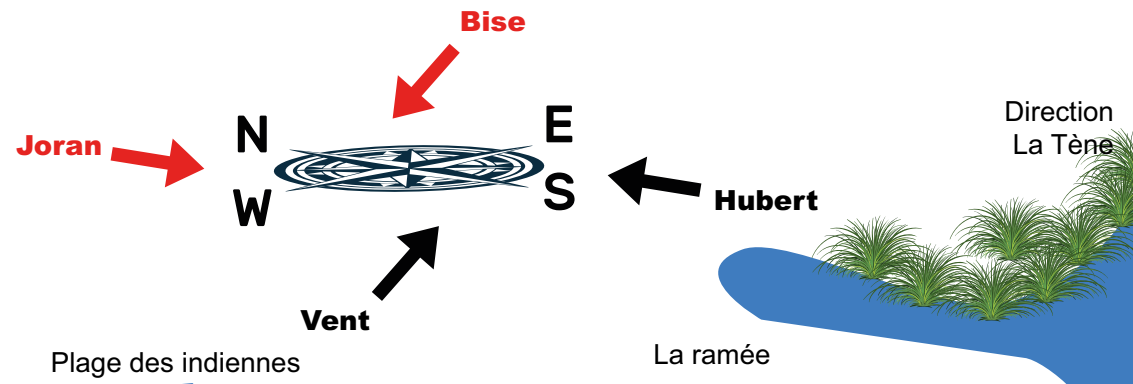




Accès au matériel

Les membres qui souhaitent avoir accès au matériel doivent suivre une instruction de base

- Expert
- Intermédiaire
- Débutant



Batiment Ichtus
Local Wing

Zone de préparation

Baie de Ichtus

Mise à l'eau

La mise à l'eau s'effectue dans la zone de gazon / galets située entre la rampe principale et celle du sauvetage. Les utilisateurs de wingfoil doivent s'écarter de tous les autres bateaux.

Société de sauvetage du Bas-Lac

Avant de partir...

Pour que ta sortie se déroule dans les meilleures conditions, vérifie les points suivants...
Pour les débutants

- Attention à la direction du vent (par bise et Joran, risque d'être emporté au large) ! Il est préférable de ne pas sortir avec un vent supérieur à 3 Bf
- En été, à la suite d'une belle journée chaude, à partir de 15h, le Joran peut arriver subitement et fort !

Préparation du matériel

- Prépare ta planche avec ton foil sur l'herbe et vérifie bien le serrage des vis.
- Gonfle la wing sur le gazon pour éviter de l'abimer.
- Vérifie l'état des leashes.
- Accroche sans jeu le leash de wing à ton poignet. Il est impossible de récupérer une wing qui se décroche !!!

En cas de difficultés

- Couche toi et pagaie avec les bras. (Fort vent, dégonfle et plie ta wing).
- Fais des appels de détresse. En cas d'orage (éclair): pose la wing dans l'eau, couche toi sur la planche... et attends que ça passe.
- Quel que soit ton problème, ne quitte jamais ta planche !

**Si tu fais une pause, ramène le matériel à terre et positionne-le en fonction du vent.
En cas de fort vent ne laisse pas flapper la wing, tu dois impérativement la dégonfler et la mettre à l'abri !**

Cardinales

DANGER

Plage des indiennes

La ramée

Direction
La Tène

Plage
de
Saint-Blaise



3 points cruciaux pour une navigation autonome en sécurité

Naviguer de manière autonome
c'est pouvoir sortir et revenir à terre
en adéquation avec les points ci-dessous.

Pour ma propre sécurité je dois :

- Connaître le plan d'eau (haut-fonds, cailloux, cardinales)
- Connaître les vents et leurs implications (Joran = danger...)
- Avoir un Équipement adapté (combi, gilet, casque)
- Sécuriser son matériel pendant la navigation (voir ci-après)
- Être en pleine forme physique
- Avoir pris connaissance des conditions météorologiques.
- Connaître les termes nautiques suivant : bâbord, tribord, remonter au vent, descendre le vent, virer, jiber (empanner)

Pour ne pas mettre en danger autrui je dois :

- Respecter des règles du points 1
- Connaître les règles de priorités : tribord prioritaire, tribord-tribord -> celui remonte le plus est prioritaire
- Être attentif aux autres et garder ses distances.
- Respecter les distances : Par rapport aux autres usagers en particulier bateau de ligne (qui ont la priorité ; les pêcheurs à la traîne (boule blanche) et professionnels (boule jaune) → laisser 200 m derrière + autour.
- Baigneurs (ne pas entrer dans les zones de baignades signalées par des bouées jaunes).
- Les bateaux à rames doivent s'écarter des bateaux à voile
- Entre engins à voile, la loi dit : 1) quand les bateaux reçoivent le vent d'un bord différent, celui qui le reçoit de bâbord (bord gauche dans le sens de la marche) s'écarte de la route de l'autre; 2) quand les bateaux reçoivent le vent du même bord, celui qui est au vent s'écarte de la route de celui qui est sous le vent; 3) le bateau rattrapant doit s'écarter du bateau rattrapé.

Pour maximiser la longévité du matériel je dois :

- Respecter les règles de montage, de démontage et de transport du matériel imposées par Ichtus (voir fiche...)
- Naviguer en pleine conscience des règles présentées ci-dessus afin d'éviter les collisions



Les privilèges

Respect et bon sens

Chacun se doit de manœuvrer pour éviter un abordage !

Bateau en service régulier ou bateau à passagers

Bateau à marchandises

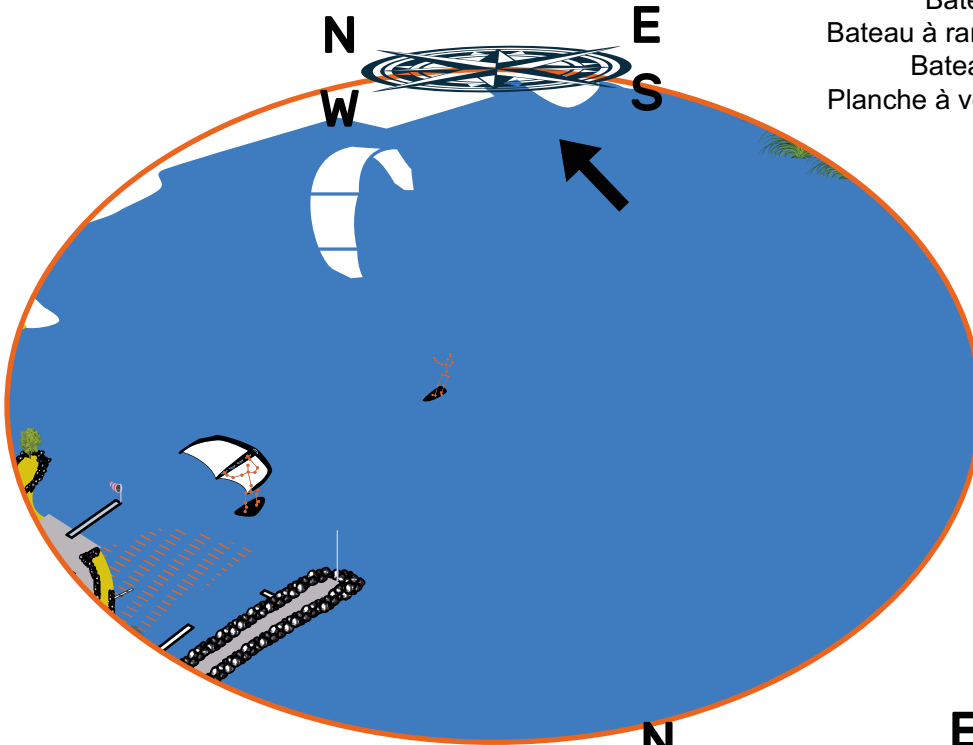
Bateau de pêche (avec ballon jaune)

Bateau à voile

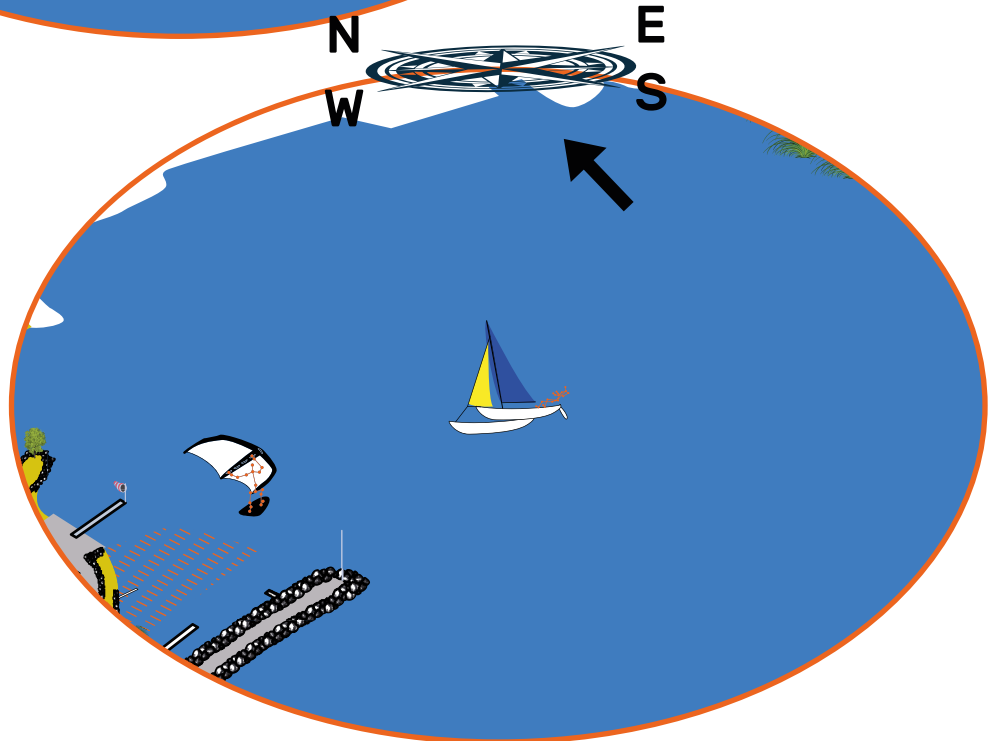
Bateau à rames, planche SUP

Bateau à moteur

Planche à voile, kitesurf, Wing



Le pratiquant qui entre dans l'eau depuis la plage a le privilège sur le pratiquant qui est déjà en navigation.



Je double et je manœuvre comme si j'étais seul ou monde!

La règle du rattrapant rattrapé oblige le rattrapant à laisser le privilège jusqu'à ce que tout risque d'abordage est écarté.

Tribord amure

L'amure est le bord du bateau touché en premier par le vent, il y a donc deux amures tribord et bâbord.

Si vous vous mettez dans le sens de la marche du bateau et qu'il prend le vent par la droite vous êtes à **tribord amure**, par la gauche c'est **bâbord amure**. Ca c'est la théorie !



Sécurité

Lieu: pelouse principale / sous le voile d'ombrage (ou dans le local par temps pluvieux)

Chacun doit savoir nager et navigue sous sa propre responsabilité et les mineurs sous celle de leurs parents !

Demander aux participants ce qui leur semble important (but: transmettre l'info de façon interactive...)

• Avant de sortir

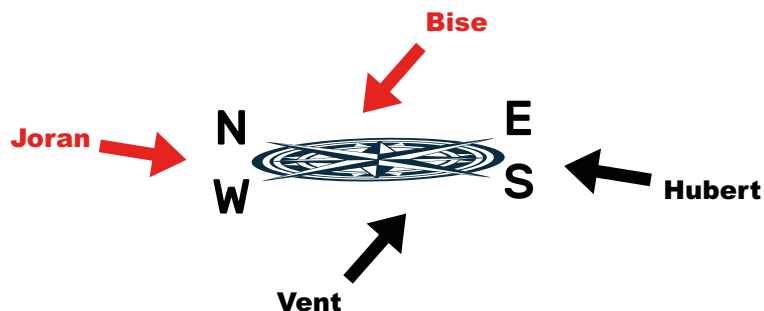
- ne pas se surestimer
- ne pas naviguer de nuit
- idéalement ne pas être seul
- ne pas mélanger activités nautiques et alcool
- vérifier la météo, la direction et force du vent
- voir les consignes sur le site ainsi que le dispositif de sécurité.

• Au moment de sortir

- observer les feux de tempêtes (40/min = avis de prudence; 90/min = avis de tempête)
- porter un gilet de sauvetage
- se protéger du soleil et du vent (température relative selon force du vent) → mettre une combi
- vérifier son embarcation (...)

• Sur l'eau

- être attentif aux autres
- respecter les distances:
 - par rapport aux autres usagers en particulier bateau de ligne (qui ont la priorité; en cas de difficulté se mettre debout sur la planche et laisser la voile dans l'eau); les pêcheurs à la traîne (boule blanche) et professionnels (boule jaune) → laisser 200 m derrière + autour.
 - Les canoës et kayaks ne peuvent naviguer que dans la zone de 150 m de la rive (ou à une distance maximale de 150 m des bateaux qui les accompagnent)
- baigneurs (ne pas entrer dans les zones de baignades signalées par des bouées jaunes).
- respecter les priorités:
 - les bateaux à rames doivent s'écarter des bateaux à voile
 - entre engins à voile, la loi dit: 1) quand les bateaux reçoivent le vent d'un bord différent, celui qui le reçoit de bâbord (bord gauche dans le sens de la marche) s'écartere de la route de l'autre; 2) quand les bateaux reçoivent le vent du même bord, celui qui est au vent s'écartere de la route de celui qui est sous le vent; 3) le bateau rattrapant doit s'écarter du bateau rattrapé.
- le lac, comme la montagne, peut changer rapidement (coup de Joran à force 9 en qqes min. en 2010)



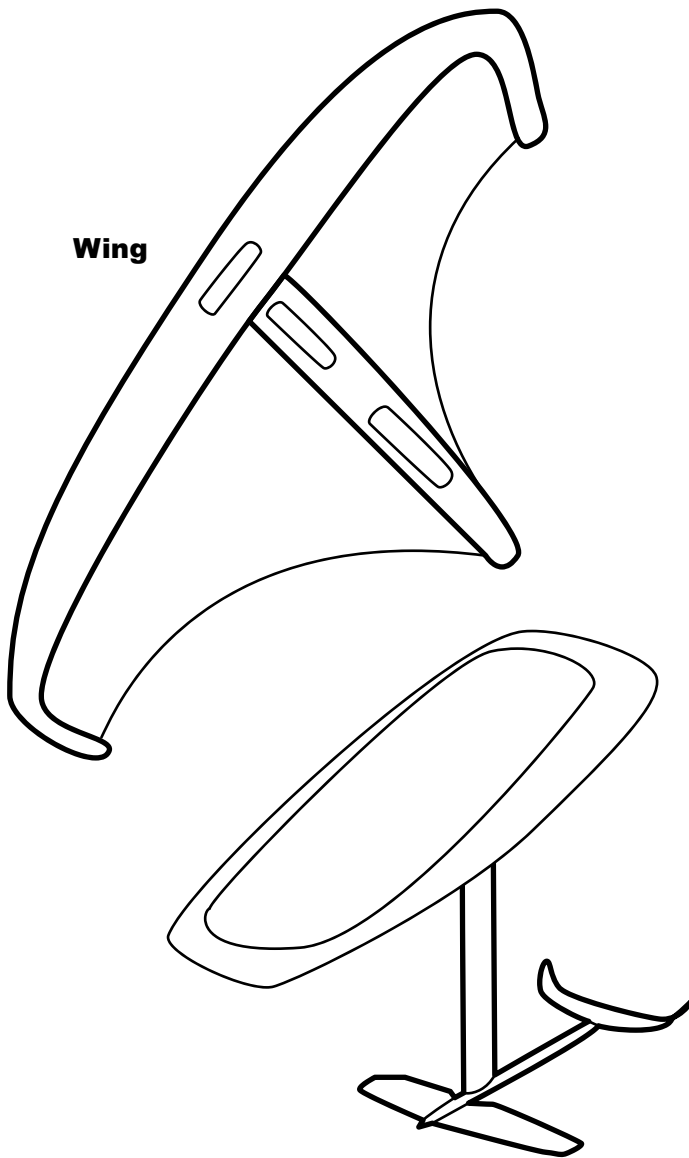
Les différents vents

- Hubert: vent du Sud max 2 bf, le matin
- Bise: pas idéal dans la baie (irrégulier). Se fixer une limite à ne pas dépasser (Yverdon est à 32 km ;-)
- Vent d'Ouest: difficile à cause des vagues; vous ramène au bord (rochers: ne pas attendre le dernier moment !)
- Joran: vent de fin de journée en été. Attention, peut se lever rapidement... et s'arrêter assez abruptement (en général au coucher du soleil)
- Lois et règlements: l'Ordonnance sur la Navigation intérieure (ONI) et la loi sur la navigation dans les eaux intérieures (LNI). Les références se trouvent sur le site du club



Equipement spécifique

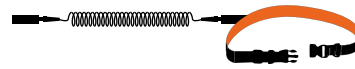
Wing



Wing Leash poignet



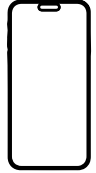
Leash planche ceinture



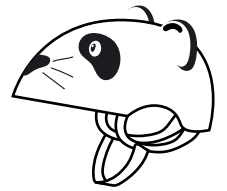
Planche

Foil

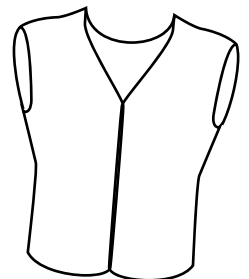
Téléphone



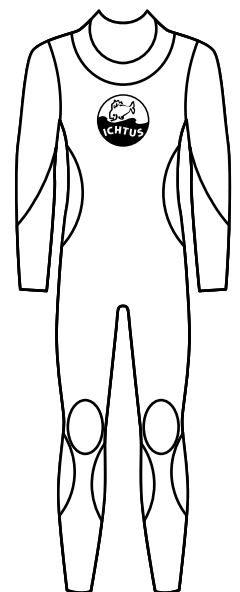
Casque



Gilet



Combinaison



Casque obligatoire

Gilet

Combinaison, même si l'eau est chaude

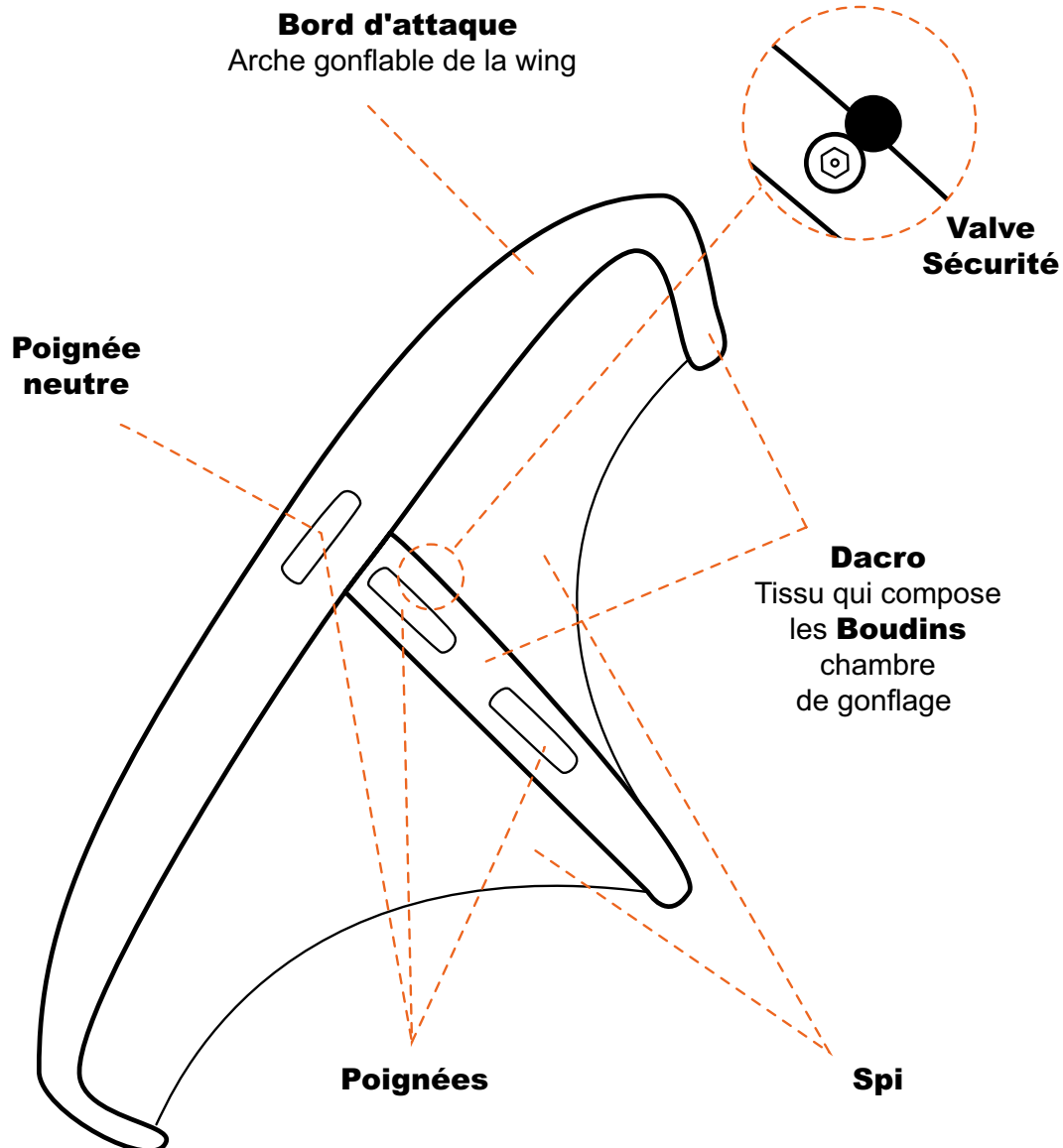
Un téléphone dans une pochette étanche peut être utile

Si tu portes des lunettes, attache-les avec un élastique



Wing Lexique

Wing Leash poignet



Envergure

Distance d'une extrémité à une autre

Surface projetée

Surface du matériel annoncée par le constructeur.
Elle correspond à la surface de la silhouette d'une aile, vue de dessus.

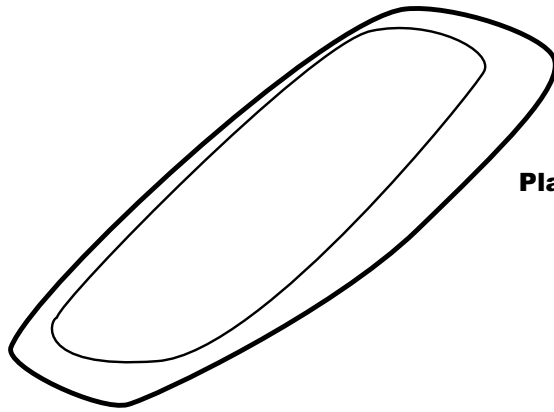
Surface ressentie

Surface du foil ressentie par le rideur.

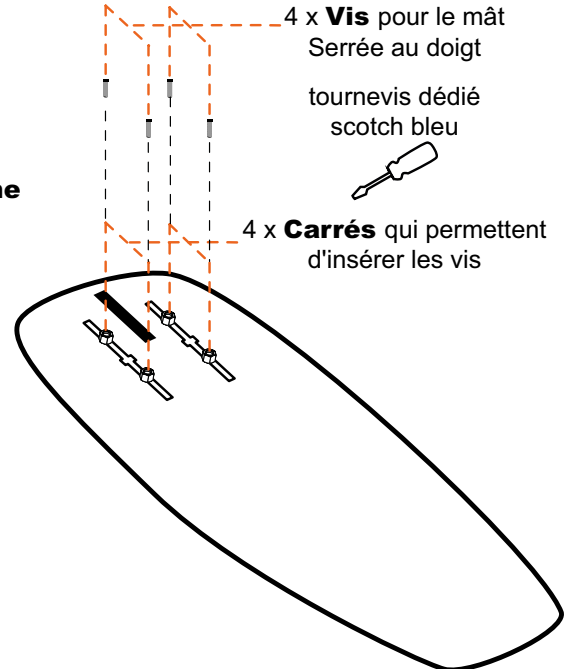


Planche Lexique

Leash



Planche



4 x **Vis** pour le mât
Serrée au doigt

tournevis dédié
scotch bleu



4 x **Carrés** qui permettent
d'insérer les vis

Boitier

Sommet du T.bar
permettant de fixer
le foil à la planche



Mât

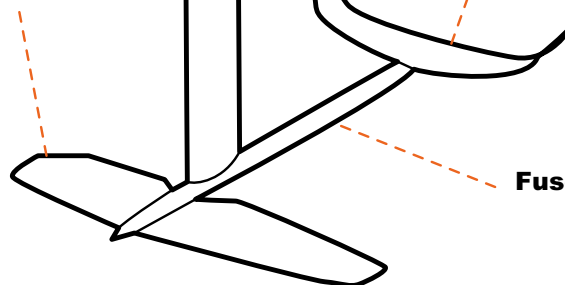
Aile

Plan porteur
du foil

Stabilisateur

Aileron

T-bar
Mat + fuselage



Fuselage

Front Wing
Avant de l'avion

Avion
Fuselage + Aile + Stabilisateur



Planche Préparation Rangement

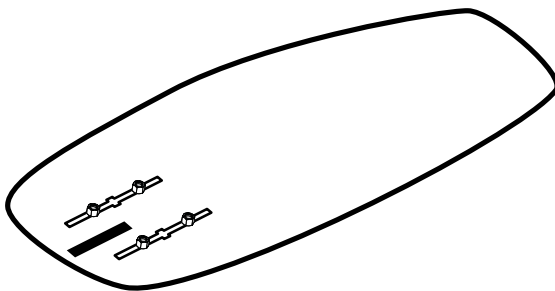
Rangement

Montage du foil sur la planche

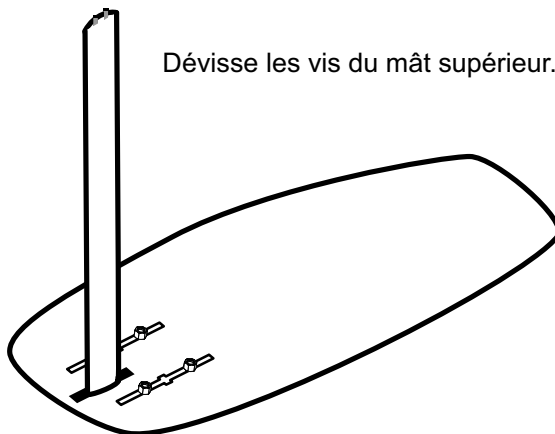
En fonction de ton niveau, choisis ton foil et ta planche et n'oublie pas d'inscrire dans ta sortie la planche et la wing. C'est important pour le suivi du matériel et cela nous donnera des indications pour les éventuels futurs investissements.

Pose la planche face au vent sur sa protection.

Détend les vis de la planche qui sont serrées au doigt !!

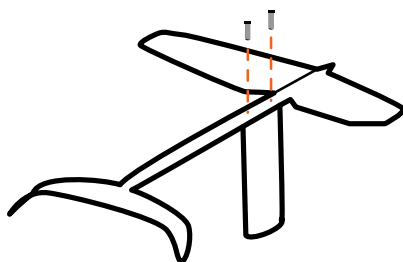


Pose le mât et visse à l'aide du tournevis dédié (pour les débutants, le tournevis a un scotch bleu).

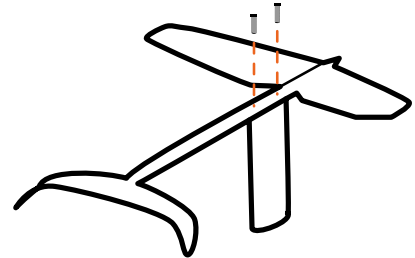


Dévisse les vis du mât supérieur.

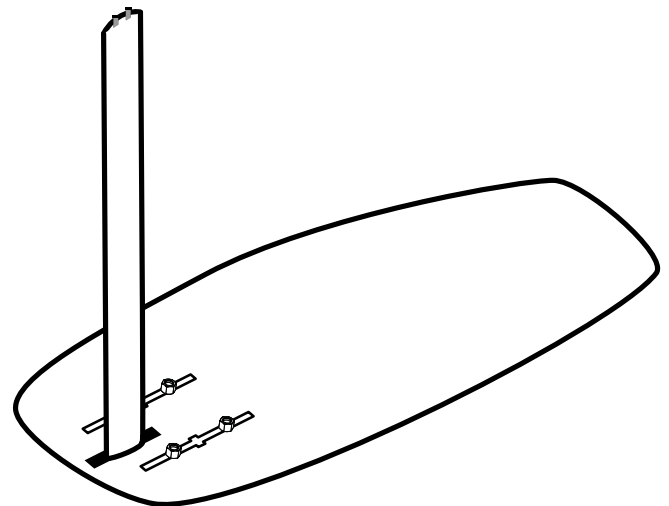
Visse le foil sur le mât et serre au contact les vis, puis serre fermement. En navigation, les vis peuvent se desserrer ! Vérifie toutes les vis du foil pour être sûr qu'elles soient bien serrées.



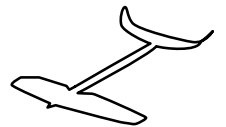
Dévisse les deux vis du mât qui tiennent l'avion.



Remets les deux vis directement sur le mât supérieur.



Rangé l'avion débutant dans le local sur son support.



Dévisse les quatre vis de pieds de mat.

Le mat va dans le local sur le support en bois avec le tournevis et l'avion.

Remets les vis du pied de mât dans la planche.

Bloque les 4 vis au doigt !!

Remets la planche dans sa fourre.

Vérifie aussi que les vis de réglage de l'aileron sont au milieu des repères

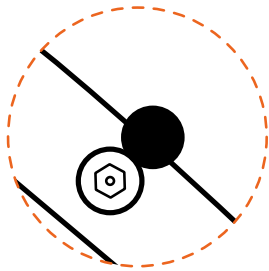
N'oublie pas de remettre le tournevis dédié (débutant bleu) dans le local sur le support en bois qui porte l'avion débutant



Wing Préparation Rangement

Gonflage de la voile

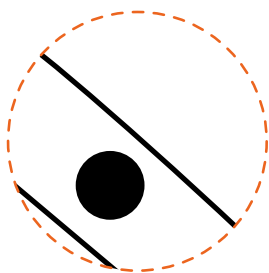
**Positionne ta voile derrière ta planche qui est positionnée face au vent.
Dans le cas contraire, en cas de rafale la wing vient se planter dans le foil.**



Visse la valve, pas besoin de serrer trop fort, le serrage se fait automatiquement quand tu verrouilles le tube de pompe sur la valve.

Croche le crochet de sécurité de la pompe sur la boucle ou est attaché le leash.

Gonfle à la pression indiquée sur la voile (normalement 7-8 PSI).
Attention, la voile risque d'exploser



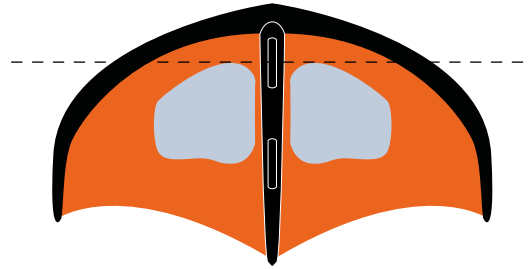
Remet la protection de valve.
Retire le crochet qui relie la pompe à la wing.

**Si tu fais de la wing loin de la rive, active la sécurité du boudin central.
En cas de percement de la voile, il te reste un boudin gonflé !!!!**

Attache ton leash poignet à la voile.



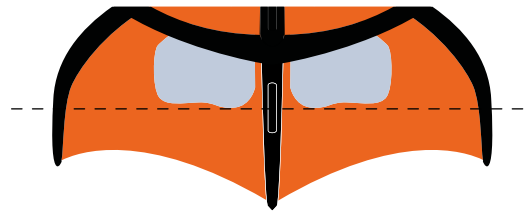
Pliage de la Wing



Si possible sèche la wing
Ouvre la valve en la dévissant complètement

Libère la sécurité du boudin central si elle a été actionnée.

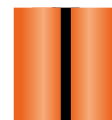
Presse ou roule le boudin pour vider l'air en partant de l'arrière vers l'avant



Plie la voile dans le sens de la longueur. En faisant un premier pli depuis l'avant et le deuxième depuis l'arrière. Suis les plis déjà présents.



Prends le bout d'aile opposé à la chambre de gonflage et roule sans trop serrer.



Fais la même chose pour l'autre bout d'aile.

Rouvre légèrement ton pliage pour atteindre le bouchon de la valve et visse le d'un tour.

Remets la protection de valve !!!!

Replie ta voile.

Les vitres doivent être apparentes et non froissées.

Merci, grâce à toi cette wing aura une longue vie !



Préparation pour la mise à l'eau

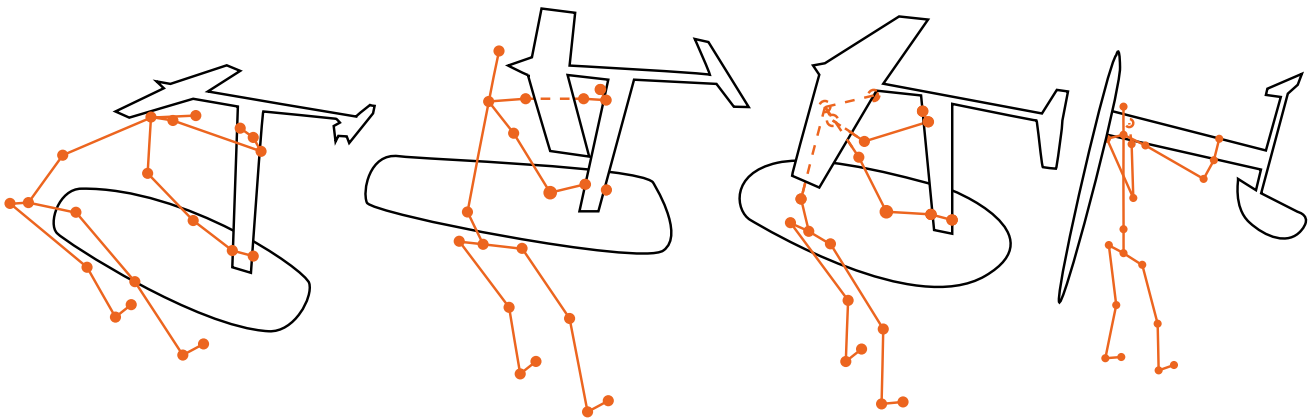
Dépose ta planche près du plan d'eau

Il faut éviter de porter la wing et la planche en même temps pour éviter de cassé le matériel.

Dépose ta planche au bord l'eau pendant que ta wing est attaché à un pneu devant le râtelier.

Pour porter ta planche, saisi la poignée centrale et porte cette dernière comme un paddle, planche appuyée contre toi, sous ton bras et foil derrière toi.

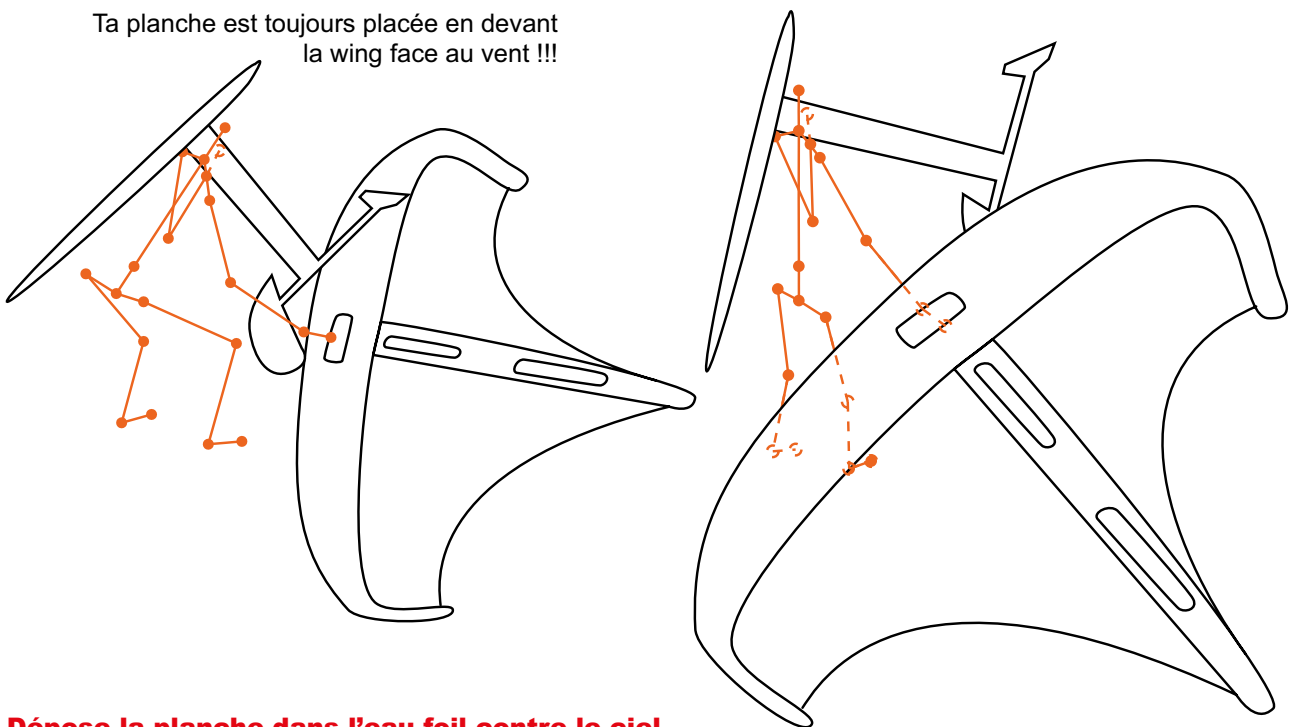
Si la planche n'a pas de poignée centrale !!!!!!!



Va chercher la wing et une fois au bord de l'eau attache ton leash de planche à ta taille et ton leash de wing à ton poignet.

Vérifie bien que le leash de poignet est bien fixé serré autour de ton poignet pour ne pas perdre ta wing en cas de coup de vent.

Ta planche est toujours placée en devant la wing face au vent !!!



Dépose la planche dans l'eau foil contre le ciel pour mettre le foil dans l'eau avec suffisamment de profondeur d'eau pour ne pas l'abimer (repère : tu dois avoir l'eau au niveau de ta poitrine).

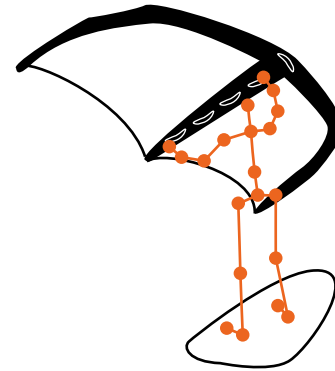
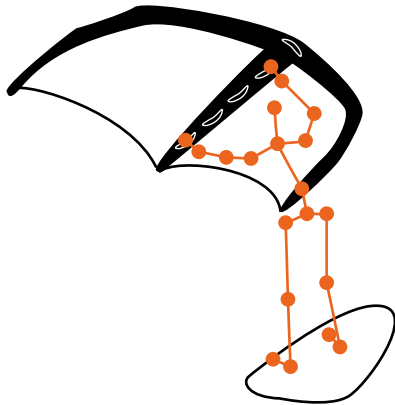
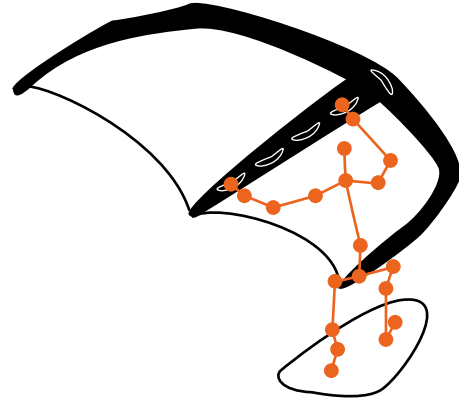
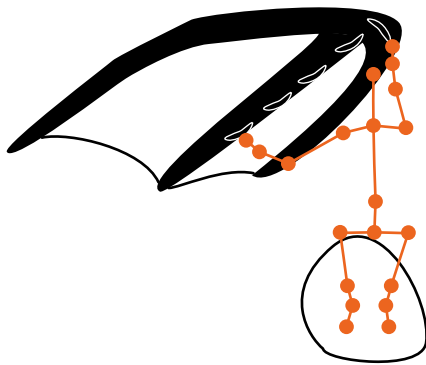


- Expert
- Intermédiaire
- Débutant

Initiation

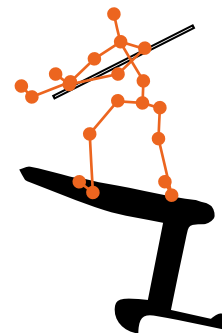
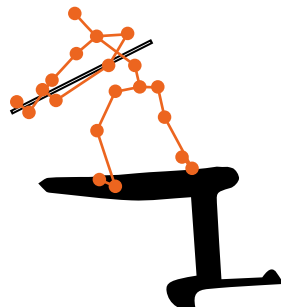
Pousse la planche avec une main et tu tiens la wing par la poignée du neutre avec l'autre main en avançant dans l'eau.

Waterstart
avec un flotteur de planche à voile



Foil tracté
Pression équitable
avant / arrière

Pression sur
le pied arrière



Angle d'incidence
faible = stabilisation
et accélération

Angle d'incidence
faible = stabilisation
et accélération



- Expert
- Intermédiaire
- Débutant

Compétences niveau autonome

En plus des règles générales de sécurité, un membre souhaitant naviguer seul, sans moniteur, doit connaître au minimum les points ci-dessous.

- Connaître la baie de Saint-Blaise (hauts fonds)
- Connaître les vents
- Gréer et régler son matériel à terre
- Porter son matériel au vent
- Mettre la planche avec le foil à l'eau en sécurité
- Monter du bon côté sur la planche pour préserver la wing.
- Maîtriser le Safe Rescue
- Pomper, décoller, virer de bord et/ou empanner
- Être respectueux du matériel et le ranger correctement après utilisation

- Tribord amure est prioritaire sur bâbord amure
- «sous le vent» est prioritaire «au vent»
- La planche qui dépasse s'écarte

Naviguer de manière autonome c'est pouvoir sortir et revenir à terre en adéquation avec les points ci-dessous.

Pour ma propre sécurité je dois:

- Connaître le plan d'eau (haut-fonds, cailloux, cardinales)
- Connaître les vents et leurs implications (**Joran = danger...**)
- Avoir un Équipement adapté (combi, gilet, casque)
- Sécuriser son matériel pendant la navigation (**voir ci-après**)
- Être en pleine forme physique
- Avoir pris connaissance des conditions météorologiques.
- Connaître les termes nautiques suivant : bâbord, tribord, remonter au vent, descendre le vent, virer, jiber (empanner)

Pour ne pas mettre en danger autrui je dois

- respecter des règles du points 1
- Connaître les règles de priorités : tribord prioritaire, tribord-tribord -> celui remonte le plus est prioritaire

Pour maximiser la longévité du matériel je dois :

- Respecter les règles de montage, de démontage et de transport du matériel imposées par Ichtus (voir fiche...)
- Naviguer en pleine conscience des règles présentées ci-dessus afin d'éviter les collisions