

# NOS NIVEAUX DE VOILE

**SUI**  
sailing



**SWISS  
SAILING  
SYSTEM**



## Niveau 1 – Découverte

Se déplacer à la voile sous surveillance (jusqu'à 10 noeuds)

### Technique

Direction:

- ☐ • Maintenir ta direction
- ☐ • Changer de direction

Equilibre:

- ☐ • Tu as confiance avec la gîte du bateau

Propulsion:

- ☐ • S'arrêter et démarrer

### Sécurité

- ☐ • Redresser ton bateau après un chavirage
- ☐ • Suivre les instructions données par ton-ta moniteur-trice

### Environnement

- ☐ • Utiliser le vocabulaire marin de base
- ☐ • Evaluer la direction et la force du vent
- ☐ • Respecter l'environnement

Classe, date et signature :



## Niveau 2 – Approfondissement

Atteindre un point du plan d'eau sous surveillance (jusqu'à 10 noeuds)

### Technique

Direction:

- ☐ • Gérer ta direction et ta vitesse
- ☐ • Réaliser les manœuvres de base (virer et empanner)

Equilibre:

- ☐ • Stabiliser l'équilibre du bateau

Propulsion:

- ☐ • Régler ta voile en fonction du vent et de la direction

### Sécurité

- ☐ • Identifier les risques et suivre les indications de ton-ta moniteur-trice

### Environnement

- ☐ • Utiliser le vocabulaire marin
- ☐ • Préparer ton matériel de manière autonome
- ☐ • Sortir et rentrer à terre sans assistance

Classe, date et signature :



## Niveau 3 – Perfectionnement

Naviguer librement dans une zone de navigation surveillée (jusqu'à 16 noeuds)

### Technique

Direction:

- ☐ • Naviguer librement dans une zone de navigation
- ☐ • Tourner autour de bouées (triangle)

Equilibre:

- ☐ • Soutenir ta conduite en déplaçant ton corps

Propulsion:

- ☐ • Réglage correct de toutes les voiles en fonction du vent et de la direction

### Sécurité

- ☐ • Identifier les risques et réagir en fonction

### Environnement

- ☐ • Différencier les conditions météorologiques sur ton lac
- ☐ • Appliquer les règles de priorité

Classe, date et signature :



## Niveau 4 – Introduction à la régate

Naviguer en autonomie (jusqu'à 16 noeuds)

### Technique

- ☐ • Effectuer toutes les manœuvres efficacement
- ☐ • Naviguer sur un parcours de régate
- ☐ • Adapter les réglages dynamiques selon la direction et les conditions

### Sécurité

- ☐ • Anticiper les conditions et réagir en fonction

### Environnement

- ☐ • Appliquer les Règles de Course à la Voile (RCV R10- R11- R18)
- ☐ • Respecter ses concurrents et naviguer de manière fair-play

Classe, date et signature :



## Niveau 5 – Compétition

Naviguer de façon performante et responsable (jusqu'à 20 noeuds)

### Technique

- ☐ • Maîtriser les situations de régate (départs, passage de bouées, etc...)
- ☐ • Utiliser les bascules et pomper efficacement selon les conditions
- ☐ • Réglages du gréement et des voiles performants

### Sécurité

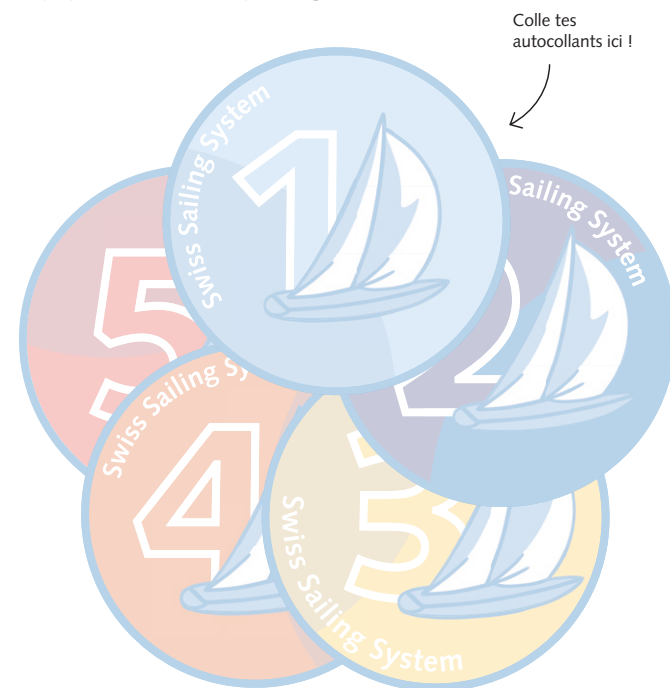
- ☐ • Assurer ta sécurité et celle des autres

### Environnement

- ☐ • Connaître les Règles de Course à la Voile
- ☐ • Analyser et anticiper les conditions météorologiques
- ☐ • Appliquer un plan stratégique et tactique

Classe, date et signature :

# MES NIVEAUX ATTEINTS



# MON PROFIL

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_

N° licence \_\_\_\_\_

Club \_\_\_\_\_

**Swiss Sailing te félicite et te souhaite bon vent!**

Swiss Sailing  
Maison du Sport  
Talgut-Zentrum 27  
3063 Ittigen

Téléphone +41 31 359 72 66  
E-mail admin@swiss-sailing.ch  
www.swiss-sailing.ch/system

