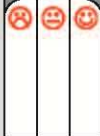


niveau blanc



Découverte de l'activité et manipulation du matériel

l'Analyse



- Repérer le sens et l'intensité du vent
- Prendre en compte la forme du relief



la Technique



Préparer le matériel

- Orientation face au vent
- Démêlage
- Montage de l'aile
- Installation sellette (tour de sellette)
- Prise des commandes
- Procédure d'accrochage, soulèvement de l'aile
- Prévols (points de sécurité)

Construire, mettre en mouvement

- Choix du moment
- Gonflage (face/dos, prégonflage)
- Recentrage, course
- Freinage/arrêt : faire retomber l'aile sous le vent du pilote
- Portage dynamique
- Méthode directe ou méthode traditionnelle (rotation des mains)
- Pousser, final/arrêt



-> Connaissances théoriques nécessaires :

- Aérologie : vent (direction/intensité)
- MécaVOL : équilibre aile/pilote (au sol), axes de tangage, roulis, lacet, pourquoi ça vole ? (poids, vent relatif), => principe du virage, contre
- Matériel : description, utilisation des commandes

la Technique (suite)



Piloter l'aile au sol

- Course pilotée avec gestion des mouvements de l'aile sur les axes de tangage et de roulis
- Course pilotée avec respect du cap
- Accès à la sustentation

le Mental



- Observer le milieu
- Respecter le matériel
- Se concentrer avant la mise en mouvement



le Cadre de pratique



- Connaître les obligations légales (assurance, autorisation)



objectif

Être capable de préparer et de piloter son aile au sol.

niveau JAUNE



Petits vols en pente école

l'Analyse



- Repérer les variations d'intensité et d'orientation de l'alimentation
- Choisir l'emplacement sur la pente
- Choisir le moment de la mise en action



la Technique



Réaliser un décollage

- Prévols
- Respect des 3 phases (gonflage, contrôles, décision)
- Accélération (attitude corporelle : appui sur la ventrale, centre de gravité, foulée)
- Gestion de l'équilibre aile/pilote (incidence, vitesse aile/pilote, axe de course)

Suivre un plan de vol simple

- Respect d'un cap en vol droit
- Corrections de cap

Réaliser un atterrissage

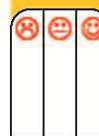
- Finale (vitesse, stabilité)
- Arrondi, posé (amplitude du freinage, position du pilote, réception)
- Poussé (amplitude, position, réception) avec une aile pente école et une aile grand vol



-> Connaissances théoriques nécessaires :

- Aérologie : notion d'écoulements (au vent, sous le vent, turbulences)
- MécaVOL : fondamentaux (forces, angles) du vol rectiligne stabilisé, vitesse air/sol, trajectoires, régimes de vol, configurations pendulaires
- Pilotage : utilisation des commandes (préhension, gestuelle)

le Mental



- Prendre en compte des consignes de sécurité
- Réagir correctement aux consignes



le Cadre de pratique



- Respecter l'environnement des zones de pratique (accès, terrains privés, riverains, autres utilisateurs)



-> Le biplace, le treuil, comme les divers simulateurs sont à la fois des outils pédagogiques et des moyens d'accès au vol. À ces titres, ils peuvent être intégrés à tout moment de la progression.



objectif

Être capable, en pente école, de respecter un plan de vol simple. => avec une aile grand vol.

niveau orange



Premiers grands vols

l'Analyse



- Prendre des repères topographiques (configuration de pente au décollage, dénivelée du vol, zone d'approche et atterrissage)
- Lire l'aérogologie (alimentation, force et orientation)
- Réaliser une prévol complète



la Technique



Gérer le décollage

- Adaptation de la technique à la configuration de la zone d'envol
- Maintien du cap, éloignement du relief

S'installer en position de pilotage

- ↻ - Passage assis dans la sellette
- ↻ - Installation confortable (sensation de mobilité latérale et avant/arrière)
- ➔ - Passage montant/barre de contrôle
- ➔ - Passage couché

Manœuvrer

- Mise en virages (90°, 180°, 360°)
- ↻ - Pilotage (sellette, commandes)

Tenir un plan de vol

- Situation dans l'espace (cap, repères sol)
- Déplacements, respect des zones d'évolution



-> Connaissances théoriques nécessaires :

- **Aérogologie** : évolution des conditions d'une Journée, régime de brise (pente, vallée)
- **Mécavol** : mécanique de la mise en virage
- **Matériel** : sellette (réglages, préconisations pour l'utilisation du parachute de secours) ⇔ harnais (différents types de harnais, barreau, redingote...)
- **Pilotage** : mise en virage, utilisation des commandes (amplitude, vitesse d'exécution, durée), appui sellette
- **Technique de vol** : Plan de vol (axes, dérives, repères au sol, perte d'altitude) prise de terrain (placement / terrain / vent, différentes approches), prise de vitesse
- **Réglementation** : règles de priorité, règles d'utilisation des sites.

la Technique (suite)



Réaliser une approche, un atterrissage

- Perte d'altitude
- Finale (régime de vol adapté, équilibre aile/pilote)
- ↻ - Sortie de la sellette, arrondi, posé

le Mental



- Gérer l'anxiété liée au changement des repères et à la hauteur sol
- Prendre conscience de son fonctionnement et le respecter (aspect émotionnel, envie/appréhension)



le Cadre de pratique



- Respecter les règles d'utilisation des sites
- Appliquer les règles de priorité en vol



Être capable de réaliser un grand vol avec assistance en conditions calmes.