

Scritto da

Venerdì 01 Febbraio 2013 19:27 - Ultimo aggiornamento Venerdì 01 Febbraio 2013 21:56

---

### La "Scuffiata"

Il ribaltamento della barca è detto "Scuffiata" .

(Piccola nota: in barca ogni oggetto o azione ha nomi brevissimi per motivi pratici. Prova a dire "stiamo per ribaltare la barca" invece di "scuffia!". Nel frattempo sei già bagnato. ) E' una situazione che se affrontata con preparazione è equivalente ad un bagno con tuffo.

Il problema è non far scuffiare VOLONTARIAMENTE i ragazzi più vivaci. Per essere affrontata nel migliore dei modi è necessario:

1. **SAPER NUOTARE**
2. sapere cosa succederà
3. sapere come riaddrizzare la barca

Tutto questi punti vengono affrontati alla prima lezione di scuola vela e, se possibile, anche sperimentati in condizioni controllate, vicino riva.

Qua di seguito un esempio di come si può eseguire una scuffiata in sicurezza e divertendosi.



## Scuffia - Associazione Sportiva dilettantistica Nautica Sabazia

Scritto da

Venerdì 01 Febbraio 2013 19:27 - Ultimo aggiornamento Venerdì 01 Febbraio 2013 21:56

---



[SEO by Artio](#)