

<b>CONNAISSANCE du MATERIEL</b>	<b>DÉCOUVERTE ET MANIPULATIONS</b>	<b>UTILISATION DES COMMANDES</b> saisie, gestuelle	<b>UTILISATION DE LA SELLETTE</b>	<b>CONTRÔLE du RÉGLAGE des COMMANDES</b> Différentes SAISIES	<b>PILOTAGE SANS COMMANDE</b>	<b>OBSERVATION DU SUSPENTAGE</b> - suspentes d'oreilles - suspente du "stabilo"	<b>UTILISATION DU PARACHUTE DE SECOURS</b>	<b>UTILISATION DE L'ACCÉLÉRATEUR</b>	<b>DIFFÉRENTES CATÉGORIES D'AILES</b>
<b>PILOTAGE au SOL</b>	<b>TECHNIQUE DE GONFLAGE DOS VOILE</b> - construire, mettre en mouvement - piloter l'aile au sol		<b>PETITS VOLS EN PENTE ÉCOLE</b> - réaliser un décollage - suivre un plan de vol simple - réaliser un atterrissage		<b>CONTRÔLER L'AILE AU SOL DANS LE VENT</b> < 15 km/h		<b>CONTRÔLER L'AILE AU SOL DANS LE VENT &gt; 15 km/h</b> <b>ET TECHNIQUES DE DÉCOLLAGE DANS LE VENT FORT</b>		
<b>VOL ÉQUILIBRÉ</b>	<b>RÉALISER UNE LIGNE DROITE, MAINTENIR UN CAP</b>	<b>MISES EN VIRAGE</b> - action sellette uniquement - action sellette puis commande sortie sur axe défini		<b>OBSERVER L'EFFET DE ROULIS INVERSE</b>	<b>PRÉCISION ATERRISSAGE</b>	<b>PETITES OREILLES</b>	<b>UTILISATION DE LA PLAGE DE VITESSE</b> - Vitesses utilisables sans sortie du domaine de vol.		<b>PETITES FERMETURES ASYMÉTRIQUES</b> (une oreille)
<b>ROULIS</b>	<b>BALANCEMENTS SELLETTE &lt; 45°</b> - Créer le mouvement et augmenter l'amplitude - Amortir le mouvement				<b>PETITS WING OVER SELLETTE</b> - Créer le mouvement et augmenter l'amplitude - Amortir le mouvement				
<b>TANGAGE</b>	<b>DÉSÉQUILIBRE ET AMORTISSEMENT</b>	<b>LE VOL DAUPHIN &lt; 45°</b> - Provoquer et entretenir le mouvement - Amortir le mouvement			<b>LE VOL DAUPHIN &gt; 45° &lt; 90°</b> - Provoquer et entretenir le mouvement - Amortir le mouvement		<b>TEMPORISATION D'UNE FORTE ABATTÉE "TEMPO !"</b>		
<b>VIRAGES PENDULAIRES</b>	<b>TANGAGE + VIRAGES PENDULAIRES</b> - Réaliser un virage dans un mouvement de ressource. - Réaliser un virage au début du mouvement d'accélération		<b>SÉRIE de VIRAGES PENDULAIRES à 180°</b> - Timing début d'accélération - timing fin d'accélération (wing over)		<b>ACCÉLÉRATION + DISSIPATION</b> - Réaliser un virage dynamique et dissiper l'énergie		<b>PETITS WING OVER</b>	<b>WING OVER</b>	
<b>SPIRALE</b>	<b>SPIRALE FAIBLEMENT INCLINÉE (&lt; 45°)</b> - Gestion de la rentrée - Gestion de l'inclinaison sur plusieurs tours - Gestion du redressement - Dissipation de l'énergie en virage ou gestion de l'abattée				<b>SPIRALE ENGAGÉE:</b> - Accoutumance à l'accélération - Gestion de l'inclinaison - Gestion de la neutralité spirale: CONTRER! - Travail des sorties rapides				
<b>FERMETURES</b>	<b>FERM. ASYMÉTRIQUES &lt; 35%</b> - Contrôle du CAP et manoeuvrabilité - Contrer un début d'autorotation		<b>FERM. FRONTALES &lt; 50%</b>		<b>FERM. FRONTALES &gt; 50%</b>		<b>FERM. ASYMÉTRIQUES 50%</b> - Contrôle du CAP et manoeuvrabilité - Contrer un début d'autorotation		<b>CONTRER UNE AUTOROTATION INSTALLÉE</b> (Simulation CRAVATE)
<b>DESCENTE RAPIDE</b>	<b>GRANDES OREILLES ET ACCÉLÉRATEUR</b>	<b>PARACHUTALE aux B</b>	<b>CREVETTE</b>	<b>SPIRALE</b> Avec 1 oreille extérieure		<b>Très GRANDES OREILLES et accélérateur</b> - + Wing Over sellette - + spirale			
<b>DÉCROCHAGE</b>	<b>DECROCHAGE</b>			<b>MARCHE ARRIÈRE DE SÉCURITÉ</b>		<b>MARCHE ARRIÈRE PILOTÉE</b>		<b>RECHERCHE DE PHASES PARACHUTALES</b> - Depuis la marche avant, - Depuis la marche arrière.	
<b>VRILLE</b>	<b>MANOEUVRES D'ÉVITEMENTS</b>		<b>VRILLE 1 TOUR SORTIE PAR L'AVANT</b>		<b>VRILLE MAINTENUE SORTIE PAR LA MARCHÉ ARRIÈRE</b>		<b>VRILLE EN ENTRÉE DE SPIRALE</b>		
<b>BASES VOLTIGE</b>	<b>WING OVER 360 ASYMÉTRIQUES</b>			<b>SAT</b>		<b>HÉLICOPTÈRE</b>			