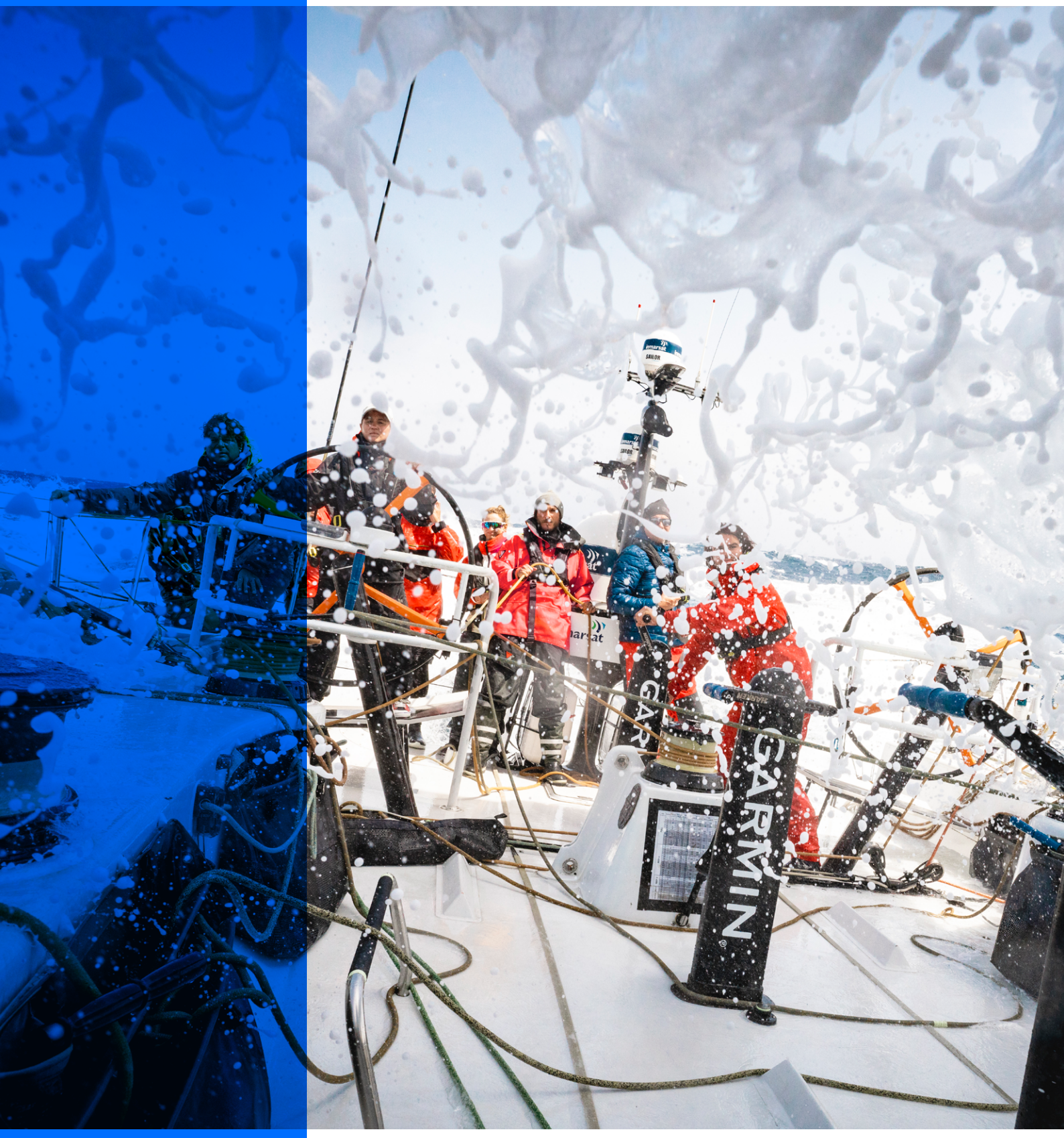
CONEIX ELS EQUIPS!

EDICIÓ ESPECIAL




GARMIN

CONTINGUT

01 Tothom a bord 04

02 Una llar lluny de casa 06

03 La vida a bord 08

04 Les llegendes de The Ocean Race! 10

05 Coneix els equips! 12

06 Activitat 1 16

07 Activitat 2 17

08 Activitat 3 18

TOTHOM A BORD!

The Ocean Race et convida a un viatge èpic a través de l'oceà!

The Ocean Race és una de les regates de vela més dures i apassionants del món. Els equips de navegants competeixen fent la volta al món, travessant algunes de les zones més salvatges i perilloses de l'oceà.

La regata es divideix en diferents etapes i, durant el recorregut, els vaixells fan escala en diverses ciutats d'arreu del món perquè les tripulacions puguin descansar, reparar els vaixells i participar en actes amb el públic. No es tracta només de competir: els equips també ajuden a recollir informació important sobre l'oceà i el clima per donar suport a la ciència i conscienciar sobre la protecció del nostre planeta. Els vaixells són d'alta tecnologia i molt ràpids, i la regata és una gran prova de treball en equip, valentia i resistència.

The Ocean Race és més que una competició: és un viatge que porta les persones al límit alhora que ajuda a protegir el futur de l'oceà.

Descobreix cap a on es dirigeix la regata a continuació!

www.theoceanrace.com




inmarsat
VOLVO

UNA LLAR LLUNY DE CASA!

Participar en una regata implica deixar enrere la teva llar i abraçar la vida al mar. Els navegants passen cada moment del dia a bord del vaixell: hi mengen, hi dormen, hi treballen i hi descansen, tot en un mateix espai reduït. En les regates d'alt nivell la velocitat és fonamental, per això els vaixells han de ser tan lleugers com sigui possible. Cal estudiar detingudament cada element que es porta a bord: no s'hi permet cap pes innecessari i cal minimitzar els residus. Potser podríem aprendre alguna cosa d'aquesta manera de viure i aplicar-la a la nostra vida a terra ferma?

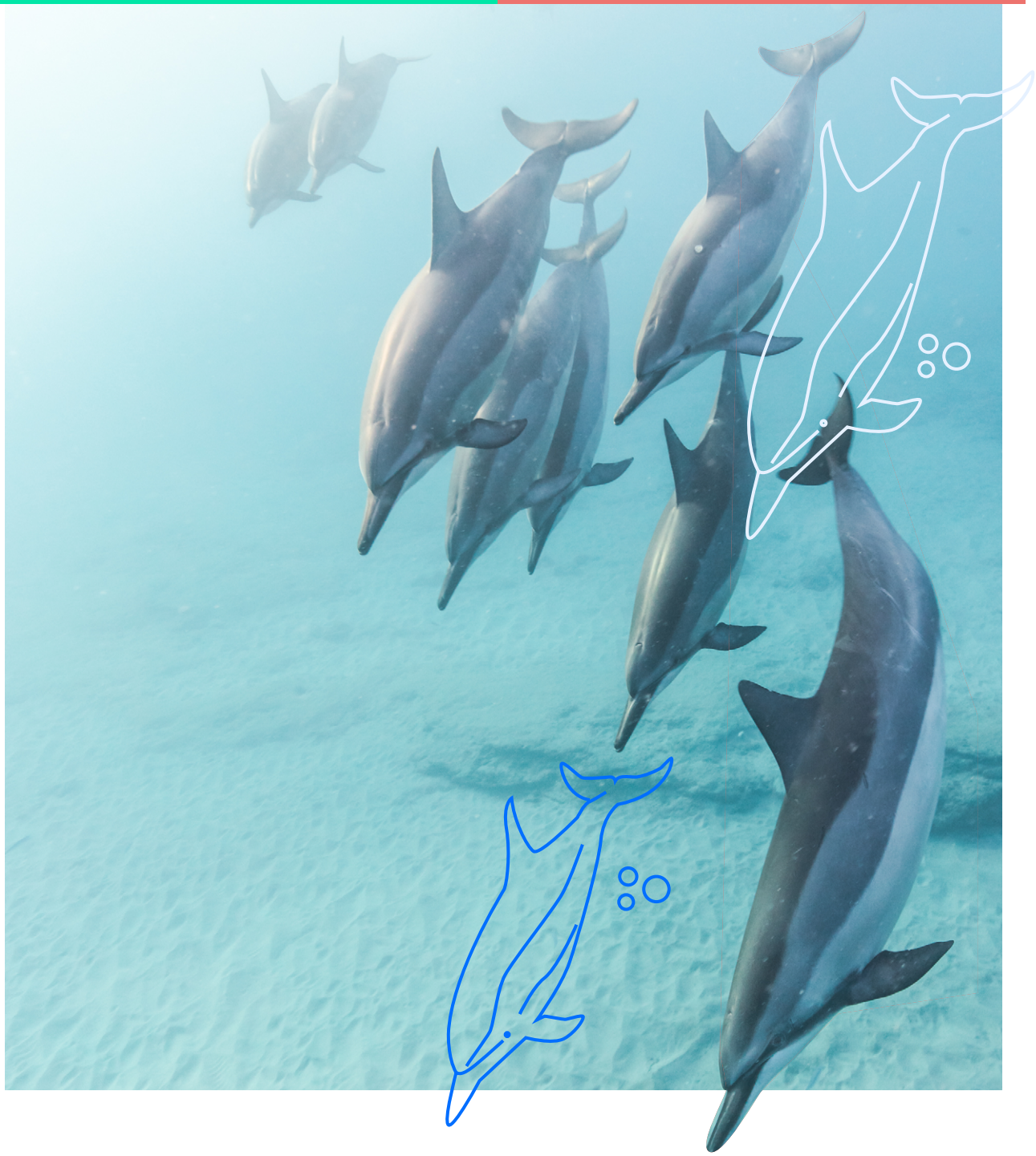




Mira aquest vídeo d'alguns dels increïbles animals salvatges que els navegants poden veure durant la regata!

Trobades precioses (i sorprenents) amb la fauna marina

Els navegants donen suport als seus companys d'equip escoltant-se, respectant-se i confiant els uns en els altres. També s'ho passen molt bé durant el trajecte, creant vincles i amistats per a tota la vida. La vida al mar comporta molts reptes però també avantatges increïbles com ara trobar-se amb una fauna meravellosa.



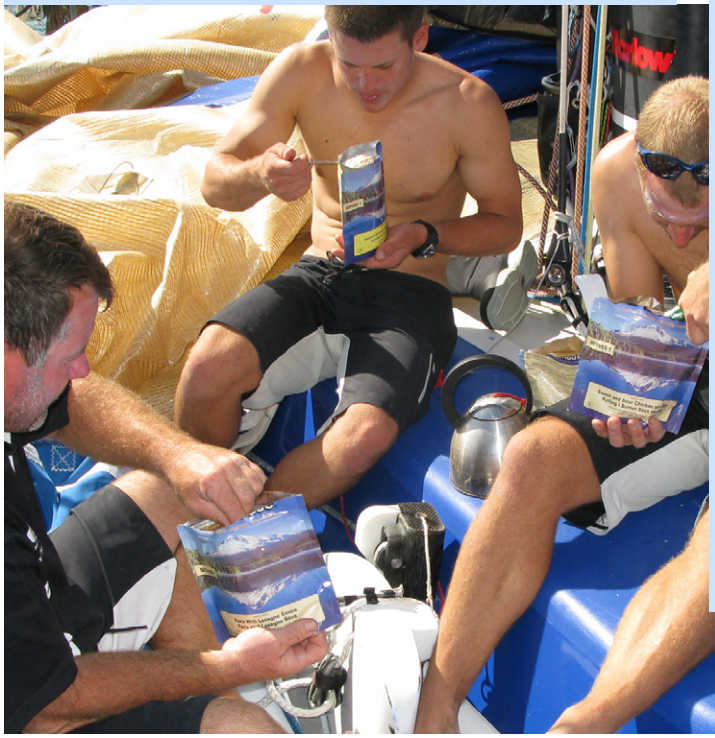
VIDA A BORD

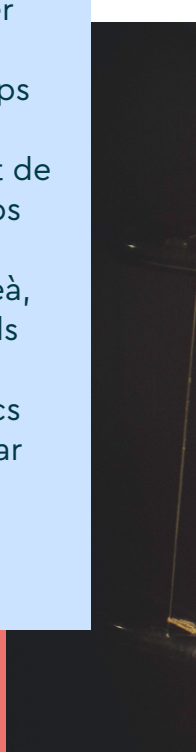


Els navegants treballen tan intensament durant la regata que poden arribar a menjar l'equivalent a 10 bistecs (6.790 calories) al dia. Passar llargs períodes al mar significa que els aliments frescos escassegen, per això els navegants han de menjar plats liofilitzats el mateix tipus d'aliment que mengen els astronautes a les naus espacials! Tot i la gran quantitat de calories que ingereixen, la navegació és tan exigent físicament que els navegants perden pes després de cada etapa de la regata.

L'espai reduït a bord fa que els membres de l'equip estiguin sempre junts. Us imagineu com deu ser? La tripulació treballa sense parar, és una feina de 24 hores al dia set dies a la setmana. Cada equip segueix un torn de treball específic per garantir que tinguin les pauses necessàries per descansar i recuperar-se. Alguns equips poden treballar fent torns de 4 hores de servei i 4 hores de descans, mentre que d'altres poden fer torns de 2 hores a coberta o de servei, 2 hores en espera i 2 hores de descans, repetint el cicle quatre vegades al dia. Imagineu-vos només poder dormir entre 2 i 4 hores seguides!

I què passa amb l'electricitat i l'aigua? Com aconsegueixen els recursos que necessiten? Tots els vaixells que participen a The Ocean Race han de generar part de la seva electricitat a partir de fonts d'energia renovable com ara panells solars o hidrogeneradors. Els vaixells utilitzen un dessalinitzador (un aparell que elimina la sal de l'aigua del mar) per obtenir aigua per beure i cuinar. Navegar en aquestes embarcacions també requereix equips impressionants que ajuden a recollir informació vital per controlar la salut de l'oceà. The Ocean Race facilita equips científics que s'instal·len a bord per registrar dades sobre l'estat de l'oceà, com ara la temperatura de l'aigua, els nivells d'oxigen i diòxid de carboni dissolts, la presència de microplàstics i dades meteorològiques per elaborar previsions del temps.





EL KIT CIENTÍFIC DE THE OCEAN RACE

- **Estació meteorològica:** mesura la pressió baromètrica, la velocitat i la direcció del vent i la temperatura de l'aire
- **OceanPack:** mesura l'oxigen dissolt, la salinitat i la temperatura
- **Mostrejador de microplàstics:** mesura els microplàstics a l'aigua
- **Boies de deriva:** mesuren la pressió baromètrica, la velocitat i la direcció del vent i la temperatura de l'aire

Pots trobar més informació sobre el nostre Programa de Ciència aquí

Els navegants dels equips d'elit que participen a The Ocean Race han de saber treballar en equip i tenir habilitats específiques. Mira aquest vídeo per descobrir que viure i treballar al mar pot ser alhora un repte i una experiència gratificant.

Així va ser The Ocean Race 2017–18 | The Ocean Race

T'has preguntat mai com és viure menjar dormir i treballar en un vaixell durant llargs períodes de temps?

La vida a bord d'un veler de regates | The Ocean Race Europe



LLEGENDES DE THE OCEAN RACE!

Tracy Edwards

La llegendària patrona i estrella Tracey Edwards, que va debutar a la regata Whitbread Round the World de 1989–90 amb només 23 anys, va tornar a competir a bord del seu veler Maiden a la Legends Race el juny de 2018. Edwards és la primera dona que va liderar una tripulació exclusivament femenina i que va rebre el premi «Yachtsman of the Year» (Navegant de l'Any) després del seu èxit a la regata! El documental Maiden narra la seva història.



Foto: Tanya Visser/PPL

Cornelius van Rietschoten

El patró Cornelius van Rietschoten, doble campió (1977–78 i 1981–82) i anomenat «Dutch Flyer» (l'Holandès Volador), és l'únic navegant que ha guanyat la regata després de patir un atac de cor (i sobreviure-hi) durant la travessia. Quina llegenda!



Foto: Onne van der Wal/PPL

The Ocean Race va començar fa 50 anys. Durant aquest temps s'han forjat llegendes i se les ha homenatjat per les seves aventures travessant els mars i guiant els seus equips valents i decidits cap a la victòria. Aquí teniu algunes de les llegendes de la nostra regata!

Magnus Olsson

El nostre ambaixador de la Legends Race, Magnus Olsson, va participar en la regata de 1985–86 a bord del Drum, el vaixell de Simon Le Bon, i va competir en sis edicions més; va guanyar amb l'EF Language la temporada 1997–98. Després d'aquestes experiències, els coneixements i les habilitats llegendàries d'Olsson van ser de gran utilitat per entrenar l'equip totalment femení Team SCA la temporada 2014–15.



Foto: Rick Tomlinson/Volvo Ocean Race

Peter Blake

Retem homenatge i recordem un navegant considerat un dels més grans de tots els temps: la nostra llegenda neozelandesa, Peter Blake, que va morir tràgicament a mans de pirates durant una expedició el 2001. Blake va perseverar al llarg de les cinc primeres regates, va conduir l'Steinlager 2 cap a una victòria aclaparadora el 1989–90 i va fer realitat el somni de tota una vida.

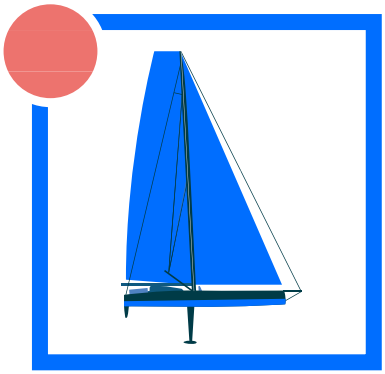


Foto: Rick Tomlinson / Volvo Ocean Race Roger Lean-Vercoe / PPL

Navegar al voltant del món requereix una comunicació clara, col·laboració i atenció als detalls, així com una mentalitat creativa.

DESCOBREIX MÉS COSES SOBRE ELS EQUIPS DE LA CURSA!

La cursa no seria el mateix sense els equips. Cada equip té la seva pròpia missió per ajudar l'oceà. Informa't aquí sobre els equips que competeixen a The Ocean Race. Tria dos equips sobre els quals vulguis saber més coses i completa aquesta fitxa.



NOM DE L'EQUIP: .....

.....

EQUIPAMENT CIENTÍFIC A BORD: .....

.....

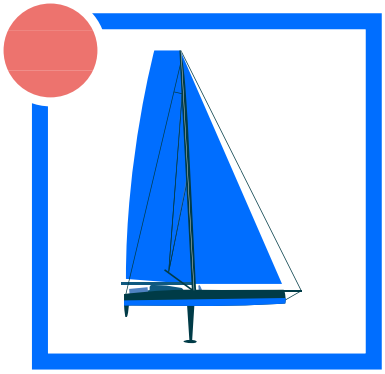


MEMBRES DE L'EQUIP: .....

.....

MISSIÓ DE L'EQUIP: .....

.....



NOM DE L'EQUIP: .....

.....

EQUIPAMENT CIENTÍFIC A BORD: .....

.....



MEMBRES DE L'EQUIP: .....

.....

MISSIÓ DE L'EQUIP: .....

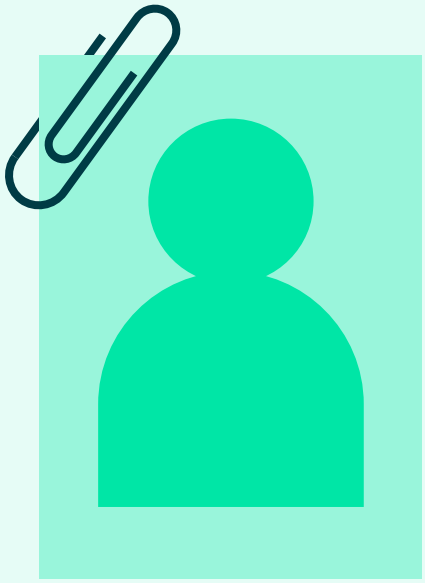
.....

www.theoceanrace.com/en/teams

CONEIX UN MEMBRE DE L'EQUIP

Sobre quins membres de l'equip vols saber més coses?

Completa'n els perfils!



NOM: .....

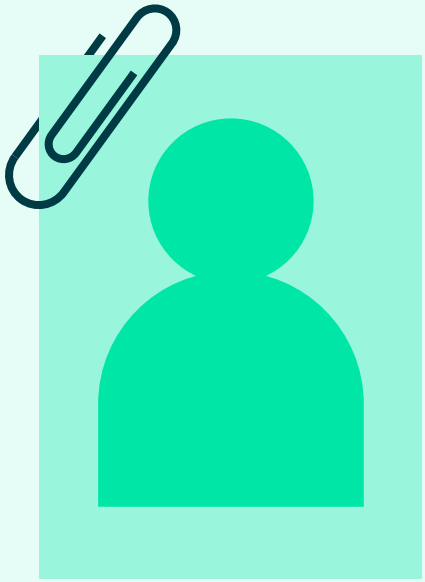
FUNCIÓ DINS LA TRIPULACIÓ: .....

.....

NACIONALITAT: .....

NOMBRE DE PARTICIPACIONS A THE OCEAN RACE: .....

.....



NOM: .....

FUNCIÓ DINS LA TRIPULACIÓ: .....

.....

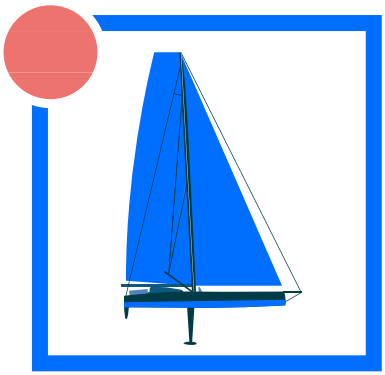
NACIONALITAT: .....

NOMBRE DE PARTICIPACIONS A THE OCEAN RACE: .....

.....

DESCOBREIX MÉS COSES SOBRE ELS EQUIPS DE LA CURSA!

La cursa no seria el mateix sense els equips. Cada equip té la seva pròpia missió per ajudar l'oceà. Informa't aquí sobre els equips que competeixen a The Ocean Race. Tria dos equips sobre els quals vulguis saber més coses i completa aquesta fitxa.



NOM DE L'EQUIP: .....

.....

EQUIPAMENT CIENTÍFIC A BORD: .....

.....

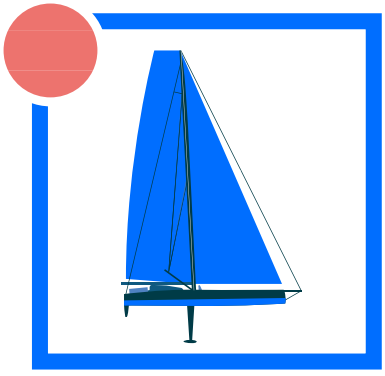


MEMBRES DE L'EQUIP: .....

.....

MISSIÓ DE L'EQUIP: .....

.....



NOM DE L'EQUIP: .....

.....

EQUIPAMENT CIENTÍFIC A BORD: .....

.....



MEMBRES DE L'EQUIP: .....

.....

MISSIÓ DE L'EQUIP: .....

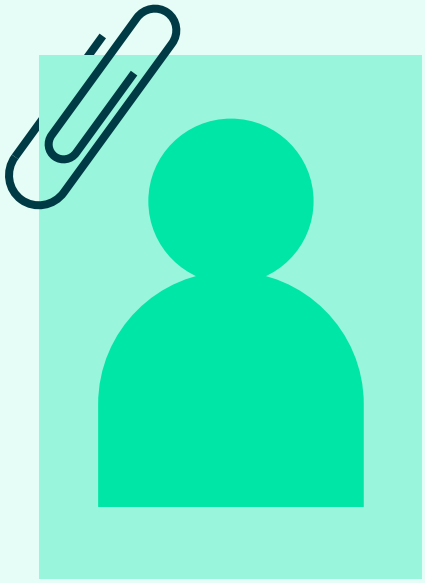
.....

www.theoceanrace.com/en/teams

CONEIX UN MEMBRE DE L'EQUIP

Sobre quins membres de l'equip vols saber més coses?

Completa'n els perfils!



NOM: .....

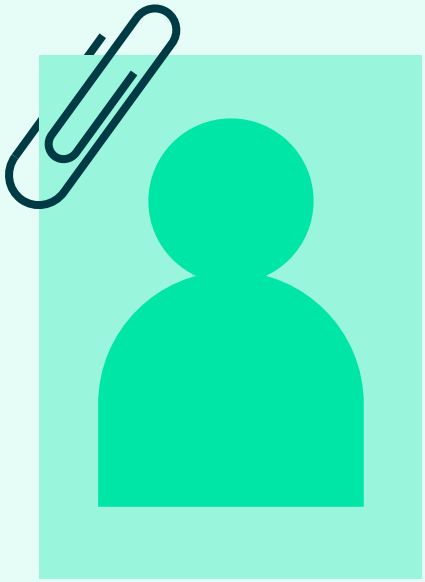
FUNCIÓ DINS LA TRIPULACIÓ: .....

.....

NACIONALITAT: .....

NOMBRE DE PARTICIPACIONS A THE OCEAN RACE: .....

.....



NOM: .....

FUNCIÓ DINS LA TRIPULACIÓ: .....

.....

NACIONALITAT: .....

NOMBRE DE PARTICIPACIONS A THE OCEAN RACE: .....

.....

ACTIVITAT 1

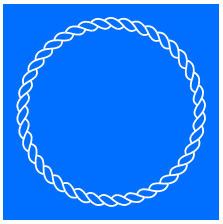
El quadrat de corda (15–20 minuts)

Navegar per aigües agitades requereix un bon treball en equip i comunicació. Comprova com te'n surts provant aquesta activitat. Necessitaràs un tros de corda prou llarg perquè tothom del grup s'hi pugui agafar amb totes dues mans.



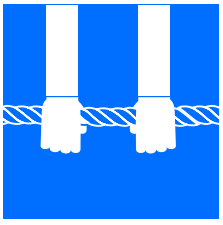
Pas 1

Lliga un tros de corda de manera que formi un cercle.



Pas 2

Col·loca la corda formant un cercle a terra.



Pas 3

Col·loqueu-vos al voltant del cercle, de corda, agafeu la corda i subjecteu-la amb totes dues mans.



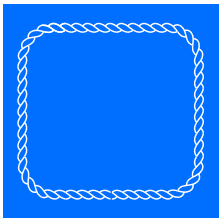
Pas 4

Tanqueu els ulls.



Pas 5

Camineu en cercle amb els ulls tancats, 3 o 4 vegades.



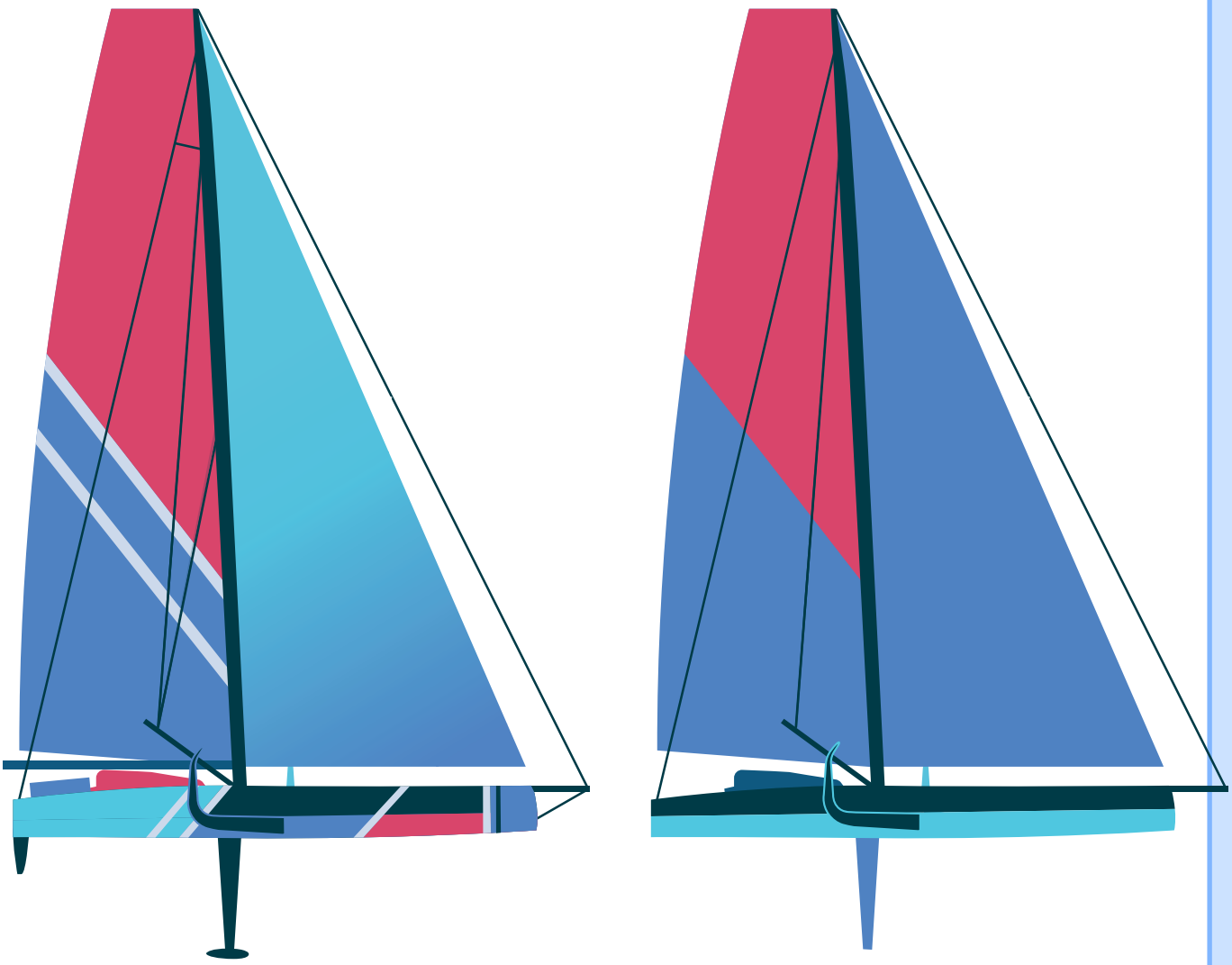
Pas 6

Intenteu formar un quadrat amb la corda, sense obrir els ulls ni deixar-la anar!

ACTIVITAT 2

Troba les diferències (10 minuts)

Observa les dues imatges de velers IMOCA 60. Saps trobar-ne les deu diferències? Encercla-les!



ACTIVITAT 3

Repte de creativitat (45–60 minuts)

Sensibilitzar sobre l'estat dels mars és una part important de The Ocean Race. Les enormes veles dels vaixells ofereixen l'oportunitat de difondre missatges que es poden veure arreu del món.

1. Comenteu les preguntes següents en parelles i, després, compartiu les idees amb tot el grup.

Què hauria de saber el món sobre l'oceà?

Què diria l'oceà si pogués parlar?

2. Imagineu que esteu dissenyant una vela per a un vaixell que competeix a The Ocean Race. Busqueu informació a internet sobre alguns dels equips i les seves veles per inspirar-vos.

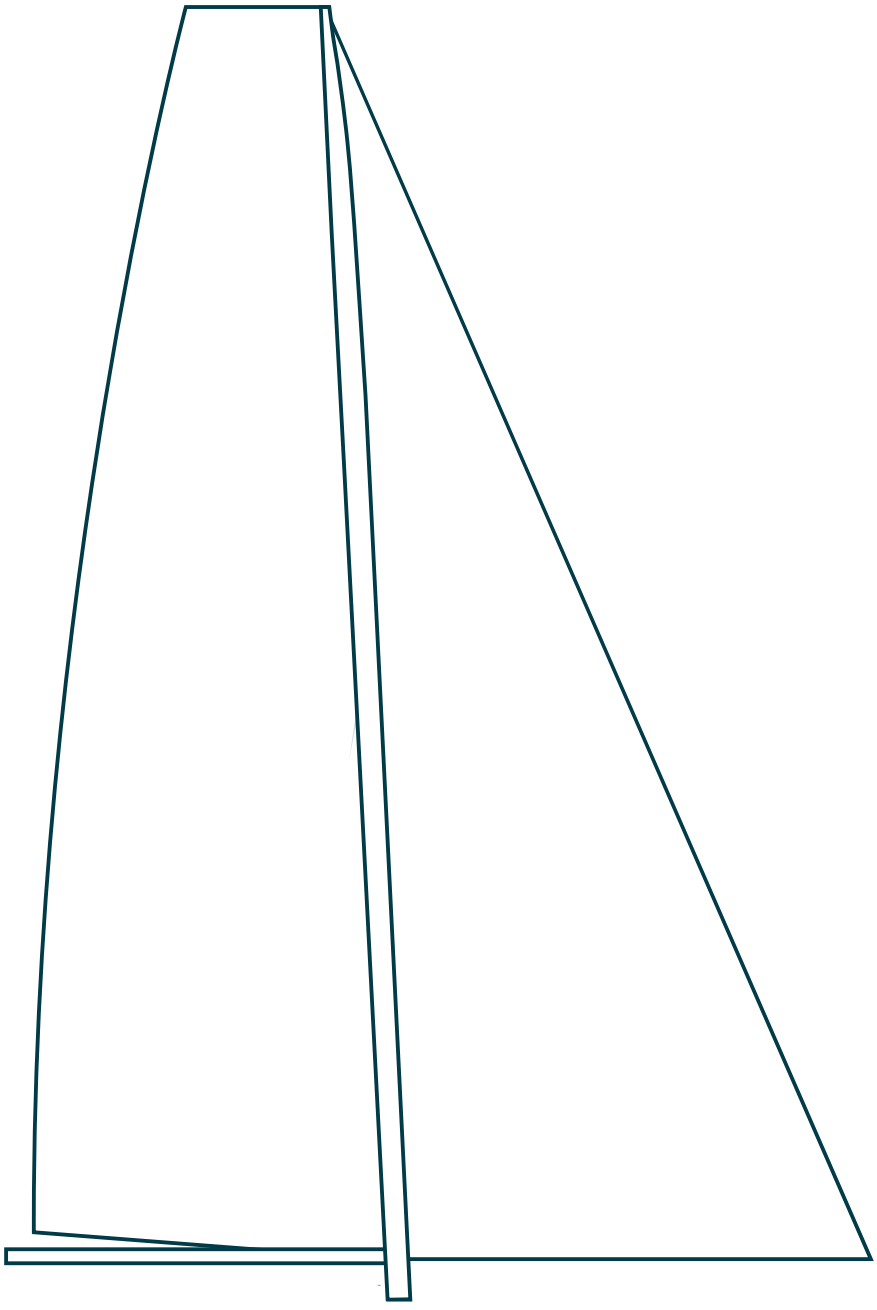
3. Penseu en els missatges que voldríeu transmetre sobre l'oceà i en les imatges que ajudarien a comunicar-los.

4. Utilitzeu la plantilla per crear un disseny que inclogui imatges i un missatge clar. Poden ser missatges d'esperança, missatges que impulsin una acció o missatges que destaquin la importància de l'oceà.

DISSENYA UNA VELA

Imagineu que formeu part d'un equip de disseny i que esteu creant una nova vela per a un vaixell de la regata.

Utilitzeu la plantilla per dissenyar la vostra vela i transmetre un missatge sobre l'oceà.



CONEIXEU ELS EQUIPS!

EDICIÓ ESPECIAL



THE OCEAN RACE LEARNING | THE OCEAN RACE #RACINGWITHPURPOSE

Contacteu amb nosaltres a learning@theoceanrace.com