

23-PAR02 - Stage perfectionnement et autonomie parapente en Suisse normande Lundi 17 avril 2023 - vendredi 21 avril 2023 / 5 jours

Organisateur : [Charles Van der Elst](#)

Début du stage : mardi 17 avril 2023 à 8h00

Fin du stage : vendredi 21 avril 2023 vers 17h

RENDEZ-VOUS : dimanche 16 avril 2023 à 19h au Camping des Rochers des Parcs de Clécy, repas à 20h.

PRIX : 715€ payable en trois échéances : 239€ à l'inscription, 238€ le 13 décembre 2022 et 238€ le 17 janvier 2023 ([aide](#)).

Si une mauvaise météo nous amène à une annulation partielle du stage, nous vous proposerons un remboursement des heures de stage non réalisées. Elles seront calculées au prorata.

Le coût du stage inclus :

- Le coût pédagogique du stage (voir moyens mis en place ci-dessus) ;
- Les 5 nuitées en mobile-homes (ménage et taxes de séjour inclus) ;
- 5 petit-déjeuners au mobile-home (budget 6€/personne) ;
- Les frais administratifs.

Reste à votre charge :

- Votre matériel parapente complet (voir ci-dessous) ;
- Le transport A/R jusqu'au lieu de rendez-vous (covoiturage à organiser entre les participants et l'organisateur) ;
- Vos dîners au restaurants (budget 25€/personne) ou au mobile-home ;
- Vos repas de mi-journée (casse-croûtes), vivres de courses (grignotage) et consommations personnelles ;
- Le titre de participation à la FFVL le cas échéant (±34€ à régler sur place).

Si vous n'avez pas votre matériel, location possible comprenant :

- Une voile de parapente homologuée, récente, adaptée à votre niveau et votre poids.
- Une sellette homologuée, récente, adaptée à votre niveau et votre gabarit.
- Un parachute de secours homologué, récent, adapté à votre poids.
- Un casque homologué pour le parapente, récent, à votre taille.
- Une radio.

→ **Coût 80€ à payer sur place**

Description :

Notre stage de perfectionnement et d'autonomie au parapente vous permettra, avant de voler de vos propres ailes, de pratiquer encore au sein d'une école pour approfondir vos connaissances théoriques et votre technique de base.

Ce stage, organisé avec notre Écoles Françaises de Vol Libre partenaire, vous permettra d'évoluer vers le brevet initial.

Les objectifs seront déterminés individuellement avec chaque stagiaire en début de stage.

Le but principal est de fournir de bonnes bases techniques et théoriques qui donnent les moyens à chacun de profiter pleinement des sensations merveilleuses qu'offre le parapente, de se sentir à l'aise en l'air et de se faire plaisir en toute sécurité.

Les maîtres mots pour cette semaine de stage sont : plaisir, bonne humeur et progression en sécurité.

Objectifs

- Niveau Orange à bleu du [Passeport de Vol Libre FFVL](#)
- S'adapter aux différents décollages
- L'adaptation aux différents atterrissages
- Connaître et appliquer différents plans de vols
- Apprendre les manœuvres simples : précision en virages, 360°, oreilles, tangage, roulis, pilotage sellette, précision d'atterrissage...)
- Apprentissage ou perfectionnement du gonflage (travail au sol)
- Développement de votre capacité d'analyse
- Apprendre à voler parmi d'autres pilotes
- Adaptation de sa technique aux différentes situations afin de préparer les premiers vols dynamiques et thermiques (initiation au vol de durée)
- Accéder à l'autonomie (silence radio) sur site connu et aller vers le brevet initial.
- Et surtout prendre du plaisir !!!!!

Sécurité

- Du matériel neuf de l'année, des plus grandes marques de parapente.
- Des moniteurs à l'écoute des participants afin d'adapter au mieux le déroulement du stage aux attentes de chacun.
- Une atmosphère joviale dans laquelle nous formons des pilotes de parapente qui seront responsables et pleinement conscients de leurs compétences.
- Une adaptations constante aux conditions météo.

Philosophie

Sur ce stage parapente perfectionnement et autonomie, l'idée n'est pas de vous faire faire un maximum de vols en négligeant la technique. Il est facile de vous emmener voler et de vous mater. Il est plus difficile de vous rendre autonome, de vous donner les outils pour que vous deveniez un pilote. Nous avons choisi de faire de vous un pilote sûr de ses compétences techniques et de ses connaissances théoriques. Nous retournerons en pente-école et en salle, pour ensuite profiter des créneaux de vols en conditions calmes. Il est indispensable d'avoir les connaissances de base liées aux plans de vols ainsi que les règles de l'air (priorités en vol, à l'atterrissage...).

Il faut savoir être patient et accepter de ne pas brûler les étapes de la progression. Le parapente est un sport à maturation lente.

Moyens mis en place

L'idée est de se rendre disponible au maximum, pour être toujours au bon endroit au bon moment. Il va falloir se déplacer afin de trouver le site où les conditions sont bonnes.

Les moniteurs ne compteront ni le temps ni les kilomètres pour vous faire découvrir le maximum de sites.

- Du matériel de vol neuf issu des plus grandes marques sera à votre disposition durant le stage, comprenant voile, sellette, secours, casque et radio.
- Nous limitons le nombre de stagiaires à 8 dans un stage initiation.
- De magnifiques pentes-écoles pour apprendre à décoller et à se poser en douceur.
- L'encadrement est assuré par 2 moniteurs par stage pendant les jours de vol. Chacun peut ainsi progresser à son propre rythme et peut être suivi individuellement.
- Nous utilisons un vidéoprojecteur pour les cours théoriques et les débriefings vidéo.
- Un camion 9 places pour se déplacer, plus le van de l'organisateur (6 places).
- Biplace pédagogique, selon les conditions, si les moniteurs pensent que cela sera nécessaire et un plus pour votre progression.
- Des locaux accueillants confortables.

Tout au long de votre apprentissage, en fonction des conditions météo et aérologique, nous irons sur les sites de la Suisse Normande, du Calvados, de la Manche et même parfois sur toute la Normandie :

- Les sites de bord de mer du calvados (Commes, Vierville sur Mer et Tracy sur Mer).
- Les sites du bord de mer du Cotentin (Vauville, Ecalgrain et Dielette).
- Les sites en Suisse Normande de Saint Omer (Clécy) et de Saint Marc d'Ouilly (Pont d'Ouilly).

Administratif et effets personnels

Être en possession d'un certificat médical de non contre indication à la pratique du parapente délivré par votre médecin généraliste.

→ À télécharger [ici](#).

Ce qu'il vous faut : un pantalon vous êtes alèse et pas trop froid idéalement un pantalon de montagne, des chaussures montantes ou de marche, des vêtements chauds, un coupe-vent, des lunettes de soleil, de la crème solaire, une paire de gants fins (pas obligatoire mais conseillé), de quoi grignoter, de l'eau et surtout votre sourire et votre motivation !

Il y aura toujours une pause le midi pour que vous puissiez déjeuner.

Inscription soumise à l'accord de l'organisateur

Vous devez obtenir l'accord de l'organisateur pour finaliser votre inscription.

Par votre inscription, vous certifiez avoir pris connaissance du programme et de la fiche technique relative à la sortie à laquelle vous vous inscrivez, de même que des conditions d'inscription (générales et spécifiques), voir :

<https://www.clubalpin-idf.com/conditions-inscription>

Vous prenez l'engagement de vous conformer à toutes les indications mentionnées, notamment en ce qui concerne le matériel et l'équipement.

Vous certifiez que votre condition physique et votre niveau technique correspondent à ceux requis.

Annulation et désistement

Une météo défavorable ou des mauvaises conditions de neige, d'une part, un nombre de participants insuffisant, d'autre part, peuvent conduire le CAF IdF à annuler une sortie.

Dans ce cas, il sera proposé de transférer l'inscription sur une autre sortie, dans la limite des places disponibles, ou de rembourser la totalité de la somme acquittée lors de l'inscription.

Si le participant se désiste et annule sa participation ou s'il ne se présente pas au lieu de rendez-vous, les « conditions générales et particulières » s'appliquent.

Voir : <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie#annulation-adherent>

La souscription à une **Assurance couvrant les frais d'annulation** proposée par le club est recommandée.

Assurances

Chaque participant **doit obligatoirement être couvert** par les assurances suivantes :

- Assurance contre la maladie et les accidents
- Assurance responsabilité civile incluant les accidents en montagne
- Assurance couvrant les frais de recherches, de sauvetage et de rapatriement. *Pour cela, le plus simple consiste à souscrire à l'**Assurance de personne avec** couverture complémentaire « individuelle accident » proposée avec l'adhésion au CAF. Dans le cas contraire, vous devrez joindre à votre inscription une attestation d'assurance présentant des conditions de couverture au moins équivalentes à celle du CAF.*