

## Jérôme Canaud

1 mai, 19:50

Stage Thermique et pilotage du Week End du 28 et 29 Avril organisé par le club Parapangue. ([www.parapangue.re](http://www.parapangue.re)).

Un week end chargé avec une météo qui revient au beau enfin après le passage de la tempête FAKIR, très brève mais intense avec beaucoup d'eau !

Samedi , le vent de Sud nous oriente vers Bellemène. 6 pilotes motivés , le thème de la journée thermique , changement de sites, technique de posés. 1er vol à Bellemène 1200 avec les 1ères ascendances puis un vol à Bellemène 700. Le vent du Nord à 700m ne nous permettra pas un 3ème vol. Un repas sympa à l'incontournable snack du tour des Roches. Nous tentons sur le retour un vol à la ravine Tabac, mais pas de vent au décollage alors qu'il y a 20km/h sur le lagon de la Saline. Un essai de gonflage à l'atterro de Kélonia mais le vent était encore trop fort à 16H30.

Merci à Alice, Mathias, Hervé, Mohib, Isabelle, Rémi pour leurs progrès et leur motivation. Merci à Valentin qui a eu droit à tous les secrets et astuces du jour ☺

Les thèmes abordés sur cette journée :

- pilotage pour être efficace en ascendances
- précision d'atterrissage et posé aux oreilles en masse d'air turbulente. Spécial dédicace à Rémi qui a surmonté son appréhension ☹
- comment gérer la peur en l'air et des astuces pour travailler son mental (l'ambiance du décollage de Bellemène 1200 a peut être servie pour que chacun se fasse un ancrage positif 😊)

Dimanche, c'était pilotage à saint leu, une masse d'air calme et peu de vent toute la journée a permis à chacun de progresser et d'être bien cuit après 3 vols .

Bravo à Mathias, Sebastien, Muriel, Jean Paul, Mohib, Yohann , tous ont nettement progressé dans leur technique de pilotage. Cette journée a été surtout consacré aux 360° (entrée et sortie) et sur la précision d'atterrissage en réglant son angle de plané en finale (Oreilles, mi-freins, Pumping) . On a profité de la pause sandwich pour faire un beau débriefing sur le mental (techniques et astuces de survie quand on a peur, ancrage positif, visualisation,...). Merci à Kévin pour la chauffe, Muriel sur le 2ème vol est montée à 1200 m donc a pu doubler le programme ☹ Epuisé par tant de sensations elle a été remplacée par Patricia pour le 3ème vol.