

Vela Ligeira

A vela ligeira é a disciplina de Vela de entrada para jovens a partir dos 7 anos pela classe Optimist. É um desporto muito saudável para as crianças, que lhes permite o contacto com a natureza. Praticar vela ligeira é estimulante para crianças e jovens, que aprendem a desfrutar do prazer de sentir o mar e o vento. As pessoas que praticaram vela ligeira na infância ou adolescência ficam para sempre ligadas ao mar e jamais esquecem esta experiência enriquecedora. A vela ligeira é um desporto que passa de pais para filhos e de avós para netos. Normalmente é uma paixão da família. A iniciação e a prática de vela pode ser feita a partir dos 6/7 anos (desde que o jovem saiba nadar) nas muitas escolas dos clubes nacionais devidamente homologadas pela Federação Portuguesa de Vela. Ao contrário das crianças, os adultos têm mais dificuldades na aprendizagem quando feita em pequenas embarcações de vela ligeira uma vez que é menos confortável que a vela de cruzeiro. Na fase de aprendizagem qualquer embarcação é adequada desde que se tenha em atenção a relação do tamanho do barco e o peso do aprendiz de vela ligeira. Numa fase posterior, a escolha da classe de vela ligeira deve ser feita de acordo com os objectivos pretendidos - competição ou lazer. A classe de vela ligeira Optimist tem grande projecção mundial pois é através das provas de Optimist que os jovens entram na competição de Vela. É aqui que começam a despontar novos valores da modalidade de vela ligeira. Para a faixa etária acima, a etapa seguinte utiliza embarcações das classes Europe, Laser (barco onde o atleta Gustavo Lima mostra valor em competições internacionais) ou 420. Destinadas a jovens, estas classes de vela ligeira são utilizadas para evoluir ao nível técnico e técnico para as classes Olímpicas (Tornado, Laser radial, 470, 49er, Finn, Star, Prancha de vela e Match race feminino com Elliot 6mt). A vela ligeira tem em Portugal muitos praticantes, devido ao clima ameno e sendo Lisboa uma cidade com uma situação geográfica única. Em Portugal há atletas de vela ligeira com muito valor e provas dadas nas disciplinas olímpicas de Vela. Os atletas portugueses de vela ligeira prometem para os Jogos Olímpicos de 2012 uma nova fornada de valores.

Sobre o Autor

Se procura informação sobre [Vela Ligeira](#) ou se pretende saber [onde praticar Vela Ligeira em Portugal](#) vai encontrar o que pretende no nosso website.

Source: <http://www.artigopt.com>