

23-PAR03 - Stage initiation parapente en Suisse normande Lundi 1 mai 2023 - vendredi 5 mai 2023 / 5 jours

Organisateur : [Charles Van der Elst](#)

Début du stage : lundi 1 mai 2023 à 8h00

Fin du stage : vendredi 5 mai 2023 vers 17h

RENDEZ-VOUS : dimanche 30 avril 2023 à 19h au Camping des Rochers des Parcs de Clécy, repas à 20h.

PRIX : 729€ payable en trois échéances : 243€ à l'inscription, 243€ le 10 janvier 2023 et 243€ le 14 février 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 :

- 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, vivres de courses (grignotage) et consommations personnelles ;
- Le titre de participation à la FFVL (±34€ à régler sur place).

Le prêt du matériel inclus :

- 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.

Description :

Notre stage d'initiation au parapente s'adresse à des personnes qui n'en ont jamais fait ou qui en ont fait il y a très longtemps et veulent reprendre les bases depuis le début !

Nous passerons une semaine de vacances sportive à la découverte de l'activité en allant voler sur les plus beaux sites de la suisse Normande et du bord de mer.

Le Club Alpin Français de Paris/IdF en association avec notre Écoles Françaises de Vol Libre partenaire, c'est une équipe de moniteurs passionnés et un organisateur du club qui se retrouvent afin de transmettre leur passion commune du vol libre.

Pour nous, le plus important sera de permettre à chaque participant de vivre un moment magique et inoubliable ainsi que de découvrir le parapente dans des conditions optimales.

Le but principal de ce stage 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 Blanc à Orange du [Passeport de Vol Libre FFVL](#)
- Acquérir la gestuelle de base pour le décollage
- Maîtriser ses trajectoires lors des premiers vols (10 m de dénivelé)
- Maîtriser le retour au sol en douceur
- Comprendre pourquoi et comment on vole
- Comprendre un plan de vol
- Pouvoir respecter les consignes
- Accepter de se retrouver maître à bord sous son parapente
- Cours théoriques indispensables à la sécurité (savoir comment vol un parapente, le parachute de secours, les plans de vols, la réglementation..)
- 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

Nous insistons sur le fait que nous ne pouvons garantir que vous ferez « X » grands vols, s'engager ainsi serait absurde et dangereux pour votre sécurité.

De plus, cela serait absurde car nous sommes extrêmement dépendants des conditions météorologiques ainsi que de vos capacités à progresser, lesquelles s'avèrent être très inégales. Et dangereux car vouloir à tout prix atteindre un nombre prédéterminé de vols de grand dénivelé à la fin d'un stage d'initiation risquerait de nous obliger à négliger la solide maîtrise des gestes de base au détriment de la sécurité. Il faut savoir être patient et accepter de ne pas brûler les étapes de la progression. Le parapente est un sport à maturation lente. Ce qui n'empêche que nous ferons tout notre possible pour vous faire voler un maximum.

Moyens mis en place

- 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 à la formation

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.*