

PROGRESSION PÉDAGOGIQUE

- Découvrez les 3 niveaux de progression -

NIVEAU 1 : INITIATION

A - CHOIX DU SITE ET DE L'ÉQUIPEMENT :

- Repérer force, qualité et direction du vent pour la pratique du kitesurf
- Analyser les dangers potentiels du spot à terre
- Comprendre les prévisions météo et les effets de marée combinés au vent
- Connaître les règles de priorité
- Savoir choisir et préparer correctement son matériel en fonction des conditions météo

Choisir son spot

Catalogue des spots sur : http://federation.ffvl.fr/structure//sites_pratique

Choisir une zone de décollage dégagée d'obstacles

Ecoulement laminaire

Ecoulement turbulent

Chenal de sortie ou Zone Kite

ZONE RESERVEE A LA BAIGNADE

Zone Tampon Sécurité

Bouée 300 m

MATERIEL DE SECURITE
Les kites effectuant une navigation à moins de 300 mètres de la côte ne sont pas tenus d'embarquer de matériel de sécurité.
Au-delà de 300 mètres de la côte, l'équipement obligatoire est composé de :
1 équipement individuel de flottabilité par personne,
1 moyen de repérage lumineux.

Le pratiquant choisit l'option la plus adaptée parmi ces équipements :

Équipement individuel de flottabilité (EIF) :
« Aide à la flottabilité » (50 newtons)
« Gilet de sauvetage » (100 newtons ou plus)
« Combinaison de protection » Portée en permanence, cet équipement protège le torse et l'abdomen, et présente une flottabilité positive jusqu'à 2 milles d'un abri

Moyen de repérage lumineux : il doit être assujéti à chaque équipement individuel de flottabilité ou porté par chaque personne à bord.

BANDE DES 300 m
Sauf dérogation de la préfecture maritime,
Vitesse limitée à 5 Nœuds

LIMITE DE NAVIGATION : 2 Milles des côtes

ORIENTATIONS DE VENT FAVORABLES A LA PRATIQUÉ EN SECURITÉ

side-on shore
on shore
side shore

Avec le partenaire du kite
AlpEnergie
GDF SUEZ

E F K
ÉCOLE FRANÇAISE DE KITE
FFVL

Design: Gabriel Fournier

B - SYSTEME DE SECURITE, MISE EN PLACE, MECANIQUE DE VOL, FENETRE DE VOL

- Gréer une aile de traction
- Faire la check list prévol avant un décollage et les réglages de l'aile
- Régler son tream (power/depower)
- Repérer et actionner les systèmes de sécurité (largueur : chicken-loop et libérateur : leash d'aile) : SIV (simulation d'incident de vol)
- Comprendre et utiliser les signes de communications internationaux
- Atterrir et décoller une aile en tant que pilote et assistant
- Connaitre parfaitement la fenêtre de vol et les principes élémentaires de mécanique de vol

Montage-Décollage de l'aile

Gonfler son aile
L'aile est gonflée sur le dos, face au vent.

Poser son aile au sol
L'aile doit toujours être sécurisée au sol. Elle est posée face au vent et lestée en aval du bord d'attaque (sable lorsque disponible).

Connecter son aile
Quelle que soit la procédure suivie, connectez correctement votre aile à ses lignes et vérifiez leur état régulièrement.

Effectuer une visite pré-vol de son aile

- Assurez vous que le gonflage des boudins de votre aile soit suffisant
- Vérifiez l'état de vos lignes
- Vérifiez la connexion de vos lignes à l'aile et à la barre de contrôle
- Assurez vous du bon état de votre système de sécurité

Avant le décollage, vérifiez de ne mettre personne en danger.

Décoller son aile
L'assistant doit ressentir que l'aile cherche à avancer.

Fenêtre de vol
Le pilote doit sentir une traction constante. Si tel n'est pas le cas, il doit se déplacer.

Les gestes de communication entre le pilote et son assistant

J'AI BESOIN D'AIDE
J'ai un problème et j'ai besoin d'aide.

DECOLLAGE
Lorsque le pilote est prêt et exprime à l'assistant qu'il peut lâcher l'aile

ATERRISSAGE
Je veux faire atterrir mon aile

Auto-sauvetage
Créez un différentiel suffisant sur les lignes et pliez les sur la barre de contrôle.

Selon les conditions de vent et son orientation par rapport à la plage, selon le type de matériel et vos capacités, plusieurs solutions s'offrent à vous pour revenir à la côte :

Néanmoins, gardez à l'esprit qu'une aile ouverte reste en complément du moyen de repérage lumineux un excellent moyen d'indiquer votre position.

LE SYSTEME DE SECURITE
Depuis 2005 la norme NF S52-503 relative aux « systèmes de sécurité des ailes de kite vous garanti un fonctionnement adéquat en cas de perte de contrôle de votre aile. Néanmoins, votre sécurité et celle des tiers ne doivent pas être uniquement fondées sur le fonctionnement du système de sécurité. Elles sont le résultat d'un apprentissage convenable, et d'une évaluation juste des conditions de navigation et de leur évolution au regard de vos compétences. La mise en oeuvre d'une procédure de sécurité ne peut pas se découvrir en situation d'urgence. Elle requiert un apprentissage. Il est strictement nécessaire de s'y préparer lors des phases d'entraînement, tout autant que de prévoir les situations à risque afin de ne pas avoir à y recourir. Votre système de sécurité doit être entretenu et régulièrement vérifié.

Avec le partenaire du kite

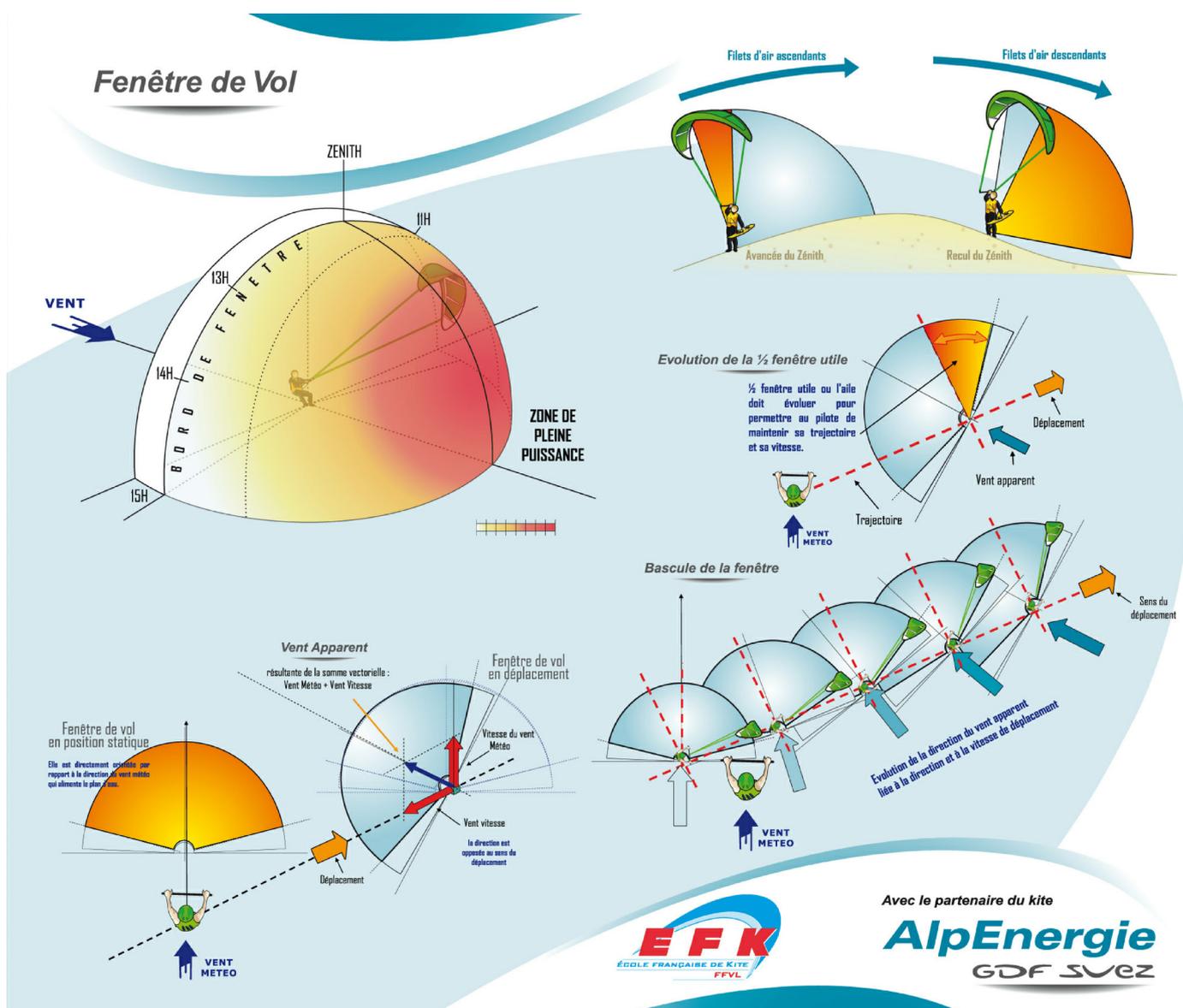
AlpEnergie
GDF SUEZ

E F K
ÉCOLE FRANÇAISE DE KITE
FFVL

Design: Céline Estroch

C - DECOUVERTE DU PILOTAGE :

- Piloter un kite accroché au harnais, repérer les zones exploitables de puissance générant de la traction.
- Comprendre et savoir utiliser le depower et ses systèmes de sécurité
- Contrôler la puissance du kite dans la fenêtre de vol
- Vriller et dévriller les lignes du kite en vol
- Se déplacer à pied et changer de direction en maîtrisant le pilotage du kite



D - NAGE TRACTÉE SOUS LE VENT :

- Entrer et sortir de l'eau en sécurité (autonomie) en contrôlant son aile
- Redécoller son aile de l'eau
- Maîtriser la nage tractée en vent arrière
- Caler son aile en bord de fenêtre avec une main
- Passer de gauche à droite en nage tractée
- Maîtriser la procédure de sauvetage (replier lignes +aile dans l'eau) : auto-sauvetage

E - REMONTER AU VENT EN NAGE TRACTEE :

- Maîtriser la nage tractée en remontant au vent pour récupérer sa planche
- Maîtriser la nage tractée en remontant au vent, planche à la main
- Revenir au point de départ en nage tractée directionnelle

NIVEAU 2 : PERFECTIONNEMENT

A - CONTROLE DE LA TRACTION DANS L'EAU :

- Trouver la puissance nécessaire pour le water start
- Connaître les règles de sécu et la théorie sur le water start
- Mettre sa planche aux pieds et maintenir une position adéquate pour le water start

Equilibre des forces

Tout comme une aile d'avion ou un parapente, l'aile de kite a un profil aérodynamique, le concepteur a défini un angle d'incidence idéal permettant la meilleure qualité de vol.

L'aile de kite est soumise à deux forces principales la portance et la traînée qui combinées entre elles génèrent la traction sur les lignes.

L'angle d'incidence de l'aile défini par le concepteur varie en fonction des actions du kitesurfeur sur la position de la barre (principe de choquer - border)

Les ailes connectées en 3, 4 ou 5 lignes sont dites à incidence variable.

La traction des lignes, appliquée principalement au crochet de harnais

La résultante des forces hydro-dynamiques appliquée au centre d'appui sur la planche

Le poids du rider appliqué au centre de gravité

Le pilote peut choisir de modifier la performance de l'aile : Plus il tire la barre vers lui, plus l'angle d'incidence de l'aile augmente, la vitesse de vol diminue, (la traînée augmente) et la traction augmente. Lorsqu'il éloigne la barre de son corps, la traction de l'aile diminue. La traction résiduelle dépend de l'angle d'incidence défini par le concepteur et du type d'aile utilisé.

Design: Adrien Estroff

E F K
ÉCOLE FRANÇAISE DE KITE
FFVL

Avec le partenaire du kite
AlpEnergie
GDF SUEZ

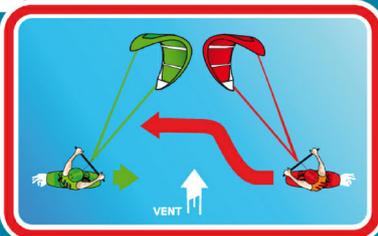
B - WATER START (DEPART PLANCHE AU PIEDS) :

- Se lever et glisser sur une courte distance
- Contrôler son arrêt

Règles de priorité

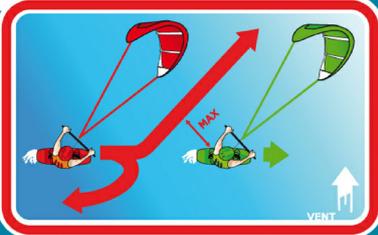
1

Un kitesurfeur qui reçoit le vent de bâbord doit s'écarter de la route de l'autre.



2

Tout kitesurfeur qui en rattrape un autre doit s'écarter de la route de ce dernier.



3

Lorsque deux kitesurfeurs reçoivent le vent du même bord, celui qui est au vent doit s'écarter de la route de celui qui est sous le vent.

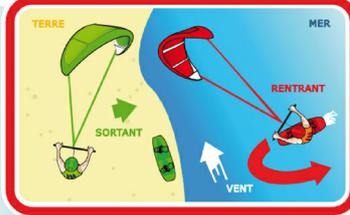


A



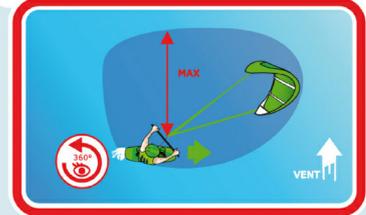
En situation de croisement et pour éviter toute collision entre les voiles, le kitesurfeur sous le vent abaisse son aile, celui au vent la lève.

C



Favorisez autant que possible l'accès à la navigation en dégageant l'espace de départ.

B



Conservez un espace libre sous le vent et respectez celui des autres utilisateurs de l'espace de navigation autant que de préparation du matériel.
Ne sautez pas sans être sûr d'avoir un espace libre suffisant pour votre réception.

D



En wave riding, favorisez autant que possible le kitesurfeur en action sur une vague.

Sans déroger aux règles de priorité énoncées ci-contre :

Attitudes

Avec le partenaire du kite

AlpEnergie
GDF SUEZ

E F K
ÉCOLE FRANÇAISE DE KITE
FFVL

C - PRISE DE CARRE :

- Contrôler sa vitesse par prise de carre
- Piloter son aile tout en glissant avec une position équilibrée (maîtrise du Bordé choqué et de la relance)
- Tirer des bords conséquents dans les 2 sens

Météo

Avant de pratiquer, renseignez vous sur:

- la situation météorologique
- les conditions de vent
- leurs évolutions prévisibles

!

La Mesure de la vitesse du vent

Apprenez la météorologie :

<http://comprendre.meteofrance.com>

Apprenez la nivologie :

<http://www.anema.org>

Tout sur les marées, explication et prédiction :

<http://www.shom.fr>

Renseignez vous sur la situation météorologique
les conditions de vent et les évolutions prévisibles :

<http://france.meteofrance.com/>
<http://www.windguru.com/fr/>

FORCE BEAUFORT	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
TERME	Calme	Très légère brise	Légère brise	Petite brise	Jolie brise	Bonne brise	Vent frais	Grand frais	Coup de vent	Fort Coup de vent	Tempête	Violente tempête	Ouragan
VITESSE EN NŒUDS	1 <	1 à 3	4 à 6	7 à 10	11 à 15	16 à 20	21 à 26	27 à 33	34 à 40	41 à 47	48 à 55	56 à 63	= ou > 64
VITESSE EN KM/H	1 <	1 à 5	6 à 11	12 à 19	20 à 28	29 à 38	39 à 49	50 à 61	62 à 74	75 à 88	89 à 102	103 à 117	= ou > 118

En mer, la vitesse du vent est mesurée en nœuds. Un nœud est égal à un mille marin (1,852 km) par heure.
 Pour passer des nœuds aux km/h, on multiplie par 2 et on enlève 10%
 (exemple: 10 nœuds = (10*10) - 2 = 18 km/h)

ÉCOLE FRANÇAISE DE KITE
FFVL

Avec le partenaire du kite

GDF SUEZ

D - REMONTER AU VENT

- Commencer à naviguer dans toutes les directions, avec la remontée au vent
- Naviguer en groupe avec les autres usagers du plan d'eau en respectant les règles de navigation
- Faire un demi-tour sans effectuer d'arrêt et sans perte d'allure

NIVEAU 3 : EXPERTISE

A - PREMIERS SAUTS ET VIREMENTS :

- Faire un virage front side
- Analyser et évaluer et respecter objectivement les risques du spot de navigation
- Connaitre la théorie et les règles de sécurité pour les sauts
- Réceptionner un saut classique

B - FREE RIDE :

- Naviguer avec une directionnelle
- Jiber avec une directionnelle
- Avoir effectué de très grand downwinds
- Naviguer strapless
- Naviguer dans les vagues
- Remonter au vent dans les vagues
- Naviguer en downwinds dans les vagues

C - FREE STYLE :

- Faire un ralley Hooké
- Faire un saut avec rotation
- Faire un saut grabé
- Passer un backroll
- Passer les backroll dans les 2 sens
- Passer un backroll avec un grab
- Passer un front roll
- Passer un front roll dans les 2 sens
- Passer un front roll avec un grab

A VOUS DE JOUER !