

Valeria Zullo

Il manuale del windsurf

Didattica, tecniche, materiali, specialità, strategie di regata, altura. Tutto quello che c'è da sapere sulle tavole a vela per chi inizia e per i più esperti

collana Transiti blu/Tecnica
pp. 96 – euro 15,00
in libreria: marzo 2011



Il libro

Un manuale pratico per imparare ad andare in windsurf, o per migliorare le proprie prestazioni, sotto la guida di una grande campionessa italiana, detentrica del record europeo di traversata e prossima sfidante al record mondiale su lunga distanza.

Dalla scelta della tavola e della vela più adatte al proprio livello e al proprio stile, alla spiegazione dettagliata, passo dopo passo e con l'ausilio di un ricco corredo fotografico, delle principali andature; dalle regole da rispettare per navigare in sicurezza alle indicazioni sulla manutenzione del windsurf, la preparazione atletica e la corretta alimentazione. Un libro completo, ricco di fotografie e illustrazioni che guida passo passo i principianti all'apprendimento delle tecniche di base e che svela ai windsurfisti già esperti tutti i trucchi di ogni specialità e le strategie di regata più efficaci.

L'autrice

Valeria Zullo, dopo la laurea in legge, si è dedicata a tempo pieno all'attività agonistica vincendo undici titoli italiani e cinque titoli mondiali in classe Windsurfer. Nel 2007 è stata la prima donna a stabilire il record europeo di traversata in solitario da Ustica a Mondello (PA). È in procinto di tentare il record del mondo sulla distanza di 60 miglia.