

SCHEMA RIASSUNTIVA DELLA REGATA

Denominazione della Regata	Luogo della manifestazione	Date di svolgimento	Classe
Analisi Meteorologica (considerazione sulle carte isobare, previsioni di pressione s.l.m. a 3gg. Previsioni sul passaggio di fronti, ecc.) Allegati:			
Analisi Geografica (considerazione sulla morfologia costiera, sul fondale, flussi di marea, correnti note) Allegati:			
Altre informazioni sul campo di regata Allegati:			

PRE - Coefficienti di autovalutazione (1-10)	
Strategia di regata	
Regolazione dell'imbarcazione	
Conduzione dell'imbarcazione	
Manovre in regata e partenza	
Preparazione atletica	
<u>Indice complessivo di preparazione</u>	
Aspettative di classifica (N° o %)	
Classifica finale	
Miglior piazzamento	
Peggior piazzamento	

POST - Coefficienti di autovalutazione (1-10)	Note
Strategia di regata	
Regolazione dell'imbarcazione	
Conduzione dell'imbarcazione	
Manovre in regata e partenza	
Condizione atletica	
<u>Indice complessivo di performance</u>	
Risultati (N° o %)	Note
Classifica finale	
Miglior piazzamento	
Peggior piazzamento	

Considerazioni conclusive sulla regata



Compilare prima del 1° giorno di regata



Compilare dopo l'ultimo giorno di regata

SCHEDA RIASSUNTIVA DELLE PROVE DEL GIORNO

Data	Denominazione della Regata	Luogo della manifestazione	Prova/e
Considerazioni e previsioni sulla situazione meteorologica, osservazioni sull' influenza della costa, delle correnti, previsione sui salti di vento			
Allegati:			

Osservazioni sul campo di regata, prova dei bordi	Osservazioni Pre-partenza, scelta della strategia	Partenza
Regata: tattica, conduzione, manovre	Dove ho perso e dove ho guadagnato	
Passaggi in boa		Risultato finale

Osservazioni sul campo di regata, prova dei bordi	Osservazioni Pre-partenza, scelta della strategia	Partenza
Regata: tattica, conduzione, manovre	Dove ho perso e dove ho guadagnato	
Passaggi in boa		Risultato finale



Compilare prima dell'uscita in acqua



Compilare dopo l'uscita in acqua