

NIVEAU 1

NAVIGUER ENCADRÉ PAR UN SKIPPER
« avoir fait »

ACQUIS

VU OK OUI

SÉCURITÉ	Em/Débarquer en sécurité ponton			
	Em/Débarquer en sécurité à quai			
	Em/Débarquer en sécurité à couple			
	Identifier préalables : météo / marée / carte			
	Respecter Topo sécurité			
	S'équiper			
TECHNIQUE	Manipuler les amarres			
	Connaître les allures			
	Nœud de taquet, cabestan, chaise			
Avant départ	Vannes, hublots fermés			
	Allumer l'électronique			
	Coupe-batterie			
	Préparer les amarres pointes / embelle			
MOTEUR	Démarrer moteur (préalables & vérifs)			
	AV / AR / Pt mort / arrêt			
MAÎTRISE VOILE	Hisser, wincher, dérouler, rouler			
	Border - Choquer			
	Accélérer, s'arrêter			
Conduite	Barrer et diriger à vue (amer)			
	Utiliser la barre pour ralentir			
SENS MARIN	D'où vient le vent			
	Pied marin			
	Mal de mer (1 à 5)			
	Appréhension (1 à 5)			
	Concentration (1 à 5)			
	Respect de l'environnement			
	Participation à la vie du bord			
	Faire la vaisselle au port			

NIVEAU 2

NAVIGUER COMME ÉQUIPIER
encadré par un skipper

ACQUIS

VU OK OUI

SÉCURITÉ	Aider à embarquement en sécurité			
	Utiliser les préalables : météo / marée / carte			
	Identifier une route de collision			
	Compléter le Topo sécurité du CDB			
	Équiper un tiers			
	Mise à la cape			
TECHNIQUE	Point GPS au port			
	Préparer l'amarrage			
	Amarrer le voilier (pointes et gardes)			
Nœuds	Tour mort demi-clef, cabestan vertical			
Avant départ	Vérifier le sondeur / sonde à main			
	Savoir quand utiliser les coupleurs			
MOTEUR	Manœuvre barre seule départ / arrêt			
	Manœuvre inverseur seul			
	Mouiller à la barre			
MAÎTRISE VOILE	Régler écoute foc et GV toutes allures			
	Comprendre la réduction de toile			
	Virer à l'écoute			
	Empanner à l'écoute			
	Affaler comme équipier			
Conduite	Tenir un cap (amer et alignement)			
	Prendre un coffre à la barre			
SENS MARIN	Évaluer la force du vent			
	Se repérer à vue sur une carte			
	Le balisage de base			
	Participation à la vie du bord en nav			
	Cuisiner au port			
	Savoir gérer son mal de mer			

NIVEAU 3

ÉVOLUER LIBREMENT EN VOILIER
dans une zone connue et sur un voilier connu

ACQUIS

VU OK OUI

SÉCURITÉ	Matériel sécu + emplacement ?			
	Point GPS en navigation			
	Parer route collision + priorités			
	Connaître les outils météo, échelle beaufort, VHF, carte isobarique			
	Connaître le topo sécurité			
	Calcul de marée			
	Endrailler foc/tourmentin au port			
	Homme à la mer comme équipier			
TECHNIQUE	S'amarrer à couple (décaler mats...)			
	Prise de Ris à plusieurs			
	Mouiller au guindeau			
	Conduite en surpuissance			
	Prise de coffre à l'amarre			
Nœuds	Huit, rabouter, remorquer, bosse			
MOTEUR	Homme à la mer en équipage			
	Manœuvres de port hors catway			
	Marche AR, 1/2 tour (pas d'hélice)			
MAÎTRISE VOILE	Virer (tous postes)			
	Empanner (tous postes)			
	Notion d'aéro / hydrodynamique			
	Régler voiles toutes allures tous outils			
	Tenir un cap compas			
Conduite	Homme à la mer en équipage sans chrono			
	Gréer / dégréer / plier			
SENS MARIN	Évaluer direction et force du courant			
	Évaluer la dérive due au vent			
	Notion de déclinaison / déviation			
	Connaître balisage (de jour, de nuit)			
	Faire la vaisselle en mer			

NIVEAU 4

CHEF DE BORD CÔTIER

Maîtrise dans toutes les conditions

ACQUIS

VU OK OUI

SÉCURITÉ	Quart seul de nuit / de jour			
	Point : GPS + Relèvement + Triangulation			
	Procédures alerte et signalement			
	Utiliser tous les outils météo			
	Coordination d'équipage			
	Faire un topo sécurité côtier			
	Faire un avitaillement en quantité			
	Pharmacie, connaître les produits			
Marée	Utilisation : VHF, radeau, fusées			
	Sonde pied de pilote, pression, vent			
	Utilisation du calcul de marée			

MAÎTRISE VOILE	Prise de Ris solo			
	Adapter la surface aux conditions			
	Régler le spi + envoyer en équipage			
	Virer en solo			
	Empanner en solo			
Conduite	Tenir cap/allures tous vents/courants			
	Prise de coffre à la voile			
	Homme à la mer en équipage avec chrono			

MOTEUR	Manœuvres de port sur catway			
	Manœuvres de port en solo (linéaire)			
	Manœuvres avec courant			
	Homme à la mer en solo			
	Réamorcer, courroies, impeller			

SENS MARIN	Identifier le courant			
	Optimiser distance (cadre, layline)			
De nuit	Identifier phares, feux, se situer			
	Conduite de l'annexe			
	Cuisiner en mer			

Certification NIVEAU 4	Prioriser les actions d'un point À à B selon les aléas de son environnement (carte, météo, courant)			
------------------------	---	--	--	--

NIVEAU 5

CHEF DE BORD HAUTURIER

Renforcement de la maîtrise et du savoir

ACQUIS

VU OK OUI

SÉCURITÉ	Nav. à l'estime (Rf au Cc et Cc à Rf)			
	Gestion d'équipage (quart, bien-être)			
	Armement de sécurité			
	RIPAM			
Gestion de crise	Feu, évacuation. CROSS			
	Fuite, gros temps, les capes			
SÉCURITÉ +++	Avaries / Solutions			
	MOB, monter dans le radeau de survie			
	Monter au mat			
	Réalisation du registre de vérification spécial			
	Visite de sécurité du voilier			

TECHNIQUE	Circuit de barre			
	Circuits moteur/vidange			
	Circuit électrique (énergie)			
	Aides électronique (radar, AIS, ASN...)			
Maintenance	Entretien courant			
	Graisser un winch			

MAÎTRISE VOILE	Prise de Ris en solo chronométrée			
	Affaler toutes voiles en solo			
	Spi en solo (facultatif)			
Conduite	Barrer dans des conditions musclées			
	Homme à la mer en solo (MOB) (- 3 min)			
	Manœuvre de port à la voile			

MOTEUR	Manœuvres solo catway			
	Manœuvres solo à couple			

SENS MARIN	Choix de route performant/météo			
	Timing + anticipation courants/marée			

AU LARGE	Obj. transat (6 jrs/5 nuits) / Transgascogne			
----------	--	--	--	--

Certification NIVEAU 5	Prioriser les actions d'un point À à B selon les aléas de son environnement AVEC UN « IMPRÉVU »			
------------------------	---	--	--	--

VOTRE LIVRET DE PROGRESSION

VOS STAGES

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
TYPE DE STAGE										
DATES DE NAV.										
MILLES										
NBRE NUITS NAV.										
NBRE ÉQUIPIERS										
CÔTIER										
HAUTURIER										
HOULE MAX.										
VENT MAX.										

NIVEAU CERTIFIÉ

NOM PRÉNOM

GAËL FRÉBOURG · +33 (0)6 46 54 06 41

