



PHOTOS MARTIN SCHEEL.

# CONSEILS POUR BIEN ATTERRIR

**ON EMBELLIT SON VOL EN RETROUVANT LE SOL  
AVEC CETTE MÊME DOUCEUR ET PRECISION  
AÉRIENNES QUI ONT PERMIS L'ENVOL...**

**A**TERRIR propre et précis, c'est une question d'entraînement, donc de travail, de méthode et de concentration...

## DESSINEZ VOTRE APPROCHE

Moins vous êtes expérimenté, plus il faut anticiper votre atterrissage. Bien avant d'entamer l'approche, observez ce qui se passe en bas, du côté de l'atterro : le vent, d'éventuels obstacles, d'autres voiles en approche... En fonction de tout

cela, anticipez votre retour au sol en dessinant mentalement votre approche. En U, L ou S, mais simple, logique, et se terminant toujours par une finale en ligne droite.

## CE QU'IL FAUT OBSERVER...

- *Le sens et force du vent.* Repérez suffisamment tôt les signes visibles : drapeaux, fumées, arbres feuillus... Si vous apercevez une voile en approche, observez dans quel sens elle se pose. Si son pilote garde la voile





sur la tête quelques instants, c'est qu'il y a un peu de vent. S'il se penche en avant pour avancer, c'est que ce vent est assez fort. Vous pouvez aussi estimer le vent en volant successivement dans un sens puis dans le sens opposé et en comparant votre dérive par rapport au sol. Si vous ne sentez pas de différence, si rien ne vous paraît bouger au sol, c'est que le vent est nul ou faible. Dans ce cas, peu importe le sens d'atterrissage. Si à l'inverse le vent est assez soutenu, prévoyez une approche un peu en amont du terrain, car le vent peut vous faire dériver au-delà du terrain.

- *D'éventuels obstacles.* Arbres, lignes, lampadaires, voiture garée dans l'axe du terrain... Repérez les tôt, surtout s'il s'agit d'un atterro que vous ne connaissez pas.

- *Autres voiles.* Si d'autres voiles sont en approche en même temps que vous, vous pouvez soit les devancer

**Chaque vol offre l'occasion d'un entraînement à la précision. Imposez-vous une cible, réelle ou imaginaire, pour vous habituer à poser toujours précis !**

(par exemple en faisant les oreilles), soit les laisser vous devancer en cherchant à optimiser votre plané. Sinon, adaptez votre approche en serrant bien un côté du terrain et en montrant nettement votre intention pour éviter tout risque de se gêner. Soyez méthodique et précis.

**ATTERRIR PRÉCIS**

A chaque atterrissage, imposez-vous un exercice de précision en vous fixant une cible, réelle ou imaginaire. La trajectoire suit le regard, donc fixez des yeux l'endroit précis où vous avez décidé de vous poser (sans perdre de vue ce qu'il y a autour). Et surtout, faites toujours une finale en ligne droite ! En vous imposant cela à chaque vol, vous progresserez vite en précision d'atterrissage.

**AFFALER PROPREMENT**

Si le vent est soutenu, lorsque vos pieds touchent le sol, restez bras hauts, puis retournez-vous face voile et avancez vers elle, enfin affalez-la d'un coup (par exemple en tirant fermement les arrières), puis contournez l'aile affalée de façon à la déventer le plus vite possible (en ne laissant pas ses caissons ouverts face au vent).

Essayez aussi de ne jamais laisser votre aile retomber sur son bord d'attaque : cela peut l'abîmer et ce n'est pas élégant. Pour cela, lorsque vos pieds touchent le sol, continuez à avancer tout en abaissant le plus possible les commandes pour que l'aile retombe derrière vous, sur son bord de fuite.

**CONCLUSION**

Chaque vol peut être l'occasion d'un entraînement. Entraînez-vous à poser toujours précis. Le top : une saison de compétitions Vol et Ski, il n'y a pas mieux pour apprendre à poser dans un mouchoir. Avec un peu de travail et de concentration, tout cela deviendra vite naturel et vous n'aurez même plus à y penser. ■

**DEUX PIÈGES**

**1. Le gradient...** Dans les derniers mètres précédant l'arrivée au sol, il arrive qu'on passe assez brutalement du vent fort qui vous empêche d'avancer à une couche de vent nul ou très faible. Le risque, si l'on est trop en freins à cet instant, c'est de poser un peu durement, voire sur le cul. La solution consiste à exagérer le geste final : une prise de vitesse (bras hauts) bien marquée, suivie d'une ressource tout aussi prononcée (abaissez les mains le plus profondément possible). Habituez vous à faire ce geste très profond, il vous permettra de toujours vous poser en douceur.

**2. Les bulles.** En conditions thermiques, il arrive qu'au moment de poser, une bulle vous remonte de quelques mètres... alors que vous vous rapprochez du bout du terrain ! Comme pour ce qui se voit (obstacles, autres voiles), ce qui ne se voit pas (turbulences, bulles, gradient) peut aussi s'anticiper. Si l'on sait que cela peut buller, on prévoit une approche plus en début de terrain, de façon à garder de la marge pour des bulles éventuelles. Si l'on sait que l'atterro va être turbulent, on s'y prépare en gardant un peu plus de frein ou en se mettant aux oreilles...

**DEUX TECHNIQUES A MAÎTRISER**

**1. Oreilles...** Par vent fort ou turbulent n'hésitez pas à vous mettre aux oreilles jusqu'au sol. Trois avantages : la voile est stabilisée, elle ne peut quasiment plus fermer, et cela raccourcit l'approche. De plus, aux oreilles, l'aile offre moins de prise au vent puisque sa surface est réduite. Une fois les pieds au sol, gardez les oreilles fermées, retournez vous face voile, puis avancez vers elle en l'affalant d'un coup.

**2. Poming...** Cette technique, souvent utilisée dans les compétitions Vol et Ski, permet d'ajuster et de raccourcir un posé. On donne une succession de coups de freins, mais en veillant à ne jamais rester mains basses (risque de décrochage). Chaque coup de freins doit donc être suivi instantanément d'une remontée rapide des mains. Chaque "poming" vous fera descendre d'un bon mètre et raccourcira considérablement le plan de descente. L'idéal est de se familiariser avec cette technique en stage.

**VACHE (atterrissage improvisé).**

Il peut arriver d'avoir à improviser un atterrissage. Dans ce cas, on cherchera des yeux, le plus tôt possible, l'espace le plus accueillant possible (grand, dégagé...). S'il n'y en a pas et qu'il faut se poser dans un espace restreint, peut être entouré d'obstacles, on essaiera d'imaginer l'écoulement de l'air à cet endroit et on mettra toute son application à faire l'approche la plus logique et la plus précise possible, en utilisant notamment les techniques d'approche aux oreilles et pomping (voir encadré). C'est alors qu'on remerciera le ciel d'avoir travaillé la précision d'atterrissage à chaque vol !

**5 DÉFAUTS COURANTS**

**Je suis crispé en approche**

Volez sur des sites où le terrain d'atterrissage est spacieux, visez plutôt le milieu du terrain et pensez à anticiper votre approche !

**Je suis erratique en approche**

Devenez méthodique : anticipez votre approche en la dessinant mentalement.

**Je pose souvent durement**

Exagérez le geste final : prise de vitesse bras hauts bien marquée, puis ressource en abaissant les mains comme si vous vouliez toucher vos pieds. Travaillez vos atterrissages aussi l'hiver, pour profiter de la douceur de la neige.

**Je ne pose jamais exactement où je veux**

Imposez vous une cible réelle ou imaginaire à chaque atterrissage. Peu à peu vous améliorerez votre précision.

**Ma voile retombe toujours sur son bord d'attaque**

Au moment où vos pieds touchent le sol, continuez à maintenir les freins le plus bas possible, tout en avançant. Ainsi votre voile retombera derrière vous, sur son bord de fuite.