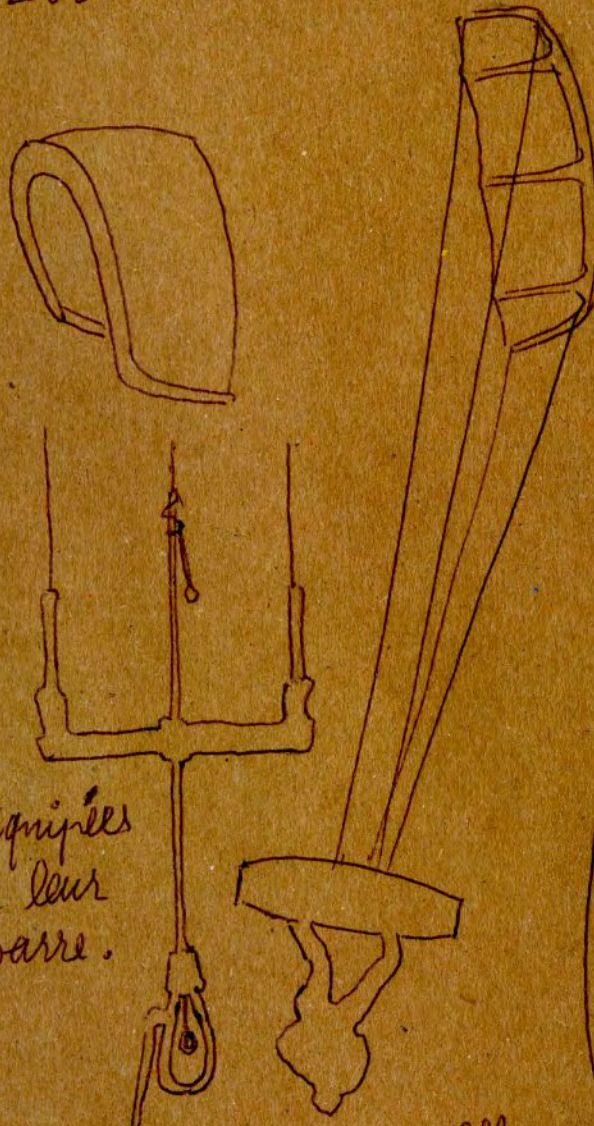




2 ou 3 ailes



1 pompe



équipées de leur barre.



... et 1 Gros Kiff
ou 1 grosse boîte ! 2 Boards ...
dans les 2 cas
c'est du lourd !

STAGE DE KITE du YoYo,
du 22 au 27 Juillet 2014
avec ...



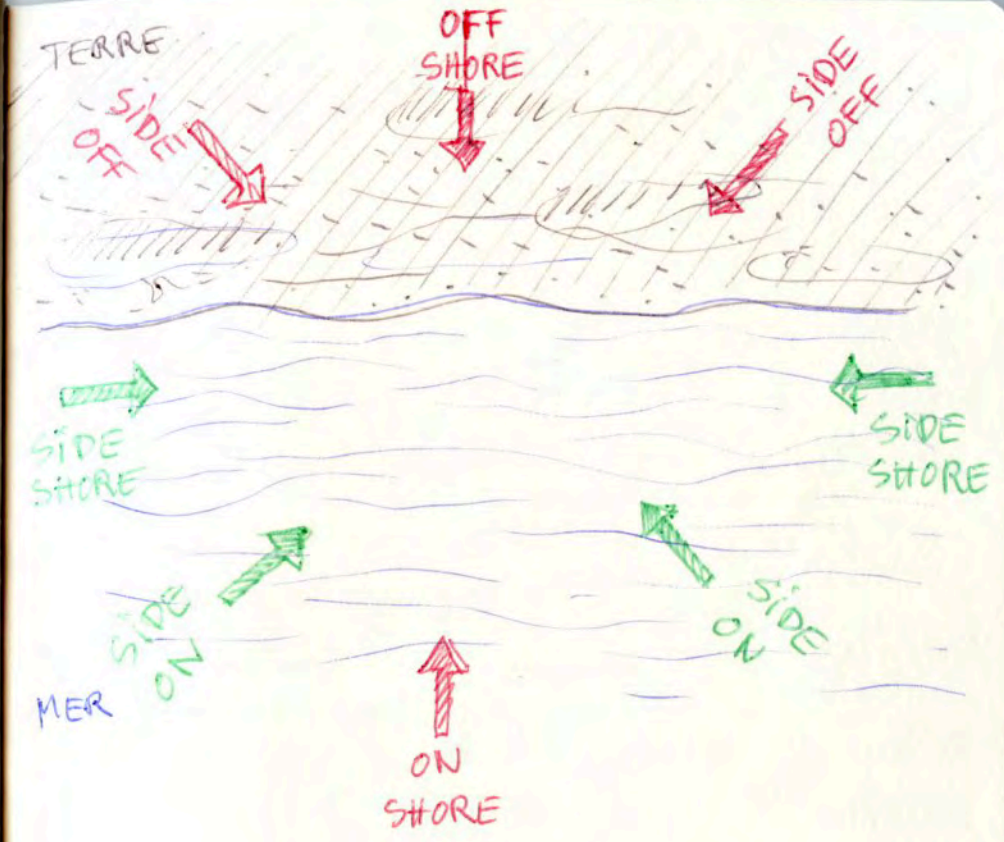
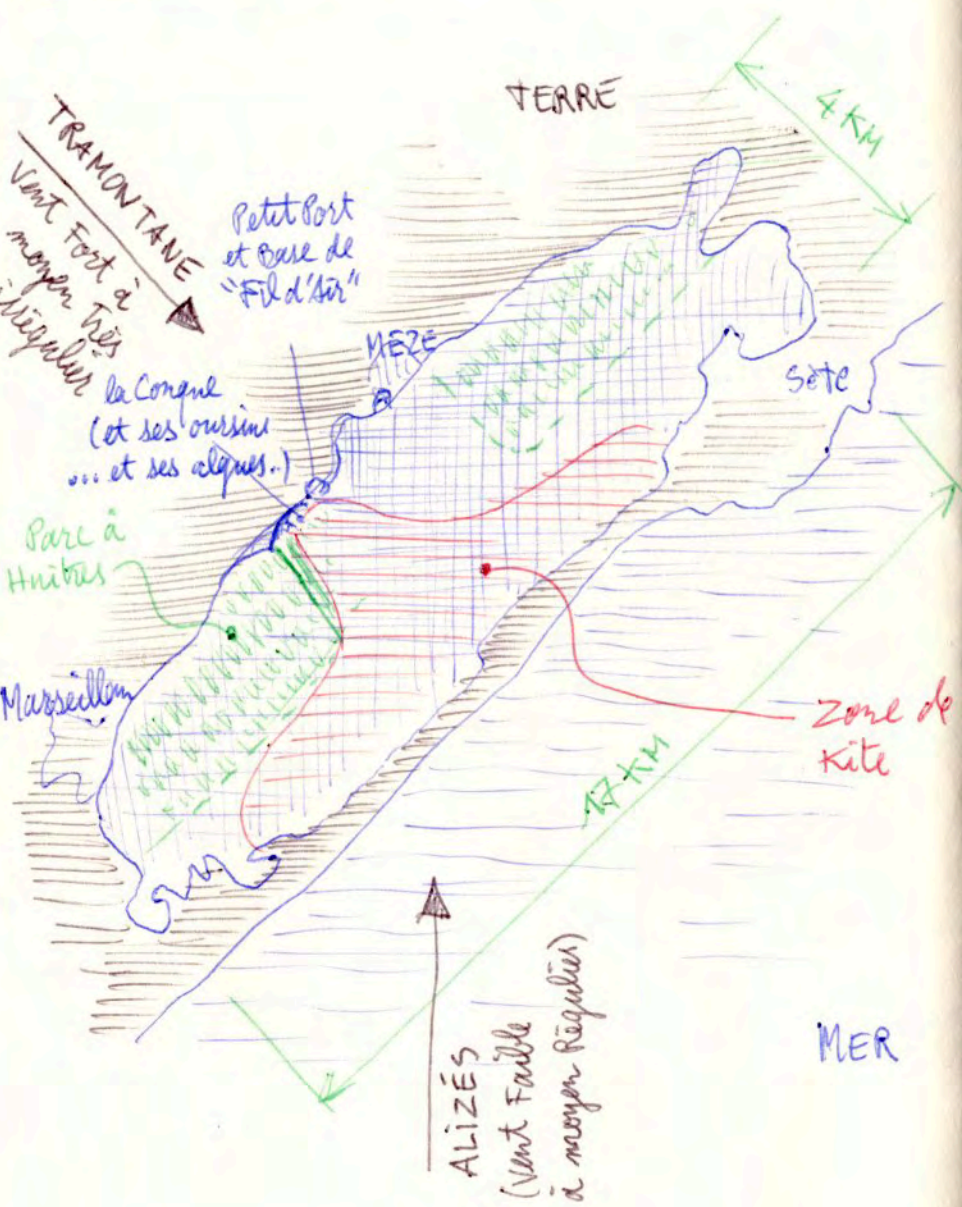
... à MÈZE.



Merci les
copains !!!
S'il existe
un animal
mytique entre
le poisson et
l'oiseau, c'est
celui-ci qui
symbolise alors
le Kite Surf !*

* il existe
c'est
l'exocet.

Vents dominants sur l'étang de THAU



51

Water Start



Pour démarrer → mettre la voile à 12H et la planche ⊥ à la fenêtre...

↳ Pour démarrer à Coche...

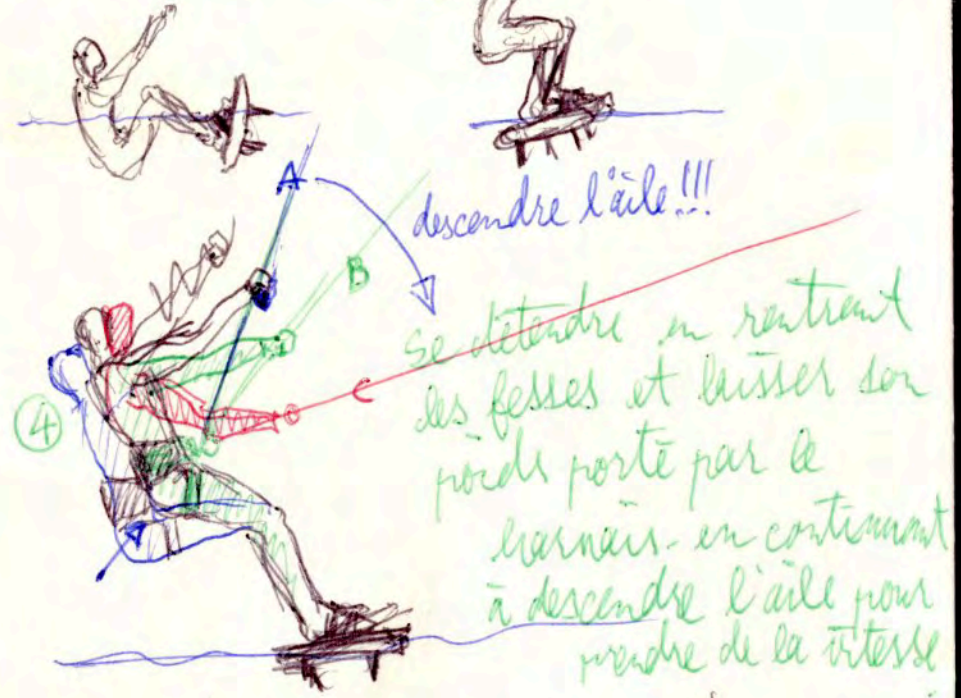
- ① envoyer un peu l'aile à droite pour "Armer" (1H) et enfoncer un peu la planche ds l'eau pour faire blocage
- ② Relancer l'aile à gauche pour "Lancer" (et faire décoller... Water Start).

③ Juste après être passé 12H... se relever vers l'avant (pas trop)*... toujours jambes fléchies et se détendre doucement en amenant le bassin en avant... (surtout pas le cul en arrière) et ne pas border en tirant trop sur la barre... mais surtout immédiatement présenter la planche vers l'aile...

*la petite rule c'est de ramener ses pieds sous ses fesses pour aider à la bascule et ramener ses épaules en avant et hop...

① et ②

③



⑤ Pour tirer un bord ("Rider")... animer l'aile de 12H à 1H30 (2M au dessus de l'eau jusqu'à Midi...) (ou de 12H à 14H30).



le lavage de nez version intégrale est en prime avec les premiers Water Start...

vers l'aile...

52

Waterstart



Dès que l'on balance l'aile on est toujours très crouchi et la planche bien à

on appuie avec ses pieds pour enfoncer la planche ds l'eau qui fait frein



Pour être mieux fléchi... écarter légèrement les genoux.

on ramène ses pieds en fléchissant les jambes... tout de corps appuie sur la planche) on ramène ses épaules (toujours groupé) en remettant la planche ds l'eau... (vers la voile)... mais sans tirer sur les bras mais uniquement en jouant avec le bassin et la trace

Tien de l'aile sur le bandrier... Si on part trop vers l'avant on choque... un peu...



TIRER DES BORDS

Quand on tire des bords Plus on appuie sur les talons et on se laisse bien porter par le bandrier plus on crée de la résistance pour l'aile et plus elle nous porte.

"Paradoxalement" à nos reflexes... si l'on est moins porté, il faut tirer la barre (pour qu'elle reprenne de la puissance...)

Il faut rester les jambes assez fléchies pour mieux amortir les vagues.



Si le vent molit... ne pas hésiter à manœuvrer son aile de 12H à 15H (ou 9H à 12H) pour retrouver de la puissance. en fait un éternel (si on cherche à faire du vent ou laissant se monter et se armer)

53



Remonter au près "caper"

Passage au TWIN-TIP

... passer du flotteur à la board...



Si l'on veut remonter au vent il faut bien se pencher en arrière et appuyer ^{les talons} davantage sur ~~son pied~~ arrière (et bien appuyer ~~sur les 2 talons~~ sur les 2 talons).

et bien se pencher en arrière (pour mettre du poids sur la planche).

Si quand on perd de la vitesse et qu'on choquant la voile ne retrouve pas de puissance... c'est que l'on remonte trop au vent... il faut repartir davantage au travers... (voir légèrement au large...) et reculer.

Le démarrage en Twin Tip exige de partir rapidement vers sa voile (au large) 1 puis d'entamer sa courbe...



Toujours pour remonter au vent...



il faut tendre légèrement sa jambe avant (fléchir légèrement celle arrière)... et bien appuyer sur les 2 talons et équilibrer. Il faut ensuite ~~tenir~~ lâcher la main avant pour s'incliner et tourner ses épaules davantage... puis il faut tenter de stabiliser l'aile assez bas pour avoir une vraie opposition!!! Garder toujours les jambes légèrement pliées pour amortir les vagues et petits sauts...

Si on prend trop de vitesse... remonter légèrement l'aile et s'incliner un peu moins... Mais!!! anticiper après la perte de vitesse et relancer...

54 Nage tractée

Pour remonter (ou au moins tirer des bords en nage tractée... s'allonger

amener l'aile au bord de fenêtre pour puissance (vers 10 H) tendre son bras



(Pour récupérer sa planche quand on l'a perdue...)

press après le avoir un peu de on 14 H... et

avant pour gérer la direction alors que le bras arrière tiens la barre...

Si la planche est "au vent"... tirer des bords jusqu'à ce que le courant la ramène tirer des petits bords de 10 à 15 secondes et tenter de garder le

Pour la récupérer si elle est partie sous le vent... faire de la nage tractée... S'allonger ds l'eau... se cambrer... et piloter son aile en se laissant glisser "au large"... en bordant ou choquant selon... et babord, tribord...



Si on a perdu sa planche l'on est surveillé par des bateaux après 3 ou 4 aller retour courts, mettre son aile au zénith, on la retrouvera!

Redécouler l'aile

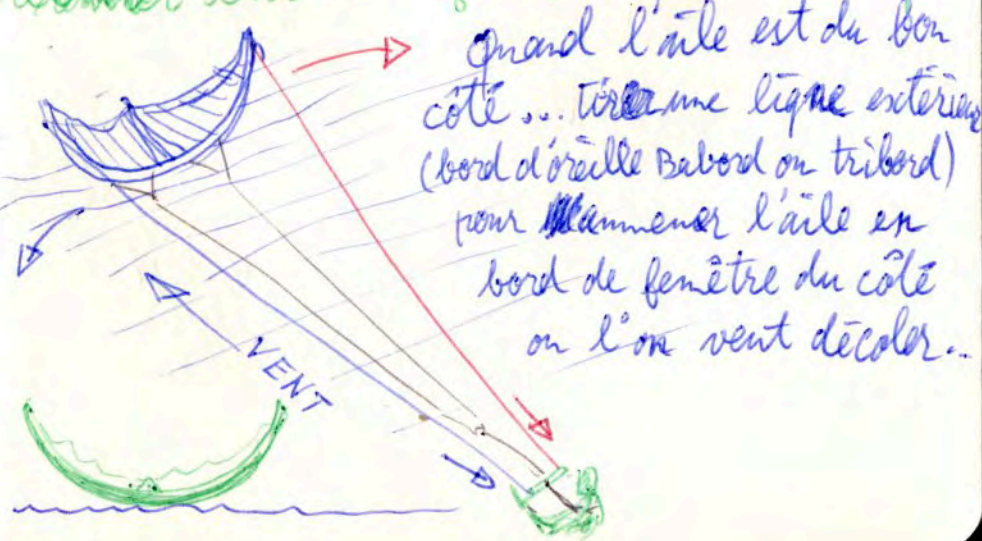
Pour remonter son aile si on galère... elle est tombée du mauvais côté...

il faut réussir à la retourner pour la faire décoller...



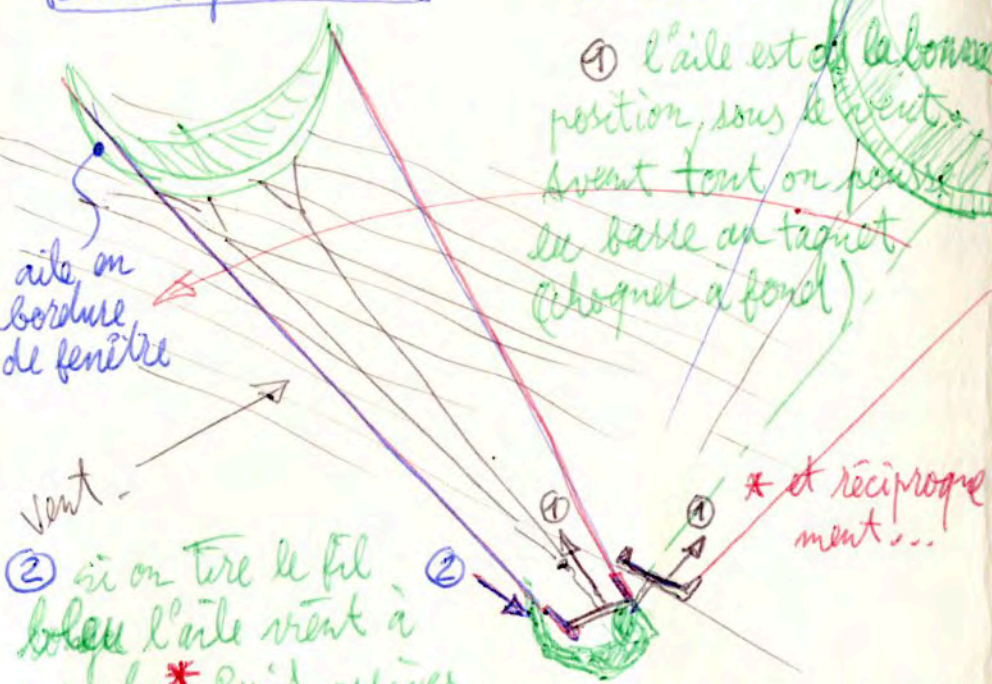
tirer sur l'une ou l'autre des lignes d'oreilles pour réussir à faire rentrer le vent ds l'aile... la gonfler et la retourner Si ça ne fonctionne pas... jouer aussi avec les lignes avant... en descendant des accords pour déformer l'aile et faire retourner l'aile... (ça se fait d'un seul coup)

accord en vue...



Quand l'aile est du bon côté... tirer une ligne extérieure (bord d'oreille Babord ou tribord) pour amener l'aile en bord de fenêtre du côté ou l'on veut décoller...

Décollage de l'aile



aile sous le vent

① l'aile est en la bonne position, sous le vent. Avant tout on pousse la barre au taquet (choquer à fond), * et réciproquement...

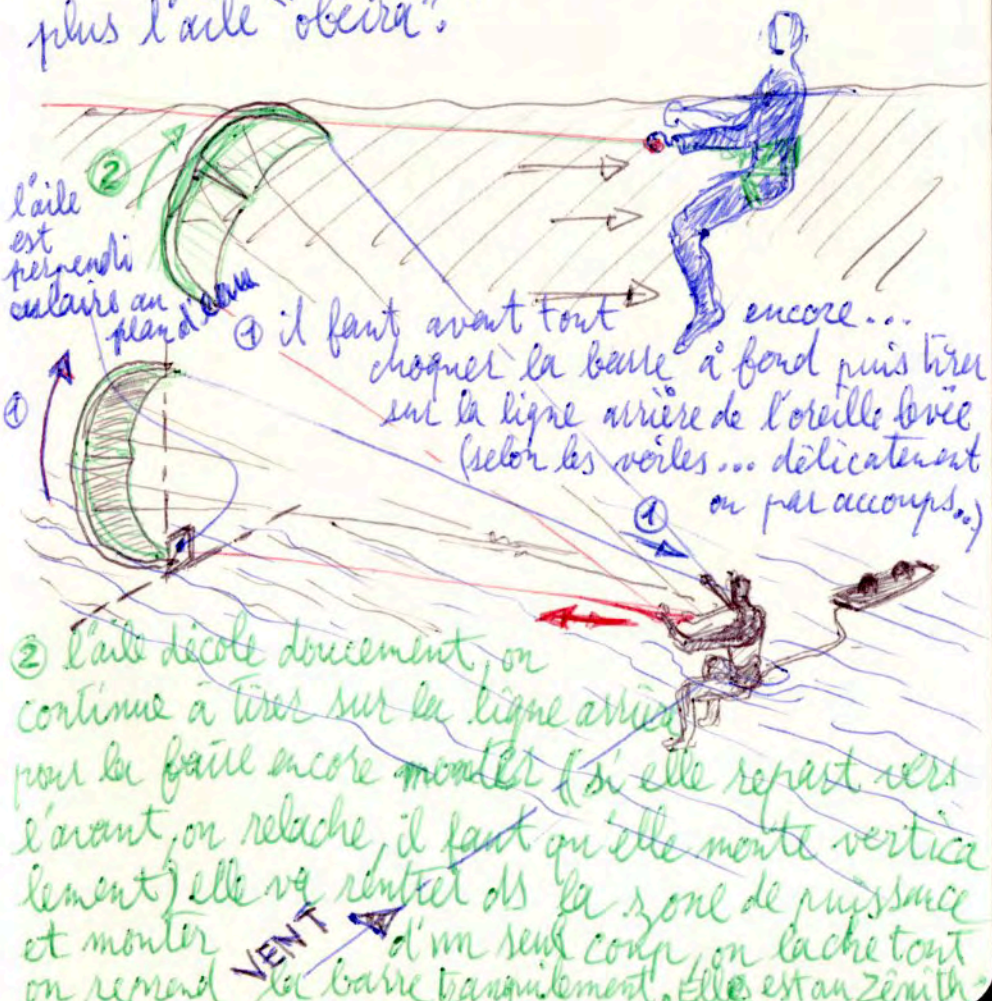
② si on tire le fil lorsque l'aile vient à gauche*. Puis arriver en bord de fenêtre, il faut insister tranquillement, on selon les ailes on pompant. Certains plus difficile... Il faut jouer avec les lignes avant et saisir les sangles du treuil et les tirer au maximum, les lâcher d'un coup et tirer sur l'oreille au moment de l'accoups pour faire tourner l'aile... petit à petit... Dans la position ③ ça y est l'aile est prête à décoller.

③

②

①

Pour toutes les opérations de repositionnement et de redécollage de l'aile, le pilote doit absolument faire un maximum de résistance avec son corps... pour cela, il doit positionner ses genoux en avant sous l'eau pour offrir plus de surface d'opposition... plus il y aura d'opposition, plus l'aile "obéira".



l'aile est perpendiculaire au plan d'eau

② il faut avant tout encore... choquer la barre à fond puis tirer sur la ligne arrière de l'oreille brève (selon les voiles... délicatement ou par accoups...)

② l'aile décolle doucement, on continue à tirer sur la ligne arrière pour la faire encore monter (si elle repart vers l'avant, on relâche, il faut qu'elle monte verticalement elle va rentrer ds la zone de puissance et monter d'un seul coup, on lâche tout on reprend la barre tranquillement. Elle est au zénith



① Pour le virage de Bord...
 le pilote doit appuyer encore + sur
 les talons (pour perdre de la vitesse) pour
 remonter au max au vent, il doit
 "caper", jusqu'à perdre sa vitesse... il
 lance alors son aile au zénith (en gardant
 un peu de puissance ds la fenêtre...) et quand
 il est bien ralenti...

② et ③ il passe l'aile pleine port de l'
 autre côté comme un démarrage
 et "repompe" une ou 2 fois...
 il se met bien en arrière, toujours
 en appui sur les talons... (avec un
 léger dérapage en phase de transition)
 et il réoriente sa planche avec léger
 appui du pied arrière pour éviter
 d'enfourner... et la planche + à
 plat pour reprendre la vitesse...



Attention!!! avant de balancer
 son aile pour repartir de l'autre
 côté, bien vérifier que la voile
 est libre (coup de tête à plus de 180°...)

55

Affinage et Positionnement

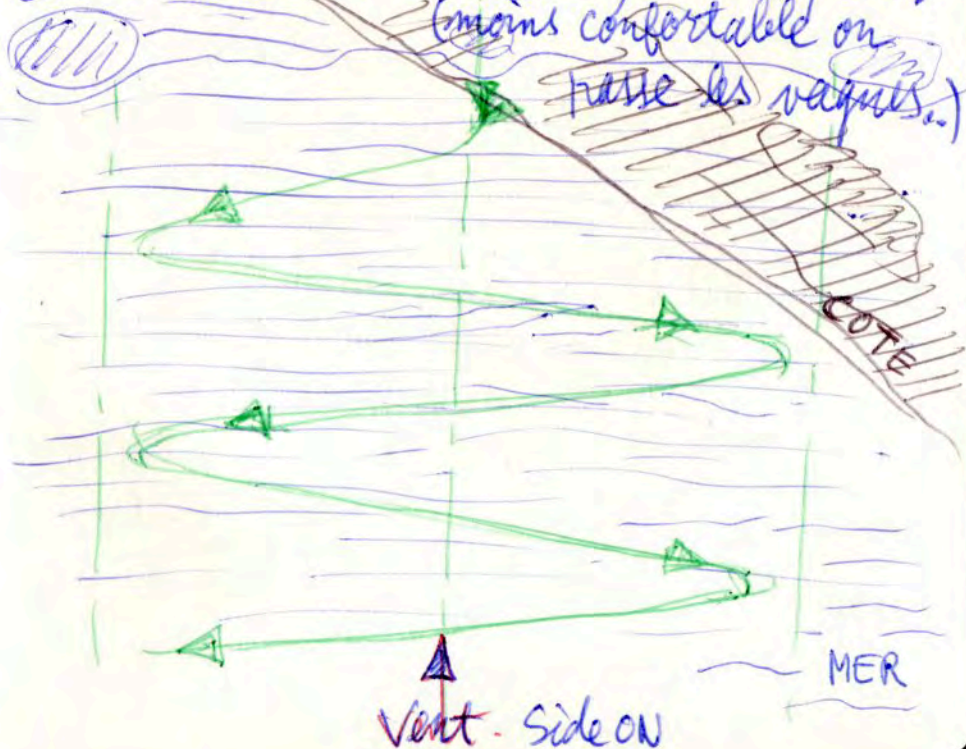
Affinage du démarrage...

Ajuster "l'armage" de l'aile et de sa descente jusqu'à 15#... ou moins si il y a du vent et que l'on est bien toilé...
... attention aux bourrasques... les sentir venir... sinon c'est la "Boîte" comme on dit ici!



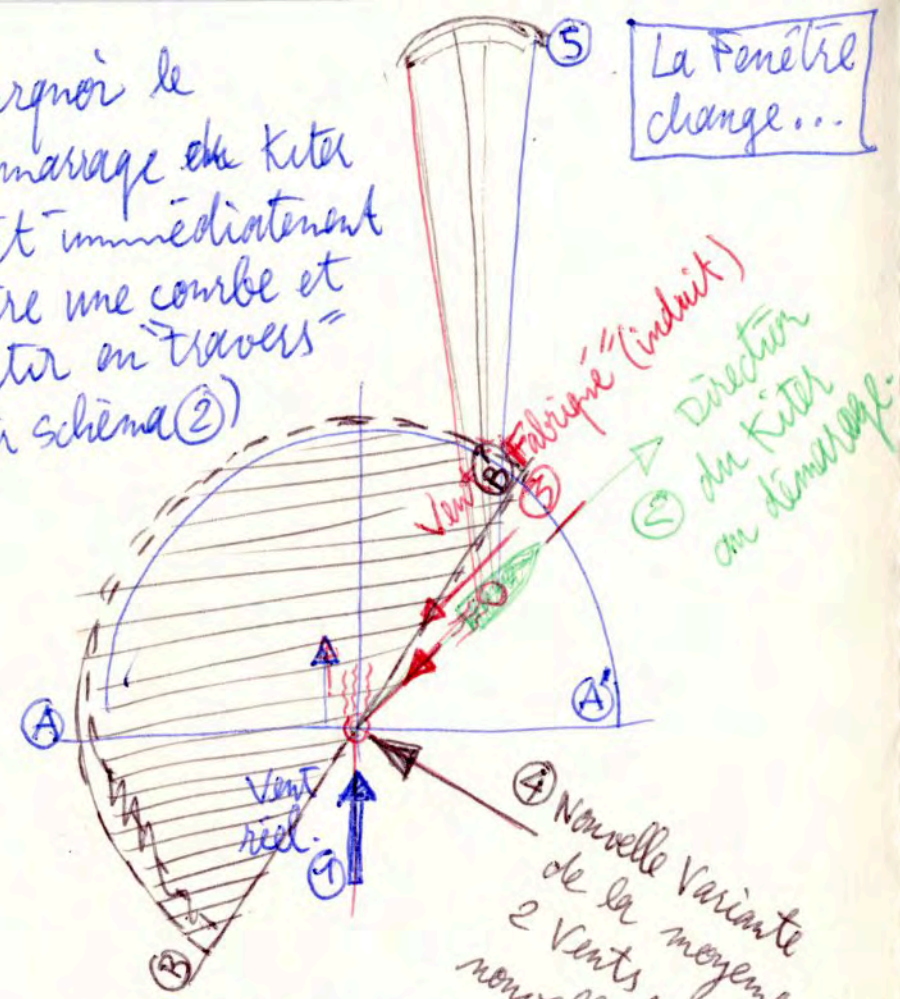
Si il y a du vent, rapidement faire la virgule pour passer du large au travers... pour ne pas se faire emballer. Et bien sûr, pas besoin de relancer, mais plutôt stabiliser assez bas et bien appuyé sur les 2 talons, jambes semi fléchies (surtout si il y a du clapot...)

Attention à bien gérer sa position par rapport à la côte... il faut se fixer un point de repère et tenter de se fixer les limites des bords... le repère de la côte facilite aussi (pour les débutants), avec les lignes des vagues ou clapots les directions de vent de travers (plus confortable car moins de sants...) et de près.

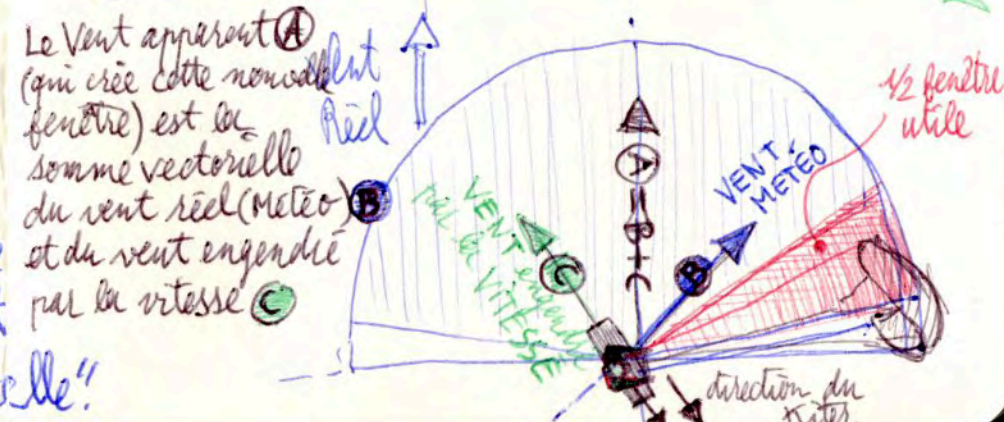
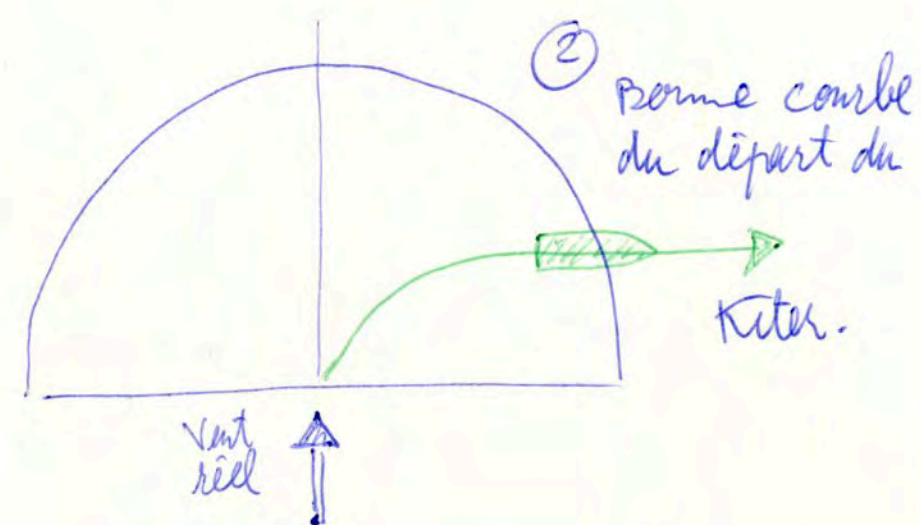


Pourquoi le démarrage du kiter doit immédiatement faire une courbe et partir en "travers" (voir schéma ②)

La Fenêtre change...



- ① Le vent réel crée une fenêtre (A A')
- ② Le kiter part au large et prend de la vitesse, il crée un vent "induit"
- ③ Ce vent induit varie la composante
- ④ Il crée une nouvelle variante (la moyenne de ces 2 vents) et crée une nouvelle fenêtre (B B')
- ⑤ on peut remarquer qu'alors le kiter même en bord de fenêtre (de cette nouvelle fenêtre) est en fait en pleine puissance de la fenêtre "réelle"



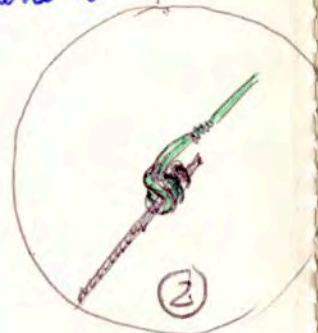
Monter une aile

Bien dérouler l'aile à plat sur le dos et arranger les lignes proprement. Dérouler aussi les fils de la barre. Bien positionner la barre côté Rouge (Babord) à gauche et remonter vers la voile en faisant glisser dans les mains les 2 lignes arrières.



Secrocher les 4 fils par des noeuds...

d'Alouette.



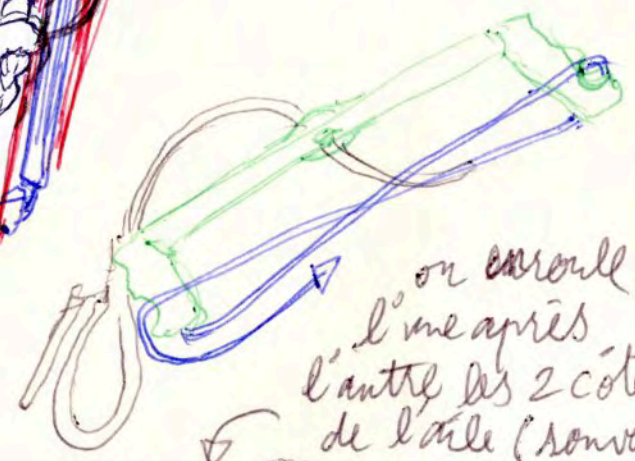
Sur les lignes arrières l'Alouette se fait sur une boule de plastiline.

Pour ranger l'aile + Rapidement - on ne dégonfle que le boudin du bord d'attaque et on laisse gonfler les nervures...

on enroule ensuite les fils de la barre en croisant devant/derrière

Ranger l'Aile

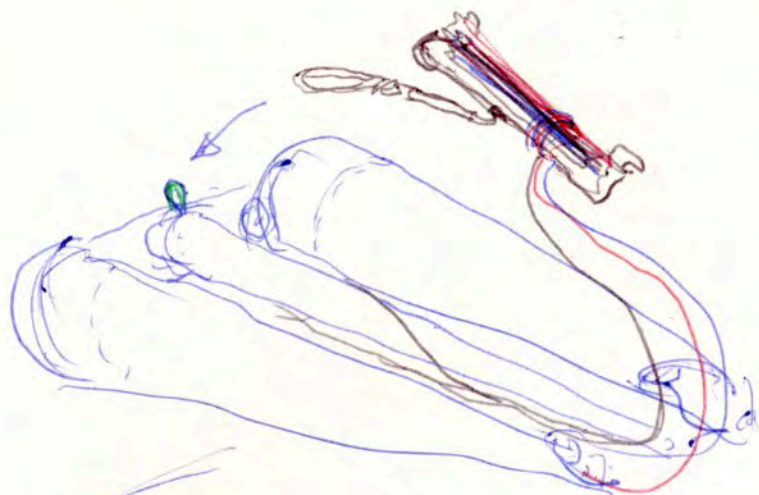
(Vu dès le début mais pas encore noté)...



on enroule l'une après l'autre les 2 côtés de l'aile (surtout ds le speed)



Veiller à ne pas emmêler les lignes



Puis on vient accrocher
le chickenloop sur la
boucle au nez de l'aile
et on referme...

on peut alors glisser l'aile dans sa
housse longue...

c'est + facile car la
calent entre les jambes



Gonfler l'aile

- ① Dérouler l'aile et organiser les lignes.
- ② Attacher le sécu de la tenue de l'aile sur sa boucle.



- ③ Préparer la valve de gonflage (sur certaines valve... 1 seule valve, sur d'autres... 1 pour gonfler et l'autre pour dégonfler. (les vannes à double pas de vis... bien serrer le premier, le deuxième est + délicat). Ne jamais forcer et bien nettoyer les pas de vis).

- ④ Bien positionner ses pieds sur la base de la pompe et c'est parti. on pompe avec les jambes et non avec le dos. Il faut pomper jusqu'à devenir dur de pomper... et on en rajoute 4 à 5 coups pour le faire...

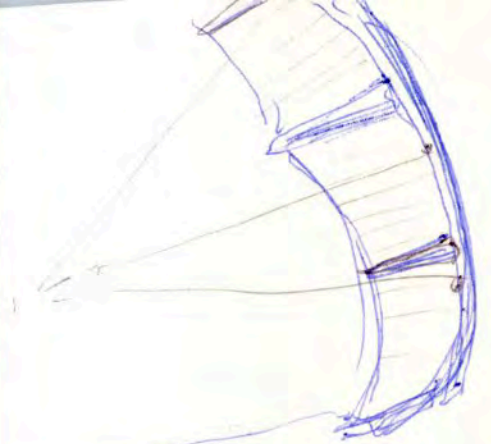
- ⑤ on ouvre les petites vannes (pinces 2 positions) qui relient les nervures au bandon avant pour répartir la pression, on referme et on remet 3 coups de pompe. on referme la valve.

se caler au près

"Caper"



Pour même remonter au vent, il faut engager son virage rapidement après le water start en bordant et rapidement s'asseoir dans le harnais bien en arrière, mettre du poids et bien appuyer sur les talons. Equilibrer les 2 pieds pour que le board fasse un beau sillage. Les jambes toujours fléchies (jambe avant légèrement plus tendue) pour amortir les vagues. Après avoir si nécessaire relancer l'aile 2 ou 3 fois, il faut trouver et stabiliser



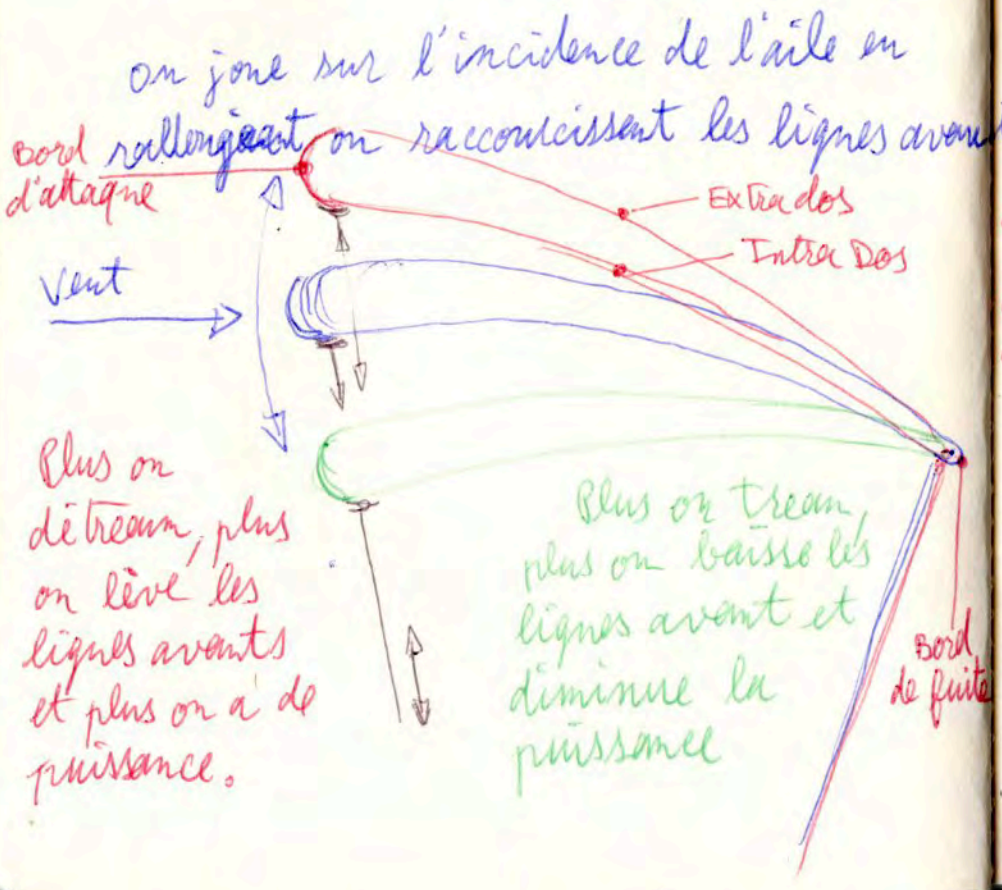
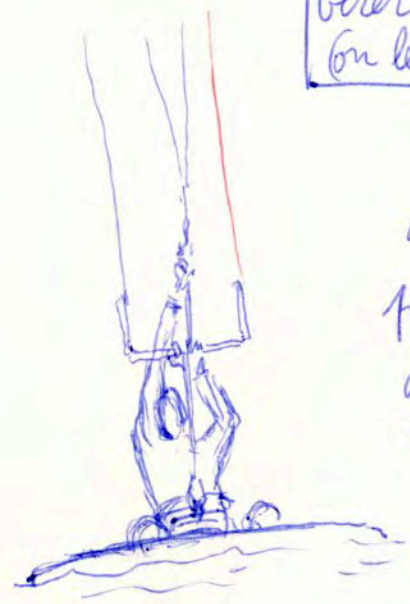
l'aile dans une position assez basse et jouer avec la tension de la bôme. Mettre les 2 mains près du choquer border (le plus au centre possible). Les mouvements de l'aile seront ainsi plus fins et subtils. Penser à garder les épaules bien tournées. Et surtout fixer un point repéré au paravent et ne pas le lâcher du regard.



En lâchant la main avant, les épaules tournent naturellement même et on peut carrer l'eau !!!

Gerer le Trean
(ou le Repover)

Si le vent force ou au contraire faiblit, on peut varier la puissance de son aile avec le Trean des lignes avants... on peut treamer ou detreamer



Le trean peut aussi être 2 poignées indiquant "Less Power" ou "More Power".

Même après une bonne boite! le plus important retrouver le sourire



Leçon de Foil
par Jerome...



Pendant la pose déjeuner sur les bateau (1/2 heure chrono), Jerome s'avale une tomate et se prépare pour nous montrer le foil... pas de combi, qu'à cela ne tiens, j'ai mon Bob.. Le départ comme avec un surf normal sauf que 3 secondes après, il monte comme un bouchon, lui et sa planche se retrouvent à 80cm au dessus de l'eau en totale lévitation avec des mouvements souples de la planche comme si elle s'inventait une autre houle que les clapots de



Et après 2 à 3 virerents de bords, il force prend de la vitesse, remonte bloqué, borde et nous fait un Backloop avec le foil... sur le bateau il y a du décrochage de mâchoire - Wahoo...

Crantage
de Seem-Mi



Seem-Mi après nous avoir fait une petite démo de comment remonter au vent des 2 côtés et ne pas perdre au moment du virerement de bord, n'a pas pu s'empêcher de nous faire un break avec un très gros crantage... Zut, il n'avait pas vu Jerome Hé c'est fun le kite... non?

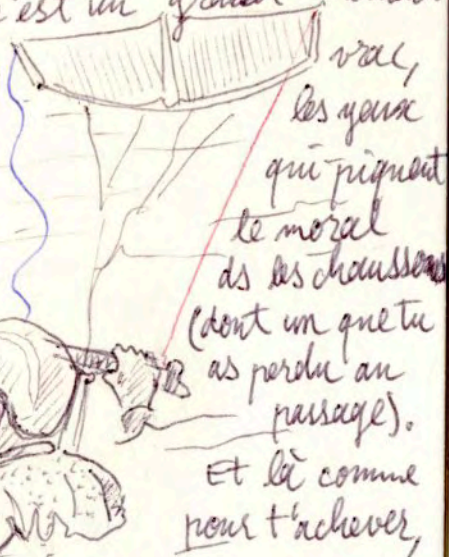
Démo de Free Style
par Mr Bruno



Bruno en pleine
démonstration de freestyle...
Backloop, 360, que
sais-je... avec le
sourire indéfectible...
... mais surtout...

et [Leçon d'Humilité]

Là ça y est tu crois que c'est dans la poche
tu viens de te faire 3 vêtements de borels sans
trop mettre le cul dans l'eau, (pas la grande
classe, mais correcte) et tu te tires un bord parfait
tu sens que tu fends l'eau, tu es bien assis dans
ton harnais, tu remontes au vent, tu lâches une
main et caresses l'eau... c'est le pied! Mais une
grosse boue te rappelle à l'ordre, tu pars en
vent de travers déséquilibré et c'est la grosse Borte.
Après t'être rincé le nez au tordis d'eau de mer
tu retrouves tes esprits et c'est un grand moment
de solitude avec tes lunettes on



Les yeux
qui piquent
le moral
des chaussures
(dont un que tu
as perdu au
passage).

Et là comme
pour t'achever,

Bruno passe avec
un gros jump et prise
de bord. C'est sûr, il faut
rester très humble.

Premiers Sauts

d'abord involontaires...
et des vraies
grosses
boîtes...

on finit par comprendre
que quand on ne maîtrise
plus l'aile ni d'une, ni des 2 mains...
on lâche tout... la catapulte est moins
violente et le choc de l'aile sur l'eau aussi
(moins de risque de déchirure...) et le lavage
nasale est plus superficiel.

Si tu veux faire un vrai saut contrôlé... il faut...

① Reprendre un peu de vitesse
en travers, remonter au vent, bien se
pencher en appuyant à fond sur
les talons et toujours le regard
sur un point fixe...

② Puis fléchir davantage
les jambes en appuyant
plus la jambe arrière...
cranter à MAX!
Border un Bon coup!



Petits conseils de pros...
Aussi, il faut d'un seul coup
basculer le haut du corps au vent (en
arrière), border à fond (ça c'est selon
l'envergure de la taille de la boîte) et détendre les
jambes pour

en sachant tout, on finit par récupérer
plus facilement son aile qui remonte
naturellement au zénith. Mais il faut
se remettre vite de son cadin ressortir de l'eau
immédiatement repérer son aile, se mettre en
position "nage tractée", la contrôler au zénith.
Et seulement là... on se mouche, on se protège
les yeux, remet ses lunettes, tire sur le gilet
de sauvetage qui vous cisaille le coup...
et on prépare son Water Start.

③ Et c'est le décollage!

Se laisser porter en
gardant les
bras fléchis.
continuer à
border légèrement
à droite.
(l'avant).



Il faut penser à
ne pas regarder
l'eau mais plutôt
loin de vous pour
ne pas tourner...

④ Se laisser voler... porté
par le harnais. Plus on a
bordé fort au départ + le
saut est haut... Il
faut vite fléchir (remon-
ter) ses jambes et orien-
ter la board pour
pouvoir l'arriver

Garder de la
pression sur
la main avant...
pour garder le contrôle.



⑤
Ton choc
un peu juste
avant le
splash...

Au moment
où la board
arrive sur l'eau
rester bien à plat, le

gèrement en arrière et reborder
pour conserver la vitesse. Attention
bien souple sur les genoux à l'amerrissage.

mieux cranter.

Sensations

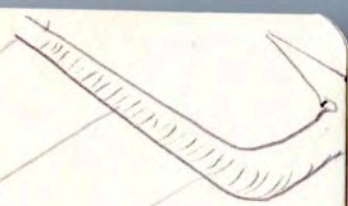
Non je n'ai pas réussi à faire des sides, ni Front side ni aucune side du tout, (ce que je me fixe comme objectif), pour les jumps, qui est ce que j'ai bien fait 3, mais des petits sauts à 50 cm et une arrivée plus douce que gracieuse (besoin de contrôler le vrantage, le bord de l'aile et de bien ramener la board sans tourner. Mais là où j'ai kiffé comme je ne savais même pas que ça existait, c'est dans des bords où tu es bien callé, l'aile, l'appui l'assise ds le bandrier et où tout

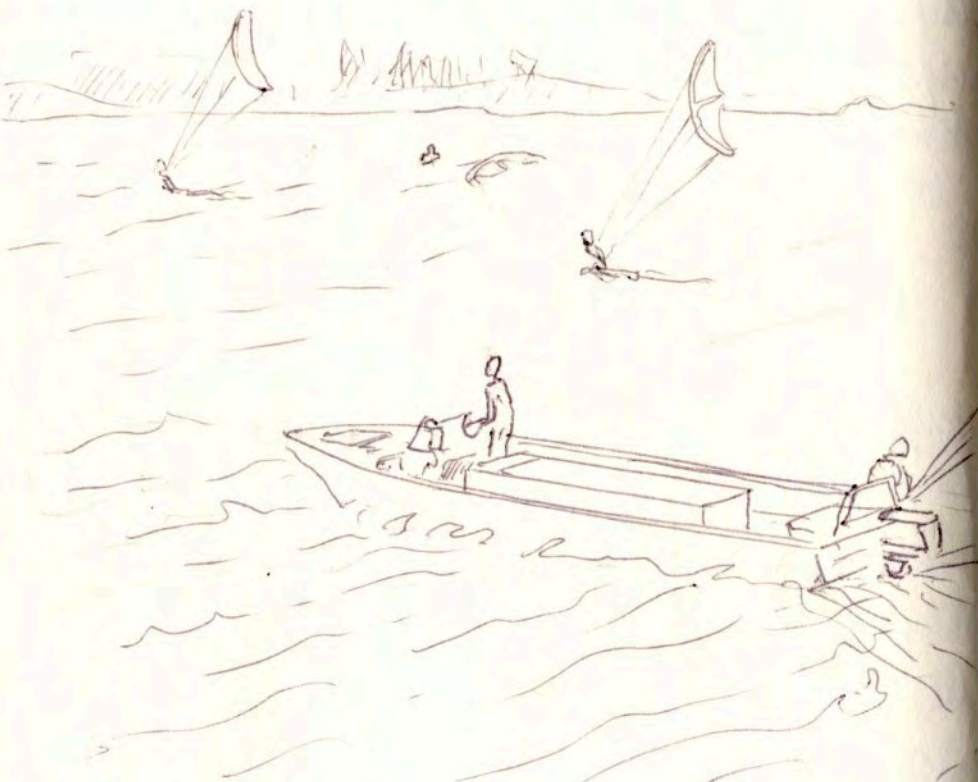


que tu pénètres voler ta par
am totale fends l'eau
firmer ton plaisir
vraiment, je l'ai vécu

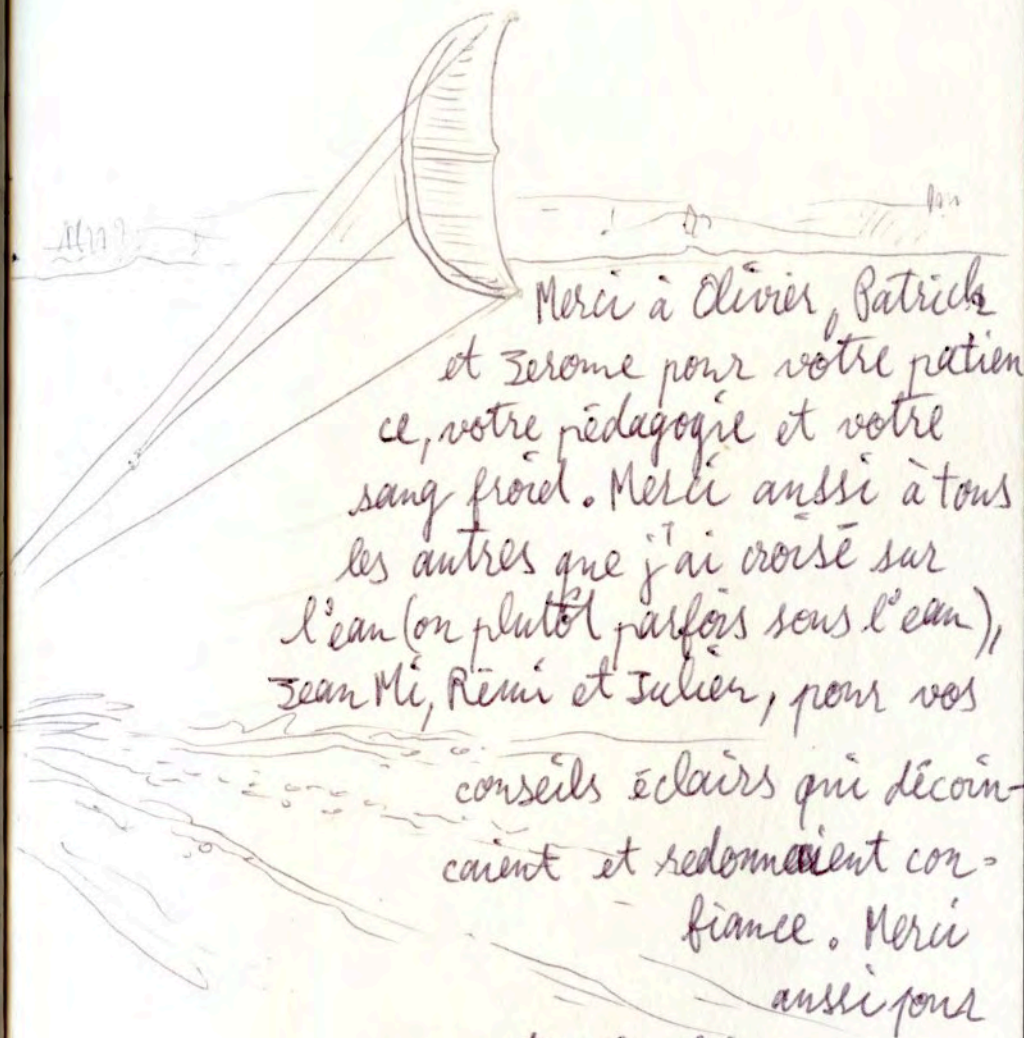
back side, ni
étais pourtant
que j'ai bien
des pauvres

coincide,
comme un puzzle
ds lequel tu mets la
dernière pièce... Tu n'a
plus qu'à admirer, kiffer, grogner!
Wahou c'est le PIED! et la
cerise sur le gâteau, c'est quand tu
réussi à bien caller ton aile avec ta main
arrière et que tu te prends ds le vrantage et
laisse cette main aller caresser l'eau, ou la
telle une dérive, tout comme enfant tu faisais
main ondulante ds le vent en la passant
par la fenêtre de la voiture. Là vraiment là,
c'est peut être le bonheur! Il n'y a aucun
effort (à part les quiboies qui doivent jouer les
portes sur de la très grosse tôle ondulée), tu es
entièrement porté par ton aile et en même temps tu
tu regarde parfois ton sillage juste pour con-
firmer ton plaisir. Cette sensation, entre poisson et oiseau,
alors merci pour cette magie entre plaisir
et adrénaline.





et un grand Merci
aussi à Nathalie
qui est un peu la
Sage de tous ces
fadas d'exocets



Merci à Olivier, Patrick
et Jerome pour votre patience,
votre pédagogie et votre
sang froid. Merci aussi à tous
les autres que j'ai croisés sur
l'eau (ou plutôt parfois sous l'eau),
Jean Mi, Rémi et Julien, pour vos
conseils éclairés qui décoinc
aient et redonnaient con-
fiance. Merci
aussi pour

toutes les fois où vous
êtes venus nous chercher au bout
de l'étang pour nous remonter au vent
en bateau plus efficacement que nous au
près. Un grand Merci aussi pour votre
bonne humeur.

les notes

les ailes

- 15 one ~~Passer~~ Rush (très maniable par vents faibles à moyens) Facile à décoller.
- 13 Passer RRD (très maniable par vents moyens à forts - Très Facile à décoller)
- 16 Addict RRD (très vive par vents moyens à faible mais dur à décoller)
- 17 Blade (+ B par vents faibles) Facile à décoller

les planches (pas bon ... Best Cablan)

- TRAX (light wind) 45 (Bien maniable) (bonne glisse / moyen crantage)
- TRAX (F. one) 42 (Bien maniable) (bonne glisse / bon crantage)
- CRAZY Fly L (Que vent très faible) (glisse corlette / mauvais crantage)
- Fly Door 4 XL ("trop large" "savonnette") (que quand il n'y a pas de vent)

eric @ fildair.com
Remi @ " " "
julien
jean-michel

Sours	Homme	Vent	Force	Ailes	Board
31	olivier	Van	8 à 20N	13 P	TRAX 45
32	olivier	Alizés	8 à 14N	15 one	TR 45
33	Patrick	Alizés	6 à 12N	17 Bde	Fly Door XL
34	Patrick	Alizés	8 à 14	16 Ad	TR 45
35	Jerome	Van	10 à 20	13 P	Fly Door L
36	Jerome	Van	10 à 24	13 P	crazy fly L TR 45 TR 42