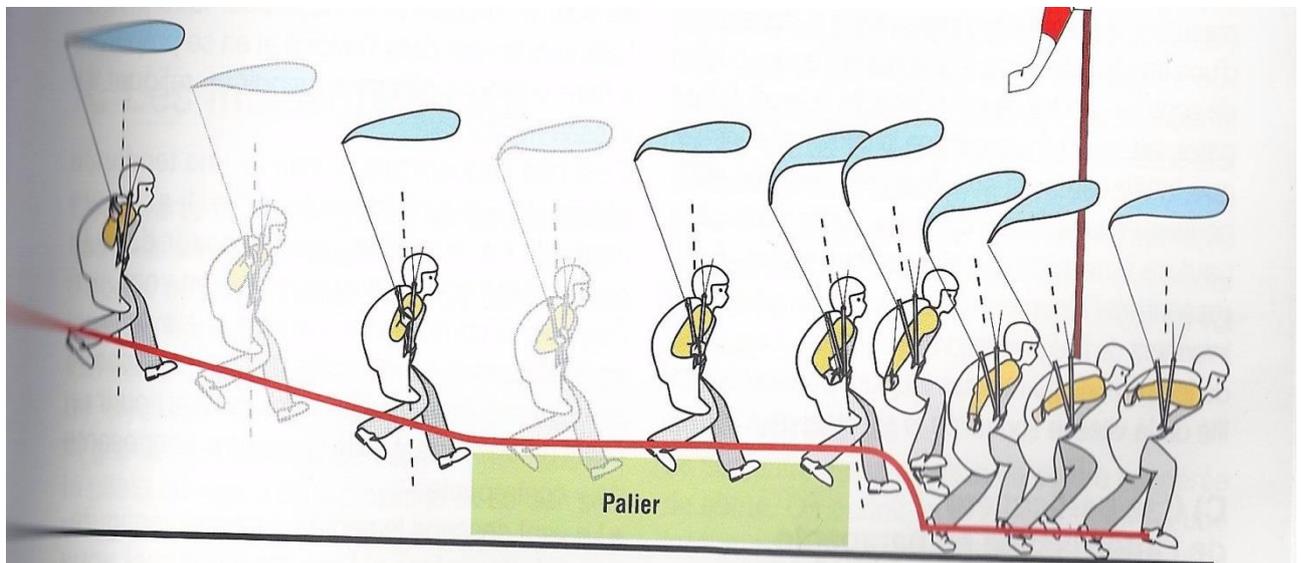


La Ressource ou Arrondi ou « Flare »

1 Définition :

L'objectif est d'atterrir le plus doucement possible : réduire au maximum la vitesse horizontale et surtout le taux de chute.

C'est donc la dernière action avant de toucher le sol. Elle consiste à utiliser une vitesse/air importante en freinant un peu pour incurver la trajectoire presque à l'horizontale et raser le sol à environ 1 mètre (taux de chute nul) puis en freinant fort pour arrêter toute vitesse.



2 Préparer l'arrondi:

-vitesse importante : Près du sol, une position des freins « au contact » permet d'emmagasiner une **vitesse importante** afin d'éviter le piège du gradient de vent et d'assurer une énergie suffisante pour effectuer une bonne ressource. Si l'on a besoin de relever les mains pour prendre de la vitesse, il faut le faire progressivement pour ne pas provoquer de mouvement de tangage.

- « Sortir de la sellette » et se mettre debout à l'avance: une position debout équilibrée est primordiale pour bien se réceptionner au sol et pour être précis dans le pilotage aux freins. Il faut d'abord avancer les fesses/bassin vers l'avant de la planchette puis après se redresser en position debout

3 Arrondir ou ressourcer ou « flarer » :

-Le regard doit quitter le point d'aboutissement au sol pour se porter loin devant afin de garder des repères d'horizontalité et de verticalité.

- **Le freinage final:** Vers 2/3 mètres / sol, il faut commencer l'arrondi en freinant par un appui doux. Le pilote doit alors tenir compte de l'effet que produit sur la trajectoire le début de son freinage (les premiers 20% environ):

Cas 1: si le sol cesse de se rapprocher (ce que l'on appelle palier) ou se rapproche plus doucement alors le pilote devra temporiser ou ralentir l'action sur les freins le temps qu'il faut pour être tout près du sol (environ pieds à 50 cms du sol) avant son freinage maximum.

Cas 2 : si le sol continue à se rapprocher à la même vitesse, il doit continuer à augmenter le freinage pour finir avec le maximum de freins avant de toucher le sol (environ pieds à 1 mètre du sol) en descendant ses mains vers le bas derrière les fesses, bras tendus. .. Ce gestuel nous mettra dans une position légèrement penchée en avant, équilibrée pour se réceptionner sur la pointe avant de notre pied de réception.

La ressource idéale dépend de l'aérogologie et seul le feeling vous permettra d'adapter le dosage et la vitesse (« timing ») de votre gestuel. C'est une adaptation instantanée à l'aérogologie. Il faut retenir que le début du freinage doit être doux et anticipé et que juste avant de toucher le sol il faut avoir freiné à fond les mains en arrière des fesses afin que la vitesse soit minimale et votre position debout équilibrée. Néanmoins en cas de vent très fort jusqu'au sol, il ne faudra pas freiner à fond pour ne pas reculer.

N.B. : Cela peut paraître évident de dire qu'il faut quoi qu'il arrive effectuer le freinage de la ressource avant de toucher le sol ! Mais en pratique on voit quelquefois des pilotes qui en cas d'imprévu « atterrissent » sans freiner ! Par exemple parce qu'ils posent sur un obstacle (arbuste, parapente au sol, grand-maman qui se promène, etc...) ou bien parce qu'ils atterrissent plus court que prévu à quelques mètres du terrain ou surpris par une trajectoire qui descend plus vite près du sol. Cela doit devenir un réflexe, quoi qu'il se passe, je freine à fond avant impact !

