GLASSY

#1

GLASSY ?

Entre un plan d'eau choppy et une vague bien glassy, le choix est vite fait.
Entre un journal dans le chaos et un magazine Glassy, le choix ne nous a pas été laissé, mais qu'il en soit ainsi. Le timing n'est pas idéal, mais on y va quand même !

J'ai été le dernier rédacteur en chef des mags papier Kiteboarder et Wingsurf chez l'éditeur Nivis (ex-Nivéales), liquidé... mais dont les marques continuent d'être exploitées par les mêmes. De nombreux collaborateurs ont été mis à la porte pour réduire les coûts, après n'avoir bien sûr jamais été payés. Ces journalistes et riders ont pourtant toujours en eux l'envie de partager des connaissances et transmettre leur passion et en voici le reliquat. De façon lente, réfléchie et indépendante, à rebours de la tendance, sans communiqués de presse et contenus sponsorisés facilement accessibles ailleurs.
Ce fanzine paraît orienté kite (Glassy#2 sera plus wing), mais ce n'est qu'une illusion ! Tous ceux et celles qui aiment aller sur l'eau y trouveront des choses qui pourront les accompagner. Glassy#1 offre aussi une grande place aux femmes. C'était une envie de longue date, car, paraît-t-il, les filles formeraient 30% de nos effectifs. Parce que l'adrénaline, ne requiert pas de testostérone, ce qu'on y écrit au féminin conserve une vocation totalement mixte, qui concerne tout autant les hommes que les femmes, en kite ou en wingfoil, tant il est évident que ce qui nous rassemble sur l'eau est plus important que ce qui nous sépare.

Vincent Chanderot

GLASSY
glassy@etik.com
glassy.kite.wing

Responsable de la publication et DA :
Vincent Chanderot
Ils et elles ont contribué à ce «fanzine» :
Ariane Imbert, Matchu Lopes, Moona Whyte, Justine Dupont, Baptiste Levrier, Laurent Ness, Gabi Steindl, Rita Arnaus, Edouard Fontan, Delphine Termignon, Donatien Roger, Axel Reese, Johanna Disdier, Naïs Legrand, Sam Delcominette, Anouck Vila, Svetlana Romantsova, Antoine Piel.

La reproduction même partielle des articles et illustrations est interdite.
Dépôt légal juillet 2025

(c) Eleveight

KITEBOARDEUSE

SOMMAIRE

8 VENT DE LEGENDE- Le Meltem

14 JUMP- 10 bonnes raisons de se jeter dans le parakite & parapente ... ou pas

22 MATOS- Parawing, retour en hype du kite !

30 PEDAGO- 27 ans de péda : Le waterstart en 3 coups

38 BRICO- Un calage aux petits oignons

44 COACHING- Donnez du Stance à votre vie

56 TEST- Ailerons a profils infinis

58 LECTURE- Développe ton sens marin

62 AVENTURE- Eloge du trip solo au féminin

76 RIDEUSE- Rencontre avec Moona Whyte

84 AU FEMININ- Mieux se comprendre

90 LIFE- Ariane Imbert : Meet the boss

98 COACHING- Yoga et échauffement

104 PHILO- Tiki : Les copeaux d'abord

114 PARCOURSUP- Photographe

124 TRICKS- Matchu flat & funky style

130 PRISE DE BEC- Avec la pêche à Ingrill

134 NATURE- Le barometre santé des océans

136 CARTE POSTALE- Jour de gros à NAZARé

140 PORTFOLIO- Lords of Tram de Antoine Piel

Photo : Pedro Matos sur Ponta Preta.
(c) Stiller GKA
En une : Jason Van der Spuy, Superloop
(c) Aron Rosslee

Laurent Ness
Moniteur
Pionnier

Gabi Steindl
Wavetrotteuse
des antipodes

Rita Arnaus
Freestyle
Icon

Vincent Chanderot
Red Chef

Ariane Imbert
Entraineur
National

Moona Whyte
Déesse
Hawaiienne
du swell

Justine Dupont
Very
Big Wave
rideuse

Naïs Legrand
Monitrice
et tikiste

Johanna Disdier
Liguiste PhD
Big air rideuse

Edouard Fontan
Vigneron et
Tiki shapeur

Matchu Lopes
Wave Master

_Rider **Yücel Paralik** _Photo **Steven Akkersdijk** _ZA/25

VØTRE STYLE. VOTRE PACE.

LA POLYVALENCE AVEC L'ESPRIT BIG AIR

La Pace, la toute nouvelle innovation de la gamme CORE, conçue pour couvrir l'ensemble des disciplines du kite, pour les riders de tous niveaux qui veulent repousser leurs limites à chaque session.

Sa structure trois lattes, vive et réactive, associée à la puissance de son shape allongé, en fait une aile de freeride polyvalente, sportive, avec un énorme potentiel pour le Big Air. Faites monter les tours, posez des nouvelles figures, ou engagez vos loops encore plus.

Passez au niveau supérieur !

—

PACE

HIGH PERFORMANCE

BIG AIR / FREERIDE / FREESTYLE / WAVE

CoreTex 2 TRIPLE RIPSTOP

ExoTex 2 ULTRA RIGID DACRON

FIND US
CORE Kiteboarding GmbH
Osterstraße 47
23769 Fehmarn / OT Burg
Germany

+49 (0) 4371 / 88934-0
https://ridecore.com
info@ridecore.com

Regarde ce dont le Pace est acapable
https://rideco.re/pacefr

DESIGNED IN FEHMARN

par Vincent Chanderot

MELTEM
LE VENT DES DIEUX

S'il existe un vent mythique, témoin de sessions épiques et d'exploits mythologiques, c'est bien celui qui balaye pendant tout l'été la mer Egée entre Grèce et Turquie : le vent Etésien, mieux connu sous le nom de Meltem. Partons à la découverte de ses petits secrets!

(c) Fun & Fly / Limnos

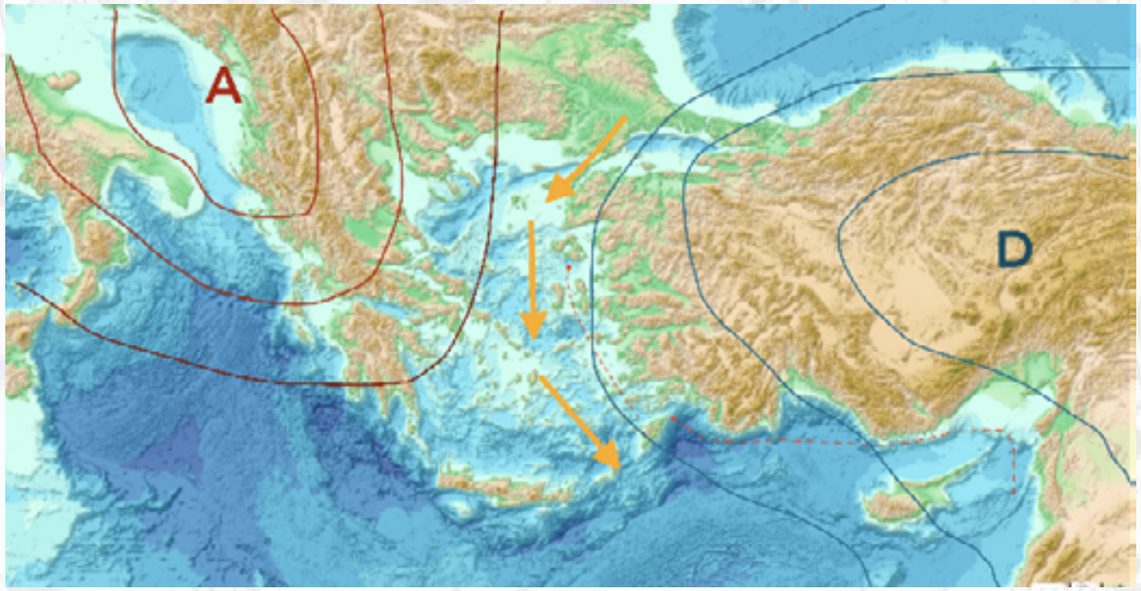
Naxos, Paros, Karpathos, Kos, Limnos ou Mykonos sont des destinations qui fleurent bon l'ouzo, la cuisine à l'huile d'olive et les maisons chaulées. Ce sont surtout des îles gâtées par les dieux des vents et du kitesurf !

Un peu d'histoire

L'Eole qui nous intéresse n'était pas vraiment un dieu, il était gardien des vents pour le compte de Hera. Zeus les avait enfermés, de crainte qu'ils n'emportent le Ciel et la Terre. Eole, en bon gestionnaire, ne devait les laisser sortir qu'un par un, à sa discrétion ou sur la requête des dieux de l'Olympe. En cas de besoin d'une petite tempête, il lui suffisait de planter sa lance dans un rocher de son fief de Lipari, érigé dans les îles Eoliennes, pour que démarre la session. A sa mort, ce fonctionnaire prudent et efficace (malgré quelques bourdes notamment avec Ulysse) fut placé par le dieu des dieux sur un trône dans l'Antre des Vents, où le bienheureux fut invité à prolonger sa carrière bien au-delà des 64. Le Meltem qui nous intéresse ici ne franchit pas le Péloponnèse et ne touche donc jamais l'île de Lipari chez Eole, aussi si vous avez la chance de faire le tour de Grèce et de Turquie faudrait-t-il peut-être prévoir quelques offrandes complémentaires pour d'autres dieux, tout particulièrement Borée, celui du Vent du Nord, qui se partage la rose avec ses trois frères Anémoi : Zéphyr (vent d'Ouest), Notos (Sud) et Euros (Est).

Un peu de géo

Le Meltem (ou Meltemi) est le nom d'origine turque pour décrire l'Etésien, vent saisonnier soufflant de la fin mai au mois de septembre, dont le pic chevauche juillet et aout. Il contourne dans un grand arc de cercle la péninsule anatolienne (la Turquie), en prenant sa source en mer Noire, franchit Marmara (en secteur NE), balaye la mer Egée et l'archipel des Cyclades (secteur N) puis tourne (secteur NW) sur l'archipel du Dodécanèse (Kos, Rhodes, Karpathos).
Piégé entre les montagnes grecques (3000 m) et turques (presque 4000m), il est canalisé par ces massifs sur la mer Egée, mais subit aussi des effets venturi locaux très importants entre les îles, notamment les plus élevées, comme par exemple entre Mykonos et Tinos, ou entre Karpathos et la Crête ou Rhodes.



Situation météo accompagnant le meltem : Anticyclone sur les Balkans, dépression sur l'Anatolie

Un peu de météo

Les étésiens sont des vents synoptiques de grande échelle. Le rider peut tomber aisément dans le panneau, comme ça a été mon cas de jeune moniteur ignorant, trop ravi de pouvoir se remettre de ses nuits agitées pendant les matins toujours calmes : le Meltem n'est pas un vent thermique. Il n'est pas lié à une brise de mer ou un phénomène de dépression thermique. Il est généré par l'anticyclone des Açores bloqué sur les Balkans en été, au contact de la dépression du Pakistan occidental (à l'origine de la mousson indienne) centrée sur l'Anatolie. Vous le savez, le vent est d'autant plus fort que les isobares sont resserrées. Au-delà de 12 hPa entre les Balkans et la Turquie, c'est « tous aux abris » à part chez les kitesurfeurs. Il n'est pas rare de relever 15hPa, en raison de la chaîne des Taurus, au sud de la Turquie, qui crée une dépression sous-le-vent (en soulevant le flux) et provoque comme une aspiration supplémentaire. Par ailleurs, la canalisation forcée du Meltem dans la « vallée » que constitue la mer Egée empêche la force de Coriolis (vous savez, celle qui dévie sur sa droite tout flux dans notre hémisphère) d'équilibrer les forces de pression. Or, un vent contraint par les reliefs, comme on l'observe ici ou pour le Mistral et les Galernes, a tendance à accélérer.

Un peu de culture marine

Pour les navigateurs, la présence de rosée matinale sur les pontons annonce général une journée sans meltem. Les jours secs, le Meltem est un vent qui n'a rien d'extrême, mais qui peut toutefois s'avérer ravageur dans les passes, voire un peu sous le vent des îles. Il saute le relief puis retombe avec fracas sur la surface de la mer. Sa réputation chez les marins est surtout liée à la mer qu'il lève, quand il s'agit de l'aborder au près. Le fetch très court en raison des îles innombrables limite la hauteur des vagues, qui se matérialisent plutôt au sud du Dodécanèse et à l'est de la Crète. Cependant, le long de la côte turque, un contre-courant anatolien de sud, provoqué par le Zéphyr et le Meltem, après qu'ils butent surle cul-de-sac palestinien, peut lever un clapot terrible. Ce courant draine de l'eau chaude sur Rhodes, tandis que le nord de la Turquie soumis au courant du Bosphore sera baigné d'eaux bien plus froides que la façade grecque. En effet, le vent de Nord y est side-shore de la droite. Cela provoque un éloignement des eaux de surface (Coriolis, encore lui !) donc une remontée d'eaux profondes froides, ce qu'on appelle un upwelling.

Hannah Whiteley par Aris Giannoukos

Un peu de ride

Le bon ride se trouve donc en mer Egée pendant l'été. Avant, il y a de l'Ouest ou un NW teigneux, le Poyraz. Le Meltem est ultra-dominant sur toute la période estivale, ultra-régulier, dans les 5 jours par semaine, aussi les bons spots sont très bien connus. Selon l'orientation du spot, il soufflera entre 5 Bft et 8/9 Bft (en particulier s'il se trouve dans un goulet). C'est en général vers Rhodes qu'il est le plus fort. La multiplication d'îles et îlots aux alentours d'un spot peut influencer le vent dans la mesure où ces îles fortement chauffées par le soleil créent des petites dépressions thermiques favorables à un renforcement du vent. La très forte instabilité de la masse d'air qui les surplombe fait obstacle à l'écoulement de l'air et peut rendre le Meltem turbulent. La brise de mer peut le renforcer, mais le Meltem n'est pas un vent thermique ! La nuit, puisque nous avons affaire à un vent synoptique, le vent ne diminue pas. C'est une cloche d'air frais et stable qui s'installe sur les îles ou le continent avec le refroidissement des sols. Le vent continue de souffler au-dessus, ou au large quand les îles sont distantes, avant de faire son retour en basse couche après une bonne grasse matinée !

Principi Bourdoulous Duotone

HARLEM
PEAK & ASCENT

Prenez de la hauteur!
Le combo Big Air ultime: la Harlem PEAK ultra-légère à 5 lattes et notre tout nouveau twintip, le Harlem ASCENT.

Conçus par Ralf Grösel et Aaron Hadlow.
Le choix du Champion du Monde Lorenzo Casati.

Retrouvez-nous chez The Corner Shop.

par Vincent Chanderot

DIX BONNES RAISONS DE SE METTRE AU PARAKITE & PARAPENTE ...OU PAS

(c) Flare / Myriam Joanna

Le parapente, activité cousine du kite, fait depuis longtemps fureur auprès de beaucoup de riders. Avec un nom pareil, le « PARAKITE » nous fait du pied à l'arrière des plages et sur les réseaux. Certains pro-kiteurs ont développé une vraie passion pour cette aile, à aborder toutefois avec prudence. Le parakite n'est pas une porte d'entrée au vol libre, mais conduit beaucoup d'entre nous à s'y intéresser. Ce petit parapente capable de piquer pour voler à proximité du sol n'enlève en rien son intérêt au parapente classique, par lequel doit se faire l'apprentissage. Le vol vous attire ? Voici dix bonnes raisons de franchir le pas... ou quelques-unes de vous abstenir !

1 Si vous aimez dans le kite sa capacité à vous envoyer en l'air et son hangtime : vous adorerez pouvoir voler pendant des heures sous un parapente, à 2m ou 2000 m au-dessus du sol, avec un engin spécialement conçu pour ça. Si vous vibrez pour les cliff start, le tow et en snowkite pour le vol de pente... qu'attendez-vous?

2 Vous savez piloter un kite… vous aurez probablement et instinctivement des facilités en gonflage, l'exercice fondamental du parapente !

3 Vous trouvez du plaisir en kite dans la vitesse, la courbe, l'accélération, la prise de hauteur, la précision, la technicité, le pilotage, mais aussi la beauté du paysage et du geste… vous avez aussi tout ça avec les parapentes ! Enfoncez un peu les commandes, vous verrez que ce n'est pas que pour les retraités!

4 Vous détestez naviguer en conditions plein onshore… c'est ce qu'il y a de mieux pour s'amuser sur les falaises et les dunes en wagga ! Dix nœuds c'est limite pour vous en kite ? C'est parfait pour voler en soaring (vol de pente) !

5 Vous déprimez dans la pétole… c'est plutôt bon signe pour aller voler dans les reliefs. Le parapente est une activité complémentaire (de beau temps) très satisfaisante qui peut en plus ne pas prendre trop de place dans le coffre. Le vol libre est en opposition de saison touristique : quand les côtes sont bondées et hors de prix, vous profitez des montagnes, puis revenez ensuite au kite sans les touristes !

6 Vous êtes avides de sensations : dans le parapente il y en a pour tous les goûts !
Soaring pépère et contemplatif en bord de mer ou wagga fun et rugueux sur les dunes en minivoile ou parakite. Marche & vol en montagne, simples ploufs oniriques ou vol thermique en local, vol de distance à la découverte des paysages de plaine ou sur les reliefs. Sensations de vitesse de dingue avec le vol de proximité en Speedflying (à pied) / Speedriding (à ski). Engagement émotionnel en voltige (acro) avec des G à gogo et estomac upside-down. On peut ne pas se faire peur en parapente, mais si c'est ce qui vous excite... il y a de quoi faire aussi.

1 Le prix de votre quiver kite vous désespère ? Vous adorerez vendre votre dernier rein pour celui de parapente !
Il faudra une sellette et une aile (voire deux pour voler dans le vent fort) avec en plus un secours et un vario si vous volez sur les reliefs. Ça fait encore du matos à accumuler et de la surconsommation, plus une assurance RC obligatoire. On est dans les prix des ailes à caissons, homologuées... et en bon état, parce que cette fois notre vie en dépend! Le marché d'occasion est toutefois assez fiabilisé par des contrôles qui garantissent la sécurité du matériel.

2 Les sports qui dépendent du vent et de la couleur du ciel sont générateurs d'immenses frustrations quand les conditions ne sont pas réunies... vous le savez déjà trop bien.
Préparez-vous à en baver, surtout avec le changement climatique, on dirait bien que ça se gâte un peu.

3 Après avoir passé des heures à préparer votre météo, choisir le spot, le rejoindre et y monter, organiser une récupération et revenir, le parapente, surtout en montagne, peut être très prenant en temps et en implication. Et parfois pour se prendre un but ou foirer son vol !

4 Entre le kite et le parapente, en supposant qu'il y a aussi la wing, le surf, surffoil, Sup, probablement un peu de VTT et de ski... ça risque de devenir compliqué de vous occuper de votre boulot et de votre famille ! Parfois les bonnes conditions se superposent. Encore des choix cornéliens à opérer!

5 Les spots de soaring de bord de mer sont fragiles et disparaissent en raison de l'érosion, de l'urbanisation et de l'interdiction de piétiner les dunes.
Il y a par conséquent souvent trop de monde sur les derniers sites autorisés. Heureusement en montagne, ou même dans la campagne Normande, il y en a plein d'autres exploitables.

6 Etre un bon rider ne fait pas de vous automatiquement un pilote, encore moins un bon formateur. Il y a plein de nouvelles choses à apprendre, et cela peut imposer d'aller en école : elle dispose du matériel adapté à l'initiation et de l'expérience de l'enseignement que n'a pas forcément votre pote généreux et enthousiaste pour vous initier.

7 Plus on monte haut, plus on voit loin, plus apparaissent de nouveaux sommets et de possibilités... Monter jusqu'aux nuages sans moteur, les frôler, tournoyer avec des vautours, échafauder un cheminement, parcourir des dizaines de kilomètres, c'est complètement fou !

8 Sous des aspects parfois pépères il y a un vrai plaisir de glisse, exigeante mais que vous continuerez à bonifier pendant des décennies. Les très bons pilotes ont de l'expérience et son nombreux même après 70 ans, on n'est pas en dehors du coup après 25 ans, ce qui nous laisse à tous l'espoir de pouvoir performer et progresser encore à tout âge.

9 Votre sécurité dépend de votre compréhension de ce qui vous entoure : vous apprendrez énormément de choses en météo et mécanique de vol qui vous seront aussi utiles en kite. Voler intelligemment, en se demandant où on peut aller et où on ne peut pas aller est très riche!

10 On a parfois l'impression que l'océan ne nous veut pas. Quand la flotte est gelée, quand les vagues sont énormes, quand l'orientation ou la marée ne vont pas… C'est pas qu'il fasse toujours chaud ou que la masse d'air soit toujours agréable en vol, mais si on fait tout bien, on peut rester au sec en passant un bon moment, au lieu de se faire violence dans l'eau.

7 La sécurité passive des parapentes est plutôt bonne, et ils sont conçus pour voler à des centaines de mètres de hauteur, ce que ne sont pas les kites. Néanmoins, vous comprendrez que la conséquence d'un incident est potentiellement plus grave. Il y a des morts. La plupart des accidents surviennent près du sol, qui n'est pas liquide, au déco ou à l'atterrissage, mais voler avec 1000m de gaz sous les pieds n'est pas anodin non plus. La gestion du risque doit être encore plus consciencieuse qu'en kite.

8 Ça semble facile et on en veut tout de suite beaucoup plus! Attention à ne pas surestimer ses capacités et faire n'importe quoi ! Surtout avec le parakite qui, permet de voler très vite en 3D, avec une tendance à voler accéléré très près du sol... qui ne le destine donc pas aux néophytes du vol !

KESACO LE PARA-KITE ?

Ce concept, auquel nous avions consacré un article il y a déjà dix ans dans Stance lorsqu'il n'était même pas encore embryonnaire, est un parapente destiné au vol de pente (soaring) et de proximité (speedflying et speedriding). Il offre un supplément de fun en rassemblant frein et accélérateur sur la même commande : Au lieu d'agir sur le seul bord de fuite, la commande modifie aussi l'angle d'incidence (comme le trim du kite), ce qui permet de piquer et d'ajouter de la profondeur en sortie de virage. La position «bras haut» du parapente classique, qui offre le maximum de plané et qui est celle «de sécurité», qu'on prend en cas de problème, devient la position full speed... Ceci implique un pilotage un peu différent et surtout d'adopter de nouveaux reflexes. En dépit d'un profil très solide, l'éventuelle fermeture d'une voile accélérée sera bien plus violente, or on voit bien la tendance à voler beaucoup plus accéléré en parakite qu'en parapente (et à des moments où il ne venait pas à l'idée d'utiliser l'accélérateur au pied). Ceci, d'autant plus que le parakite a vocation à voler à de très faibles hauteurs.

Ces ailes ne sont pas conçues pour affronter les turbulences du vol thermique et sont par conséquent moins polyvalentes que les parapentes. Il n'est pas recommandé de lâcher les commandes et on ne peut pas fermer les oreilles (pour descendre plus vite). Ces ailes sont souvent dotées de profils dits reflex, plus stables aux incidences faibles, mais imposent néanmoins un pilotage toujours actif. La temporisation manuelle des abattées doit se faire sans demi-mesure, au risque d'annuler cet effet reflex. On a au final des engins plus exigents techniquement, physiquement et mentalement, vous comprenez pourquoi on recommande chaudement d'acquérir au préalable une bonne expérience en parapente puis en mini-voile !

Les Parakites 2025

FlyFat.CH - Coaster (fin 2025)
Little Cloud - La Mouette
Level Wings - Fuze
U-Turn - Razorlight
Dune Rider- Scraper
Windtech - Dune
Dudek -Touch
Flow - Mullet X, Albatroxx
Flare - Moustache 2

SWISS CHEESE CONCEPT
ACTIVE FONDUE SYSTEM
FENDANT TECHNOLOGY

PAS DE BULLSHIT
JUSTE DES BOULES

FLYFAT.CH

SERIOUS JOB FOR SERIOUS FUN - PARAPENTES SUISSES - WWW.FLYFAT.CH

COASTER Parakite
MÉCRÉANTE Pure Acro
Gonzalez Speedrider
GUMMFLUH EN-B Loisir / Progression
TAYO Mini Allround
THE KIDD Gonflage et enfants
Foxtrot tandem speedflyer
Rübli My secret Love EN-B light

MATOS

par Vincent Chanderot

PARAWING

LES KITES DE RETOUR EN HYPE

**Une barre, des lignes, un cerf-volant, un foil… ça vous rappelle quelque chose ?
Et si la parawing, qui fait le buzz depuis quelques mois dans le monde de la wing, marquait un retour en hype du kite que certains ont peut-être enterré trop vite ? Ce petit kite à tenir à bout de bras, qui s'affale en un tournemain pour profiter des bumps a ses détracteurs, mais aussi ceux qui y croient dur comme fer. Toujours est-t-il qu'il crée un bouillonnement très excitant. Nous avions passé quelques coups de fil à Maui, l'île où tout commence souvent, pour en palper les échos.**

La parawing débarque à peine que déjà émergent de profondes variations, telles que ce kite à boudin doté d'une poignée pour le freefly, lointain héritier peut-être de la *Source* de F-One (c) F-One

Balz Müller avec la Roger, un des premiers modèle chez les marques du paysage habituel (c) Ensis

Il se passe quelque chose avec cette parawing, qui fait forcément envie… s'éloigner au large, partir sur une vague et tout ranger en boule pour surfer sans plus rien dans les mains. La wing parvenait à peine à maturité qu'elle est déjà bousculée par un nouveau concept de parawing, disruptif, mais qui nous ramène pourtant à l'origine, au kite.
Si son usage s'adresse initalement à une frange réduite de la population rideuse, si certains la trouvaient encore peu performante au près et dans le vent irrégulier, compliquée, un peu galère quand ses lignes font un sac de noeuds, les choses changent vite et on se demande bien comment la communauté wing au sens large s'emparera de l'engin, sur le terrain, sur l'ensemble des spots.

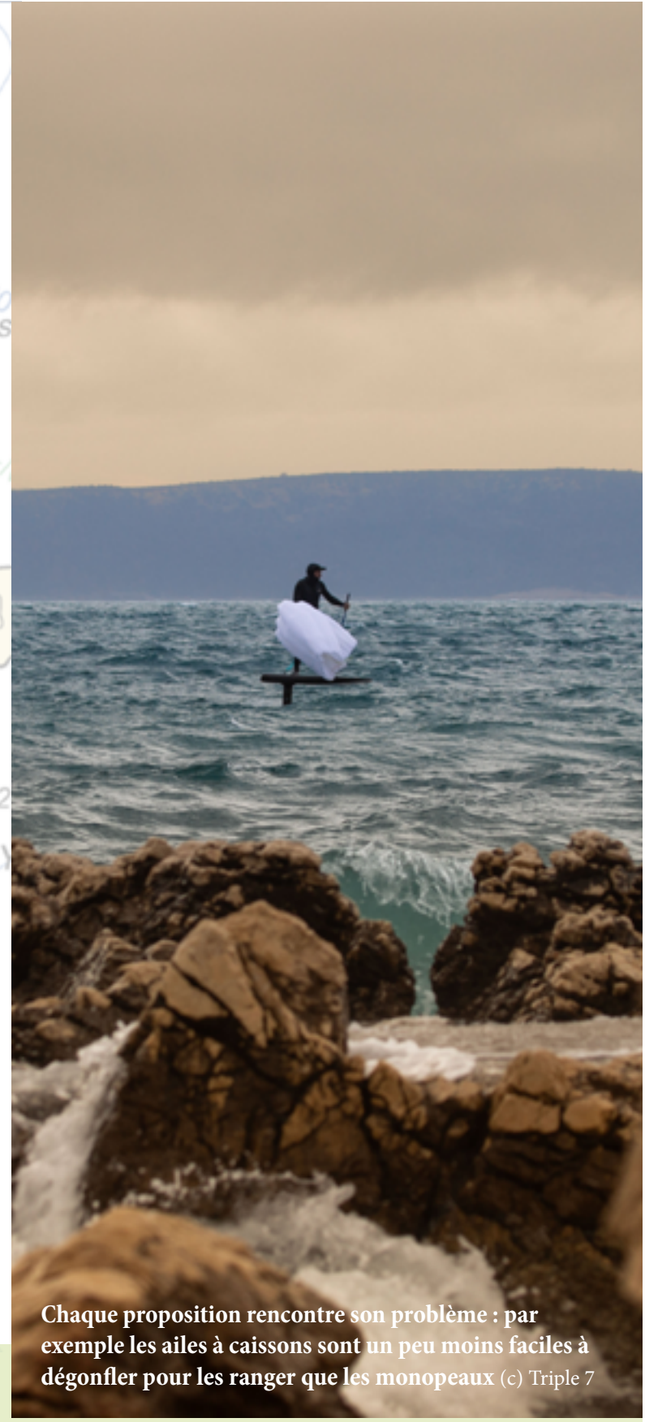
Ouverture d'une niche

En somme la parawing deviendra-t-elle plus polyvalente et plus accessible pour trouver le public «allrounder» qui forme 70% du marché? Au delà des downwinders et de ceux qui s'inscrivent dans les pas de Balz Müller, pour envoyer des backflips, ou de Kai Lenny, qu'on a vu s'aventurer sur Jaws. On peut s'attendre à tout. Il est sorti quasiment un modèle par mois cet hiver avec à chaque fois des améliorations. Des riders sur certains spots ont déjà remisé les gonflables. Il faut bien avouer que par bien des aspects, ce matos peut attirer des pratiquants confirmés avec sa mise en place ultra rapide, quant à son prix, s'il semble moins onéreux que les wings qui tutoient maintenant les sommets, il est à

relativiser car les marques reconnaissent que cela reste du consommable qui peut s'user rapidement et qu'il faut une midlenght. Chez Ozone, on nous dit recevoir plus de commandes de parawing que de wing.

Effervescence

Toujours est-il que ça bouillonne du côté de l'industrie. Beaucoup de marques (toutes, en fait) travaillent sur leur modèle, non pas qu'elles y croyaient forcément à fond, tant il s'agissait encore il y a peu d'une niche, dont on ne sait encore sur quoi elle découlera, mais du moins, comme le confessaient quelques dirigeants, «*parce qu'il faut être présent dès l'émergence du concept pour rester dans la course*». Courent-t-ils le risque d'aller peut-être trop vite ? Beaucoup, comme Ken Winner de Duotone notent qu'il y a déjà beaucoup de recul sur ces profils, mais encore faut-il que le constructeur en dispose, tout comme du circuit d'industrialisation, ce qui place avantageusement les marques de (snow) kite et parapente. Si certains ont pris leur temps, il est avéré que des V1 à peine en vente, financeront le développement des V2 qui a d'ores et déjà démarré !
Cet automne, plusieurs patrons de boites de parapente nous disaient vouloir aussi tenteer le coup. « *Nous avons déjà le savoir-faire et quand on voit le tarif de ce qui se vend, c'est sûr que c'est un marché intéressant au regard des coûts de développement et de fabrication d'une monopeau !* » concède le CEO d'une marque autrichienne. A peine quelques mois plus tard, des fabriquants de parapente Triple 7 et Flow, suivies de Ozone puis Flysurfer(Skywalk) étaient déjà sur le marché, avec respectivement une double et des monopeaux. *(La suite après les pages interview)*



Chaque proposition rencontre son problème : par exemple les ailes à caissons sont un peu moins faciles à dégonfler pour les ranger que les monopeaux (c) Triple 7

Avant l'arrivé des acteurs habituels, le monde du ride s'est enflammé pour la parawing Maliko de Board Riding Maui (BRM), qui a lancé le buzz et dont le fondateur Greg Drexler nous a expliqué la génèse.

- Quel est le background de BRM?
Après avoir été teamrider pour Naish, j'ai été le concepteur de leurs boards de kite de 2001 à 2011. J'ai fondé BRM en 2012 et lancé le premier kite strutless en 2013.

- Où les cerfs-volants de traction en lignes courtes ont été utilisés au début ?
Je ne connais pas les origines, mais je sais que ça existe depuis des décennies. Lorsque le kite a émergé, les ailes gonflables des Legaignoux étaient disponibles en très petites quantités, ici à Maui, donc mon premier kite était un parafoil. Sa performance était incroyable jusqu'à ce qu'il touche l'eau et qu'il faille rentrer à la nage.

Theo de Ramecourt avec la Pow de Flysurfer (c) Skywalk

« A mon avis, les performances des parawings dépassent déjà nos capacités de rideurs à en exploiter tout le potentiel »

pratique et à son plaisir. Je suis très impressionné par les sauts radicaux que font certains, mais pour moi qui ne m'y adonne plus, la parawing est une technologie disruptive pour la façon dont j'aime foiler, qui ne me permet pas d'envisager de retour en arrière. Pour moi c'est plus compact, plus durable, plus fiable, ne demande aucun réglage, permet d'exploiter plus d'endroits, la puissance est délivrée de façon plus linéaire et je parviens à remonter au moins autant au vent. La parawing s'adresse bien sûr aux downwinders, mais pour moi, qui suis passionné de surf foil, pouvoir monter sur n'importe quelle vague en se détachant de tout le reste était une mission. Je découvre aussi de nouveaux trucs débiles en freestyle avec la parawing, qui peuvent rallumer l'envie des gens comme moi de rester sur l'eau même quand c'est flat.

- Qu'est-ce qui a inspiré l'utilisation de la parawing sur foil ?
Depuis ma première session en foil, je n'ai plus rien fait d'autre. Après des années de travail sur les wings, on a essayé de réduire le poids et la traînée en ajoutant des bridages semblables aux kites à boudins. Cela fonctionnait bien pour remonter au vent, mais la maniabilité manquait de répondant. Alors j'ai remplacé le bord d'attaque gonflable par celui d'un parapente monopeau.

- Comment développe-t-on des profils monopeau en venant du kite gonflable ? Quels obstacles ?
Les profils sont une passion pour moi depuis des décennies. Les rockers, outlines et rails de planches, les kites, les wings et maintenant les parawings : ce sont les mêmes principes fondamentaux qui déterminent les points de départ du design. Mais on bascule ensuite dans l'obsession pour les tests, retouches, re-test, re-design, re-test et répétition. Le plus grand challenge avec la monopeau est de préserver la stabilité tout en gagnant beaucoup plus de depower pour une utilisation sur l'eau, alors qu'en vol on cherche du lift.

- Quels comportements travaillez-vous à améliorer ?
Le développement se fait non stop et ne se limite pas à un changement de version. Plutôt que de faire attendre et payer pour une V2, nous avons offert une nouvelle option de réglage, pour que ceux qui utilisent déjà bien la Maliko profitent de plus de depower, d'une meilleure plage et d'une meilleure remontée au vent, mais nous ne sommes pour l'instant qu'à gratter la surface des possibles. **NDR : Entretien de l'automne dernier, Greg a depuis changé d'avis, avec des V2 et 3 modèles...**

- Comment évoluera la parawing ?
A mon avis, les performances de la parawing dépassent déjà nos capacités de rideurs à en exploiter tout le potentiel. Je pense avoir passé plus de temps que quiconque sous cet engin et continue à apprendre de nouvelles choses à chaque session, à découvrir des possibilités que je n'envisageais pas pendant la précédente. On peut percevoir des pistes d'amélioration qui n'en sont en fait plus quand on a de l'expérience : débutant en windsurf, j'aurais dit qu'il fallait avancer les straps, avant de comprendre pourquoi ils étaient si reculés ! De la même façon, j'encourage tout le monde à se donner le temps de découvrir tout ce que la parawing a à offrir avant de chercher à changer ou ajouter quelque chose.

- La parawing restera-t-elle une niche?
La magie de la wing d'aujourd'hui fait que chacun peut choisir l'équipement qui correspond au mieux à sa

Un coup de fil à Ken Winner, parrain de la Wing chez Duotone : (entretien de septembre 2024)

« Je pense qu'il y a une niche pour le sport. Je suis sceptique quant aux progrès qui seront réalisés en matière de performance. Les parapentes monopeau et kites de ce type existent depuis un certain temps – au moins 20 ans, je crois – donc il ne s'agit pas d'une technologie complètement immature. En fait, elle est même plus mûre que les wings gonflables donc le potentiel est intrinsèquement assez limité. Je ne pense pas qu'on verra avec des parawing le freestyle démentiel ou le wave-riding puissant auquel se livrent aujoud'hui les meilleurs wingueurs.
C'est un sport moins dynamique, plus «domestique». Malgré leur conception assez aboutie, les parawings sont aérodynamiquement pires que les ailes gonflables. Ellles ne sont pas terribles pour remonter le vent. Elles en sont capables, mais lentement. Si vous prévoyez de faire un upwind puis un downwind, prévoyez de passer beaucoup de temps dans la remontée. Mais comme je dis souvent, il y a toujours du bon et du fun à prendre avec un équipement adapté aux conditions.»

Triple Seven fait le choix des caissons fermés pour une utilisation freeride (C) Triple 7

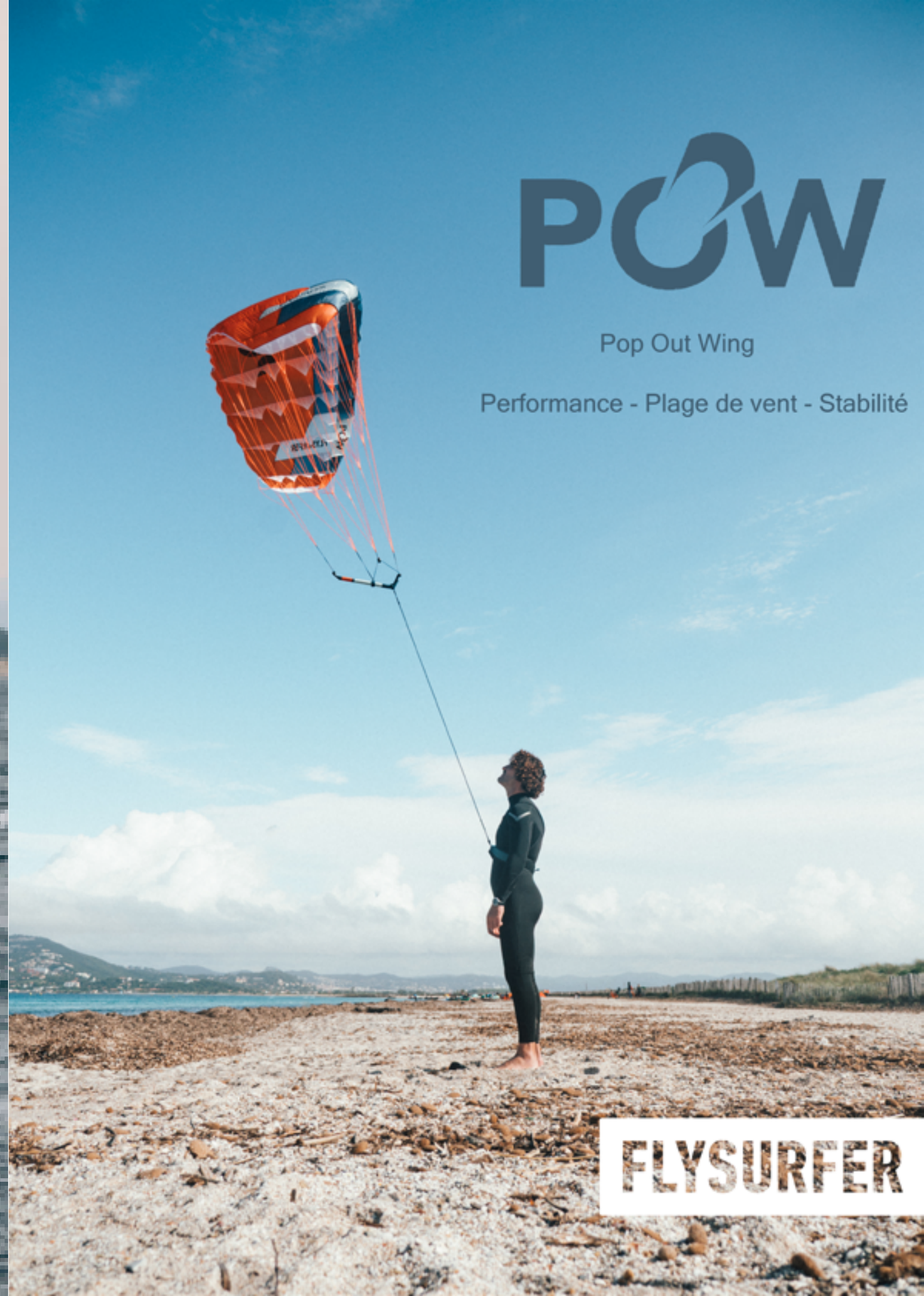
Axel Mazella en Pocket Rocket de Ozone
(c) Ozone

BOUILLONNEMENT

Les fabriquants de kites à caissons ne sont évidemment pas en reste, avec notamment Element (de Benoit Gomez et les équipes issues de Gin kites), dont la parawing présente un profil refflex doté de deux caissons fermés, comme sur des kites monopeaux-hybrides. Justement, Flysurfer aussi, après nous avoir dit hésiter, s'est lancé pour profiter de leurs acquis, comme F-One avec Nicolas Caillou. Le designer des parapentes de voltige Flyfat et des kites de Mike Horn, David Getaz, a dessiné la parawing *Zenith* et jurait que les idées fusaient de toutes parts. « *Envoi, affalage, stabilité, depower, fenêtre de vol, remontée au vent, allongement, ergonomie, suspentages, caissons ou pas, diagonales, longueur de cônes variables, pricing… il y a beaucoup de pistes et d'idées que chacun des designers pourra explorer à sa façon, ce sera très intéressant, car cela pourra aussi orienter l'usage futur de la parawing* ». Les frères Valic de Triple 7 font par exemple le choix d'une aile à caissons fermés «*Nous voulions un truc différent, plus freeride pour aller vite, choquer et caper bien, qui marcherait mieux sur nos lacs que les parawings pour le swell*» Il s'est profilé très vite des gammes différentes, en fonction de ce qu'on veut faire de la parawing, ce qui est étonnant pour un marché qui ne s'était pas encore concrétisé.

OPPORTUNITÉS

Des gens veulent juste pouvoir tirer des bords, mais pas carrés, sans forcément faire de freefly ni devoir rider de mid-lenght et ils constituent une très grosse part du marché. D'autres en demandent plus, pour remonter au vent, vite, puis descendre la houle sans s'encombrer. Le downwind reste engagé pour la plupart, avec une logistique plus complexe. Le bon coup de Theo De Ramecourt au Défi Wing de Gruissan, qui termine une manche loin devant tout le monde avec une double peau vient aussi questionner la race, même s'il ne doit pas faire bon se retrouver sous le vent de la meute sur une ligne de départ avec un tel engin. La double peau donne de l'efficacité en cap et vitesse, en réduisant la traînée, tandis que la monopeau donne de la puissance pour peu de surface et un aspect pratique pour le gonflage et l'affalage. Encore une affaire de compromis à trouver, à moins comme on l'observe déjà de multiplier les modèles plus ciblés. Les designers que nous avons rencontrés se prennent au jeu et n'excluent pas pour certains de retourner travailler sur des projets de kites hybrides ou monopeaux, avec les nouvelles idées développées. Ou comme F-One, de lancer un concept différent, à boudin (le K-wing), façon kite 2 lignes à suspentage (très) court qui se tient à la main en freefly.



PEDAGO

Par Laurent Ness

27 ANS D'EXPLORATION PÉDAGOGIQUE AVEC LAURENT NESS

LE WATERSTART EN TROIS ESSAIS

Laurent Ness fut l'un des précurseurs du kitesurf aux alentours de 1993, fondateur du premier shop et école de kite, Axel'Air dès 1997. Il nous décrit ici comment il est parvenu à faire évoluer sa pédagogie au sein de son école Kite Inside à Oléron, en travaillant notamment sur l'aspect matériel.

Cette pédagogie 2.0 que je vais vous décrire est le fruit de recherches débutées vers 2000. Les plus anciens se souviennent que les premiers cours ont été dispensés à partir de 1997 sous des ailes *Wipika* 2 lignes dépourvues de bordé-choqué. C'était tendu. Puis les 4 lignes sont arrivées, mais l'efficacité du bordé-choqué était très symbolique.

En 2005 sont apparues les premières ailes à boudins « plates » bridées sur le bord d'attaque. Ce depower a rendu plus confortable la navigation mais a paradoxalement compliqué l'apprentissage. Il fallait dorénavant gérer à la fois les trajectoires et la puissance de l'aile en dosant le bordé-choqué. Or la gestion de ces deux commandes est tout sauf intuitive pour des débutants. Sans parler de ceux qui se cramponnent à la barre.
Les ailes à caissons redécollables apparaissent dans les années 2000, mais leur utilisation en école se heurte à un peu plus de technicité au redécollage, et à moins de dépower que les nouveaux boudins plats. Des moniteurs curieux comme Mathieu Mechain sur Oléron commenceront malgré tout à défricher le terrain vers 2011.

Ailes à caissons vs ailes à boudins

Trois avantages se dégagent en faveur d'un apprentissage avec des ailes à caissons d'allongement faible à modéré :
1- Une aile à caisson reste contrôlable même choquée, tandis que les arrières d'une aile à boudins n'agissent peu ou plus du tout lorsque l'on choque totalement. Soit on a de la pilotabilité avec de la puissance, soit on perd la puissance mais aussi la pilotabilité de l'aile.
2- Les ailes à boudins génèrent beaucoup plus de puissance qu'un caisson en traversant le centre de fenêtre.
3- Les ailes à boudins sont trop lourdes pour les petits gabarits, elles finissent souvent à l'eau. En effet, un élève de 50 kg va utiliser une 8 ou 10 m^2 dans 12 nœuds alors qu'un gabarit de 75 kg utilisera une 12 m^2, plus stable en bord de fenêtre. C'est pire pour le redécollage car les corps légers n'opposent pas suffisamment de résistance.

Pourquoi les ailes à caissons n'ont pas percé avant

Hormis des cas particuliers comme la *Flysurfer Viron* ou les *Concept'Air Wave* confidentielles, les fabricants n'ont pas été motivés pour produire des caissons marins d'allongement modéré. Le kitefoil centré sur la Race pousse la R&D vers l'exact opposé. Peu croyaient que ce type d'ailes trouverait un public, mais la demande a finalement pris forme par un canal original. Des kitefoilers séduits par la stabilité des mono-peaux *Flysurfer Peak* dans les molles ont souhaité disposer de versions redécollables. Ce qui a donné naissance aux hybrides, telles que la *Flysurfer Hybrid*, feu la *Gin Marabou* puis l'*Airwave Alma*.

Redécollage et stabilité.

Oh surprise, le redécollage des Hybrides est contre toute attente plus simple et plus rapide que celui d'une aile à boudins. Entre 5 et 10 nœuds on tire les

(c) Flysurfer

deux prélignes arrière en créant un différentiel entre elles. Lorsque la voile a pivoté on les relâche l'une après l'autre et la voile repart vers le haut. Dans plus de 12/13 kts, en particulier en-dessous de 9,5m2, il suffit de tirer simplement l'un des arrières. La stabilité en bord de fenêtre est sans commune mesure avec celle d'une aile à boudins. Ces ailes ne font jamais de frontales (bascule sur l'avant au zénith)!

Bilan de deux saison d'enseignement

Au terme de deux saisons, mes ailes à boudins n'avaient pas quitté une fois leurs sacs. A l'exception d'une monolatte 17 m2 pour le vent inférieur à 8/9 nœuds... dont les jours auraient été comptés si une *hybrid2* était apparue en 15 ou 17 m2.

« Les bénéfices pédagogiques : le waterstart en moins de 3 essais »

Vous avez probablement connu l'effet «sachet de thé» pendant vos premiers waterstarts. Cette situation est souvent issue du manque de segmentation des apprentissages. S'entrainer sur la plage à faire des sandstarts dans le vent léger se révèle particulièrement bénéfique avant d'aller à l'eau, mais cet exercice présente des risques importants sous une aile à boudins. Les écoles enseignant en groupe de 4 élèves ou plus ne peuvent pas les assumer. Même à 2 stagiaires, comme dans mon école, cet exercice nécessite un focus à 100 % sur l'élève pour lui éviter de se faire éjecter.
Les hybrides n'ayant pas ce kick brutal en cas de passage en centre de fenêtre, l'exercice est nettement plus sécurisant. Quand l'élève se met à l'eau, il ne lui reste plus qu'à apprendre à chausser les straps, le pilotage de l'aile étant déjà maîtrisé.
Le résultat c'est 95 % des élèves qui réussissent leur premier waterstart en moins de 3 essais. Bon évidemment il y a un autre paramètre qui permet un tel résultat, c'est la planche utilisée.

Big Boards : 170 à 230 cm

Les planches plus grandes permettent également une segmentation pédagogique supplémentaire. Le waterstart est clairement séparé des phases suivantes qui consistent à mettre en charge le harnais et de prendre la carre. L' élève se lève en douceur sur la grande planche, sans couler ni déraper latéralement.

Le maintien de la planche dans sa trajectoire est très intuitif. L' élève peut s'appuyer progressivement dans son harnais sans faire décrocher sa planche et sa vitesse augmentera progressivement sans perte de contrôle.

Remonter le vent en école dès les premiers bords

L'apprentissage du kitesurf passe traditionnellement par une phase de lutte pour remonter au vent et ne plus devoir marcher. Les voileux n'ont pas tant ce problème dans leurs disciplines, alors j'ai cherché comment supprimer cette dérive sous le vent qui fait perdre du temps et/ou du carburant. Mes recherches se sont rapidement portées sur la portance, grâce à un accroissement de la surface de la board en maintenant un coefficient CZ/CX (portance / trainée) acceptable. La trainée est à peu près l'équivalent de la glisse ressentie sur la board. La portance est la force qui nous maintient à la surface.
Les Tikis et Alaias semblaient être de bons candidats, mais l'absence de straps et le jibe obligatoire les rendent incompatibles avec un usage école. Il fallait donc développer des twintips plus grands, capables d'offrir une prise de carre intuitive, sans roulis et stable en cap. Après pas mal de tâtonnements, la surface idéale pour 65 à 90 kg semble se situer entre 8 000 et 12 000 cm2. Contre 5 500 cm2 sur un TT de 145 x 42 cm. Pas tout à fait pareil n'est-ce pas ?

Les ailerons

Hélas, cette augmentation de surface de board augmente la trainée et détériore donc la glisse. Dans le vent médium et fort, ce défaut est en réalité une qualité en école, car la planche ne prend pas de vitesse excessive. Mais sous 12 kts, une bonne glisse permet de gagner rapidement de la vitesse afin de pouvoir caler sa voile. Pour limiter cette trainée dans le léger sans diminuer la surface, je me suis intéressé au rendement des ailerons de TT qui s'avèrent avoir un très mauvais CZ/CX. J'ai donc conçu de nouveaux ailerons à fort allongement, qui ont fait apparaître une nouvelle contrainte : la position reculée de l'aileron arrière créé un effet de levier sur la jambe qu'il a fallu rééquilibrer en avançant le centre de poussée. Cela a été réalisé grâce à l'ajout d'un aileron central symétrique sous la carre backside. Cet aileron assure aussi une excellente stabilité de cap et les ailerons toeside ont pu être supprimés suite à des tests montrant que le rendement CZ/CX des ailerons est meilleur sur la carre talon.
Résultat : les élèves de 85 kg capables de s'appuyer dans le harnais naviguent quasiment tous au près à partir de 10 kts. Ils remontent au vent en école ! A partir de 12 nœuds tous les élèves peuvent caper. La correction par radio aboutit de surcroît à une nette diminution des chutes et donc de la dérive.

Ci-dessus : des aileron high aspect et un aileron central (superposés ici) sont disposés sur la seule carre backside.
Ci-contre : La big-board custom de l'école Kite Inside Oléron.

Vent léger et eau plate : coup-double

La prise en compte de la houle et du clapot est centrale dans l'apprentissage. A partir de 10/11 nœuds, le clapot gêne les gabarits légers. Les plus lourds l'écrasent un peu, mais au-dessus de 15 kts, l'état de surface du bassin tourne vite au chantier.
Pouvoir exploiter les vents inférieurs à 11 kts est particulièrement intéressant puisqu'ils génèrent très peu de clapot. Et s'il venait à s'en former, les longs TT sont extrêmement stables et permettent de l'affronter bien plus facilement que les petits TT.

Un grand twin-tip en école et après?

Pour ceux qui pensent que les grands TT ne sont utiles que les premiers jours, ce sont d'excellentes planches de vent léger. Grâce à une capacité à remonter le vent même très léger, vous pourrez vous éloigner de la foule scotchée dans un couloir étroit car incapable de s'en extirper. Nombreux sont finalement les anciens élèves à les acquérir et les conserver pour le light, en dépit d'une connotation grande planche = planche de débutant et de la concurrence du foil pour les plus avancés. Ceci explique qu'on en trouve très peu d'occasion. Un custom commence à 750 €, mais il est de meilleure qualité et vu sa rareté, sa cote de revente restera intéressante. En attendant que ces planches atteignent la même acceptation sociale que les Tikis, peut-être des shops-écoles ou loueurs penseront-t-ils un jour à en proposer en location ou leasing ? (Voir aussi notre tuto Tiki NDR)

BIG BOARD

Dimensions recommandées par gabarit	
35 à 50 kg	6 500/7 500 cm2 160 x 45 à 170 x 50 cm Plusieurs modèles de série
50 à 75 kg	8 000/ 9 000 cm2 195 x 45 cm à 200 x 50 cm Contacter un shaper
75 à 95 kg	9 000/10 000 cm2 205 x 50 cm à 210 x 55 cm Contacter un shaper
95 à 120 kg	11 000/12000 cm2 230 x 57 cm Contacter un shaper

+
- Navigue avec moins de vent
- Waterstart
- Prise de carre facilitée
- Lacet maitrisé
- Stabilité dans le clapot même important

–
- Pas de modèle de série >170 cm
- Encombrement et poids plus élevés
- Inadaptée aux manœuvres radicales
- Connotation grande planche = débutant

Laurent Ness enseigne à l'école Kite Inside de Oléron

© Nikola Bagarov

Le réseau des écoles de kite & wing

AF Kite & Wing
ASSOCIATION FRANCAISE

1 WIMKITE PROSHOP
62930 WIMREUX WING
06 81 76 82 05 | www.wimkite.com

2 KITE R PROSHOP
14810 MERVILLE FRANCEVILLE PLAGE WING
06 87 12 34 51 | www.kite-r.com

3 PNH PÔLE NAUTIQUE HAGUE
50460 URVILLE NACQUEVILLE WING
02 33 03 30 52 | www.polenautiquehague.com

4 EVORIDE
35400 ST MALO WING
06 88 46 72 78 | contact@evoride.fr

5 100% KITESURF
29880 PLOUGUERNEAU WING
06 33 44 02 55 | www.kitesurfbretagne.fr

6 PLAISIR KITE
44410 PONT MAHE - ASSÉRAC WING
06 50 49 39 22 | www.plaisirkite.com

7 H2 AIR
44250 ST BREVIN WING
06 36 91 72 91 | www.h2air-kiteschool.fr

8 GLISSE ACADEMY
44250 ST BREVIN WING
06 08 63 34 63 | www.glisse-academy.fr

9 FROMENTINE KITE
85550 FROMENTINE WING
06 61 80 56 85 | www.fromentinekite.fr

10 ILE DE RE KITESURF
17940 RIVEDOUX PLAGE WING
06 77 09 10 45 | www.ilederekitesurf.com

11 LACANAU KITE CENTER
33680 LACANAU WING
06 08 34 59 07 | www.kitecenter.com

12 KITE FAMILY
34300 LE GRAU D'AGDE WING
06 04 65 09 18 | www.ecolekitefamily.com

13 FIL D'AIR
34140 MEZE WING
06 10 25 22 58 | www.fildair.com

14 TIKI KITECENTER PROSHOP
34110 FRONTIGNAN PLAGE WING
06 19 14 87 90 | www.tiki-center.com/kitesurf

15 AXEL AIR PROSHOP
34280 CARNON WING
04 67 50 62 60 | www.axelair.com

16 KITE ALMANNARE
83400 HYERRES WING
06 68 86 31 72 | www.ecole-kite-almanarre.com

17 MF KITE PROSHOP
83400 HYERRES WING
06 07 02 76 13 | www.mfkite.com

18 ALTITUDE KITE
05200 CROT WING
04 13 38 34 22 | www.altitude-kite.com

Guadeloupe

A JUST' IN KITE
97180 SAINT ANNE WING
06 90 98 59 27 | www.justinkitesurf.com

Nouvelle Caledonie

B VAKARM KITESCHOOL
98800 NOUMEA
744 633 | www.ecoledekitenoumea.nc

LÉGENDE

- ÉCOLE KITE SURF
- ÉCOLE PROSHOP
- WING ÉCOLE WING FOIL
- BATEAU
- RADIO
- DOUCHE
- EAUX PEU PROFONDES
- EAUX PROFONDES
- FOIL
- SNOWKITE
- TERRE
- ITINÉRANT
- ENGLISH SPOKEN
- PARLAR ITALIANO
- HABLA ESPAGNOL

WANIKOU KITESURF INTERNATIONAL
REPARATIONS, BLADDERS ET ACCESSOIRES DE KITE

KITE SCHOOL DVD

BRICO

Par Vincent Chanderot avec
Donatien Roger

UN CALAGE AUX PETITS OIGNONS

Etait-ce Spiderman ou Pierre Palmade qui se plaignait de ne pas avoir la patate malgré des lignes de qualité ? N'espérez pas non plus tirer le meilleur de votre kite si sa connectique n'est pas optimisée. Les lignes et bridages évoluent naturellement avec la rétractation du dyneema, mais peuvent ausi faire l'objet de modifications volontaires pour des questions de confort ou d'utilisation. Abordons ces concepts ardus de calage, incidence, backstall et du réglage de trim.

La fibre UPE qui constitue les lignes et les bridages est connue pour sa tendance à se rétracter, ce qui peut induire une asymétrie droite-gauche et une modification du calage (avant-arrière). Si les avants bougent peu en raison de la charge importante et permanente qu'ils supportent, les arrières, même en dyneema pré-étiré haut-de-gamme, vont se rétracter en gonflant, ce qui peut modifier de façon déterminante l'incidence d'une aile.

UN CALAGE QUI NE CONVIENT PAS ?

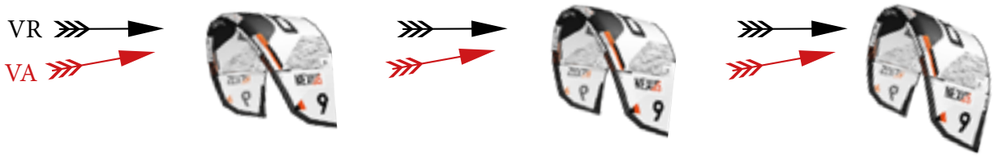
- Matériaux
Rétractation des arrières par rapport aux avants. Bordé-choquer qui s'allonge avec le temps.
- Changement de lignes
Passer de lignes épaisses à des fines réduit leur traînée et rapporche un peu le kite du bord de fenêtre, il semblera moins bordé.
- Modification volontaire pour convenir à un style de pilotage ou un gabarit de rider (ailes d'occasion)
Certains raccourcissent ou allongent les arrières pour des convenances de toucher de barre ou de taille. Des écoles peuvent les allonger, les riders aux bras courts en harnais ceinture aussi.
- Développement avec un parti-pris
Les designers peuvent choisir un réglage usine qui conviendra mieux à certains styles ou pratiques que d'autres et qui correspond à leur signature. Donatien n'exclut pas non plus que le bridage, dans des tailles atypiques, ne soit toujours réglé aux petits oignons, quand on sait qu'une collection riche en modèles et en tailles peut approcher les 150 kites à finaliser.

QUEL REGLAGE OPTIMAL ?

Les lignes arrières peuvent être trop longues, top courtes ou comme il faut, mais personne ne donnera la même réponse, selon le kite, les conditions, ses goûts, sa pratique, son style, son niveau, sa taille...
- **Un juste milieu, dit « à la limite du décrochage »**, permet d'exploiter toute la plage efficace de son kite : ce réglage de barre pourra frôler le point qui fera tomber l'aile, mais sans le franchir. Toute la course du border-choquer est utilisable sans crainte.
- **Régler une aile sous-bordée** n'augmente pas son dépower mais réduit de façon certaine son power. Le début de la course du border-choquer est sans effet et la fin est perdue, c'est dommage, mais ce réglage reste intéressant en école et progression, avant l'acquistion des automatismes qui laissent respirer l'aile et évitent de s'agripper à la barre.
- **Réglé surbordé**, un kite conserve toujours un fond de puissance et son dépower sera limité. Ce réglage est pourtant apprécié, notamment par ceux qui veulent pouvoir décrocher pour faire reculer l'aile dans la fenêtre, pour les bras longs qui veulent pouvoir border à fond sans devoir passer les coudes derrière le dos et peut être intéressant en freestyle : pour Louka Pitot, « *le kite reste en milieu de fenêtre et tire constamment, plutôt que de partir à fond se caler en bord de fenêtre* ».

DECROCHAGE ?

Si vous bordez à fond un kite, il se peut qu'il replie ses oreilles et tombe dans la fenêtre. L'aile décroche en raison d'une incidence trop élevée et/ou d'un traînée générée par les oreilles trop importante. On parle de *stall* ou *backstall* en anglais. Un pratiquant confirmé réagira instinctivement en choquant, pour redonner de la vitesse au kite et éviter le décro. Il ne le remarquera peut-être même pas, un novice en revanche n'aura pas ce réflexe…Le réglage de ce kite n'est pas «limite décrochage», mais surbordé : il peut décrocher en bordant. Ce n'est pas forcément utile à tout le monde et réduit la plage haute, en particulier si la course du B/C de la barre et du trim sont limitées.



L'aile est réglée sous-bordée.
- Avants trop courts ou arrières trop longs.
- Perte de capacité à délivrer de la puissance : l'aile ne peut pas être bordée autant qu'elle le pourrait.
- Pas de risque de décrochage.
- Moins réactive.
- Incidence à tendance plus faible donc potentiellement plus rapide et moins stable.

L'aile est réglée aux petits oignons
- Equilibre Av / Ar.
- Capacité à évoluer rapidement et à délivrer le max de puissance sans décrocher.

L'aile est réglée sur-bordée
- Avants trop longs ou arrières trop courts.
- Stall possible : L'aile décroche avant le bout de course du border-choquer.
- Persistance d'un fond de puissance même choqué au max.
- Incidence à tendance plus élevée. Plus stable. Moins de vitesse.

VR : Vent réel VA : Vent Apparent

TROUVER LE REGLAGE LIMITE DECROCHAGE

Si vous utilisez votre barre sur plusieurs kites, intervenez sur les ailes plutôt que sur les lignes ou prélignes de la barre. C'est plus simple et elle restera compatible sur toutes les ailes, à condition bien sûr d'être correctement réglée et d'avoir étiré les arrières. (voir les tutos sur kiteattitude.fr : bit.ly/3WnLghw). Evitez de trifouiller les bridages, on va agir sur les connecteurs dyneema avec des rallonges (ou *pigtails*). De préférence sur les AR pour éviter de modifier la fenêtre.
- **A deux** pour décoller, poser l'aile en sécurité et effectuer les réglages.
- **Un espace sans obstacle, avec un vent dans la limite basse de sa plage d'utilisation**. Si le vent est trop faible, le kite aura tendance à décrocher plus tôt. Tenez-vous prêt s'il tombait en pleine fenêtre !

- **Positionnez le kite au zénith, relâchez complètement le trim (sur les avants,) bordez à fond et regardez ce qu'il se passe** : on va chercher le réglage où le kite amorcera un décrochage. Inutile de le maintenir et faire tomber l'aile, si vous voyez que ça part, remettez les bras-hauts pour la faire revoler !
- **Faites des essais successifs,** en modifiant la longueur petit à petit.

A- Tant que l'aile décroche bordée à fond : le kite est réglé surbordé. On va tirer le trim (av) jusqu'à ce que ça cesse. Mesurez alors la longueur de ligne mangée par le trim et reportez-là sur les arrières avec une rallonge (voir C). En wakestyle certains apprécient un kite surbordé de quelques centimètres, par contre, si le kite décroche en déhooké, il l'est trop.

B- Tant que l'aile ne décroche pas : on est sous-bordé. On va racourcir les arrières par étapes de 2cm en utilisant les noeuds plus proches du kite (ou les créant). Si ça n'est pas possible, on met une rallonge (10cm) sur les avants et on raccourcit le trim jusqu'à ce que ca décroche. On gardera sur les avants la rallonge raccourcie de la longueur trimée (ex : 10-6 = 4cm). Si vous n'utilisez la barre que pour un seul kite vous pouvez utiliser les noeuds des prélignes arrières.

C- Quand ça décroche bordé à fond, vous n'êtes pas «limite décrochage» puisque vous y parvenez. Rallongez de 2cm les arrières et là vous devriez être à la limite. En vrai, vous serez «limite décro» en statique, en bord de fenêtre. Mais sur l'eau, en dynamique, le vent apparent adonne et le kite sera plus bordé, mais pour Jules et Sky, développeurs chez F-one et Duotone, si ce réglage est bon à terre, il ira bien en mer.

TRIM → INCIDENCE FAIBLE → MOINS DE PUISSANCE → PLUS DE VITESSE
DÉ-TRIM → INCIDENCE ÉLEVÉE → PLUS DE PUISSANCE → MOINS DE VITESSE

TRIMER POUR ALLER VITE ?

Le trim sur les avants permet de corriger dans une certaine mesure le calage qui se modifierait par la rétractation des arrières, mais ce n'est pas son rôle. Il sert avant tout à donner la bonne incidence au kite en fonction des conditions et des besoins.
Trimer : l'incidence diminue, autrement dit, l'angle que fait le profil avec le vent se réduit. Le profil presque aligné avec les filets d'air les dévie peu. Cela transmet moins d'énergie, mais donne au kite une vitesse d'évolution (vitesse-air) supérieure. Il avancera plus loin dans la fenêtre pour caper. Un boudin est-t-il optimisé lorsque détrimé? Pour Nicolas Caillou, un profil est évidemment dessiné pour une incidence donnée. Ce sera ensuite la patte du designer que de définir sa position sur le trim et de l'adapter empiriquement aux autres positions. Dom Zimmermann, chez Ozone : «*Je ne designe pas les kites pour une position de trim donnée, mais pour toute la plage d'angle d'attaque (incidence) prévue. Donc, théoriquement, de 0° à 5-8° selon le modèle et la taille*»...
Détrimer : l'angle d'incidence augmente et on ressent plus de traction dans l'aile... jusqu'à un certain degré (celui où les filets d'air vont décrocher). Détrimer ne fait pas aller plus vite, ca tire plus fort ! On peut avoir intérêt à détrimer (aile puissante) pour le waterstart, mais ensuite trimer progressivement (aile rapide) pour atteindre la Vmax et la meilleure remontée au vent. Au largue, détrimer permet de reculer l'aile dans la fenêtre et augmenter la traînée pour mieux descendre. Avec les barres à double poulies réglables au cm près, les raceurs ajustent en permanence le trim, comme les voileux qui régulent au chariot de GV.

Note : on parle ici de trim sur les avants. Avec des «afficheurs» sur les arrières (click bar, etc), l'action est inverse.

GLIDE

Un kite, qu'il soit à caissons ou à boudins, ressemble un peu à un parapente, dont on fait varier l'incidence avec un accélérateur au pied. En appuyant sur le barreau, on réduit l'incidence et accélère l'aile de plusieurs km/h, mais elle parcourra une distance plus faible. Sans accélérateur, la portance de l'aile est maximale et on parcourra une distance plus longue, mais moins vite. On parle chez les volants de « finesse max », qui se traduit par « glide » en anglais, un terme utilisé aussi dans nos glisses avec ou sans foil. En big air c'est exactement ce à quoi correspond le Hang time : rester en l'air plus longtemps en détrimant au max (ce qui rendra aussi le kiteloop moins violent).

(c) Boulding

« Avec une incidence faible, l'aile transmettra moins de puissance, mais sera plus rapide et permettra une meilleure remontée au vent» »

CAISSONS, HYBRIDES ET MONOPEAUX

En snowkite on apprécie de pouvoir décrocher pour poser l'aile en solo, mais cela ne demande pas de réglage surbordé, puisque cela se fait en tirant les prélignes arrière. Un caisson peut vous passer au-dessus de la tête dans le vent rafaleux et tomber. Leur performance face au vent leur permet d'avancer plus loin en bord de fenêtre que les boudins et de flirter avec des incidences qui peuvent provoquer des fermetures frontales. Pour éviter ce phénomène, il faudrait théoriquement relâcher le trim (ce qui augmente l'incidence et empêche l'aile d'avancer trop) et/ou temporiser en bordant lorsque l'aile shoote, mais ça n'est en pratique pas faisable en plage haute. C'est là que les «profils reflex» trouvent leur intérêt. S'ils sont moins perf et maniables, car tout un volet se relève spontanément sur le bord de fuite, ils sont plus stables aux très faibles incidences. en amortissant les shoots. Border à ce moment supprime l'effet reflex car on tire sur la chute au lieu de la laisser s'élever... Si en cas de gros shoot, un freinage sec (une «tempo») reste tout de même indispensable. En revanche si, pour augmenter la présence en barre, vous réglez les arrières trop courts au point d'agir en permanence sur la chute, cela empêchera la mise en place de ce pilote automatique !

Régler les arrières (haut) ou les avants (bas) : trop facile avec des rallonges (pigtails). Sur les boucles du bas, on fait varier la position du noeud pour faire varier la longueur. Le temps de trouver le bon réglage, préférez le noeud de huit au noeud simple («de vache») : une fois souqué il sera plus facile à défaire !

STADE NAUTIQUE OLYMPIQUE DE VAIRES-SUR-MARNE
1ER SALON DE LA GLISSE
DE LA VAN LIFE ET DE LA E-MOBILITÉ
17/21 Septembre 2025
A 19 mn depuis la Gare de l'Est.
GLISS & VAN
PARIS SHOW
Tests matériels - Animations gratuites - Projections de films
Grande roue - Simulateur de surf - Compétitions : Wing Foil
Windsurfer Lt - SUP - Longue distance - Technical Race - Sprint
Dock start - Show de drones - Concerts - Food trucks - Glamping
https://glissandvanparisshow.com

ARCHIVE

Par Vincent Chanderot

DONNEZ DU STANCE A VOTRE VIE

Tim Walsh en exercice de proprioception (c) Frankie Bees

UNE BREVE HISTOIRE DU STANCE

La question du placement des pieds, goofy ou regular, ne se pose pas vraiment pour nous comme en surf ou en snow, dans la mesure où il est naturel de naviguer sur les deux stances. Nous conservons cependant toujours un côté préféré, tandis que sur l'autre, dit en « switch », tout est moins confortable. Le stance demeure une énigme pour la science, il révèle toutefois des choses étonnantes sur notre corps et nous nous sommes mis en tête de trouver les moyens qui permettront d'améliorer nos sensations sur les deux côtés.

« Rares sont les moniteurs à se demander si les élèves réalisent leur premier bord sur leur stance naturel ou en switch, ce qui change pourtant tout »

« Il est très important de se forcer à bien rider sur le côté le moins confortable, sans tomber dans le piège du strap avant unique en wing »
BALZ MÜLLER

(c) Mackenbrouck NP

Afin d'éviter le switch (et de déswitcher), beaucoup préfèrent rester toeside en wing, en dépit des douleurs et de la contrainte.

C'est vrai pour absolument tout le monde : il y a un bord sur lequel on se sent moins à l'aise au jibe, au pomping, sur lequel on saute avec moins d'assurance, sur lequel le surf est difficile et qui encaisse plus de blessures [1]. En amplifiant chaque mouvement parasite et chaque déséquilibre, les débuts en foil nous rappellent aussi à notre asymétrie. Si les premiers bords sur le stance naturel se passent vite très bien, le foil exacerbe un déficit de stabilité et d'agilité en switch chez la majorité des riders, et ce, malgré un long background de glisse. La latéralité dans notre sport s'estompe un peu avec le volume de pratique et la plasticité mentale, puisque nous naviguons potentiellement autant tribord que bâbord amures. Elle persiste néanmoins, même chez les pros, entretenue par nos préférences et les impératifs de notre spot, en surfant, sautant ou réalisant certaines manœuvres toujours du même côté.

Dans le monde de la glisse, certains pro-riders sont clairement avantagés par un circuit wave à dominante bâbord, non seulement parce qu'ils pratiquent ces conditions au quotidien, mais aussi parce qu'ils se battent sur leur «bon pied». En enseignement, partir sur son meilleur côté est un des facteurs de réussite, mais ça n'est pas toujours évident à mettre en place. Rares sont les moniteurs (et moi le premier) à se demander si les élèves réalisent leur premier bord sur le stance naturel ou en switch, ce qui change pourtant tout. L'apprentissage des goofies est clairement favorisé par un vent venant sur tribord (à droite), tandis que celui des regular sera plus difficile sur ce même bord.

Droitier ou gaucher

La latéralité semble être le fruit de l'inné et de l'acquis. Elle résulte d'un déterminisme génétique que l'apprentissage peut contrarier. Par conservatisme dans l'enseignement ou bien par mimétisme, lorsque les enfants reproduisent les gestes de leurs ainés. En dessinant, ou en montant comme eux sur un skate la première fois. Ce fut probablement aussi le cas de Rafael Nadal, droitier dans la vie, mais gaucher sur les courts de tennis! Son choix délibéré de main dominante n'est sans doute pas étranger à son terrible coup droit, car il l'associe opportunément avec son œil et son bassin dominant : Le corps tout entier est latéralisé et nous avons aussi un œil directeur, un sens de rotation plus souple du bassin et des épaules, ou encore un pied fort. En tennis, les meilleures combinaisons de dominance sont bien documentées et font partie de l'analyse de performance. Pour un bon coup droit, une dominance dite « croisée » de l'œil et « homogène » du bassin et du pied comme chez Nadal sont très favorables : la balle est vue plus tôt, le tronc peut visser davantage et l'appui est meilleur. Dans nos sports de glisse, la latéralisation de chaque étage (œil, cou, épaules, bassin, jambe, pied) a assurément aussi une influence sur le confort de navigation pour chaque stance. Les chercheurs pensent qu'elle pouvait être en lien avec des asymétries du circuit neuronal ou avec la fréquence des corrections neuro-musculaires pendant les mouvements, mais cela n'a pas encore été démontré.

Goofy vs Regular

Dans les board-sports, on parle de regular-footer, lorsque le pied gauche se place naturellement à l'avant et de goofy-footer dans le cas inverse. La majorité de la population est regular, elle est plus à l'aise sur les bords bâbord-amure et en surf sur les droites, qui peuvent être surfées frontside sur le stance naturel. Le goofy est plus rare, c'est d'ailleurs le sens de ce terme en anglais, qu'on peut traduire par loufoque. Les goofies, minoritaires aux débuts du surf, étant considérés comme une originalité. Il s'agirait d'une référence au copain perché de Mickey Mouse dans le dessin animé « Hawaiian holiday » de 1936, dans lequel Dingo (Goofy, donc, en anglais) surfe pied droit devant… Le mystère reste toutefois complet, car on le voit aussi attaquer la vague en regular ! L'autre grand mystère est que si la plupart des riders conservent un stance similaire quoi qu'ils fassent, certains l'inversent en passant du surf au skate ou au snowboard. Ceci laisse présager que le stance n'est pas uniquement déterminé par le pied : la morphologie, la souplesse, les appuis propres à chaque sport, ainsi que l'apprentissage d'une technique, plus ou moins bonne, peuvent être impliqués. Il y a une part d'inné et une part d'acquis. Les chances sont grandes que les enfants apprenant le surf toujours sur une petite gauche soient amenés instinctivement (sinon par leurs maîtres) à se lever en position goofy pour pouvoir surfer frontside), d'où une surreprésentation de ces cas dans certains spots.

Le pied dominant

La latéralité du pied suit les mêmes proportions que celle de la main : 90% de la population est droitière pour le pied comme pour la main [2]. On pourrait s'attendre à retrouver la même distribution sur le stance, or seuls 60 à 70% des gens sont regular, on ne peut par conséquent pas se contenter de l'idée que le pied dominant se place à l'arrière [3].
Mais qu'est-ce donc qu'un pied dominant ? On s'accorde à considérer que c'est celui qui jongle et tire avec un ballon, ou celui qu'on lance en sautant en longueur. En d'autres termes, c'est celui qui manipule, qui se dirige agilement dans l'espace.
L'autre pied est dévolu à la stabilisation, à l'équilibre. Ce rôle est pourtant tellement essentiel que ce pied ne mérite pas ce statut de dominé : que serait un shoot sans un ancrage solide ou un saut sans une impulsion puissante ? Les activités asymétriques ont besoin des deux. En ski sur un raidillon glacé, on s'appuie sur le pied stable et puissant tandis que le pied agile ira diriger de l'avant pour trouver la position qui nous équilibre dans la bonne direction, on ne peut pas dire que l'un est moins important que l'autre !
Plusieurs études scientifiques soulignent donc que le concept de dominance se définit au regard de la tâche à effectuer [4] : des chercheurs du Kansas ont relevé qu'il y avait le pied préféré, le plus souvent à droite, pour les manipulations réclamant précision et agilité, et le préféré (souvent à gauche) pour les tâches qui nécessitent assise et équilibre. Ils ont aussi mesuré que « *la jambe dite dominante n'est pas la plus forte des deux* » [5]. Une étude [6] fait apparaître que beaucoup de gens regroupent sur la même jambe une meilleure assise et une meilleure habileté. (Est-ce mieux ? Rien n'est moins sûr!), mais que pour les autres, la variabilité est grande en fonction de l'exercice demandé.

« Une école préfèrerait un virage précis tandis que l'autre privilégierait un virage stable ? »

L'énigme du stance

Voici donc une surprise : en faisant l'approximation que quasiment tout le monde est agile du pied droit, pour un même sport, réclamant les mêmes appuis, les goofies mettent leur pied stable et fort à l'arrière, tandis que les plus nombreux, les regular-footers privilégient le pied stable à l'avant. Cela suggère-t-il qu'une école préfère un virage précis tandis que l'autre privilégie un virage stable ? Là encore, il faut rechercher le rôle de chaque appui, et cela suscite toujours de longs débats. Probablement parce qu'il y a autant de sensibilités que de riders, au regard des morphologies de chacun. Le champion de surf Mark Richards estimait que « *le pied avant n'intervient pas du tout dans la mise en virage, il est là pour équilibrer. La planche ne peut pas tourner sans pression du talon ou des doigts-de-pieds arrière. Je suis sidéré d'entendre des shapers parler de boards spéciales pour surfers de pied avant* ». Beaucoup d'autres visualisent plutôt le rôle du pivot et l'importance des transferts d'appuis avant-arrière. En effet le contrôle de la planche ne peut pas se limiter aux seules actions des pieds à l'interface de la board. C'est toute une chaine musculaire qui intervient, car le virage commence par le regard, le cou et les épaules puis le bassin, lequel transmet les appuis vers les pieds et la board. Le centre de gravité du corps se situe au-dessus du bassin et c'est son déplacement par mouvements de hanches qui permet de transférer les appuis sur la board et de lui faire prendre du lacet ou du roulis. Essayez-donc de tourner en verrouillant vos hanches, vous verrez…

« La fonction du pied non-dominant est tellement essentielle qu'il ne mérite pas ce statut de dominé »

« Je ne suis pas très à l'aise en switch, je ressens une différence. C'est plus vrai encore pour les riders qui sautent toujours du même côté, comme à Cape Town, où le vent vient systématiquement de gauche. Ça n'a pas de sens de chercher la perfection des deux côtés, il vaut mieux développer un répertoire pour chaque amure »

Lasse Walker

Page de gauche : même chez les pros du big air, la différence dans le crantage et la conduite du saut en switch fait une vraie différence... dont les juges tiennent compte dans le «variety score» (c) Janic
Ci-dessus : Puissance et contrôle au max pour Charly Martin, regular, qui peut surfer cette droite en frontside (c) Stiller GKA

« On apprend vite le jump sur son mauvais pied, mais pour le surf, c'est beaucoup plus long. Beaucoup de riders l'ont compris, c'est pour ça qu'ils allaient aux Canaries un mois avant l'épreuve de Pozo» Antoine Albeau

PLUS À L'AISE EN SWITCH-STANCE

Si vous peinez à engager un beau carve en switch, c'est peut-être que vos pieds ne parviennent pas à s'y résoudre ou que leur morphologie ne le favorise pas (pronation / supination). Mais sans doute votre bassin s'y oppose-t-il aussi. Le fonctionnement du corps dans un mouvement complexe n'est jamais binaire. Faites encore le test : la souplesse de vos deux hanches n'est pas égale de chaque côté. Vous l'avez sûrement déjà remarqué en position toeside. Le plan du bassin peut également pivoter spontanément (et se fermer ou s'ouvrir par rapport à la board) pour compenser une différence de longueur de jambe qu'on retrouve chez 80% de la population, c'est l'anisomélie. On se trouve là confronté à un des fondamentaux des arts martiaux dont le maître Tai-chi Martin Froidevaux nous livre le secret : « *la libération du bassin permet d'accroître les amplitudes et de trouver des ancrages forts. Elle permet une correction plus évidente des appuis et des déséquilibres*» .

Les causes de latéralisation sont multiples, néanmoins, travailler la souplesse du bassin, rendre chaque pied plus polyvalent et avoir un bon gainage semblent des pistes sûres. On peut améliorer l'agilité du pied stable et l'assise du pied maniable. C'est peut-être ce qui nous fait défaut pendant toutes les manœuvres en switch stance. Dans cette optique, on ne peut que conseiller de se forcer à pratiquer plus de manœuvres sur son côté faible : pendant la progression, n'attendez pas de tomber pour jiber en switch! Sautez et surfez aussi sur ce côté le moins confortable. Avec le temps, un déséquilibre musculaire peut s'installer à force de toujours favoriser le même côté et il devient difficile d'en revenir. Selon Dr Guillaume Barrucq de *Surf-prévention*, les pros des sports asymétriques doivent y remédier en salle de gym, car il est générateur de blessures et même de pertes de performances sur le stance naturel. On observe combien il est difficile pour les surfers, qui pratiquent depuis des années uniquement sur le même stance de faire le bord de retour lorsqu'ils se mettent à la wing.

(c) Stiller / Van Vuren sur Ponta Preta

Dans la tête

Nous pouvons profiter d'outils mentaux pour nous aider en switch :
Si vous parvenez à voler en foil sur votre stance naturel, vous y parviendrez aussi en switch, parce que vous avez déjà réussi cette même chose sans voler.
Retenez que si vous parvenez à décomposer une manœuvre, ou un surf, pour la mener habilement d'un côté, vous disposez déjà des cartes pour y parvenir de l'autre, à quelques ajustements près.
Le cerveau est plastique, il peut intégrer à tous les âges de nouveaux gestes. Grâce à l'entraînement, les handicaps peuvent être surmontés afin de franchir les différentes étapes de l'acquisition. Vous êtes peut-être aujourd'hui dans « l'incompétence consciente » (« *Je sais que je ne sais pas faire telle chose en switch* »), mais vous parviendrez à force de travail à la « compétence consciente » (« *je sais que je sais faire, mais cela requiert une concentration totale* »). Vous atteindrez finalement la compétence inconsciente : vous manœuvrerez en switch même en dormant, et scorerez en surf backside et frontside comme Kelly Slater [7]

(c) Boulding / Cabrinha

Exercices pour progresser en switch

avec nos kinés / ostéos Julien Bertrand
et Carla Gutierrez (64) et Fabrice Baret (38)

A l'eau : prenez conscience de vos appuis favoris. Focalisez-vous sur les sensations en switch stance en identifiant le rôle tenu par chaque pied, la position la plus appropriée du bassin, des épaules et du regard.

A terre : on n'hésitera pas à rider en switch stance tout ce qui roule ou glisse. Les appuis seront souvent différents, mais des chaines musculaires utiles pourront être activées. Faites donc un peu de skate ou waveboard en switch, du snowboard. Même en ski, prenez conscience de vos appuis favoris : là aussi vous avez un virage puissant ou un pied autour duquel vous faites toujours votre freinage. Si vous tapez la balle au foot, essayez de jouer du gauche !

A la maison : on peut muscler le membre agile et booster son équilibre grâce à des exercices de proprioception devant la télé sur un plateau kiné (à fabriquer soi-même ou trouver au rayon fitness), slackline ou un Indoboard. On veillera toujours à maintenir un équilibre : une des bases de la rééducation est de toujours faire aussi l'exercice avec son côté « sain ». Les étirements à chaud sont toujours bénéfiques parce que la souplesse est fondamentale. Des exercices simples issus du Tai-chi permettent une libération du bassin, ce qui permet aussi de mieux tenir en toeside.

Page suivante : quelques exercices avec ou sans accessoires.

Si vous le pouvez, n'hésitez pas à apporter une participation libre en «offrant un café» à la rédac sur ce lien.

Bibliographie :
1. Leg Dominance is a Risk Factor for Noncontact Anterior Cruciate Ligament Injuries in Female Recreational Skiers. Rueder et al. American Journal of Sports medicine (2012)
2. Asymmetry in muscle weight and one-sided dominance in the human lower limbs. Chhiber & Singh, Journal of Anatomy (1970)
3. Evaluation of laterality in the snowboard basic position. Staniszewski et al. Human Movement (2016)
4. Relationship between leg dominance tests and type of task. Jessica Velotta et al. Journal of Sports Sciences (2011)
5. What is leg dominance? Spry et al. International Symposium on Biomechanics in Sports (1993)
6. The effect of leg preference on postural stability in healthy athletes. Huurnink et al. Journal of Biomechanics (2014)
7. Goofy Vs Regular: laterality effects in surfing, Phil Furley, Laterality (2018)

Plateau ou coussin bosu ou slackline:
stabilité des appuis et proprioception

Sur un pied, genou légèrement fléchi :
• Tenir l'équilibre. Yeux ouverts puis fermés (fig 1)
• Tenir l'équilibre en provoquant des déséquilibres (bousculer, attraper une balle, se pendre à une corde) (fig 2)
• Idem en tournant le regard du sol au plafond et sur les côtés, en écoutant du son
• Slackline : tenir l'équilibre. Descendre, remonter.

Un pied au sol, l'autre sur le coussin ou un ballon :
• Tenir l'équilibre en transférant le poids au pied sur le ballon (fig 3)

Sur deux pieds, les yeux fermés :
• Visualiser mentalement (en caméra embarquée et suiveuse) des manœuvres en switch (fig 4)

fig 5 : Indo-board avec Celine C.

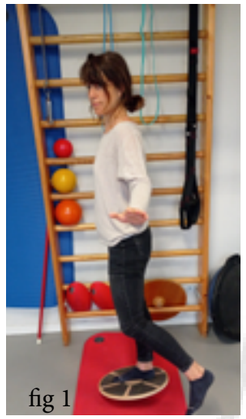


fig 1

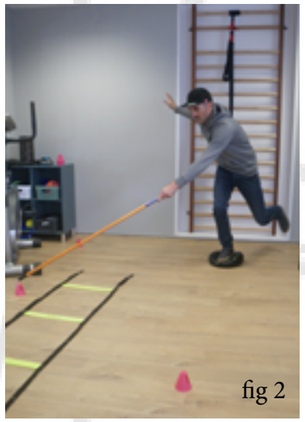


fig 2

fig 3

fig 4

Balance-board (Indo-board) :
équilibre général des appuis et transferts

• Transférer ses appuis de switch en natural et vice-versa
• Visualisation mentale et simulation du virage switch (fig 5)
• Rotation du bassin avec transfert d'appuis d'un pied sur l'autre (fig 6)

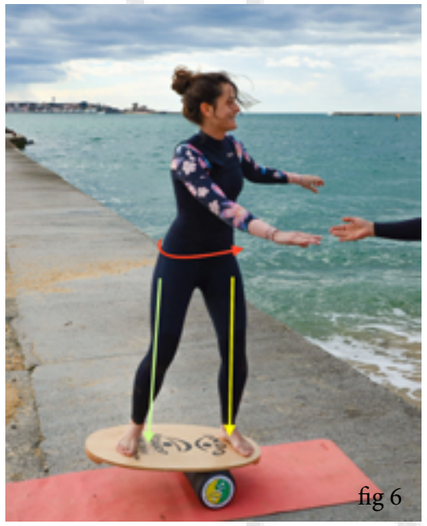


fig 6

Pistol :
puissance et équilibre des appuis

• Descendre doucement les fesses sur un seul pied, au besoin à l'aide d'un bâton.
Augmenter progressivement les séries de 5 répétitions, repos 1min30 (fig 7)

Fente dynamique :
puissance et équilibre des appuis

• Avancer un pied et descendre les appuis jusqu'à effleurer le sol du genou. Ternir, remonter.

Echelles ou anneaux au sol :
agilité du pied, puissance, proprio

• Disposer des cibles rapprochées sur le sol (anneaux, dessin sur le sable, échelle) et courir en faisant slalomer rapidement le pied le moins agile puis l'autre (fig 8). Puis à cloche-pieds.

Tai chi :
libération du bassin

• Genoux légèrement fléchis, mettre le bassin en rotation en transférant le poids d'une jambe à l'autre.
10 minutes par jour tous les jours en attendant le bus et à la plage.
o Poids sur la jambe vers laquelle le bassin se tourne (fig 9)
o Poids sur la jambe opposée (si pas de soucis aux vertèbres dorsales) (fig 10)

• Sur le dos, ramener les genoux sur le ventre (au besoin en serrant un ballon). Basculer sur les côtés sans décoller les épaules, en expirant et regardant dans l'autre direction. (fig 11)

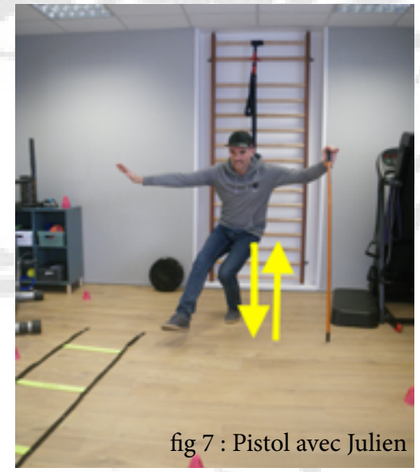


fig 7 : Pistol avec Julien

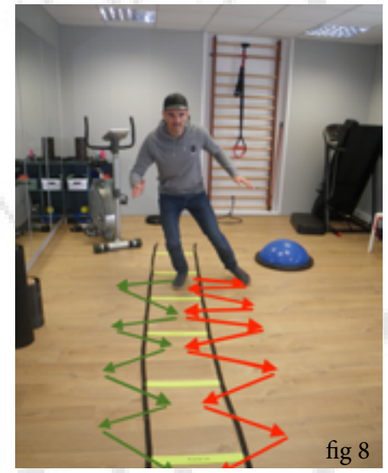


fig 8

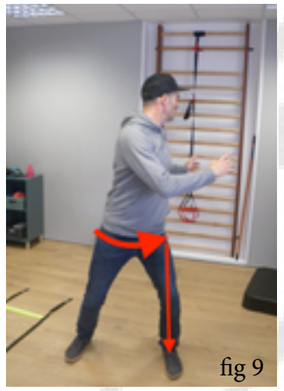


fig 9

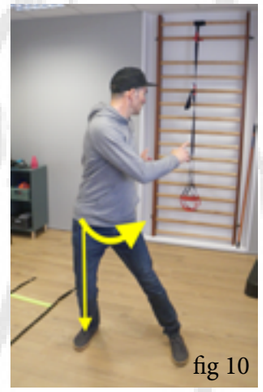


fig 10

fig 11

TEST EXPRESS
Par le Glassy Crew

« Le Big air façon IA »

TEST EXPRESS Les ailerons à *profil infini*

PORTAL-FIN DE WAY WATERSPORTS

Prix : 185 €

Le concept d'aile et d'aileron *en tunnel* n'est pas né d'hier, car testé depuis Louis Blériot dans l'aviation, ou par quelques shapeurs de surf depuis les années soixante. On ne dira pas qu'il a beaucoup essaimé, néanmoins celui appliqué au twin-tip pourrait bien faire son petit effet... ou carrément changer la face du monde du Big Air!

Ce qu'on désigne aussi par *profil infini* améliore en théorie les écoulements hydrodynamiques en déviant légèrement les écoulements de l'eau lors de son passage. Les turbulences de sillage peuvent être réduites, notamment parce qu'il ne se forme que très peu de vortex de bout d'aile… vu qu'il n'y en a pas. Avec un effet foil supplémentaire, un aileron tunnel offre un bonus de lift, qui améliore le rapport portance/traînée.

L'autrichien Way nous soumet aujourd'hui un aileron, « Portal » doté d'une finition surprenante, pour une utilisation freeride performance. Il se présente donc avec deux plans asymétriques au lieu d'un seul, mais la structure en bloc avec un vissage vers le haut leur permet d'être très fins, 4mm contre 8-10 pour un aileron qui doit recevoir une vis. On veut bien croire *in fine* à une traînée diminuée. La fixation sur platine plutôt que dans le corps de l'aileron permet aussi de jouer plus radicalement sur l'inclinaison des plans de dérives, qu'on trouve d'ailleurs sur certains TT de big air, mais naturellement limitées pour des raisons structurelles. Elle est ici de 25° sur l'aileron extérieur. Attention, la compatibilité avec votre TT est à vérifier (Naish, F-one...).

GRIP
CAP
FACILITE

ALGUES
NO WAY BACK

Test non-sponsorisé

La promesse sur le papier

+ Un grip amélioré : avec une surface doublée sans traînée supplémentaire, grâce aussi à un « turbojet » créé par venturi et un crantage plus horizontal.
+ Un bonus de stabilité à l'amerrissage avec une tendance réduite au spin out et un meilleur confort sur plan d'eau choppy, grâce à la canalisation des écoulements dans les tunnels qui «connectent» à l'eau.
+ Une remontée au vent et un pop améliorés, notamment grâce à une tension additionnelle dans les lignes délivrée par l'angulation de l'aileron.

Feeling sur l'eau

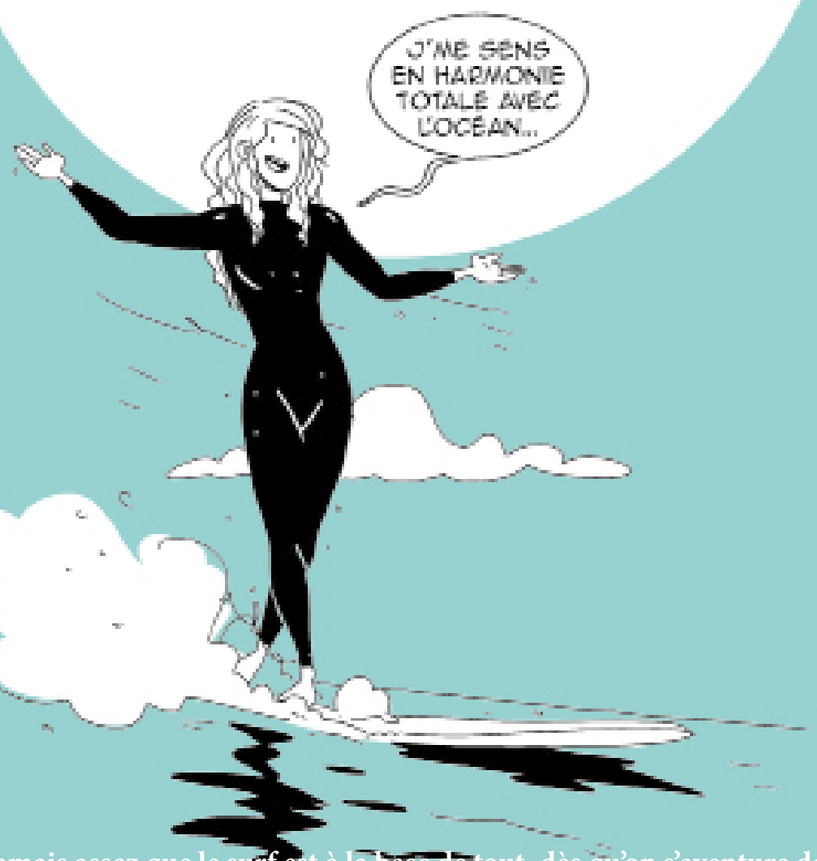
« ***Ca change vraiment le comportement de la board*** »
« Le cap est phénoménal, on gagne facile 10° même sous-toilé » « ***Ce grip est un truc de dingue*** »
« *Pour les loops, ils permettent d'être toujours bien face à l'aile, pour monter bien droit et bien haut, même en crantant n'importe comment* » « ***Jamais eu autant d'aisance en loop sous-toilé*** » « *Sans technique ou avec un mauvais timing, pre-pop ou pas et même sous-toilé, les ailerons grippent tout ce dont on a besoin pour envoyer un jump* » « ***Les box semblent bouffer peut-être un peu d'accélération*** » « *Pas trop de projection de flotte, c'est assez agréable* » « ***Tu sens que ça grippe plus fort, mais sans la sensation d'être planté dans un rail*** » « Malgré le côté épluche-légume, la box est hyper sensible aux algues : c'est plantage facial direct »« ***No way back, avec ces box, on risque de perdre sa technique de base, tellement c'est facile. C'est l'IA de l'aileron : mieux vaut apprendre à sauter classiquement avant de l'utiliser, sinon les jeunes kiteurs seront perdus sans lui!*** » « *En achetant un kit à deux, on s'en sort à 90€ chacun et on équipe juste le rail backside, ça devrait suffire et pourrait peut-être même s'avérer plus efficace* ».

LEATHERMAN®
TOUJOURS LÀ QUAND ON EN A BESOIN
eu.leatherman.com/fr
leathermanfrance

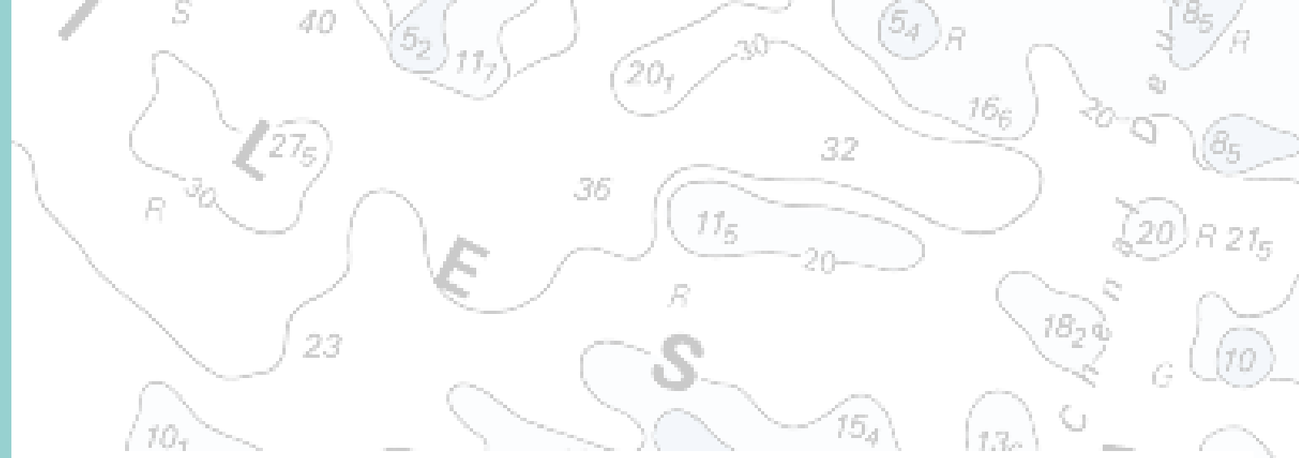
COACHING

par Justine Dupont et Baptiste Levrier
Illustrations Flore Beaudelin

DÉVELOPPE TON SENS MARIN



On ne répète jamais assez que le surf est à la base de tout, dès qu'on s'aventure dans les vagues. De retour de Nazaré, la big wave surfeuse Justine Dupont nous envoie son livre « Surf, le guide pour apprendre et progresser » à destination des jeunes, mais qui fourmille de petits trucs aussi pertinents pour les grands. Voici quelques bonnes feuilles de son petit guide coécrit avec Baptiste Levrier.



De la terre ferme aux océans, il n'y a qu'un pas et quelques coups de rame. Pourtant, ces deux environnements sont tellement différents qu'il faut abandonner nos réflexes de terriens et développer, au même titre que la vue ou l'ouïe, un sixième sens : le sens marin.

« LE SENS MARIN, C'EST ÊTRE À L'ÉCOUTE DE L'OCÉAN, RIEN N'EST FIXE, IL FAUT S'ADAPTER EN PERMANENCE AFIN D'ÊTRE TOUJOURS DANS LE BON SENS! »

Si, comme toutes les qualités, le sens marin s'acquiert et se travaille, il peut également être un don naturel, intuitif ; il te permet de « ressentir » les choses. Mais, rassure-toi, si tu as l'impression que tu es désorienté, il est heureusement toujours possible de t'améliorer !

Le sens marin, c'est déjà faire l'effort de regarder l'environnement général d'un spot avant de se jeter à l'eau. Ne pas se concentrer uniquement sur la zone où cassent les vagues qu'on veut surfer mais appréhender le lieu dans sa globalité. Essayer de localiser les courants, d'anticiper l'évolution des vagues avec la marée, de trouver des repères... En somme, tu dois considérer tout ce qui influence les vagues elles-mêmes et tenter de comprendre comment ces éléments interagissent. À l'eau, le manque de recul ou l'effort physique peut te faire perdre ta capacité de jugement et ta lucidité pour prendre les bonnes décisions.

La clef, c'est l'observation avant l'action : surveille comment la houle rentre, comment les séries de vagues intermédiaires se comportent, comment les remous agitent la surface, comment se dessine la morphologie d'un banc de sable ou d'un récif. Être attentif à tous ces phénomènes te permettra de bien te placer pour trouver les meilleures vagues, qui seront peut-être juste à côté de l'endroit où tout le monde s'agglutine.

Pour travailler ton sens marin, il te faudra passer du temps sur le rivage et à l'eau, te faire ta propre expérience, à partir de tes observations donc, mais aussi de tes erreurs et de tes apprentissages.
Tout le monde part vers la gauche ? Peut-être que tu pourrais essayer vers la droite pour comprendre ce qu'il s'y passe. Tu rateras peut-être une vague mais fais l'effort de comprendre quels signes impliquent tes décisions plutôt que de suivre le mouvement général qui n'est pas toujours exemplaire. L'instinct joue fortement dans ces moments-là, fais-toi confiance !
Tu peux aussi t'amuser à te laisser dériver pour saisir les courants, tu peux partir dans un sens pour mieux revenir dans l'autre : profite de tes sessions pour apprendre des choses sur l'océan. Ce ne sera jamais du temps perdu, au contraire.

Bien lire une vague, c'est un moment de communion avec la nature.

LIRE LES SIGNES AVANT-COUREURS

L'horizon qui se déforme, une vague qui casse sur le banc de sable d'à côté ou sur des rochers, des oiseaux qui prennent de l'altitude, le vent qui change légèrement de direction... Détecte ces signes qui peuvent annoncer l'arrivée d'une série de vagues et anticipe ainsi ton placement. Le sens marin, c'est lire les signaux que la nature nous envoie. Songe qu'avant l'apparition des prévisions météo, les marins savaient anticiper l'arrivée d'une dépression, d'une nouvelle houle, d'un vent défavorable grâce à ces petits signes d'une grande importance. Dans l'eau comme à terre, comprendre la météo, c'est mieux saisir la vie qui t'entoure et les raisons pour lesquelles les conditions sont ce qu'elles sont au moment de ta session.

NAÎTRE POISSON

Parfois, tu vas te donner beaucoup de mal, tu vas progresser mais il y aura toujours quelqu'un de plus à l'aise que toi dans l'eau. Au lieu de l'envier, observe-le. Il ne sera pas forcément le meilleur technicien sur la vague mais il sait tirer profit de son expérience ou de son intuition. Grandir en surfant, voyager et surfer plein de vagues différentes, cela aide bien sûr. Rien ne remplace le temps passé à observer l'océan et à rider. Quelles que soient les conditions et la qualité de la session, il y aura toujours à apprendre. Les tempêtes révèlent des mouvements d'eau nouveaux, les accalmies peuvent mettre en évidence la forme des fonds marins...

LA LECTURE DE VAGUE

La forme de la vague dicte ce que tu dois faire. Choisir entre partir en gauche ou en droite, opter pour telle ou telle manœuvre, continuer à surfer ou sortir de la vague... Tu gardes en permanence tes sens en éveil pour capter les informations et adapter ton comportement.

Ça commence avant même de prendre une vague, par ton placement et ton choix de vague. Sur des spots mécaniques où toutes les vagues se ressemblent, il est plus aisé de faire le bon choix. Mais sur un beachbreak aléatoire, il faut détecter, grâce à la forme et l'angle de la houle, la façon dont la vague va dérouler. Enregistre les infos au fil de la session, regarde les séries qui décalent, la façon dont se placent les meilleurs surfeurs présents. Une fois sur la vague, ton évolution doit être fonctionnelle. Le but est de profiter au maximum de ta vague alors ajuste ta vitesse grâce à ta trajectoire et tes manœuvres.

LA GLISSE AVANT TOUT

(...) L'essentiel est de vite avoir des sensations de glisse. Pour bien glisser, il faut prendre conscience du rôle de l'appui du pied avant : c'est lui qui permet à la planche d'accélérer au surf. Evite donc un appui pied arrière trop marqué, ça freine la planche et empêche de glisser correctement. Plus tu glisses, plus tu vas vite et plus tu pourras faire de choses sur la vague.
La glisse se joue aussi grâce à ton placement sur la vague elle-même. Quand c'est petit, il faut privilégier le haut de la vague, là où se trouvent l'intensité et l'énergie. Dès qu'il y a plus de puissance, on reste autour du curl et de la trim-line. Il faut une bonne lecture de vague pour bien glisser.

SURF, Le guide pour apprendre et progresser,
Justine Dupont et Baptiste Levrier.
Editions Paulsen

vogamarine.com
FOIL BOARDS

WING - DW - SURF FOIL

Fabrication française en Méditerranée

BOITIERS FULL CARBONE

SANDWICHS EN NOMEX©

TISSUS EXOTIQUES

ACCESSOIRES SUR MESURE

Nous élaborons des planches sur mesure pour vos besoins spécifiques en formes et matériaux. Contactez-nous pour créer votre future board ou venez nous rencontrer dans notre atelier situé à la Seyne-sur-Mer dans le Var.

INFO@VOGAMARINE.COM
VOGAMARINE.COM
+33 609 680 307
@VOGAMARINE

TRIP

par Gabi Steindl et
Vincent Chanderot

GABI STEINDL
LADY LONG SOLO

ELOGE DU VOYAGE EN SOLITAIRE

Gabriele Steindl a écumé les spots les plus secrets de son coin du bout du monde. Éprise d'un rêve et de liberté, l'Australienne d'adoption a tourné le dos à un itinéraire tout tracé pour suivre son projet articulé autour du kite-surf et de la découverte des autres. Femme sensible, elle voyage avec peu de moyens mais toujours seule, afin de ne jamais entraver ni négocier sa quête du bonheur et de l'authentique. Nous lui avons proposé pour ce numéro de revenir sur les épisodes les plus inspirants de ses trips en solo afin qu'elle nous en délivre ses clés.

(c) Jaimen Hudson en SW Oz

Aussi longtemps que je m'en souvienne, j'ai toujours rêvé d'explorer le monde et de vivre près de l'océan. Grandir en Autriche avec des parents conservateurs, nés à la fin de la guerre, n'était pas facile ni très marrant. Je m'évadais dans ma chambre recouverte de posters de surfeurs et à six ans, j'ai annoncé à mon père : «*Je veux aller à Maui surfer des montagnes d'eau*». Personne à Vienne ne comprenait mon envie d'aventure et encore moins cette attirance pour la mer. J'ai voulu étudier à Hawaii après le bac, mais mes parents n'ont pas pu ni voulu me suivre.

À 25 ans, je me retrouve enfermée au 32è étage d'une tour à Hong Kong, directrice marketing d'un groupe média spécialisé dans les sports d'aventure. L'article «*Kitesurf, une révolution sur l'eau*» dans un de nos magazines a été le déclic. Pour moi, le kite rassemblait à tout ce que j'aimais déjà faire : le wake, le snow, le para... et le surf, mon rêve d'enfance qui me hantait depuis si longtemps. J'ai démissionné illico, quand bien même tout le monde me dissuadait de détruire ce pour quoi j'avais travaillé si dur. Puis je me suis entièrement consacrée à reconstruire ma vie autour de ce nouveau sport.

De la compétition au freesurf

Deux ans plus tard, je commençais en coupe du Monde et trouvais un sponsor fidèle (toujours le même 21 ans plus tard). Au terme de plusieurs saisons, malgré certains succès, je restais insatisfaite. En 2007, après l'une des plus grandes victoires de ma carrière, j'arrête la compétition et suis une fois de plus déclarée folle, signant ainsi fin de mon parcours de rider professionnel. Ce fut une décision audacieuse, sans aucun doute, mais j'ai suivi mon cœur plutôt qu'un un chemin qui ne me rendait pas heureuse. C'est alors que j'ai commencé mes voyages d'exploration dans des endroits très inhabituels ou très reculés, à la recherche de vent et de vagues. Mes articles sur ces voyages ont été très bien accueillis par les magazines du monde entier, avec des centaines de pages par an. Mon sponsor m'a récompensé en me hissant dans l'équipe internationale. De nos jours, avec les médias sociaux, il est courant d'être sponsorisé en tant que freesurfer, mais à l'époque, c'était inouï.

Un nouveau foyer : West-OZ

Dix-sept ans plus tard, je vis en Australie et je pars toujours pour une ou deux missions d'exploration par an. En 2007, lors d'un road trip pour des articles sur l'Australie, je suis tombée in Love de ce pays, des gens, du mode de vie… et des vagues. Quelques années plus tard, j'ai épousé un australien windsurfeur de gros et Margaret River est devenue ma maison, avec l'océan Indien sur le pas de ma porte, exactement ce dont je rêvais enfant ! Parcourir le monde, explorer de nouveaux territoires lointains, ça ressemble au jackpot… Mais je dois bien clarifier une chose : mes voyages se font avec de tous petits budgets. Le sponsoring des femmes dans notre sport est malheureusement très, très limité. Ce qui rend les choses difficiles, mais je ne m'arrête pas à ça. J'ai créé une entreprise de massage et je travaille en tant que rédactrice de contenus marketing afin de financer ces voyages.

Solo mais pas seule

Explorer en solo comme je le fais, comporte quelques risques qui peuvent en refroidir certains, surtout parmi les femmes. Mais être seul ne signifie pas rester isolé. Se lancer dans le monde tout seul est toujours récompensé par des expériences authentiques que vous n'auriez pas vécues si vous aviez voyagé avec quelqu'un d'autre. Suivons nos instincts. Bien sûr, vous devez être débrouillarde et mieux vaut être prudente que désolée ! Les choses qui tournent mal et les obstacles croisés en chemin font autant partie du voyage que les expériences inoubliables et les moments précieux. Cependant, contrairement à la pensée dominante, il y a partout beaucoup de gens bienveillants. Engourdie par la peur et la négativité, notre société a occulté la bonté des gens.

(c) Hudson, SW Oz

(c) Stephan Kleinen / Vanuatu

Le Monde est fondamentalement bon

« Tu vas en Papouasie-Nouvelle-Guinée toute seule ?? La criminalité de Port-Moresby est la plus élevée au monde ! Il y a encore des cannibales là-bas, Wtf ! ». Voilà les réactions à mon projet de kitesurf en solo en pays Papou. Je suis tellement contente que la curiosité l'ait emporté. J'avais vraiment besoin de découvrir le potentiel de kite de ce pays mystérieux, de savoir si les clichés étaient fondés. J'ai été récompensée par une aventure unique, un voyage sur une autre planète. Un des souvenirs les plus forts de ma vie fut de rester sur l'île de Kiriwina, dans l'archipel corallien des Trobriands, auprès d'une tribu qui n'avait encore jamais rencontré de blanc. Elle m'a fait l'honneur de m'attribuer une mini-cabane sur pilotis, bien sûr sans eau ni électricité, mais avec mon « trou d'aisance » personnel! En dépit des barrières culturelle et linguistique, qui n'auraient pu être plus hautes, les gens m'ont submergé de leur gentillesse. Pas une seule fois je ne me suis sentie effrayée, inquiétée, ni incomprise.

Kitesurf en terre Papoue

A peine mise à l'eau au bord du seul ponton de l'île, je me trouvais entourée en quelques minutes de masses de locaux, ils devenaient fous en voyant le premier kite de leur vie sauter et faire quelques tricks. Ils hurlaient, sautaient et tapaient des mains « *Encore ! Saute encore, fille de l'air !* » L'ambiance atomisait tout ce que j'ai jamais pu connaître en compétition. Je revins le lendemain et ne parvins pas à en croire mes yeux. Sans le moindre téléphone sur l'île, le mot avait circulé à une vitesse folle. Des centaines de personnes avaient afflué de tous les coins de Kiriwina, marchant pendant des heures à pieds, pour voir la « flying girl » dont on m'a dit qu'elle avait intégré le Grand Livre de l'histoire des Trobriands.

Loin des sentiers battus

Les Îles Salomon véhiculent aussi des idées fausses. Avec seulement 6000 visiteurs par an, l'archipel se trouve vraiment hors-circuits. Comme la Papouasie, les Salomon connaissent des petits problèmes de sécurité, mais c'est finalement comme partout ailleurs. A Honiara, la capitale, c'est l'anarchie. Sale et poussiéreuse de prime abord, elle subit une circulation insensée qui compose avec d'énormes nids-de-poule. Des locaux à dreadlocks errent avec leurs sacs de noix de bétel et crachent partout sans vergogne leur salive rougie, dont ils constellent les trottoirs d'innombrables taches laissant croire à du sang. Dans l'impossibilité d'acheter depuis l'étranger des billets d'avion de vols intérieurs, on est obligé de passer du temps à Honiara et finalement ça en vaut vraiment le coup ! Ulawa ou « Île Araignée » est une petite île sans tourisme. Un contact local m'a permis d'y séjourner chez l'habitant avec sa tribu Ahetola, faisant de moi leur toute première visiteuse. Mes hôtes m'y ont accueilli dans un grand dénuement, mais avec beaucoup d'amour et de générosité, pour mon défrichage de leurs vagues en kite.

Partager la joie

C'est rare, mais les enfants des îles semblent timides. Bon, ils n'avaient jamais vu de blanche auparavant, encore moins de blonde... Mais il n'a pas fallu longtemps avant que la marmaille ne se batte pour me tenir la main où que j'aille. Il n'y a pas de plage du côté ouest d'Ulawa, seulement des coraux tranchants et de la roche volcanique. Chaque jour, je louais le camion de l'île pour me rendre sur une plage de sable blanc bordée de palmiers et de petites vagues transparentes. Les enfants se serraient tous les jours plus nombreux à l'arrière de la benne pour m'accompagner. La plupart n'était jamais allée à la plage, ni n'était jamais montée sur un camion. Quel plaisir de contribuer au plaisir simple de ce qu'ils décrivaient comme «*les meilleurs jours de notre vie*».

(c) Stephan Kleinen

(c) Stephan Kleinen /

(c) Stephan Kleinen

Pendant que je ridais et leur proposais un peu de spectacle, les enfants enveloppaient des boules de sable dans des feuilles pour prouver à leurs amis qu'ils étaient allés à la plage «de l'autre côté».

Adaptée

Quand il n'y avait pas de kite, ça n'avait aucune importance. Nous jouions sur la plage pendant des heures et faisions du body surf en sarong. Les gens dans ce coin du monde sont très religieux et les coutumes imposent aux femmes de porter des jupes longues en tous temps. Montrer un bout de cuisse ou porter un pantalon est tabou. Il est très important de respecter les coutumes locales sans vouloir imposer les nôtres ! Le voyage nous comble, mais ne pas rester focus que sur soi-même pour apporter un peu de joie aux habitants procure un sentiment incroyable, probablement le plus gratifiant, au-delà du kitesurf, qui n'a pas de raison de devenir obsessionnel dans ces circonstances.
« *Le voyageur voit ce qu'il voit,*
le touriste voit ce qu'il est venu voir ».

Ceci est mon offrande

On peut certes offrir aux gens « l'honneur » de nous recevoir et laisser à certains quelques miettes au passage. Moi, je voyage autant que possible avec des vrais petits cadeaux, définis en fonction des besoins, le plus souvent avec les écoles (ballons, stylos, cahiers...). Les yeux des enfants ne brillent pas que pour les bonbons qu'ils pourront chiper, mais aussi de l'intention qui génère ce partage et ça me réchauffe le cœur. En apportant des cadeaux, non pas pour vous débarrasser de la marmaille, mais des choses utiles dans des endroits isolés et très pauvres, vous pouvez vraiment faire une différence. J'ai offert à une asso des îles Salomon mon surf, un leash et beaucoup de wax. Dotés de seulement 10 planches pour 100 membres, un surf supplémentaire pour eux, c'était vraiment super important.

Ci-dessus : avec une baleine en Australie.
Ci-contre : Vanuatu
Deux doubles-pages suivantes : Chez elle en Australie

Lorsque les choses deviennent difficiles

Kiter dans des endroits reculés comporte sa part d'incertitude. Il y a forcément des revers aux rencontres merveilleuses. Je suis restée coincée sur une île minuscule et isolée du Vanuatu avec la dengue, une forte fièvre et les pires douleurs de ma vie. Un cyclone a totalement interrompu tout le trafic sur l'aérodrome situé à trois heures de bateau et il n'y avait plus ni de téléphone ni d'internet. J'étais trop faible pour tenter de partir et j'ai survécu à cette expérience, qui m'a rendue plus forte. Des gens qui m'étaient totalement inconnus se sont occupés de moi et ne m'ont jamais laissée tomber.

En aurait-t-il été de même chez nous ? Heureusement, les incidents sont des exceptions. Surmonter les rares moments difficiles du voyage solo est le prix à payer pour des expériences authentiques que vous n'auriez pas vécues en voyageant avec des compagnons. Explorer le monde en solo à la recherche de vent et de vagues déclenche les conversations et amorce les amitiés. Des opportunités se sont uniquement présentées à moi parce que j'étais seule. En solo, vous interagissez différemment avec le monde, et le monde interagit différemment avec vous, il s'ouvre plus facilement.

The Magic

La magie du voyage se révèle sans crier gare. Des interactions folles avec la vie marine en sont un bon exemple. Une baleine qui surgît à mes côtés en kite dans un coin paumé chez moi en Australie ou une vague prise avec des centaines de tortues! Avec les humains me vient à l'esprit une scène folle, sur le ferry de Al Masirah, une île Omanaise offrant d'excellents spots. Pour des raisons qui m'échappent encore et en dépit de la barrière de la langue, qui ne permettait que d'échanger quelques signes, une banale traversée a soudainement basculé en une énorme fête. Les hommes chantaient frénétiquement, les femmes tapaient des mains, tous m'entraînaient à danser et jouer ensemble. Les seaux devinrent tambours, des khanjars lacéraient en rythme l'air de leurs lames recourbées. L'étrangère avec son boardbag fut accueillie comme l'une des leurs, quand bien même c'est la dernière chose que j'eus prévue.

(c) James Hooper / SW OZ

(c) Jaimen Hudson / SW OZ

Blessée au Chili

Les incertitudes du kitesurf m'apprennent continuellement à suivre le flow et à tirer le meilleur des situations. Au Chili, sur une vague perdue dont je rêvais depuis si longtemps, j'ai vécu un cauchemar qui a failli me coûter plusieurs doigts, après que ma main se soit entortillée dans les lignes de mon aile tombée à l'eau avant qu'elle ne retracte (voir KBR 134). Abattue et bloquée au sec par cette blessure, j'ai chamboulé mes plans pour faire un crochet en Patagonie. L'exploration du Torres del Paine s'est révélée une des expériences les plus stupéfiantes de ma vie ! Heureusement que je ne suis pas restée à me morfondre en attendant la guérison et les vagues. Je n'oublierai jamais l'émerveillement total procuré par ces glaciers fragiles, ces lacs cristallins et ces montagnes éblouissantes au pied desquelles j'ai même réussi à surfer des vagues épiques. Un million de choses peuvent mal tourner lors d'un voyage, so what ? Il suffit de l'accepter et de rebondir.

Quasi-amputation après le Maroc

Les blessures ne surviennent jamais au bon moment et j'en ai eu ma part lors de mes voyages. Mon orteil a bien failli finir amputé au Maroc, où j'ai été recousue dans un hôpital militaire, sans anesthésie ni désinfectant, ce qui a conduit à une grave gangrène. Mes jambes sont couvertes de cicatrices, issues de rencontres non-désirées avec des récifs et des ailerons. J'ai aussi chopé à mon tour quelques staphylocoques et autres infections douloureuses à de nombreuses reprises, mais avec une bonne trousse à pharmacie et un peu d'expérience, ça n'est pas ce qui doit nous refroidir.

(c) Kalani Muller / Fidji

Cloudbreak et le Bogi Walu

L'attente du vent ou de la houle peut rapidement tourner en une vraie mise à l'épreuve, mais ça fait partie des règles du jeu. Je fantasme depuis toujours sur les îles Fidji et la vague de Cloudbreak. J'ai signé ma ruine en octobre dernier, en bookant une bannette pour dix jours à bord d'un voilier de 25m, pour dormir juste à côté de Cloudbreak et kiter à fond.

Trois jours après le début du trip, il commence à pleuvoir sévère. J'ignorais tout, alors, du phénomène météo «Bogi Walu» qui venait de frapper. Il peut survenir autour de grands systèmes anticycloniques, avec des alizés montant jusque 30-40 nœuds. Le mouillage tournant offshore pouvait devenir dangereux, le bateau a dû trouver refuge à Musket Cove, un mouillage sûr… mais si loin des vagues ! Bogi signifie «huit» et Walu «nuits»… Do the maths : j'ai payé une fortune pour être à bord d'un yacht, bloqué sous la pluie, à trois jours de marche du spot ! J'ai donc débarqué pour me poser dans un village où je parvins à dégoter une barcasse qui me permettrait de parcourir les 9 km me séparant du reef. Le pognon, le décollage périlleux de la pirogue, tous ces tracas furent très vite éclipsés par les deux swells massifs que j'ai pu scorer, escortée seulement d'une poignée de grands noms du surf, pour ce qui restera la session la plus mémorable de ma vie. Toute seule entre ces montagnes d'eau, au large dans 25 nœuds offshore avec mon cap'tain fidjien qui roupillait dans son rafiot… si quelque chose avait mal tourné, l'océan m'aurait englouti d'une bouchée. Des expériences comme celles-ci rendent humble. Je n'en tire aucune envie de parader, je réalise juste combien nous sommes insignifiants dans cet univers. Le voyage, qu'il soit proche ou au long cours, a la capacité de nous faire retrouver cet ordre des choses. C'est l'une expérience des plus libératrices du voyage. J'espère qu'à votre tour, vous surmonterez vos peurs et vivrez vos rêves, qui peuvent prendre forme à deux pas de chez vous !

RIDEUSE

Interview par Vincent Chanderot

MAHALO MOONA WHYTE

Si Capucine Delannoy est parvenue à lui ravir le titre à Ponta Preta, Moona Whyte reste aux dires même de la championne française une référence absolue en surf. Reine incontestée depuis plus de dix ans, elle se permet des pauses puis des come-backs victorieux et même de gagner en wing (championne du monde 2023 en vagues). Vainqueur du GKA Cap Vert 2024 dans les grosses conditions qu'elle affectionne, elle a ensuite délaissé le circuit pour ne revenir que ponctuellement. Le signe d'un nouveau cap pour la hawaiienne.

Aloha Moona... Sur quel spot a-t-on le plus de chance de pouvoir t'admirer ?
Je voyage moins qu'avant et je passe la majeure partie de l'année à la maison, donc je dirais que ce sera sur le north shore de l'île de Oahu, dans l'archipel de Hawaï. Je voyage un peu quand les vagues sont plus petites, pendant l'été.

Tu gagnes en coupe du monde depuis 2012. Est-ce une addiction à la victoire qui te pousse maintenant à participer aussi aux compétitions GWA ?
Les événements de kite et de wing ont souvent lieu au même moment et au même endroit, c'est vraiment pratique.Toutes les compétitions se déroulent loin de chez moi, donc ça me permet d'optimiser mon temps de voyage ! Conserver un état d'esprit compétitif un peu plus longtemps pour les deux compètes en incluant même les périodes d'attente est plus facile que de le répartir sur de multiples trips.

Qu'est-ce qui t'a amené au wingfoil ? Où trouves-tu le plus de plaisir dans ce support ?
Je me suis mis à la wing pour pouvoir être sur l'eau l'été à la maison, quand les vagues sont petites ou presque plates. C'était un défi amusant d'apprendre un nouveau sport et ça me permet de transformer des journées "mauvaises" pour le kite ou le surf en de super session! Je ne pratique pas souvent le kitefoil… hormis pour les photos, car je n'aime que les vagues et le kitefoil n' est pas idéal pour ça.

Accordes-tu aujourd'hui une priorité à l'un des deux supports ?
J'accorde la priorité au support qui me semble le plus fun pour les conditions du jour ! Je fais du kitesurf quand les vagues sont grosses et du wingfoil quand elles sont plus petites. Le GWA nous envoie maintenant dans des conditions solides, mais j'avoue généralement ne pas m'entraîner dans les grosses vagues grosses en foil parce que je les préfère en kite.

Je suppose que tu as aussi beaucoup surfé, quelle est ton histoire de rider et ta relation avec l'océan ?
L'océan a toujours fait partie de ma vie. J'ai appris à surfer quand j'étais enfant, mais je n'étais pas vraiment passionnée jusqu'à ce que j'apprenne le kite à 14 ans. Ensuite, j'ai appris à surfer en shortboard et je suis tombée amoureuse de ce sport. Le surf et le kitesurf m'ont apporté énormément de joie, de nouvelles amitiés et m'ont donné accès à un mode de vie sain que je conserverai sûrement toute ma vie.

Tu as scoré deux vagues à 10/10 sur le GKA 2024 de Ponta Preta au Cap Vert… Que comptes-tu améliorer maintenant pour obtenir un 11/10 ? En tant que leader, dans quelle direction aimerais-tu emmener le kite de vagues féminin ?
J'ai été surprise d'apprendre ces scores en sortant de l'eau ! C'étaient des vagues vraiment fun à rider, mais dans ma tête, je savais qu'il y avait encore de la marge pour progresser. Je veux continuer à travailler sur mon positionnement, mon timing, ma puissance et bien observer comment les meilleurs hommes prennent cette vague pour apprendre d'eux. Je suis fière de ce que j'ai accompli, mais je sais que nous pouvons maintenir une forte émulation entre filles pour nous pousser vers plus de radicalité.

Ressens-tu la pression avec Capucine et Camille qui poussent fort, ou restes-tu encore sereine ? Quel serait ton conseil aux jeunes pour qu'elles te battent sur ton terrain ?
Je suis confiante dans les vagues plus grosses, mais elles s'améliorent assurément à chaque compétition et c'est super à voir ! Je pense que les conditions qu'on a eues l'an dernier leur ont vraiment permis d'acquérir plus d'expérience dans de bonnes vagues. Je dis toujours aux filles qu'elles doivent passer autant de temps que possible à faire de la vague pour s'y sentir à l'aise, parce qu'il n'y a pas d'autre type d'exercice, big air, freestyle ou tout ce que tu voudras, qui t'apprenne aussi bien à surfer que de surfer tout simplement des vagues.

Sur quels spots as-tu créé les souvenirs les plus mémorables ?
Certaines de mes vagues préférées en kitesurf sont à n'en pas douter sur les îles du Cap Vert, aux îles Marshall et en Indonésie !

« Je n'aime que les vagues et le kitefoil n'est pas idéal pour ça »

Penses-tu continuer la compétition ou envisages-tu d'orienter plutôt ta carrière vers le freesurf ?
Je ferai peut-être encore quelques compétitions, mais elles demandent beaucoup de temps et d'énergie. Attendre les séries, rester concentrée, tout ça pour se battre dans des conditions et i ne sont pas toujours les meilleures pendant ton heat… C'est génial quand tu commences et que tu construis ta carrière, donc je suis reconnaissante de m'être fait offrir cette opportunité, mais je suis satisfaite de ce que j'ai accompli maintenant. Voir le niveau sur le circuit m'a vraiment motivé à me pousser davantage, mais effectivement

l'idéal pour moi sera de basculer vers le freesurf, où je pourrai passer beaucoup de temps à l'eau et vraiment me concentrer sur mon ride.

As-tu d'autres projets en dehors du kite ? Une collaboration, une entreprise ?
Je travaille sur un projet agricole avec ma famille chez nous. Mes parents possèdent des terres agricoles anciennes et nous installons un verger en permaculture pour reboiser la terre et produire de la nourriture pour nous-mêmes et nos amis. Nous avons déjà récolté des bananes, des pêches, des mangues et même un avocat !

Que voudrais-tu laisser derrière toi avant tout ?
Le meilleur cadeau que tu puisses offrir, c'est de laisser un endroit dans un meilleur état que tu ne l'as trouvé. Que ce soit en ramassant les déchets sur la plage, en plantant des arbres, en compostant tes restes alimentaires ou en soutenant les fermes locales, chaque petit geste compte.

Qu'apprécies-tu le plus sur cette Terre en dehors du ride ?
J'adore passer du temps dans la nature, cuisiner des aliments sains et découvrir de nouveaux endroits.

Comment le changement climatique affecte-t-il la vie des Hawaïens et le ride ? Es-tu préoccupée par cela ?
J'ai observé la météo pendant 15 ans et j'ai vu les patterns climatiques changer. Les saisons de vent ont bougé et ne sont plus aussi prévisibles. On a eu un incendie dévastateur à Maui alimenté par des vents forts et on a dû s'éloigner de la plage à cause de l'érosion…

«Ne pas abandonner sur un chemin peu conventionnel a été la grande mission au quotidien»

Penses-tu que le monde de la compétition saura se transformer pour devenir plus soutenable ?
Le circuit mondial implique forcément beaucoup de déplacements, donc il n'y a pas de solution évidente pour devenir plus durable sans changement profond, mais ce serait cool de mettre déjà en place des projets sociaux et environnementaux sur chaque spot de compétition. Je pense aussi que les marques devraient travailler à une production plus durable.

La question de James Carew : Quel est le plus grand obstacle qu'il t'a fallu surmonter pour en arriver là où tu es ?
C'est probablement moi-même ! Surmonter le manque de confiance en soi, les comparaisons avec les autres. Ne pas abandonner non plus sur un chemin peu conventionnel a été la grande mission au quotidien et c'est quelque chose sur lequel je vais devoir continuer à travailler pour toujours !

La question de Cami Losserand : À quoi ressemble ta journée/semaine typique à Hawaï ?
Chaque jour est différent, parce que ma vie tourne autour des conditions qui changent. Une journée idéale ressemble à ceci : je me réveille et je fais du yoga, ensuite je vais surfer, je déjeune et fais une

petite pause, puis je retourne à l'eau dans l'après-midi pour kiter jusqu'à la tombée de la nuit, ensuite je prépare le dîner. Les journées ne sont pas toutes idéales, donc quand les vagues sont trop plates, je peux passer toute la journée à rattraper mon travail sur l'ordinateur. Mais ce que j'aime à Hawaï, c'est que même lors de ces journées, il y a toujours une belle plage pas loin pour sauter dans l'eau ou regarder le coucher de soleil!

« Je fais du kite quand les vagues sont grosses... et du wingfoil quand elles sont plus petites »

PHOTOS :
p1-3 à Fidji (c) F-one. p4 vainqueur à Rio 2023 (c) Romantsova / GKA. p5 sur Ponta Preta 2024 (c) Lukas K Stiller / GKA. p6 avec Camille Losserand à Rio 2023 (c) Romantsova / GKA et (c) CFunk / Fone. p7 : toujours Ponta Preta, le lendemain du titre en kite, pour une nouvelle victoire cette fois en coupe du monde de wingfoil, 2024 (c) Lukas K Stiller / GKA

KITEBOARDEUSE

Avec Johanna Disdier, Vincent et les filles du spot

RIDEUSES ET RIDERS

CE QUI NOUS DISTINGUE, CE QUI NOUS RAPPROCHE

Nous ne naissons pas égales ni égaux face aux défis de la progression en kite ou wing. Les obstacles seraient-ils aussi une question de sexe et de culture, ou relèvent-ils davantage du tempérament personnel ? Nous avons a mené l'enquête, avec notre journaliste, la big air rideuse finistérienne Johanna Disdier et les amies du spot.

Julieta Pereyra par Thomas Burbliess

KITEBOARDEUSE

Johanna Disdier par Clément Quibel

Pourquoi les hommes ont-ils en moyenne en meilleur niveau que les femmes ? Le kitesurf se révèle être un terrain d'étude fascinant pour comprendre la dynamique des genres, l'apprentissage et les défis inhérents à la progression.

Ce qui nous distingue

Que ce soit sur la plage, sur l'eau ou sur les réseaux, les représentations et les motivations des femmes semblent se distinguer de celles des hommes.
Sur la plage, quand l'une se voit demander si elle a choisi la bonne taille d'aile par rapport à son gabarit, une autre hausse les yeux quand son pote la presse à passer une nouvelle figure. Une troisième déplore qu'un mec soit vivement sollicité alors qu'elle pourrait aussi bien aider à décoller ou poser une aile. La quatrième de la bande n'est même pas venue pour la session car elle n'a toujours pas trouvé le harnais adapté à sa morphologie. Les femmes se distingueraient-elles ou seraient-elles perçues différemment des hommes, avant même de naviguer ?

Sur les réseaux sociaux, la représentation des femmes est aussi encore sexualisée. Ce qui marche pour les femmes, d'un point de vue algorithmique, c'est montrer son visage, son sourire et ses fesses, plutôt que ses performances. Pour les hommes, c'est moins sûr. J'en connais une (moi) qui a récolté deux sponsors grâce à une photo grand sourire + cheveux au vent. À côté, mon late back s'est noyé dans les algorithmes.

« La science du cerveau démontre enfin que les filles n'apprennent pas comme les garçons et que la satisfaction qu'elles tirent du kite ne suit pas les mêmes motivation»

Une autre satisfaction

Sur l'eau, pour beaucoup de femmes, le kite semble avant tout un plaisir se suffisant à lui-même, sans quête de performance. Alors qu'entre mecs, il apparaît toujours tentant de comparer son engagement ou la hauteur de ses sauts avec ses acolytes. Alors doit-on mettre en parallèle parade ou contemplation pour soi ? Ces représentations, si différemment interprétables soient-elles, ne sont pas isolées de l'histoire sportive et culturelle plus large qui les entoure. Elles s'inscrivent dans un héritage de normes sociales qui ont longtemps modelé l'accès et la pratique sportive pour les femmes. Elles ont souvent confiné les femmes à des rôles et des activités considérées "esthétisantes" comme la danse, la gym[1]. Dans le XXe siècle la crainte est à la masculinisation des femmes, de leurs traits et de leur silhouette, qui porterait atteinte à la féminité. Dans ce contexte, le kitesurf, qui peut devenir exigeant physiquement lorsque les conditions météo le veulent (grosses vagues, vent fort), se distingue par une remise en question de ces anciennes conventions, quand pratiqué par des femmes qui affichent force et indifférence envers l'effet de ce sport sur leur apparence.

Ce qui nous rapproche

Malgré ces différences de motivations et de représentations, il semblerait que femmes et hommes rencontrent les mêmes obstacles à leur progression.
La peur des blessures est omniprésente chez tout le monde, influençant la prise de risque et, par extension, la progression. En revanche, les femmes auraient davantage d'instinct de survie et considéreraient plus les conséquences à long terme d'une blessure.
La science peut ouvrir une voie de compréhension, permettant de naviguer à travers les nuances physiologiques et psychologiques qui caractérisent les

Charlotte Carpentier par Svetlana Romantsova

" Je veux montrer que les femmes peuvent parvenir aux mêmes choses que les hommes. Il n'y a pas de barrières. Tous ces éléments dont on dit qu'ils ont de l'importance, comme la force, le poids, la taille, ne font selon moi, pas partie de l'équation. Ce qui est important, c'est la technique, l'engagement et le fait de ne pas avoir peur de pousser plus fort!»

Mikaili Sol

Miska Sol par Svetlana Romantsova

différences entre les sexes dans le sport et le kite. La testostérone, principal androgène, joue dès les premiers stades de développement un rôle dans la différenciation sexuelle et sur la prise de risque [2].

L'inné et l'acquis

Parallèlement, les attentes sociétales envers les genres peuvent façonner la perception de soi et l'engagement sportif. C'est-à-dire que plus une personne aura été mise en confiance dès l'enfance, sans être surprotégée, plus elle se sentira de prendre des risques. On sait maintenant que nos parents sont responsables si on se lance dans le kiteloop ou pas. Merci maman !

Des travaux récents (Menon 2024) sont par ailleurs enfin parvenus à confirmer de façon irréfutable, par IRMf assistée de l'IA, les fonctionnements différents des cerveaux féminins et masculins lors des mécanismes d'apprentissage et d'introspection. « *Les processus autoréférentiels, la sensibilité à la récompense, l'apprentissage par renforcement et les expériences subjectives de plaisir résultent de schémas différents* » décrit l'auteur. Nul n'en a jamais douté, mais la science du cerveau démontre enfin que les filles n'apprennent

pas comme les garçons et que la satisfaction qu'elles tirent du kitesurf ne suit pas les mêmes motivations.

Solidarité entre les genres

Face aux défis sociaux, culturels, physiques et biologiques, le kite permet l'émergence de dynamiques collectives qui favorisent la progression commune. Le partage d'expériences, les stages de perfectionnement et la convivialité sur la plage traduisent une volonté de progresser ensemble et de prendre plaisir à pratiquer dans un cadre bienveillant.
Des études montrent que la présence des femmes dans les groupes contribue à renforcer l'intelligence collective, encourage des comportements plus coopératifs, réfléchis et inclusifs[3] (ce qui n'empêche pas que des comportements individuels puissent devenir irréfléchis en présence de filles!). Dans les équipes sportives mixtes, cela se traduit par une amélioration du climat relationnel, une plus grande attention portée à chacun et chacune et une réduction des comportements à visée purement compétitive [4].
Ces apports enrichissent les dynamiques de groupe, sur l'eau comme à terre [5] et participent à faire du kite un espace où la performance se conjugue avec entraide, respect et plaisir partagé.

Greta Menardo

(c) RRD

Ce qui fait pencher la balance

La progression semble transcender la question du sexe pour toucher celle du tempérament individuel, de l'engagement et du contexte social et familial. (Voir aussi l'itw de la coach nationale Ariane Imbert). La peur de la blessure, la gestion du temps et la sécurité restent prévalentes, mais sont progressivement surmontées grâce l'esprit de communauté et à la volonté de briser les stéréotypes.
"*Je n'ai jamais ressenti de gros mal-être sur le spot...mais bien évidemment tu croises toujours un crétin de temps en temps,*" résume une kiteuse. Et pour les représentations mal placées ou sexistes, reste à les laisser couler…

Capucine Delannoy par Svetlana Romantsova

Therese Taabel par Thomas Burbliess

(1) Louveau (2006). Inégalité sur la ligne de départ : femmes, origines sociales et conquête du sport. Clio. Histoire, femmes et sociétés, 23, 119-143. https://doi.org/10.4000/clio.1877
(2) Jidovtseff & Delvaux (2022). Quelle est l'origine des différences sportives entre femmes et hommes ?. https://www.lqj.uliege.be/cms/c_16806575/fr/le-sport-en-desequilibre
(3) Beroiza et al, (2025) Bridging gaps: the role of gender and team composition in collective intelligence. dans Cogent Education Vol 12
(4) Von Siemens (2015). Team Production, Gender Diversity, and Male Courtship Behavior. Dans Social Science Research Network
(5) Pinelo Trancoso (2023) Deporte extraescolar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria: efectos del tipo de agrupamiento deportivo y del sexo. Dans Cuadernos de psicología del deporte

KITEBOARDEUSE

MEET THE BOSS
ARIANE IMBERT

Le kite est un milieu très masculin, c'est pourtant une femme qu'on retrouvait à la tête de l'équipe de France de kitefoil pour les JO. Ariane Imbert revient pour nous sur son parcours, toujours axé sur la pédagogie et la performance, qui l'a mené au sommet. La monitrice qui a formé pas mal de nos meilleurs riders dans leur jeunesse, évoque aussi le kite au féminin.

Premier bord en slip pour Ariane

La premier monitorat : le snow (c) Snapshot

Championne de France Race et foil la même année (c) Petrikov

Tu découvres la glisse commence très tôt avec tes parents à Nice.

Effectivement je suis Niçoise comme la salade et le Pan Bagnat ! Mon père faisait du bateau et ma mère du windsurf, j'ai donc goûté très tôt à la planche et à l'optimist, mais sans grand succès… A Nice, on est trituré entre la mer et la montagne, qui commence juste derrière. Ma mère baignait dans le groupe des glisseurs de la côte d'Azur et l'ambiance fluo très sympa des années 80. Ils faisaient tous du monoski et du snow et moi je voulais faire comme eux ! A 12 ans j'ai enfin pu commencer le snowboard, c'est devenu ma première vraie passion.

Ta carrière d'enseignante commence donc par le snowboard

Effectivement, j'ai très vite coaché un groupe de jeunes en snowboard. J'ai fait un peu de compétition en freestyle puis en boardercross. Il y avait une belle dynamique à Isola 2000, avec le club Back To Back de mes copains. Je m'y suis investie et ai passé le fédéral snow en parallèle des études STAPS, j'ai créé un projet pédagogique pour coacher les kids. On organisait pas mal d'events et un circuit sur la région PACA ! Je pense avoir vécu les plus belles années du snowboard, on se déplaçait dans les stations pour faire des démos de freestyle, on était une grande famille ! On l'est toujours d'ailleurs, avec 25 ans de plus !

Tu es en fac de sport et pars finalement sur un BP kite en 2008 pour fonder ton école, Le Spot, à Hyères.

Les débuts du pôle. Saurez-vous retrouver Arthur Lhez, Theo deRamecourt ou Edgar Ulrich?

Et oui, j'ai fait partie des enfants perdus du snowboard. Pour vivre de l'enseignement du snowboard contre rémunération, il fallait le BE ski qui requierait un très haut niveau… de ski. C'était aberrant, mais ça n'a toujours pas changé. J'ai donc fait autre chose de ma vie : shop, snack, parc aventure, et surtout mon fils Arthur (Lhez). Mon second coup de foudre sportif arrive très vite, c'est le kite! On descend s'installer à la côte où je suis frappée d'un autre coup de coeur : l'Almanarre. Je passe le BPJEPS et monte dans la foulée mon école « Le Spot Kitecenter » en 2009.

L'école s'oriente-t-elle tout de suite vers la performance ?

Oui, j'ai rencontré des gamins sur la plage, j'ai commencé à les coacher et à les trimballer sur quelques compétitions. Avec l'arrivée du haut niveau, ça m'a poussé à me structurer et la FFVL s'est appuyée à l'époque sur la dynamique que j'avais lancée.

Qu'était le CREKH ?

Quoi, tu ne connais pas le CREKH ?? C'était le Centre Régional d'Entrainement Kitesurf de Hyères, en gros maintenant ça veut dire Pôle Espoirs, mais les labels changent très souvent en France ! Il y avait une team freestyle et une team foil, avec déjà Axel Mazella et Théo De Ramecourt. C'était un peu chaud, on avait très peu de moyens et j'étais toute seule pour coacher les 2 supports, mais bon, je pense qu'à l'époque, juste un peu de cadrage et d'émulation suffisaient à faire sortir des champions !

Puis tu découvres la compétition en tant que coureuse… pendant ta formation d'entraineur !

Oui exactement. Lorsque le premier DEJEPS entraîneur est arrivé, la fédé m'a sollicité pour y participer. J'ai échangé une semaine de cours à l'ENVSN contre une participation au Championnat du Monde de slalom à Murcia. Mon formateur Laurent Rumen était en parallèle coach de l'équipe de France. Je me suis prise au jeu, j'ai participé à une étape du championnat de France au Festikite où j'ai fait ce pari à la con : si je décrochais un podium, je m'inscrirais au PKRA à Hyères (pour les jeunes : l'ancien circuit mondial). Et bim, j'ai fait podium et j'ai donc participé à la coupe du monde !

Tu disais prendre trop de risques et ne pas avoir le mental pour gérer un classement… Les conseilleurs ne sont pas les payeurs, tu es devenue préparatrice mentale !

Oui, j'ai vraiment appris par essais / erreurs. S'il y avait une boulette à ne pas faire, tu pouvais être certain que j'allais foncer dedans ! Sur ma première compète en slalom, je ne connaissais pas les règles. J'avais capté que l'arrivée se faisait entre un bateau avec un drapeau et une bouée. Lors de la première

manche, j'étais aux taquets et en tête sur le dernier bord, mais il y en avait partout ! Je n'avais pas visualisé où était réellement l'arrivée, je suis tombée et les autres m'ont montré le chemin ! Je n'ai jamais réussi à rider aussi bien en compétition qu'en mode normal. Je me faisais des nœuds au cerveau et des boules d'angoisses au ventre. La compétition a toujours été compliquée pour moi. J'ai eu un podium vraiment assuré sur un Championnat du Monde, il suffisait juste de terminer. Bien sûr, sans stratégie, j'ai trop fighté pour remporter la dernière manche et me suis fait disqualifier en passant un peu trop près de ma concurrente !

En 2014 tu deviens responsable de l'équipe de France Relève et, en 2016, tu récupères aussi l'équipe de France. Comment décroche-t-on cette position ?

Je ne saurais pas vraiment l'expliquer. Je pense m'être énormément investie dans la structuration du kite, tant sur son développement avec mon école que sur le haut-niveau. J'ai foncé dès le début sans réfléchir, que ce soit en investissement humain ou financier aussi. Je suis passionnée, n'ai pas compté mes heures et j'ai mis mon école à disposition pour développer le Pôle de Hyères. J'ai été à l'initiative de l'équipe de France jeunes à l'époque, puis la fédé m'a confié la coordination des EDF senior et relève. Avant, c'était 2 ou 3 stages par an et un suivi de régate sur les Européens et Mondiaux. Lorsque le kite est passé Olympique, nous sommes passés à une autre dimension !!

Victorieuse en coupe du monde 2014

Comment se définissait ton rôle ?

C'est comme un challenge, mener mes athlètes au plus haut niveau, dans le meilleur environnement possible. Mon rôle principal était d'être la garante de la réussite du projet kitefoil. Je connais mes forces et mes faiblesses et pour cela, je me suis entourée d'un staff capable de combler les domaines dans lesquels je ne me sens pas d'assurer seule, tel un manager.

Bertrand Dumortier coachait avec moi, c'est une des stars de la FFV en analyse et stratégie.

J'avais un rôle de suivi bienveillant de mes athlètes, checker que tout se déroule bien, sans être envahissante. Rester à l'écoute et essayer de résoudre les problèmes quand ça dérape. Certains sont plus individuels que d'autres et c'est ok pour moi de les laisser libres. C'est ma philosophie, il y a des solutions à tout et il faut respecter l'écologie de l'athlète pour que ça marche ! Je m'occupais d'une bonne partie logistique en faisant aussi tampon avec les institutions, pour les

préserver au max des contraintes, paperasses et des charges inutiles, pour leur bien-être.
Bien entendu, je gèrais les entraînements sur l'eau et à terre, avec les débriefs, analyses ou des entretiens. On organise des stages à Hyères, Marseille et à l'étranger. Hors stage, je faisais la permanence de training à Hyères. On bosse sur les planifications, les volumes et charges d'entrainement, sur les axes de travail et les améliorations possibles. Il y a beaucoup d'échanges et d'analyses. Je pense avoir aussi eu un rôle pour booster les motivations et les pousser quand il faut, mais je viens de passer la main à Pascal Chollet et Antoine Weiss.

Comment se passent les journées auprès des athlètes et des instances ?

C'est jamais pareil, mais on s'adapte ! Ça dépend beaucoup de la période, de la météo, des objectifs. Nous sommes beaucoup avec les athlètes depuis 4 ans, donc les stages et les journées sont moins denses qu'avant. Il est important qu'ils gardent une part d'autonomie, c'est notre modèle de la performance.
En stage, il y a des brief / débrief et des navigations. J'essaie au maximum de faire les débriefs collectifs, pour qu'il y ait du partage et des échanges. Ca n'a pas toujours été facile, surtout pendant les phases finales de la sélection olympique ! On leur laisse du temps pour qu'ils puissent faire leur prépa physique et aussi souffler. On a enfin pas mal de recherches et de tests sur le matériel.

Tu as tenu ce rôle depuis dix ans, tu as donc accompagné nos champions actuels depuis l'enfance !

Oui, j'en ai vu passer un paquet ! Tant en freestyle qu'en foil ! Certains qui sont passés ici se sont vraiment distingués, comme nos stars du moment Axel Mazella, Edgar Ulrich, Lauriane et bien d'autres !

(c)Sailing Energy

En quelle forme se trouvent les EdF aujourd'hui ?

Ils sont chauds !!! Non réellement, il y a une énorme concurrence au niveau international. Les filles ont pris les trois places du podium aux Championnats d'Europe 2024, deux en 2025, c'était incroyable.
Chez les hommes, ils s'accrochent, mais on n'a plus 5 français dans le top 10 comme avant. Ils sont bien présents, Axel est toujours sur les podiums, pas loin derrière Maximilian Maeder, le singapourien qui s'ennuie tout seul devant comme dirait Axel !!! Axel va faire ce qu'il faut pour le remettre dans son rétro !

« Le groupe a éclaté à cause des sélections. Ce sont tous de très forts caractères »

La sélection olympique c'était beaucoup de candidats pour seulement un.e élu.e. Comment cette compétition a-t-elle impacté le groupe ? La PM aide à ça ?

Ça a été vraiment compliqué et le groupe a éclaté à cause des sélections. Ce sont tous de forts caractères. La concurrence interne a porté ses fruits sur le plan technique, mais au détriment de l'ambiance. Bref, c'est passé et l'ambiance semble s'améliorer, ça fait plaisir. Le préparateur mental a bien aidé, parce que malgré leurs ambitions fortes, ça a été lourd pour tout le monde de bosser dans une ambiance dégradée et sous la pression.

La fédé ou l'état accompagnent-t-ils aussi le haut niveau non-olympique, en big air, freestyle ou en vagues ?

Oui, il y a toujours un suivi des athlètes en freestyle, qui se traduit en pas beaucoup d'actions, mais c'est mieux que rien…
C'est comme le foil avant qu'il ne devienne olympique : quelques stages de training, un suivi et coaching sur certaines compétitions. Les athlètes de haut niveau sont rattachés à un Pôle France ou Espoir et peuvent bénéficier de ces structures.

Qu'est ce qui te fait vibrer dans le kite aujourd'hui… à part la victoire bien sûr ?

Mon kiff c'est l'esthétique. C'est très beau et ça va très vite ! Quand j'ai une baisse de moral, je regarde des kites et je reprends le smile immédiatement, parce que c'est un sport vraiment dingue. C'est pour moi une des glisses ultimes. Et puis on peut aussi sauter, faire des manœuvres comme un ballet de danse !
Je dis souvent lorsque j'embarque du monde à bord du bateau, que quand ils sautent, c'est qu'ils sont contents !
Il y a du jeu, du mouvement, il faut réfléchir. C'est un mix entre un sport de bourrin, de finesse et un jeu cérébral.

Tu rides toujours pour ton plaisir ? Sur quels supports ?

J'ai lâché le kite depuis 3 ans, faute de temps, puis c'est dur aussi d'avoir été leader et de se faire maintenant complètement ramasser par ses padawans !
Pour mon plaisir, je suis à fond dans la parawing, on a vraiment en méditerranée une houle qui donne tout son sens à cette discipline. Ça glisse, ça va moins vite, mais c'est la vague qui nous pousse, c'est incroyable !

Les femmes subissent-t-elles des freins en kite et wing de performance, mais aussi, en loisirs ?

Les femmes se posent trop de questions ! Pour le coup je ne suis pas du tout féministe ! Oui, les mecs sont plus forts, c'est physiologique, mais les femmes se trouvent trop d'excuses ;-)
En foil, il y a un côté extrême qui implique d'accepter l'engagement et le risque. Ce n'est pas à la portée de toutes les filles. Pour que ça marche il faut qu'elles y trouvent du plaisir, donc le tri se fait

Page de gauche : Dumortier / Imbert / Nolot / Mazella et en bas le premier stage foil du pôle avec Anaïs-Maï Desjardins toute jeune.

rapidement. Par contre, les filles qui ont accroché sont incroyables !

Tu as beaucoup enseigné, comment amène-t-on les filles au ride puis dans la compétition ? Y a-t-il encore de bonnes opportunités pour elles de briller en compétition ?

Quand on enseigne, on arrive à détecter des forts potentiels dans la manière qu'elles ont d'essayer, de se relever et de recommencer. Celle qui va exploser de rire après un gros crash parce que c'était fou, on va dire qu'il y a un espoir d'en faire quelque chose ! Après, quand on veut, on peut, mais il faut accepter que rien n'arrive du jour au lendemain, il faut être laborieuse, trouver du plaisir et avoir de l'ambition pour percer ! Tout est possible dans toutes les disciplines ! Si les filles commencent à se mettre des barrières dès le début, c'est mal barré… mais ça vaut aussi pour les mecs ! Je trouve que le niveau des filles dans la glisse a fait un grand bond ces dernières années. Elles sont toujours une poignée à engager comme les mecs dans toutes les disciplines.

Les mentalités des hommes/femmes sont-elles différentes sur l'eau et en compétition ? Y a-t-il par exemple des erreurs que les filles ne font pas ?

Concernant les erreurs, c'est assez kif-kif, cela dépend plutôt du profil de l'athlète. Par exemple, la kamikaze va tomber plus souvent, la distraite va souvent s'emmêler, celle qui va au contact sera souvent aux réclamations, la prudente naviguera sur la réserve, il y a ces profils chez les filles comme chez les garçons. Par contre, niveau coaching, les filles ont besoin de plus de présence du staff que les mecs. En enseignement j'observe qu'elles ont parfois moins de coordination.

Tu es prépa mentale, quelles techniques pourrais-tu proposer à une fille qui aimerait par exemple se lancer dans le kiteloop sans s'y résoudre ?

Le kiteloop, c'est facile ! Ma fille de 7 ans en fait déjà en body drag ! Maîtrise ton pilotage à fond et après tu pourras engager comme tu as envie, mais c'est vraiment à la portée de tout le monde ! En PM, il faut visualiser, déjà pour réduire l'anxiété et renforcer la confiance en soi. Ça va aider à gérer les émotions : si tu lâches la barre, c'est clairement la peur ! Pas grave… la peur se maîtrise, il faut un crescendo et pratiquer. Le contrôle de la respiration est un outil ultime, qui permet de se mobiliser et de rester concentrée sous la pression !

Windy Sam
VOILERIE
SPÉCIALISTE RÉPARATION
KITE BARRE WING WINDSURF SAILING

LEUCATE
RÉPARATION ET DEVIS SUR PLACE
OU PAR CORRESPONDANCE
AGRÉÉ PAR LES MARQUES / S.A.V. EN DIRECT
SAM : +33 (0) 6 21 43 06 33
WWW.WINDYSAM.COM

Si vous ne voyez qu'une planche, et pas les efforts qu'il a fallu pour la concevoir, c'est normal. Depuis 2009, notre démarche a toujours été transparente.

NOTOX

KITEBOARDEUSE COACHING

avec Anouck Vila (Namasyoga Leucate)
exercices par Rita Arnaus
Photos Axel Reese

du bon yoga pour du bon ride

La pratique du yoga procure de nombreux bienfaits dans la vie et aussi bien sûr en nave. Ses mouvements simples permettent de prévenir les blessures et performer plus, mais encore faut-il bien les réaliser ! Mal exécutés, ils peuvent s'avérer contre-productifs. C'est là le rôle d'un prof, proposer des exercices utiles et adaptés à l'élève, mais aussi corriger les mauvaises postures. Anouck Vila, prof de yoga à Leucate est aussi rideuse. Elle nous explique comment le yoga l'aide à progresser sur l'eau, à mieux connaitre son corps et ses limites.

Ici là Leucate, a tramontane cogne dur et les corps sont soumis à rude épreuve. Les riders que je recevais au sein de mon école de yoga venaient pour recouvrer la forme suite à des blessures, mais rarement pour s'y préparer. Le kite, la wing et le yoga sont pourtant totalement complémentaires, notamment pour prévenir des traumatismes, mais aucun n'en savait rien. Je ne peux que constater la raideur et le manque de mobilité de la plupart des rideurs, ce qui semble paradoxal quand on connaît les exigences tant du big air que du simple freeride.

Le kitesurf exige

Notre sport mobilise l'ensemble du corps, il nous faut être à la fois souple sur nos jambes et mobile du haut du corps si l'on veut pouvoir réaliser certains mouvements ou certaines figures. Passages de clapot, navigations en toeside, rotations, réceptions de sauts et bien sûr amerrissages foirés et chutes sont assez traumatisants.
Afin de comprendre au mieux ce que le yoga pouvait apporter, il m'a fallu identifier l'origine des blessures. Pour la majorité, deux causes semblent prévaloir : le manque d'échauffement et une négligence de l'importance du renforcement physique.

Yoga spécial kite

J'intègre donc mon à cours spécial kitesurf des exercices de renforcement des muscles sollicités en ridant et sautant, au travers de différentes postures de yoga à retrouver sur l'illustration : les guerriers, des grandes fentes, des planches ou des cobras.
Ce cours travaille également la souplesse et la mobilité, en exerçant par exemple des torsions qui peuvent être très utiles dans certains tricks.
Un dernier type d'exercice est encore très utile dans notre sport de funambule : le travail de proprioception, grâce à des postures d'équilibre en mouvement.
Les séances ne sont pas trop longues afin qu'elles soient facilement reproductibles à la maison.
Ces postures de yoga permettent aux riders d'éviter les blessures, car le corps devient plus solide, plus souple et mieux préparé. Le kite et la wing sont des pratiques violentes pour le corps, il est donc important de bien préparer son corps mais aussi de bien s'échauffer avant de partir naviguer.

Un échauffement adapté

L'échauffement est trop souvent négligé, même chez ceux qui en ont le plus besoin, comme les anciens, les plus sédentaires ou ceux qui accumulent les pépins.
Le vent n'attend pas et bien trop souvent l'excitation et l'impatience d'aller sur l'eau nous empêche de prendre le temps de s'échauffer correctement. Trop de monde pense, à tort, que de gonfler une aile suffit.
C'est en effet un bon moyen de tonifier son corps et d'activer son coeur, en revanche, cela reste insuffisant, car on ne sollicite ni suffisamment ni surtout de la bonne façon les muscles et les parties du corps dont on aura besoin sur l'eau.

Un Echauffement de championne Freestyle
avec RITA ARNAUS

L'objectif de l'échauffement avant une activité physique est de s'y préparer mentalement et physiquement. L'échauffement augmente la fréquence cardiaque et donc le flux sanguin, pour une meilleure oxygénation des muscles.

L'échauffement active et prépare les connexions entre les nerfs et les muscles, ce qui améliore l'efficacité du mouvement. Préparez vos articulations à l'effort pour prévenir les blessures et améliorer la performance. Vous gagnerez en plus de la souplesse par des étirements dynamiques. Les étirements statiques avant la session sont inutiles et contre-productifs en kite et wing! Voici une sélection de quelques exercices que je fais avant chaque session. Peu importe votre discipline ou votre niveau dans l'eau, vous devez préparer votre corps à l'action. Repetez chaque exercice 10 fois ou pendant 30 secondes.

No 1 : TOUCHER LES ORTEILS, DEBOUT EN CROIX
ÉCHAUFFER LE TRONC ET LE DOS
Tenez-vous debout, les pieds plus écartés que la largeur des épaules.
Levez les bras sur les côtés à hauteur d'épaules et gardez les jambes droites.
Penchez votre corps et touchez l'orteil gauche avec la main droite, puis alternez en touchant l'autre côté.

No 2 : FENTE AVEC LEVER DES BRAS
PRÉPAREZ VOS JAMBES À L'ACTION
Tenez-vous debout, les pieds plus écartés que la largeur des épaules et gardez les bras droits le long du corps.
Faites un grand pas en avant avec la jambe droite et abaissez votre corps jusqu'à ce que votre cuisse soit parallèle au sol. Le genou avant ne dépasse pas vos orteils. En même temps, levez les bras vers le haut.
Poussez sur votre talon avant pour revenir en position debout. Changez de jambe.

No 3 : FLEXION ET EXTENSION DES ÉPAULES
ECHAUFFEMENT DES ÉPAULES
Tenez-vous debout, les pieds plus écartés que la largeur des épaules et gardez les bras le long du corps.
Engagez le tronc et levez un bras en gardant l'autre vers le bas.
Assurez-vous de ne pas plier le dos et de vous étirer au maximum.
Maintenez cette position pendant quelques secondes puis changez de bras.

No 4 : SQUAT
ECHAUFFEMENT DES JAMBES / CARDIO
Tenez-vous debout, les pieds écartés à la largeur des épaules, les bras tendus vers l'avant.
Abaissez votre corps jusqu'à ce que vos cuisses soient parallèles au sol. Rentrez les bras.
Poussez à travers vos talons et revenez en position debout. Gardez votre tronc serré.
contractez vos fessiers lorsque vous montez.
Inspirez lors de la descente et expirez lorsque vous montez.

No 5 : INCLINAISON LATÉRALE DEBOUT
ÉTIREMENT LATÉRAL ET MOBILITÉ (HANCHES / CÔTES / EPAULES)
Tenez-vous debout, les pieds plus écartés que les épaules.
Placez votre main gauche sur votre ventre et levez votre bras droit au-dessus de votre tête.
Penchez votre corps vers la gauche et envoyez le bras gauche de ce côté.
Revenez, changez de côté et répétez.

KITEBOARDEUSE COACHING

No 6 : CERCLE DES GENOUX

ECHAUFFEMENT DES GENOUX

Debout, pieds joints et genoux pliés, placez vos mains sur vos genoux et faites des cercles avec les genoux dans un sens une dizaine de fois puis inversez le sens de rotation.Respirez naturellement. Gardez le dos droit. Ne haussez pas les épaules.

No 7 : CERCLE DU COU

MOBILITÉ DU COU

Debout, les pieds joints, passez lentement par ces positions : menton vers la poitrine, oreille vers l'épaule, tête vers l'arrière, seconde oreille vers l'épaule. Engagez le tronc, épaules baissées.

No 10 : FLEXION DU POIGNET.

ÉTIREMENT DU POIGNET ET DE L'AVANT-BRAS

Un exercice intéressant pour éviter la tétanie.
Tenez-vous debout, les pieds écartés à largeur d'épaules. Tendez un bras et de l'autre main, pousser le bras vers le bas en tirant sur la main.
Maintenez cet étirement puis changez de bras.

No 8 : INCLINAISON LATÉRALE DU COU

ÉCHAUFFEMENT DU COU

Debout, les pieds joints, inclinez la tête vers l'épaule gauche et maintenez cette position quelques secondes.
Placez votre main droite sur le côté gauche de votre tête, puis tirez doucement votre tête en résistant un peu. Recommencez de l'autre côté.
Ne bougez pas vos épaules lorsque vous inclinez la tête.

No 9 : ROTATION DE LA HANCHE SUR UNE JAMBE

MOBILITÉ DE LA HANCHE

Debout, les mains sur les hanches, les pieds écartés à largeur d'épaules.
Levez un genou à 90 degrés. Pivotez la hanche pour orienter le genou le plus vers le côté. Tendez la jambe vers le bas puis revenez à la position initiale. Répétez l'exercice et changez de côté.

Testé par la rédac !

Pour conserver une belle peau pendant longtemps

protège-la des UV et pense à la réhydrater après chaque session

...Valable aussi pour les mecs

KOSMOREBI

Cosmétiques naturels et bio de haute qualité.
Formulés et fabriqués dans notre laboratoire et atelier du Pays Basque.

Transparence sur les ingrédients.
Vente directe à prix sympa.

COCOON Baume réparateur et Crème hydratante
PEPS Crème vitaminée et Masque 3-en-1 à l'orange

WWW.KOSMOREBI.COM

TIKI
LES COPEAUX D'ABORD

Devenir tikiste passe pour beaucoup par une étape qui change la vie : fabriquer sa propre board. Ce rite initiatique, plutôt rare chez les twintipistes ou même chez les surfistes, fera de vous un.e authentique « copeau ». Edouard Fontan, copeau semi-pro talentueux nous décrit les grandes lignes de la genèse dans un garage de cette planche magique. Prêts à vous lancer ?

TIKIS de Al Meric, Al Meric, JM Bertolotti, C Legrand, Chris Della Chiesa, DAZ + Curtil, Ed Fontan, Ed Fontan, F Aubert+ Flour, Flo Martin, E Fontan, Guy Della Chiesa, JP de Valmont, Mathieu Soyeur + TK, JP Bouleuc + Haraka, Aya shapes, P Barbier, S Lopienski, T Desché, Yoyo Kiteboard, F Aubert + Flour, Lucas Müller, P Langlade

Je me souviens m'être intéressé au tiki en 2018, comme une alternative aux conditions légères souvent rencontrées l'été en Gironde avec le thermique de NW. J'ai décidé de fabriquer mon premier sans vraiment savoir pourquoi, si ce n'est la faible offre commerciale et ma bonne aptitude au bricolage.
Comme tout le monde j'ai d'abord acheté une étagère en pin que j'ai rabotée et tenté de cintrer avant de la stratifier, mais elle gardait irrémédiablement son profil d'Alaïa.
Une fois de plus, l'aphorisme « *quand c'est pas cher, c'est trop cher, car il faut acheter 2 fois* » s'est vérifié.
Je conseille à tous de sauter l'étape « pin » et acheter directement du paulownia.
Mon étagère a tiré deux bords et il m'a confirmé que le bois le plus approprié était le paulownia. Il est au bois ce que le titane est aux métaux: léger, flexible et doté de qualités dynamiques de pop.

SIMPLE, MAIS PAS SI FACILE

Tous les tikis fonctionnent... même ceux cabossés ou vrillés, qui trahissent l'inexpérience à l'heure des premières réalisations. Quel qu'en soit le résultat, c'est toujours un plaisir de rider le fruit de son travail. Mais très vite on se prendre au jeu d'un shape minutieux. S'il peut sembler simple en apparence, il peut se trouver profondément complexifié, comme en atteste la précision des contributions de la « bible de la tiki mafia ».
Le travail du bois suscite bien des vocations , de part sa noblesse, son coût réduit, l'idée qu'il est plus facile que celui d'autres matériaux et l'aspect planche à repasser qui instille une idée de simplicité de la construction. Le tiki reste néanmoins un vrai shape, pas forcément plus simple qu'un TT, toutefois son taux d'auto-construction est incomparable avec celui des twintips, où on voit très peu de riders se lancer dans l'aventure, tant il est vrai l'offre est pléthorique.
Au départ on imagine cet engin comme une alternative aux petites conditions, mais il devient pour la plupart d'entre nous le support principal au fil des sessions et de la découverte de sa polyvalence! Le Tiki est un phéomène social. Très rapidement nous nous sommes retrouvés en un petit groupe de copains intéressés par l'engin, tous bricoleurs, chacun contribuant

MATÉRIEL MINIMUM
Rabot électrique, ponçeuse, scie sauteuse.

MATÉRIEL IDÉAL
Raboteuse dégauchisseuse, scie circulaire ou à ruban, défonceuse, scie japonaise.

TABLE À SCOOP : en fabriquer pour ne produire qu'un seul Tiki est un peu fastidieux et démesuré (avec tous ses serre-joints), mais ça n'est pas impossible, à condition d'en faire ensuite profiter ensuite les copains ou inversement de faire jouer la solidarité entre shapeurs amateurs en en empruntant une!

1

2

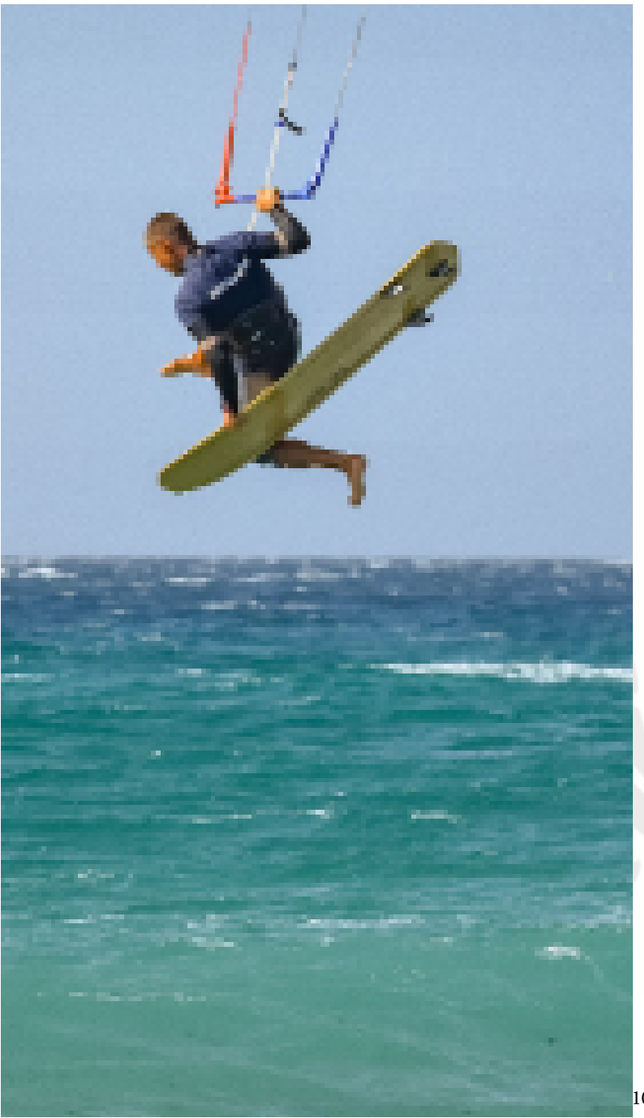
3

4

5

à faire avancer et partager une technique de plus en plus aboutie. Le Tiki rassemble une vraie communauté avec tous les profils de bricoleurs, entre ceux qui travaillent la planche brute à déligner provenant de chez paulowniafrance.com, jusqu'à ceux qui utilisent des solutions prêtes à shaper.

Photos :
- Mathieu Soyeur en vague et en freestyle avec son Tiki à Tarifa.
- Le fameux Momo en vitesse.
- Le Tiki de série industrielle de Takoon.(c) Belo



LES ETAPES DE CONSTRUCTION

Le corps de la board

Tu peux opter pour un blank de Miquell Coll (https://paulownia.app), qui est à mon sens un super deal à environ 135€ HT. Il s'agit de préshapes avec concave et rocker. Il n'y aura plus qu'à découper l'outline, stratifier et poser les ailerons.
Sinon, il faudra déligner et raboter les planches de paulownia pour faire des lattes de 18mm d'épaisseur et d'une largeur entre 30mm et 60mm. A assembler ensuite en lamellé-collé. Les performances mécaniques et la résistance du bois lamellé dépassent de loin celles du bois massif.
Précipite-toi sur le book collaboratif de construction de laTikiMafia Expérience (156 pages, gratuit sur https://bit.ly/3PRNfXW)

Le Scoop

A la différence d'un alaia, une planche en bois pour descendre les vagues à peu près lisses, le tiki ne peut se passer d'un «scoop», la spatule permettant de passer le clapot ou les vagues sans enfourner. Pour cela il existe différentes techniques : le cintrage à la vapeur, l'assemblage en escalier, mais le procédé le plus efficace afin d'obtenir une courbe bien régulière et sans retour est celui du lamellé-collé sur une forme : la table à scoop.
Pour que les lattes acceptent la courbure imposée par la table, il faudra les scier en 2 dans l'épaisseur (donc 2 x 9mm) sur les 60 premiers centimètres du nose (principe du lamellé-collé méthode Sébastien Clauzet). Personnellement, j'utilise une colle à bois vinylique d'assemblage extérieur, plus souple à utiliser qu'une colle PU ou l'epoxy.

Vignettes page précédente et suivante
1. Planches brutes délignées
2 et 3. Assemblage sur la table à scoop pour imprimer le rocker.
4. Dessin de l'outline
5. Découpe à la scie sauteuse
6. Rabotage et défonçage des boitiers
7. Ponçage
8. Vérification de la carène (ici double concave)
9. Déco
10. Pose fibre de verre
11. Stratification
12. Résine teintée
13. Ponçage de finition
14. Peinture de finition

6

7

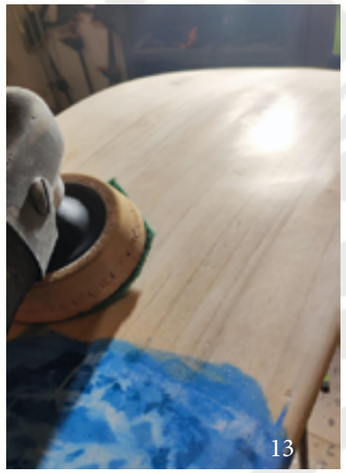
8

9

10

11

12


13

14

Le scoop doit être progressif ! Il démarre doucement puis remonte un peu plus rapidement vers le bout du nose. C'est ce qui permettra au tiki d'absorber le clapot du plan d'eau. Si le scoop est trop important, il tapera beaucoup et poussera même de l'eau au lieu de glisser dessus.

L'Outline

La découpe de l'outline offre une grande possibilité de customisation… ou de plantage.
Nous avons pu constater avec du recul qu'une taille de guêpe a finalement peu d'intérêt, mais qu'un maître-bau entre 42 et 45 cm juste après la spatule et un tail entre 40 à 43 cm offrent les meilleurs résultats.
Quelques variantes sur le nose et le tail sont possibles, à la guise de chacun : on va passer du nose arrondi au nose pointu, en passant par le diamond-nose. Les tails tendus de type swallow (queue d'hirondelle) favoriseront le cap pour des programmes freeride, tadis que des tails coupés, arrondis, carrés ou les « sunny tails » favoriseront la maniabilité dans les courbes.

Le Flex

Vient ensuite une étape de ponçage pour enlever de la matière et parvenir au flex souhaité. Ce flex va directement induire le caractère du tiki et c'est là le grand intérêt de ce support. A la différence d'une construction classique de surfkite, avec un noyau mousse et une stratification, dont la raideur mécanique n'offre aucune souplesse, le tiki aura, comme un ski, un flex qui le rendra plus efficace. Il absorbe le clapot et l'absence de rebond améliore son confort et son cap. On mesure empiriquemetnt le flex en plaçant la board sur des tréteaux espacés de 1,30m et en chargeant ponctuellement 30 kg au milieu. La planche doit fléchir de 20mm minimum, 25 mm seront encore plus confort.

La Strat

Comme pour une board en EPS, il reste maintenant à faire une stratification (fibre + résine), puisque bien qu'hydrophobe, le paulownia reste un bois assez tendre, sensible aux impacts. On privilégie l'epoxy au polyester car il adhère mieux au bois. La déco peut se faire directement sur bois avec une peinture acrylique, on peut sinon utiliser des résines teintées. Une seule couche de fibre de verre suffit, de préférence en 125g/m².
Reste à creuser 2 inserts pour les ailerons (axe 38 mm, ou insert FCS) et faire un glass. Une ultime couche de résine permettra de créer un grip en y saupoudrant du sucre ou de la poussière de PU.
Et voilà… plus qu'à rider avec la banane !

Edouard Fontan est shapeur des Tikis et boards kitefoil **«Lagune du cap»**

(c) Tomas Bello

www.kiteattitude.fr
06 49 15 07 37

Les barres universelles
pour toutes les ailes du marché
A partir de 279 €

Les foils à tout faire
kite foil, wing foil, surf foil, pumping…
Foils haut de gamme à prix abordable
A partir de 795 €

KITE ATTITUDE
FOIL ATTITUDE

PHILO KITEBOARDEUSE

avec Naïs Legrand

FEMME TIKI LIBERTÉ

(c) Soyeur

Le Tiki n'est pas réservé aux hommes de plus de 60 ans ! En dépit de sa grande taille, sa facilité en fait un support très accessible et tout à fait adapté aux femmes et à tous ceux qui n'ont pas envie de se faire suer. Naïs, jeune monitrice de kite à l'Ucpa n'a pas 20 ans, ne pèse pas 50 kg et est pourtant une inconditionnelle de son Tiki adoré. Elle remonte pour nous aux origines de son addiction.

Je me suis blessée en TwinTip très vite après mes débuts en kite. Je ne suis pas parvenu à enlever mon deuxième pied du stap lors d'une chute, ce qui m'a valu une grosse entorse et plusieurs mois d'arrêt. A l'issue de cette blessure je retournais à l'eau avec beaucoup d'appréhension et refusais de tenter quoi que ce soit avec les pieds pris dans des straps, ce qui n'est pas idéal pour progresser ! Mon entourage m'a encouragé à continuer le kite et m'a offert mon premier Tiki. Pas de straps, donc pour mon mental, pas de risque de blessure.

Mes premières sessions en Tiki m'ont permis de reprendre confiance et retrouver le plaisir de naviguer. C'est un support très confortable, sur lequel on ressent une harmonie, une pureté de la glisse. Contrairement aux idées reçues, le tiki offre un éventail de navigations très large et n'est pas réservé au lightwind. Il se sent bien en flat, en vagues, en vitesse, en downwind, upwind, lightwind, sortie longue ou courte, en freestyle strapless et que sais-je encore !

Le tiki nous apporte plein d'avantages, comme sa capacité à caper, rider dans très peu d'eau, sa douceur, son large choix de shapes adaptés à chaque pratique (vague, longue distance, vitesse et même envoyade de tirs à 15m...) et bien sûr sa performance en navigation sous-toilée.

« Reprendre confiance et retrouver enfin le plaisir le naviguer »

En dépit de son encombrement, le tiki est tout à fait adapté pour les filles en leur permettant d'obtenir un pilotage fin et une réelle maîtrise du kite. S'il n'est pas un outil d'initiation en raison de l'absence de staps pour le waterstart et le jibe obligatoire, ce support est vraiment accessible à tous les niveaux et profils de rider.

Sylvain Maurin est devenu mon "parrain iodé". Il m'a partagé ses connaissances ainsi que son amour pour cette glisse, dont il est en quelque sorte à l'origine. Il m'a permis de rejoindre l'équipe Flywar pour contribuer au développement d'un modèle, qui, de par sa taille (195x43 cm), s'adresse à des petits gabarits et surtout au public féminin. Un tiki, SON tiki, dirai-je même, est un objet unique et personnel, il représente ce que nous sommes et notre attitude sur l'eau. Le Tiki, avec tout ce qu'il incarne, a su générer autour de lui un état d'esprit très cool. Cette philosophie du « soft-riding » a vu émerger une belle communauté inclusive de "Copeaux" (le surnom qu'on se donne entre nous, fusion de Copains et peut-être Poteaux, faisant allusion à l'auto-construction bois). Les rassemblements de la grande famille du tiki sont vraiment conviviaux, on n'y vient pas pour se comparer ou faire un concours de celui qui aura la plus grosse… board, ce qui est vraiment reposant pour le corps comme pour l'esprit.

(c) Soyeur

(c) Soyeur

PARCOURSUP

par Vincent Chanderot et Svetlana Romantsova
photos : Romantsova sauf mention

BOSSER DANS LA GLISSE

PHOTOGRAPHE

SVETLANA ROMANTSOVA

Photographe du GKA et de marques de kite
Sotchi (Ru)

MON TAF

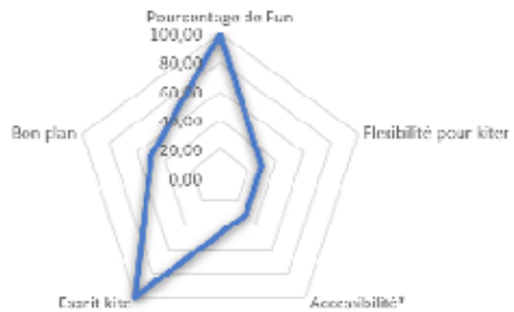
Photographier : capturer des moments de glisse, vendre du rêve!

MA RÉALITÉ

J'adore mon métier, mais il n'est pas toujours très fun. Contrairement aux apparences, je ne passe pas mon temps à me la couler douce ! Il faut beaucoup travailler, longtemps, être fort et il y a pas mal de stress. Même dans les conditions difficiles, il faut trouver le détail qui t'inspire et te permet d'être créative. Le plus difficile au début, ce n'est pas le travail, mais bien d'en trouver !

LES MAUVAIS CÔTÉS

Je crains le froid et les shootings peuvent durer des heures dans le vent ! D'un autre côté on peut aussi passer tout la journée à cuire dans le caniard. Le matériel est lourd à transporter et on manque souvent de sommeil pour pouvoir profiter de la lumière du matin après avoir dérushé, édité et uploadé les photos jusque tard le soir. Les appareils et les objectifs performants, les caissons étanches coûtent très cher et s'abîment très vite avec l'eau, le sel et le sable. NDR : Svetlana nous dit être rarement chez elle, mais étant russe, c'est surtout à cause de la guerre.



LES BONS CÔTÉS

C'est une vie incroyable et merveilleuse quand ça marche bien ! On voyage, on rencontre des gens extraordinaires, les meilleurs athlètes sur Terre ! Ce sont aussi les levers et couchers de soleil au bord de l'eau, on est connectés à la nature.

LE KITE AU BOULOT

Je kite depuis 2007 mais plus je fais de photo, moins je peux rider. Quand il y a du vent, il y a toujours des riders incroyables autour de moi, je dois les photographier, alors j'aime autant nager avec mon caisson pour essayer de prendre de bons clichés. Pour mon plaisir, je préfère maintenant le snowboard, sans appareil ! Le kite et la wing c'est 80% de mon travail. Si tu es prêt à voyager ou habites un gros spot, ça peut être ton job principal.

LES COMPÉTENCES ET LES FORMATIONS

Pour prendre des photos en mer et dans les vagues, il faut très bien nager et s'entraîner beaucoup, en mer ou en piscine. Il faut une bonne science de la photo et savoir quels réglages utiliser pour chaque condition, avant de fermer le caisson étanche. Car quand

tu commences à shooter, tu n'as plus le temps de t'en occuper. Pour apprendre la photo mieux que l'école, rien ne vaut l'entrainement ! Shooter, shooter, shooter!! Peu importe son matériel, tant que le résultat est cool et qu'on trouve des trucs originaux. Créez avec ce que vous avez et trouvez du plaisir dans le processus. La photo de drone donne un angle très apprécié, mais ça devient compliqué, surtout pour voyager, avec de plus en plus restrictions.

MA PLACE

La photo de kite est un petit monde et si tu fais du bon travail, les gens le sauront très vite.
Traîner sur un bon spot populaire permettra de rencontrer des pro riders.
Pour ma petite histoire, je suis partie deux mois à Dakhla où j'ai pu shooter à tous bouts de champ et nouer plein de connaissances. Certains ont apprécié mes photos et les ont montrées à leurs sponsors ou les ont envoyées à des magazines. Des marques ou des riders ont alors commencé à me proposer des shootings, puis on m'a invité à bosser sur les compétitions et c'est devenu une part importante de mon travail. Il y a de plus en plus de photographes qui se mettent à l'eau, équipés en caisson étanche, mais je ne ressens pas ça comme une compétition. On se recommande mutuellement quand on n'est pas dispos, on s'échange des techniques avec d'autres photographes.

MA ROUTINE

En hiver, je suis en montagne, je fais du snow mais il peut m'arriver de me rendre à Cape Town si on m'y propose du travail. En avril, je bosse sur des Kitesurfaris organisés par un copain et ensuite il commence à y avoir plus d'évènements GKA et GWA. En automne, c'est l'heure des shootings brésiliens !

L'ARGENT ET LA PRÉCARITÉ

Photographe de presse, maintenant c'est très compliqué… On bosse surtout avec les marques et les évènements. Les propositions de travail peuvent tomber en même temps. Il faut donc faire des choix et les bons, on peut rater des opportunités formidables et se retrouver ensuite avec une période sans boulot. Ces moments, on en profite pour apprendre de nouvelles techniques, pour faire prendre une nouvelle direction à notre travail photo. J'ai eu mon propre studio photo pendant 4 ans, j'aime beaucoup photographier les mannequins, les intérieurs, les restaurants... La plupart des photographes de sport doivent faire avec ce qu'on leur propose, mais moi les photos de mariage c'est vraiment pas mon truc !

BONUS TECHNIQUE

Je shoote toujours en RAW (tous les pro ne le font pas) en mode « priorité à l'ouverture ». Je règle l'ISO manuellement, je surveille toujours que la vitesse d'obturation ne soit pas trop lente. J'aime jouer avec les doubles expositions et utiliser le miroir pour des réflections intéressantes.

TRICKS

Par Matchu Lopes,
Axel Reese et Vincent Chanderot

MATCHU LOPES FUNKY TRICKS FOR A GROOVY STYLE

NOSE RIDE

Le Nose Ride ou «hang five» est une figure du longboard. C'est une façon de naviguer très stylée, surtout si vous pouvez surfer une petite vague. J'aime faire ça lorsque nous sommes sur l'eau avec des amis, en train de nous amuser et que ça déborde de good vibes ! Vous allez travailler ici les déplacements des appuis et vous pouvez aussi faire ce nose ride avec deux pieds. Il s'agira donc d'un hang ten, mais qui devient moins good vibes parce beaucoup plus technique tout de même !

BACKROLL UNE MAIN SUR LA PLANCHE

Voici un trick que j'aime faire par vent léger pour jouer et m'amuser ! Vous le réaliserez comme une transition backroll à une main en twintip, bien que la séquence fonctionne sans transition. Vous devez border un peu pour sauter. Il est très important de garder les genoux bas au moment du décollage. Avec votre main avant, appuyez sur la planche et laissez votre corps tourner autour du nez de votre planche. Tirez un peu sur votre planche avec la main pour vous maintenir et fixer votre corps, mais pas trop ! La traction que vous générez via la barre et le kite est très importante car si vous n'en avez pas assez, vous tomberez dans l'eau. On sombre assez rapidement donc il faudra trouver la bonne dose, ce qui demande un peu d'expérience et si vous tirez trop, vous vous envolerez.

Lorsque vous reposez les pieds, reprenez le pilotage du kite et faites un down loop si vous n'avez pas assez de puissance. Pour moi, ce trick est un très chouette move old-school, facile à faire pour s'amuser dans le light et sur le flat.

Mes conseils

- Sur le down loop : Si vous devez en faire un, faites-le aussi rapidement que possible. Cela signifie mettre vos pieds sur la planche, rester très bas sur les genoux, abattre franchement, puis faire en sorte que le kite tire avec exactement la puissance nécessaire.
- Si vous avez suffisamment de traction, vous pouvez laisser traîner vos pieds brièvement dans l'eau pendant le backroll.

Pop 180 les ailerons devant

Pour ce move, il faudra tout d'abord savoir naviguer avec les ailerons devant : Soit vous avez appris à pivoter la planche, soit vous êtes partis en beach start dans cette même position. Ça n'est pas très difficile (et expliqué dans le Manœuvres #135). Tenir cette position ne nécessite pas beaucoup de vitesse, une vitesse de base suffit et il en est de même pour le Pop 180. Avec plus de vitesse, la planche deviendra folle, elle ne sera pas facile à contrôler et vous pourriez finir par faire un double flip.

Mes conseils

- Faites un mini pop et gardez votre centre de gravité bien au-dessus de la planche pour garder le contrôle du flow à tout moment.
- Je fais cette figure avec la main avant sur la barre et non avec ma main arrière. Assurez-vous que la planche reste toujours devant vous.
- Je commence relativement lentement et fais un mini pop. J'initie dans la foulée un shove-it avec mon pied arrière, c'est-à-dire un mouvement de grattage pour pivoter la planche. C'est une partie cruciale du trick. Il est important que le pied avant reste toujours "connecté" à la partie avant de la planche.
- Vous posez et amortissez dans une position que vous connaissez déjà bien, ce sera plus facile que dans l'autre sens.

UPSIDE DOWN FLIP

Voici un trick que peu d'autres sports que le kite permettent ! Tout d'abord, vous devez savoir naviguer avec les ailerons à l'avant et plus original, arriver à vous retrouver avec la carène en l'air… Cela signifie aussi que votre planche n'a ni wax ni pads pour que vos pieds s'aggripent devant les ailerons menaçants. Le risque de glisser et de les percuter est réel, mieux vaut donc réaliser ce trick par vent léger avec des chaussons. Autant dire qu'il est plus facile de se mettre dans cette position en beachstart, même si la police du style n'aime pas la facilité.

Mes conseils

- Positionnez-vous avec votre centre de gravité très bas et bien vers l'arrière, près du nez de la planche en ridant les ailerons devant.
- Le pied avant doit être plus reculé par rapport au milieu de la planche, afin que l'aileron ne puisse pas toucher l'eau et basculer.
- Vous parviendrez à retourner la planche sur le côté pont en soulevant le rail et le faisant flipper. La figure que j'aimerais vous montrer commence maintenant. A la différence du trick précédent, le shove-it ne sera pas contrôlé par le pied avant. Il s'agit d'un lancé de planche, dont la rotation se finira après le planté d'aileron.
- Le flip de 180°+ nécessite plus qu'un simple «petit pop».
- Tenez la barre légèrement, sans trop de tension et assurez-vous de faire tourner la planche devant vous aussi délicatement que possible, afin de pouvoir atterrir à nouveau dessus avec précision.
- Pliez bien les genoux pour l'atterrissage.

1

2

3

HAND STAND

4

Le Handstand ou comment faire ses étirements et se vider les oreilles entre deux vagues…

• Rapprochez votre kite de midi.
• Lofez un peu la planche et, lorsque vous descendez votre centre de gravité, lâchez votre main avant de la barre et placez-la sur la planche.
• Vous pouvez faire cela lentement et sans précipitation. Plus vous le faites calmement, plus le mouvement entier sera précis et harmonieux.
• Maintenant, montez les deux jambes aussi hautes que possible.
• À la fin, assurez-vous que votre kite vole un peu en arrière et que vous générez suffisamment de traction pour relancer. Vous pouvez même voir sur la dernière photo que je fais un petit kiteloop parce que j'avais très peu de vent ce matin-là. Preparez vous à abattre.

5

6

7

8

NOUVELLES FORMATIONS VIDÉO

REJOIGNEZ LES COURS OLK 100% EN LIGNE

Twin tip avancé : Un stage de perfectionnement OLK 100% en ligne

Vers l'autonomie : Se lancer après votre stage débutant

Découvrir le strapless : L'accompagnement idéal pour découvrir ce nouveau support

Pilotage light wind : Maîtrise totale de votre kite

ONE LAUNCH

LES FORMATIONS QUI ACCOMPAGNENT VOTRE PROGRESSION

Retrouvez toutes les infos sur formation.onelaunchkiteboarding.com

ENVIE D'APPRENDRE LE KITE AU BRÉSIL DANS UNE AMBIANCE FAMILIALE ?

OLK-BRESIL.COM

ONE LAUNCH KITE-HOUSE

TRIBUNE

avec Delphine Termignon
Photos Aurélien Toutan

CONFLITS D'USAGE AVEC LA PÊCHE : INGRIL CHAUFFÉ A BLANC

« Le pêcheurl a crié : " je vais me le faire celui-là ! ", il est arrivé sur nous et est monté avec son bateau sur la planche »

(cité par France 3 Occitanie)

Les échos de pratiques de pêche excessives, qui contraignent la pratique des sports nautiques se multiplient aux quatre coins de la France et mettent à mal le vivre ensemble. Chez vous aussi, certains déroulent leurs filets en travers du spot à quelques mètres du bord, en contravention avec la réglementation, mais avec la complicité passive des autorités ? Le Thau Kite Club, lassé de subir, passe à l'action en revendiquant une meilleure prise en compte de ses activités. Exemple à suivre ?

Avec ses spots réputés, son écosystème de la glisse et ses milliers de pratiquants, l'Hérault aime à se considérer comme la « kite valley ». Pourtant ses spots s'y réduisent comme peau de chagrin. Les cas de fermetures ou de restrictions sur les sites alentours sont nombreux aussi (Beauduc, Gruissan, Maldormir, la Vieille Nouvelle, Argelès-sur-Mer, Sérignan, étangs de Bages et de La Palme…). En saison estivale, les spots en mer, envahis de plagistes, ne se comptent plus sur que sur les doigts d'une main, en particulier pour le kite.

Lagunes

Les seuls plans d'eaux intérieurs subsistants pour le kite dans l'Hérault sont Thau et Ingril, tandis que tous sont autorisés à la pêche. Sous l'effet de la pression exercée par certains pêcheurs tentant de s'approprier le domaine public maritime par le fait accompli, les possibilités de navigation sur ces deux lieux historiques se réduisent drastiquement.

Il y a 2 ans un pêcheur bien connu de la police, a disposé des pierres sous ses yeux et encerclé de filets la zone de mise à l'eau d'Ingril. Coutumier d'agressions sur les pratiquants, il a été condamné pour « violence avec usage ou menace d'une arme ». Ambiance. Des mois de discussions entre rideurs, autorités, Prud'homie et Comité Régional des Pêches (dont le président a été condamné pour récidive de braconnage) ont abouti à un arrêté préfectoral en septembre 2023.

Emboucanage

Cet arrêté contraint à rider dans des horaires déterminés, dans une zone limitée et à au moins 50m de tout engin de pêche. La seule contrepartie des pêcheurs est de ne pas « entraver » la zone avec leurs outils. De multiples violations ont pourtant dû être signalées depuis, en présence de filets et piquets, voire d'un plan d'eau littéralement coupé en deux à certains endroits, ce qui est illégal ici comme ailleurs. (Article D922-18 du code rural et de la pêche). Ont également été mis en évidence de nombreux piquets et filets fantômes, sources de dangers, de pollution et de souffrances animales inutiles.

Sur le spot d'Ingril, il faut aujourd'hui parvenir à composer avec les piquets, les filets les blocs, les bateaux et les horaires de fermeture…

(c)www.aurel-t-photographe.fr

Ras le bol
Beaucoup de pratiquants se sont détournés de ce site, où la navigation est devenue trop contraignante, sinon dangereuse. Les créneaux horaires permettent aux pêcheurs de poser les filets au coucher du soleil en l'absence de riders, mais sont incompatibles avec ceux des autres travailleurs. En Avril et Septembre il faut sortir de l'eau à 18h, en été, à 20h, parfois au moment où la tram s'établit. Le mécontentement des locaux qui ne peuvent plus naviguer près de chez eux ne semble pas faire le poids. Le report sur Thau engendre une surfréquentation avec les tous les risques que cela comporte.
Le TKC demande au nom de ses 400 membres, que les autorités s'emparent du sujet avec fermeté, afin de faire appliquer la loi et de mettre fin à ces conflits d'usage. A cet effet, sans demander son interdiction, il propose de consacrer une petite zone de non-pêche, sur seulement 13% de l'étang, afin que les sports nautiques s'y pratiquent librement et sans risque, tandis que les 87% restants lui resteraient autorisés.

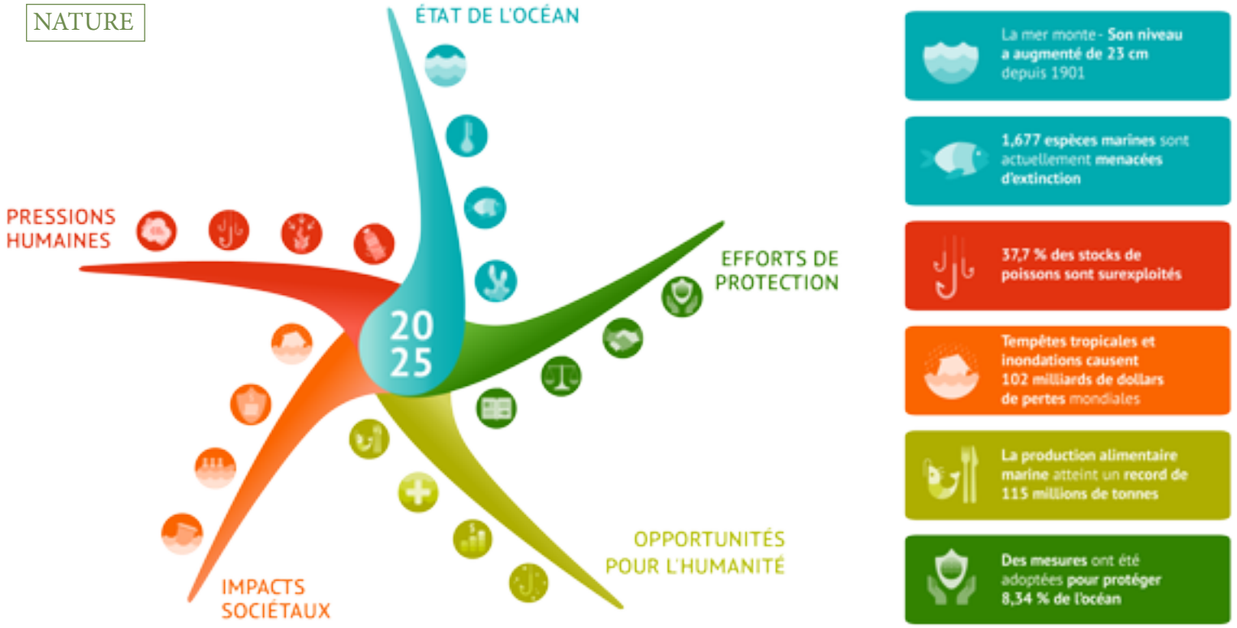
Dialogue de sourds
Les élus Frontignanais ne semblent pas vouloir traiter des sujets conflictuels avec les pêcheurs, dont le poids coutumier semble inaliénable et non négociable. La pêche lagunaire est considérée comme patrimoniale et rechigne à ce titre à partager les espaces. Toute intégrée qu'elle soit, elle ne peut pourtant pas être ni exclusive, ni excluante et encore moins user d'intimidation. Afin de faire valoir sa proposition qu'il juge équitable, le TKC a lancé une pétition ici.

En sursis
Le nombre de pêcheurs a diminué, en lien avec la ressource qui se raréfie. Quatre taquinent encore soles, loups et daurades avec les capechades posées sur les fonds de la zone en question, dont les rideurs, trop nombreux selon eux, déchireraient les filets. Empêcher toute pratique ne peut pourtant résoudre le principal problème : la chute des populations dûe aux changements climatiques, à la pollution et au braconnage. Les pêcheurs accentuent leur pression sur la zone revendiquée par le TKC, autrefois abandonnée aux riders, parce que «*c'est là qu'il resterait du poisson*». Un argument que le club retourne, afin de questionner positivement « l'effet récif » de la glisse pour protéger les populations de poissons. On ignore combien elles sont dérangées par des carènes et les foils, c'est néanmoins sur les zones de ride, moins exploitées, qu'elles semblent le mieux subsister. Si artisanaux soient-ils, les petits métiers ne permettent pas d'éviter la surpêche au regard du stock.

Un combat pour tous les riders
Une poignée de pêcheurs, qui disposent aussi d'autres postes, se confrontent, avec l'inertie de la tradition, à des milliers de pratiquants et de professionnels délaissés, en dépit du poids social, touristique et économique qu'ils représentent. Cette mobilisation menée pour un partage équitable d'un plan d'eau est aussi la vôtre. Le compromis qui pourra s'instaurer inspirera peut-être les gestionnaires d'autres spots, pourquoi pas le vôtre !

Delphine Termignon est présidente du Thau Kite Club

Ingril est un spot safe pour l'apprentissage, avec pied partout, mais dont les écoles et les habitués sont en lutte contre les pêcheurs depuis des décennies.



BAROMÈTRE STARFISH 2025 :
LE BULLETIN MONDIAL SUR LA SANTÉ DES OCÉANS*

L'océan va mal

• **Montée des eaux** : +23 cm depuis 1901 et record historique en 2024.
• **Températures record** : l'océan est plus chaud que jamais en 64 ans de mesures : perte d'oxygène, acidification et menace sur la vie marine.
• **Biodiversité en danger** : risque de disparition de 1 677 espèces, de 1/3 des requins et plus d'1/4 des cétacés. Causes majeures : Surpêche et changement climatique.
• **Blanchissement des coraux** : quatrième épisode majeur. Près de 50% des espèces sont menacées. La couverture des récifs a chuté de moitié en 150 ans.

Pression humaine en hausse

• **Les émissions de CO_2** continuent d'augmenter: 37,4 milliards de tonnes en 2024 (+0,8 % par rapport à 2023).
• **La pêche non durable** concerne 37,7 % des captures et 3/4 des grands navires ne sont pas surveillés.
• **Zones côtières desoxygénées** : x10 depuis 1950. 50% des mangroves risquent de s'effondrer et plus de la moitié des herbiers marins sont vulnérables au changement climatique.
• **La pollution plastique augmente** La production est passée de 2 à 413,8 millions de tonnes en 60 ans. Ils représentent plus de 80 % des déchets aquatiques (199 Mt).

La facture ne cesse de grimper

• **Les coûts liés aux tempêtes** et aux inondations dépassent 100 milliards USD par an et augmentent rapidement, avec +25 % par décennie. Chaque année, 560 millions de personnes sont exposées.
• **9 002 humains sont morts en mer** en 2024 en tentant une migration. Sur dix ans, ils sont plus de 73 000.
• **Les coûts sanitaires dûs à l'exposition du plastique dans les fruits de mer** ont dépassé 250 milliards USD en 2015. Plus de 1 200 espèces sont affectées.

Plus d'efforts de protection

Les aires marines protégées couvrent 8,34 % des océans, mais 1/4 ne l'est qu' en théorie (France incluse) et seul 1/3 bénéficie d'une protection réelle ou renforcée. Dans 80% des aires européennes, la protection reste très symbolique..

Opportunités pour l'humanité

• **Production alimentaire record :** 115 Mt dont 31% d'aquaculture. Croissance de +3% qui impose des techniques plus soutenables.
• **Dérivés pharmaceutiques et cosmétiques** en plein boom, un marché de 7,5 milliards USD/an, mais très inégalitaire (50% des brevets sont détenus par une seule société) et potentiellement impactant sur l'environnement.
• **Poids économique :** 134 millions d'emplois et 2,6 trillions de USD sont liés à l'océan, notamment dans la pêche, le tourisme, le transport et avec une croissance du secteur éolien offshore et gazier.
• **Les pêcheries de petite échelle** représentent 88% des emplois de la pêche pour 31% des quantités débarquées.

A retrouver in extenso sur ce lien:
https://sp.copernicus.org/articles/6-osr9/1/2025/

* Présenté le 8 juin dans le cadre de la conférence de l'ONU sur les océans à Nice.

« IL VIENT UNE HEURE OÙ PROTESTER NE SUFFIT PLUS, APRÈS LA PHISOLOPHIE IL FAUT L'ACTION »

Victor Hugo

Nous naviguons en eaux troubles pour protéger ceux qui sont sans défenses de ceux qui sont sans scrupules.

Sea Shepherd France est une association engagée qui place l'action directe au cœur de sa mission pour défendre, conserver et protéger les océans et la vie marine.

Face à la pêche illégale, non déclarée et non réglementée, à la surpêche, à la pollution, à la captivité des espèces marines et aux pratiques destructrices, nous enquêtons, documentons et intervenons sur le terrain.

Nous faisons respecter les lois existantes, travaillons à les faire évoluer en mettant en lumière les atteintes illégales aux écosystèmes marins, ainsi que les pratiques non durables et contraires à l'éthique.

SEA SHEPHERD

FAITES UN DON

SOUTENEZ LES ACTIONS DE SEA SHEPHERD FRANCE POUR LES OCÉANS

WWW.SEASHEPHERD.FR

Cartes postales de NAZARÉ

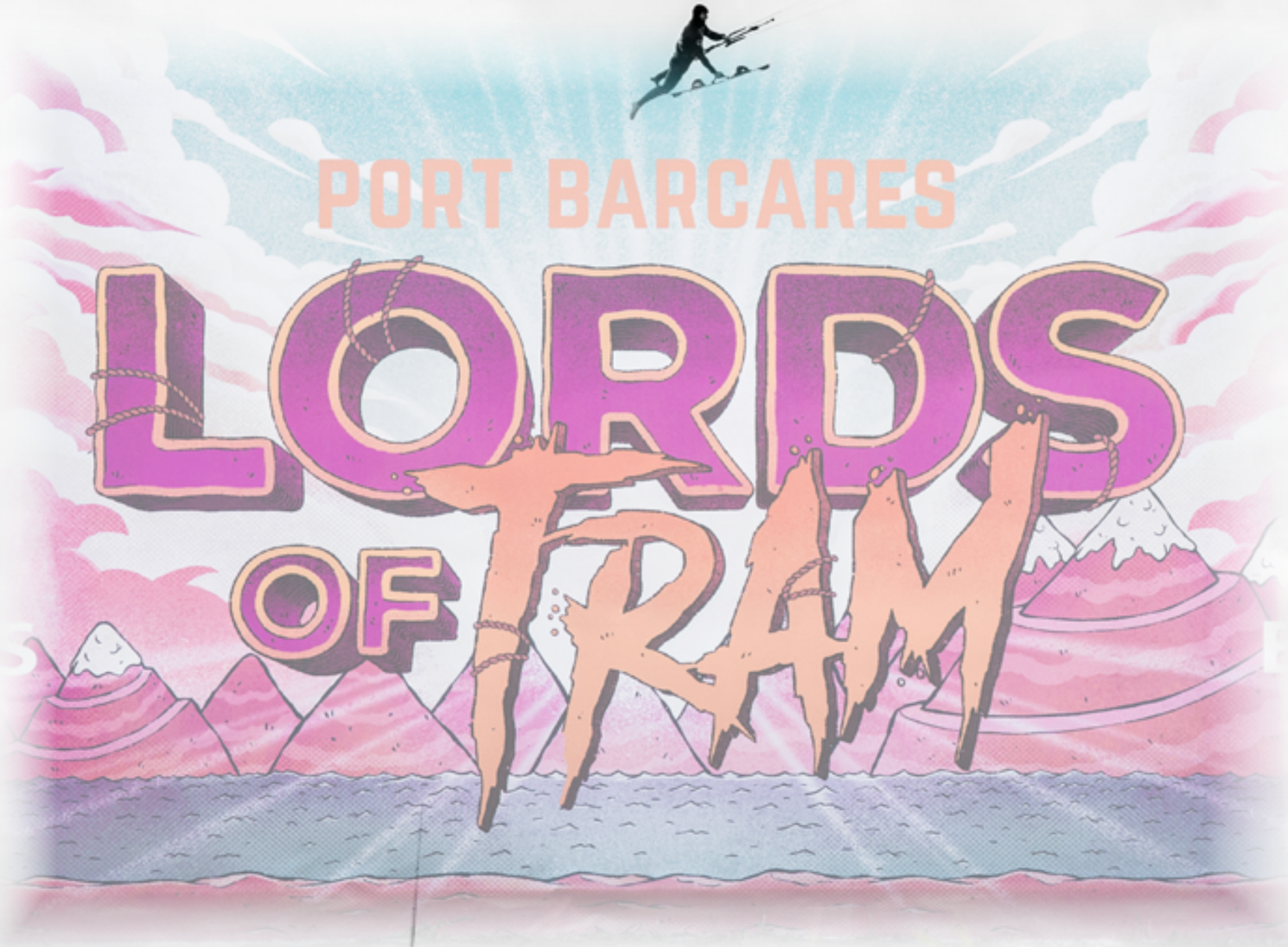
FAT James Carew nous envoie ces deux clichés de Mathieu Pelikan, embarqué sur un jet à Nazaré pour la session de ce 31 Janvier Un point de vue de rider, comme on a moins l'habitude d'en admirer de ce spot, qui n'est donc pas du tout un phare rouge perdu dans la pampa portuguaise. Il laisse surtout entrevoir la violence du truc et le début des emmerdements, si quelque chose devait mal tourner.

PHOTO

CHOPPY. Pas vraiment glassy, le plan d'eau, dont l'ami James nous décrit les vagues comme les plus grosses qu'il ait jamais prises. «*Je n'ai pas idée de la hauteur des vagues, mais certaines devaient bien dépasser 20m pour 30-35 noeuds* ». Il en a tiré un petit film pour sa chaîne youtube, 10 minutes non-stop à surfer et sauter des gros paquets, avec les commentaires du maître... en australien, good luck! (c) M. Pelikan

PORTFOLIO

Par Antoine Piel



LORDS OF
PORT BARCARDS

Voilà, c'est fini!
Merci de votre visite, revenez tant que vous voulez,
et n'hésitez pas à faire tourner à tous vos potes svp!

Le prochain mag sera un peu plus orienté WING, mais il y aura dedans à boire et à manger pour tout le monde ! (indicatif)
- Dossier : La durabilité sans se faire greenwasher
- Les repères de qualité du matos
- Rentabiliser une session pourrie
- Passer au Surf-foil
- Rider une vague scélérate
- Le raid-bivouac
- Qui sont les ambassadeurs et les leaders d'opinion?
- L'île de Ré avec Antoine Albeau
- Tout sur le rake
- Rencontre avec Chris Mc Do
- Y aura-t-il de la brise aujourd'hui ?
- et plein de bonnes choses à savoir pour bien rider

Suivez @glassy.kite.wing sur instagram pour être prévenus de sa sortie!

Encore un CADEAU : Ecrivez, posez une question ou un papier au courrier des lecteurs en DM ou sur glassy@etik.com et vous pourrez gagner par tirage au sort un des magnifiques casques offerts par WIP !

N'oubliez pas : un magazine au service des riders, sans publi-rédactionnels, sans communiqués de presse, sans tests sponsorisés, sans google translate, sans IA, écrit par des vrais gens qui rident... et gratuit, ca n'existe pas et ne se nourrit pas que de mistral et d'eau fraîche.

Si vous avez apprécié ce moment et souhaitez le prolonger, si vous le pouvez, n'hésitez pas à apporter une participation libre en «offrant un café» à la rédac sur ce lien.

(c) Piel

L'ABUS DALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. CONSOMMER AVEC MODÉRATION