

Les disciplines du Parachutisme Sportif

Le parachutisme sportif regroupe différentes disciplines qui s'exercent en loisir ou en compétition (*voir les "Disciplines" dans la galerie de photos*) :

- la **précision d'atterrissage** (ou P.A.) est une discipline qui se pratique en individuel ou en équipe, à 1.000 mètres d'altitude. Le but est d'atterrir sur une pastille de 2cm de diamètre au centre d'une cible gonflable ou en mousse.

- le **voile contact** (discipline par équipe) consiste à réaliser des figures voile ouverte, à partir de 2.000 mètres.

- la **voltige** (discipline individuelle) : effectuée à partir d'une altitude de 2.200 mètres, 6 figures imposées (tours et saltos) doivent être exécutées en un minimum de temps (moins de 8 secondes seulement).

- le **vol relatif** (discipline par équipe) : une suite de figures imposées en chute libre sont à réaliser par plusieurs parachutistes. L'altitude de départ est de 3.000 mètres

- le **free-style** (discipline par équipe). Cette discipline artistique est apparue il y a quelques années seulement. Elle s'apparente à de la danse artistique ou à un ballet aérien.

- le **free-fly** : c'est la dernière discipline "à la mode". Elle consiste à réaliser des figures tête en bas, seul ou à plusieurs.

A quel âge peut-on commencer ?

Il faut avoir **15 ans révolus** (autorisation parentale pour les mineurs) et obtenir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du parachutisme (auprès d'un médecin habilité par la Fédération Française de Parachutisme).

Faut-il être sportif pour pratiquer le parachutisme ?

La pratique du parachutisme n'exige pas d'aptitudes particulières. Néanmoins, comme pour toute activité physique, il faut être en bonne santé.

Comment débiter ?

- par la méthode dite "**traditionnelle**" : vous sautez à 1.000 mètres d'altitude. Dès la sortie de l'avion, le parachute s'ouvre automatiquement grâce à une sangle reliée à l'avion. Au préalable, vous suivez une formation spécifique au cours de laquelle toute la théorie du parachutisme vous est enseignée. Vous progressez à votre rythme.

- par la "**P.A.C.**" (progression accompagnée en chute). C'est la méthode la plus rapide pour accéder à la chute libre. La P.A.C. se déroule sur une semaine de stage où 8 sauts sont à réaliser. Après la formation théorique, vous montez à 4.000 mètres, encadré par 2 moniteurs, pour mettre en pratique la formation en chute libre.

Comment se passe l'atterrissage ?

Vous atterrissez en douceur. La voile vous soutient et les freins exercés sur les commandes permettent d'atterrir debout.

A-t'on peur de sauter de l'avion ?

Au début, on a tous un peu peur de s'élancer dans le vide. C'est un nouvel élément comme l'eau, qui demande une adaptation aux gestes dans ce nouvel espace. Durant la formation, vous êtes encadrés par des moniteurs diplômés d'Etat qui suivent votre progression. Très vite, la peur disparaît et une sensation d'exaltation vient remplacer vos appréhensions.

Alors, n'hésitez pas, venez découvrir avec nous ces nouvelles sensations !!!