



## Dissymétrie

Feuille de liaison sécurité du club

N° 39

### Le slalom au sol

Exercice ludique... mais grandement utile.

Une zone à risque élevé existe en sortie de décollage, c'est *la trajectoire sol non maîtrisée*. Vent de travers, gonflage dissymétrique, accroche d'une suspente etc.. peuvent dévier la voile de son axe au gonflage. Le recentrage nécessaire peut faire perdre l'axe de pente et le lit du vent bien avant qu'elle ne nous sustente. La galère... et le danger de l'aléatoire. Il faudra alors *piloter au sol* pour corriger et nous savons que lorsque l'on a les pieds au sol, la voile « tourne mal » et s'affale souvent du côté opposé au sens du virage souhaité.

Au sol le virage est plus compliqué qu'il n'y paraît. Quand on freine d'un côté, la sur-portance du galbe crée une force sur la 1/2 aile qui tend à faire tourner la voile à l'opposé. C'est du *roulis inverse*. Effet qui fait penser que la voile ne veut pas vous écouter. Vous souhaitez aller à droite et elle veut aller à gauche.. et si vous tentez de résister, ou pire de la « tirer » dans la direction souhaitée, c'est le raté.. Elle s'abat latéralement... ou accroche les arbres latéraux sur les décors étroits.. perdu !

Une fois en vole, peu de voiles gardent du roulis inverse, ce serait des voiles *ratées*, les constructeurs savent juguler cet effet, qui somme toute est normal, mais nous ne le sentons plus. C'est encore possible de le ressentir dans les virages *au frein* sans *appui sellette* sur certaines voiles.

Pour apprendre à régler ce problème au sol, rien de mieux que le travail en *slalom*, avec des plots que vous espacez au besoin, en fonction de votre évolution..

**Efficace et ludique.** Challenge club? Slalom parallèle? Les plaisirs sont variés.

Bien entendu, il faut « aimer jouer le jeu » et les premiers essais ne sont pas toujours comme dans nos rêves de perfection. Alors en bon adulte, nous devons lutter contre le *ridicule de l'échec*.. Ce qui est facile pour les *pioupious* (acceptation de l'incompétence par le débutant) devient un biais cognitif puissant qui s'empare vite des *vautours* dès qu'ils se sentent « arrivés » ou au-dessus de ces petits exercices de pioupious.

Il faut donc commencer par se *blinder le mental* face à l'échec et au regard des copains... . Ne refusons pas un obstacle qui n'a pour risque que d'abîmer notre égo.

En aéronautique, comme ailleurs, le travail mental doit servir à passer par-dessus tout ça. Nous investissons dans notre propre sécurité souvent à ce prix. Des adage sont célèbres..

**« Je ne perds jamais !... Soit je gagne, soit j'apprends ! » - Nelson Mandela**

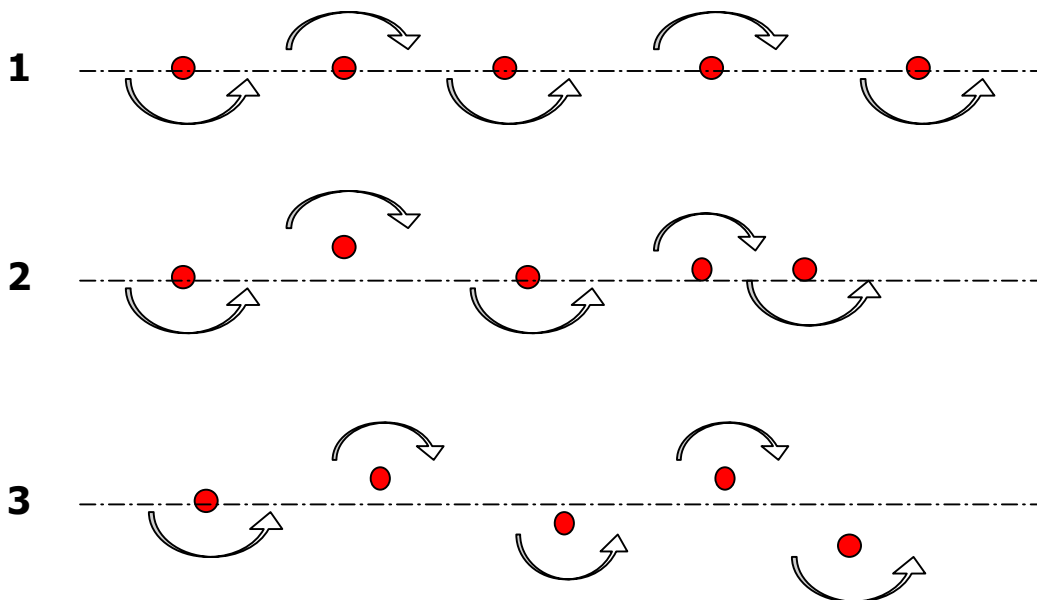
Que chacun se console, cette technique est mal maîtrisée par une grande majorité de pilotes, il faut en *bouffer* en acceptant de nombreux échecs (surtout avec les voiles les plus allongées) Méthode peut-être pas assez expliquée comme *suite logique* au *recentrage* et à la *tempo* ? – Donc le club doit inciter à ce type d'exercice. Avec quelques précautions, le risque est faible.

Alors, pour ne pas *louzer* devant les copain(e)s... voilà une méthode qui marche plutôt bien.

**Équipement :** Recommandations habituelles, chaussures, gants, casque, radio, pantalon.

Tout d'abord, évitons les terrains plats qui empêchent les angles de jouer normalement, la voile n'a pas assez de « poids » vertical, la forte tendance est de tirer à l'horizontale, trop cabrée elle reste imprécise. Évitons surtout les zones de décollage et pentes inadaptées, un participant non autonome peut s'échapper. Il faut trouver la pente « qui va bien », c'est à dire une pente qui ne décolle pas... ( 5 à 10°) S'il y a décollage, l'objectif n'est plus réalisé, la voile doit juste « délester », sinon c'est de la pente école.. Cet exercice peut se réaliser sans vent, il sera d'autant plus difficile. La difficulté se corse si l'installation est vent de travers.

**L'outil :** Pour moduler la difficulté, jouez sur l'espacement des plots (en rouge) et l'irrégularité du désaxé. Quelques exemples, mais la création est sans limite – Entre 10 et 14 pas entre plots.



**La technique :** En ce qui concerne le gestuel à adopter, l'astuce est de « tourner autour de sa main intérieure » comme on ferait avec un planté de bâton de ski...

Bien sûr.. le vin chaud avec Jean-Claude Duce dans les Bronzés font du ski... c'est après !

**Exemple du virage à droite :** Le regard porte à droite ( sur l'objectif entre plots), la main droite met du frein (la 1/2 aile augmente sa portance et veut lever = *roulis inverse* ) le corps s'écarte à gauche, sans détourner le regard, ce qui aide le *vrai roulis* salvateur (annule le *roulis inverse*) lancer le virage sur l'objectif ( espace entre plots) le regard cherche alors l'objectif suivant à accrocher etc..

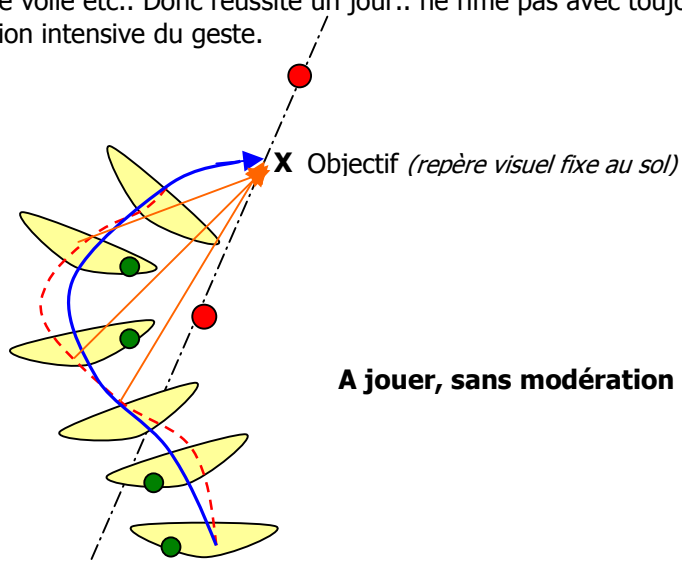
L'enchaînement demande de l'anticipation permanente du regard. Au-delà de la technique, le rythme dépendra de l'aérologie, de l'agilité de votre voile etc.. Donc réussite un jour.. ne rime pas avec toujours ! L'automatisme est un acquit lié à la répétition intensive du geste.

En *bleue* la trajectoire du centre de poussé de la voile

En *tiret rouge* le parcours du pilote au sol

Le point *vert*, coté freiné.

Flèche *orange* le regard du pilote



**L'ASC**  
Jimmy  
25.10.2023