



ΦΘΙΝΟΠΩΡΙΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ ΑΝΟΙΧΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΗΣ 2025

Επιδίωξη του Ομίλου μας είναι να διδάξουμε την ιστιοπλοΐα στους συναδέλφους, φροντίζοντας οι πλεύσεις σας να είναι ασφαλείς αλλά και ευχάριστες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

- Ονοματολογία ιστιοφόρου σκάφους
- Τύποι ιστιοφόρων σκαφών
- Τύποι αγκυρών
- Ευστάθεια ιστιοφόρου σκάφους
- Αεροδυναμική των πανιών
- Προσδέσεις στα λιμάνια. Χειρισμοί σε λιμάνια και όρμους
- Πρώτες βοήθειες, γνώσεις ναυαγοσωστικής.
- Ενέργειες διάσωσης «Άνθρωπος στη Θάλασσα»
- Ναυτιλιακά έγγραφα σκάφους. Κανονισμός Αποφυγής Συγκρούσεων στη Θάλασσα Ναυτική Εθιμοτυπία
- Ρυθμίσεις Πανιών
- Βασικές γνώσεις Αγωνιστικής Ιστιοπλοΐας
- Επικοινωνία στη θάλασσα, VHF, Σήματα κινδύνου. Ναυτική Μετεωρολογία
- Ναυτική συμπεριφορά, Ασφάλεια στη Θάλασσα
- Αντιμετώπιση προβλημάτων
- Οπτικά – ηχητικά σήματα
- Έλεγχος του σκάφους - προετοιμασία απόπλου
- Χειρισμοί και ρύθμιση πανιών (τριμάρισμα), ανέβασμα (βίρα), κατέβασμα (μάνινα), αλλαγές πανιών, μείωση ιστιοφορίας (μουδάρισμα), ταξίδι με πανιά σε όλες τις πλεύσεις (όρτσα, πλαγιοδρομία, πρίμα κ.λπ.)
- Χειρισμός VHF και επικοινωνία με άλλα σκάφη
- Αλλαγές θέσεων εργασίας στο σκάφος
- Χάρτες, σύμβολα χαρτών, φάροι, χάραξη πορείας, μέτρημα αποστάσεων, πυξίδα, πορείες, στίγματα, ακτοπλοΐα
- Χειρισμοί και αγκυροβολία σε λιμάνι και σε όρμο, προδετήσεις, πλαγιοδετήσεις, πρυμοδετήσεις
- Νυχτερινό μάθημα, φώτα, φανοί, νυχτερινή πλοήγηση, αναγνώριση των φάρων, αναγνώριση πλοίων από τα φώτα πορείας τους
- Ταξίδι με την πυξίδα τη νύχτα, πως χρησιμοποιούνται τα κιάλια στο σκοτάδι
- Προετοιμασία κατάπλου, κατάπλους, τακτοποίηση πανιών και σχοινιών, τακτοποίηση και ασφαλή πρόσδεση του σκάφους στο λιμάνι
- Γνώσεις ναυτιλίας, προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος και συμπεριφορά στη θάλασσα και στα λιμάνια
- Αντιμετώπιση προβλημάτων

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΤΟ ΣΚΑΦΟΣ & ΕΝ ΠΛΩ

- Εξοικείωση με το σκάφος
- Εκπαίδευση σε θέματα ασφαλείας, χρήση εξοπλισμού ασφαλείας
- Εκπαίδευση της χρήσης των σχοινιών και εκμάθηση των βασικών ναυτικών κόμπων

Προϋποθέσεις συμμετοχής: Εργαζόμενοι στον Όμιλο Εταιρειών ΟΤΕ, σύζυγοι ή τέκνα αυτών, ηλικία άνω των 18 ετών, να είναι υγιείς και να γνωρίζουν κολύμβηση.

Το πτυχίο αποκτάται κατόπιν εξετάσεων στο τέλος των μαθημάτων.

Ένα άτομο με «πτυχίο ιστιοπλοΐας» μπορεί να κυβερνήσει ή να ναυλώσει ιστιοπλοϊκό σκάφος.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ
24 Σεπτεμβρίου 2025 έως 20 Οκτωβρίου 2025

GROUP 2			
ΗΜΕΡΑ		ΩΡΑ	ΜΑΘΗΜΑ
Τετάρτη	24-Σεπ	18:00 - 21:00	ΘΕΩΡΙΑ - ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΚΑΦΟΣ
Σάββατο	27-Σεπ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Κυριακή	28-Σεπ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Τετάρτη	1-Οκτ	18:00 - 21:00	ΘΕΩΡΙΑ
Σάββατο	4-Οκτ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Κυριακή	5-Οκτ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Τετάρτη	8-Οκτ	18:00 - 22:00	ΘΕΩΡΙΑ-ΝΥΧΤΕΡΙΝΗ ΠΛΕΥΣΗ
Σάββατο	11-Οκτ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Κυριακή	12-Οκτ	10:00 - 17:00	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΝ ΠΛΩ
Τετάρτη	15-Οκτ	18:00 - 21:00	ΘΕΩΡΙΑ
Σάββατο	18-Οκτ	09:00	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΓΩΝΑ
Δευτέρα	20-Οκτ	18:00 - 21:00	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

Τα θεωρητικά μαθήματα γίνονται στο εντευκτήριο του Ομίλου στη Ναυταθλητική Μαρίνα του Δήμου Καλλιθέας.

Το σκάφος της Σχολής αποπλέει κάθε Σάββατο και Κυριακή από τη Μαρίνα Δήμου Καλλιθέας, εμπρός από τα γραφεία του Ομίλου.

Η εκπαίδευση στη θάλασσα γίνεται ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες που επικρατούν και το πρόγραμμα είναι δυνατόν να αλλάξει λόγω κακών συνθηκών.

Για περισσότερες πληροφορίες ή εγγραφές μπορείτε να απευθύνεστε στους υπευθύνους της σχολής Άρτεμις Γαρμπή (6932795097) και Βέρα Γκιόκα (6970180000) ή με e-mail στο www.sipote.gr

Αιτήσεις συμμετοχής μπορείτε να κατεβάσετε από το site του ομίλου www.sipote.gr