



Il gruppo laser della Lega Navale Italiana di Genova Sestri Ponente svolge attività agonistica con passione ed impegno durante tutto l'anno. Ogni weekend il gruppo si allena in mare affrontando le disparate condizioni meteo marine e climatiche sia della stagione invernale, con le "tramontanate" sia nelle periodo estivo con le termiche, spesso fuori sede a "caccia di vento".

Dopo l'Optimist per i più piccoli atleti che entrano nel nuovo gruppo viene approntato un percorso di inserimento e di integrazione della formazione ricevuta nel percorso pre-agonistico o agonistico dalla classe precedente; tale percorso è collaborativo con gli atleti più grandi per far si che il vantaggio sia reciproco tra i più "veterani" e i più "novellini".

Si definiscono obiettivi di breve e lungo periodo (1-4 anni) per dare una visione di lungo termine al giovane arrivato.

I ragazzi partecipano a regate regionali (denominate zonali) e nazionali in giro per tutta Italia ed un impegno internazionale.

I nostri atleti dispongono inoltre anche di una palestra attrezzata in sede per la preparazione atletica, dove durante la settimana possono formarsi ed accrescere le capacità fisiche richieste soprattutto in condizioni di vento forte.

Per i più grandi che si allenano autonomamente vengono preparate schede personalizzate di preparazione e un monitoraggio dei progressi o meno.

Per saperne di più potrete contattare il responsabile del gruppo Laser, Pietro Bortoletto, che con la sua esperienza decennale saprà preparare un programma ad hoc in linea con gli obiettivi che si pongono o a cui si può aspirare, sentendosi liberi e padroni della propria barca....

