



Maison de la montagne

14 rue de la république

38000 Grenoble

[Contact@snmvl.com](mailto:Contact@snmvl.com)

## Perfectionnement du Pilotage - Module 1

Nom :

Prénom :

	POINTS CLEFS	Non-maitrisé	Juste maitrisé	Correctement maitrisé
<b>Le Tangage</b>	Intégration et utilisation des différentes phases du Tangage (Gestion des énergies; voile; pilote)			
	Temporisation d'une forte abattée			
<b>Le Roulis</b>	Intégration et coordination des appuis sellette et des trims et amplitudes aux commandes			
	Virage pendulaires conduits			
	Wing over >= 90°			
<b>La Rotation / L'Inclinaison</b>	Maîtrise de tout les aspects du 360° (fortes accélérations - diverses sorties)			
	Gestion de la Neutralité et Instabilité spirale			
<b>Fermetures</b>	Gestion du cap ; Arrêt d'une rotation; Réouverture			
	Reconnaissance de l'autorotation ; Maîtrise de sa sortie			
<b>Basses vitesses</b>	Décrochage stabilisé avec reconstruction de l'aile en un temps donné			
	Marche arrière avec choix du moment de sortie			
<b>Décrochage asymétrique</b>	Amorce sur 1/4 de tour et arrêt maîtrisé			
	Départ en négatif maintenu 360° et sortie décrochée ou marche arrière			
	Départ en négatif maintenu 360° et sortie sans phase de décrochage			
<b>Aspects psychologique</b>	Gestion du stress et des émotions ; maîtrise de sois			

Le stage de formation avait lieu à Roquebrune Cap Martin du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_  
L'équipe en charge de la formation : Frédéric Mazzia

Coordonateur formateur pour le SNMVL GPVL  
Formateur pour les SNMVL GPVL

### Test d'entrée module 2 validé le

2 wing-over droite et gauche, 2 tours 360° face planète droite et Gauche sortie chandelle, décrochage avec 2s de marche arrière voile A-B Voile C-D

### ACCES AU MODULE 2

*Demandé*

Le formateur principal : Frédéric Mazzia  
Juge le niveau du stagiaire

en accord avec le coordonateur de stage

Le stagiaire est :

Signature du formateur principal :