

Les secrets de champions, par Dennis Pagen

(traduction « libre » par Marc Jeanne)

Résumé d'interviews des meilleurs pilotes Delta mondiaux de ces dernières années (Th. Suchaneck, R. Walbec, O. Bondarchuck, G. Heinrichs, M. Ruhmer, ...)

A travers ces interviews, il y a de nombreuses idées, trucs et techniques révélés par nos as sélectionnés. Beaucoup de ces trucs sont utiles pour nos vols de tous les jours, d'autres le sont pour les compétitions. Mais tous sont importants pour développer l'excellence en vol.

Nos savoir faire, jugements et décisions sont acquis au cours d'un certain temps et nous ne pouvons pas appliquer et même nous souvenir de tous les points importants à la fois. Certainement que de multiples relectures de ces interviews au fur et à mesure de notre progression sont le meilleur moyen d'utiliser ces données à notre avantage. Pour aider à faciliter ce processus, nous proposons ce résumé des principales idées contenues dans ce bouquin. Ce résumé peut être utilisé pour sensibiliser votre mémoire à ce qui est important de faire ou pour vous aider à surmonter des points faibles. Nous avons organisé la liste ci-dessous en catégories : aspect mental, vol en thermique, vol en cross-country, vol en compétition et équipement.

L'aspect mental

1. L'aspect mental du vol est extrêmement important pour bien faire. Cet aspect s'applique à l'efficacité en thermique, la façon de trouver les thermiques, la façon de choisir sa route en XC et en compétition.
2. Il est nécessaire de développer l'aptitude à prendre le maximum de décisions de manière intuitive et inconsciente. Ce mode « holistique » de pensée est nécessaire pour pouvoir traiter le maximum d'informations le plus vite possible comparativement à un mode de pensée logique et linéaire.
3. Il y a des méthodes pour s'entraîner à ce mode de pensée de type instinctif. Le secret principal pour que ce procédé prenne place est la relaxation.
4. Essayer de prendre des décisions instinctives en mode conscient.
5. Lire, étudier et appliquer ce que vous apprenez.
6. Faire des observations utilisables en l'air (étude des nuages).
7. Observer en l'air et analyser plus tard (ce qui est arrivé avec chaque décision prise). Ne pas devenir hyper analytique en l'air ou vous pourriez rater beaucoup d'autres opportunités.
8. La patience est une vertu lorsqu'elle est utilisée au bon moment.
9. Prendre des risques tel qu'exploiter des thermiques sous le vent peut être payant à court terme, mais invariablement conduira à des accidents et des déboires.
10. La raison du vol est le plaisir ; garder la bonne attitude pour garder un bon souvenir de vos vols.

Le vol en thermique

1. Améliorer votre vision (avec des lunettes de vue ou de soleil).
2. Se concentrer pour optimiser chaque virage en thermique.
3. Apprendre à suivre les thermiques lors de leurs changements et prévoir le même comportement des thermiques un jour donné à des hauteurs similaires.
4. Utiliser les variations au sein d'un thermique pour augmenter votre gain
5. Quand l'ascendance s'arrête ou bouge, ne pas s'effrayer d'explorer les côtés, mais être prêt à retourner dans la zone quittée s'il n'y a pas d'amélioration.
6. Ressentir les paramètres aérodynamiques sur votre aile pour aider à détecter où se trouve l'ascendance.
7. Apprendre à thermiquer (ne pas seulement rester au plafond).
8. Apprendre à voler en petites conditions.
9. Se créer un modèle correct des différents thermiques.
10. Utiliser une instrumentation qui est très adaptée et sensible pour donner la valeur de l'ascendance et la vitesse de vol.

Le vol en Cross Country

1. Se créer un modèle correct et observer les courants aériens. Apprendre à prévoir les courants.
2. Essayer de se représenter la nature des thermiques un jour donné dès qu'il est possible d'utiliser au mieux leurs ascendances.

3. Choisir des lignes d'ascendances si possible en transition. Si vous vous retrouvez dans une zone « dégueulante », la quitter !
4. Regarder constamment autour de vous pour des signes et indications de bonne ascendance et bonne route.
5. Essayer constamment d'anticiper les changements et regarder devant pour de prochains thermiques possibles et routes potentielles.
6. Apprendre à voler sur la meilleure transition et à aller vers les sources de thermiques.
7. Apprendre à transiter efficacement (vitesse de vol optimale).
8. Etre attentif aux changements de trajectoire et aux comportements de l'aile pour évaluer les thermiques. Etre attentif aux conditions aérologiques et se faire une représentation de ce qui se passe.
9. Apprendre plus sur le temps à petite et large échelle. Avec des vols de plus en plus longs, nous rencontrons plus de conditions variées dans un vol.
10. En conditions ventées, être spécialement attentif à la position de l'ascendance dans l'espace et à sa trajectoire.

Le vol en compétition

1. Développer la confiance dans vos décisions et avoir la certitude de s'y tenir.
2. Une des qualités des pilotes de très haut niveau est la capacité à prendre des décisions plus vite que le reste d'entre nous. Ceci est probablement dû à leur capacité à absorber et à traiter plus vite plus d'informations.
3. Si en final vous faites une erreur, essayez de ne pas la répéter et l'utiliser pour vous améliorer.
4. Essayer de ne pas se trouver bloquer dans des grappes. Développer la confiance nécessaire pour voler selon votre propre route si les signes disent que c'est la meilleure. Eviter l'instinct grégaire.
5. Apprendre à prendre vos propres décisions.
6. Se donner des buts et apprendre à faire des triangles avec des branches vent de face ou de travers.
7. Une façon de se relaxer en compétition est de garder une attitude positive. Ne pas se décourager suite à un mauvais vol ou s'exciter exagérément après un bon vol.
8. Voler positivement et studieusement. Si vous êtes exagérément agressifs, cela peut conduire à trop de hauts et de bas ou vous éviter de vous relaxer.
9. Si les ascendances manquent, avoir la patience d'attendre qu'une aile grimpe et vous rejoigne.
10. Apprendre à utiliser sa chance.
11. Ne pas essayer de grignoter chaque morceau d'ascendance un bon jour.

Le matériel

1. Voler avec une aile performante, mais le plus important, en choisir une avec laquelle vous vous sentirez en confiance et qui est agréable à piloter.
2. Essayer différentes ailes et conceptions avant d'en retenir une pour trouver quel type convient à votre style
3. Rester, si possible, fidèle à un constructeur de manière à établir une relation durable et avoir un traitement préférentiel basé sur votre loyauté.
4. Faire attention au fait que des ailes de la même production, même modèle et même taille peuvent avoir des performances différentes dues à de petites, subtiles différences de production.
5. Apprendre à régler votre aile (*Delta*) pour votre style de vol et pour la performance.
6. Ne pas compromettre la sécurité avec des réglages (*Delta* : trop abaisser les floatings) ou vous ne serez pas tranquilles en vol et aussi serez moins réceptifs aux conditions.
7. Régler votre aile (*Delta*) instable spirale si vous voulez être plus efficace en thermique.
8. Ne pas trop compromettre la maniabilité ou vous ne pourrez pas réagir correctement à l'aérologie.
9. Garder votre aile en bon état si possible . Les pilotes de haut niveau peuvent changer d'aile plusieurs fois en une saison.
10. Faire très attention à la réduction de traînée au niveau de votre équipement (harnais, casque, instruments) comme vous le faites pour votre aile.