vent aparent.

---

### EXERCICI

---

A terra explicarem el procediment a l'alumne i amb un patí muntat simularem on ha de seure i com s'ha de fer. A mar, si tenim una mica de mar de fons, aprofitarem per posar-ho en practica.

---

### AVALUACIÓ

---

S'avaluarà que l'alumne entengui el procediment i que sigui capaç de realitzar-lo com a mínim tres cops.