

## Centre d'entrainement Course au Large Lorient

### Catalogue de Formations Toutes Séries

Paramètres	Thèmes	Formations
REGLAGES ENGIN PERF	Bout	Matelotage & greement courant - Niveau débutant
	Bout	Matelotage & greement courant - Niveau Expert
	Carènes/ appendices	Architecture Navale - Mécanique et fonctionnement - Culture G
	Voiles	Profil de voile et réparation de voile
	Voiles	Choisir ses voiles, quand les changer ?
	Préparation / Entretien	Comment gérer son chantier d'hiver et d'été
	Préparation / Entretien	Gestion des avaries : préparation technique et maintenance
	Préparation / Entretien	Matériel spécifique Transat : Outils, vêtements, Tables à carte
	Outils	Préparation de la boîte à outil et gestion du spare
	Outils	Formation calibration et analyse de performance. Méthodologie de travail
	Outils	Paramétrisation des écrans et tableau pour analyse temps réelle de votre performance
	Outils	Améliorer le retour de navigation par l'analyse des chiffres
METEO	Stratégie	Météo G niveau 1
	Stratégie	Météo G niveau 2 (analyse des grands systèmes, dép et anticyclonique)
	Stratégie	Météo Locale
	Stratégie	Outils de routage et collecte météo
	Stratégie	TP construction de sa stratégie en Mini - Objectif MINI transat (environ 6 séances)
	Stratégie	TP de mise en application niveau 2
	Stratégie	Analyse de l'activité d'un phénomène, de sa dynamique et son énergie
	Stratégie	Front ondulant, goutte froide.
	Stratégie	TP Préparation de course
	Stratégie	Image satellite, utilisation et lecture
	Outils	Préparation à la navigation en mode cartes
	Outils	ADRENA - Niveau débutant
	Outils	ADRENA - Niveau Expert
	ELECTRONIQUE	Calibration
Energie		Electronique et electricité marine - Panne et dépannage
Energie		Workshop diagnostic électrique
Energie		Moteur inboiard - Panne et dépannage
Pilote		Pilote NKE
Pilote		Méthodologie aux réglages au pilote Madintec
Pilote		Méthodologies et état de l'att des 3 marques de pilotes : HR-NKE, Madintec et Pixel
HUMAIN	Sommeil	Gestion du Sommeil en course Solo
	Préparation physique	Escalade adaptée aux marins
	Nutrition	Nutrition et avitaillement course au large
	Préparation mentale	Présentation et outils de la préparation mentale
GESTION DE PROJET	Suivi de projet	Structuration de son projet : aspects juridiques et comptables
	Suivi de projet	Outils de communication sur le projet
REGLEMENTAIRE	Tactique	Règles de courses à la voile