

A2L PARAPENTE

226 avenue du mont d'Arbois.
74170 St Gervais les Bains.
Tel : 06.85.52.13.03 ou 06.64.68.18.78
Mail : A2Lparapente@gmail.com

Projet : « La Semaine Voler Mieux : Reprise des fondamentaux».

A2L PARAPENTE

Cadre pédagogique et chronologique de "La Semaine Voler Mieux : Reprise des fondamentaux»:

Semaine "Voler Mieux : reprise des fondamentaux" du 18 au 22 Septembre 2017. Report du 25 au 29 Septembre 2017.

PRIX avec équipement: 552 Euros. Une demande du club, du cdvl ou de la ligue auprès de la F.F.V.L permet d'avoir des subventions à hauteur de 200 euros par participant pour la semaine.

1er jour: Arrivé des pratiquants et évaluation.

1er temps: Accueil.

- Accueil de participant.
- Tour de table pour se présenter.
- Évaluation des attentes des élèves.
- Présentation de la semaine.

2ème temps: Point matériel.

- Vérification du matériel: (sellette, secours, voile, radio, casque, équipement).
- Réglages sellette et explication de leurs incidences sur le pilotage.

3ème temps: Pente école.

- Séance de pente école.
- Évaluation du niveau au sol.

4ème temps: Débriefing.

- Retour sur la séance de pente école.

5ème temps: Vol.

- Présentation du plan de vol.
- État des lieux sur les phases: de décollage, d'approche et d'atterrissage.
- Évaluation du niveau.

6ème temps: Débriefing

- Retour concernant les vols et leurs différentes phases.

2ème jour: Travail sur les différentes phases de vol.

1er temps: Accueil.

- Accueil de participant.
- Point météorologique et présentation de la journée.

2ème temps: Briefing.

- Présentation du plan de vol.
- Présentation des différents exercices et des objectifs.

3ème temps: Vol.

- Travail du décollage: Je construis, Je contrôle, Je choisis.
- Travail en vol: Mouvement de tangage, Mouvement de roulis: J'écoute le vent relatif, Je le ressens, Je comprends le mouvement d'aile qui lui est associé.
- Travail sur l'atterrissage: Précision d'atterrissage: Je sécurise mon environnement, Je choisis la technique la plus appropriée, Je dose l'énergie que je mets.

4ème temps: Débriefing.

- Retour sur la séance de vol.

5ème temps: Théorie.

- Cour théorique sur les différents régimes de vol et leurs utilisations.
- Lien entre le cours théorique et la pratique.

3ème jour: Travail sur les différentes phases de vol.

1er temps: Accueil.

- Accueil de participant.

-Point météorologique et présentation de la journée.

2ème temps: Briefing.

-Présentation du plan de vol.

-Présentation des différents exercices et des objectifs.

3ème temps: Vol.

-Travail du décollage: Je construis, Je contrôle, Je choisis.

-Travail en vol: Mouvement de tangage, Mouvement de roulis: J'écoute le vent relatif, Je le ressens, Je comprends le mouvement d'aile qui lui est associé.

-Travail sur l'atterrissage: Précision d'atterrissage: Je sécurise mon environnement, Je choisis la technique la plus appropriée, Je dose l'énergie que je mets.

4ème temps: Débriefing.

-Retour sur la séance de vol.

5ème temps: Théorie.

-Cour théorique sur les différents pièges aérologiques.

-Lien entre le cours théorique et la pratique.

4ème jour: Évaluation pratique du travail fourni.

1er temps: Accueil.

-Accueil des participants.

-Point météorologique et présentation de la journée.

2ème temps: Briefing.

-Présentation du plan de vol.

-Présentation des différents exercices, des objectifs et de l'évaluation.

3ème temps: Vol.

-Évaluation du décollage: Je construis, Je contrôle, Je choisis.

-Évaluation en vol: Mouvement de tangage, Mouvement de roulis: J'écoute le vent relatif, Je le ressens, Je comprends le mouvement d'aile qui lui est associé.

-Évaluation de l'atterrissage: Précision d'atterrissage: Je sécurise mon environnement, Je choisis la technique la plus appropriée, Je dose l'énergie que je mets.

4ème temps: Débriefing.

-Retour sur la séance de vol.

-Retour sur l'évaluation, Point positifs, points négatifs et les pistes à développer.

-Validation des items du passeport de vol libre.

5ème jour: Dernier jour.

1er temps: Accueil.

-Accueil de participant.

-Point météorologique et présentation de la journée.

2ème temps: Le parachute de secours.

-Cours théorique sur le parachute de secours: dans quels cas je l'utilise?

-Passage sur le portique: utilisation du parachute de secours: comment je l'utilise?

-Pliage des parachutes de secours.

3ème temps: Briefing.

-Présentation du plan de vol.

-Présentation du vol.

4ème temps: Vol de groupe.

-Rappel des règles de priorité.

-Séance de vol de groupe.

5ème temps: Cour théorique.

-Cour théorique sur le mental du pilote et l'auto-évaluation.

6ème temps: Fin du stage.

-Retour critique des participants.

-Pot de départ.