



## FORMATION WINDFOIL / FOIL

### Objectifs

L'objectif de cette formation est d'amener le stagiaire à mieux maîtriser les quatre champs suivants :

- La maîtrise technique des supports wind-foil au travers d'une pratique en navigation sur le matériel à disposition actuellement, spécifiquement celui le plus adapté aux contraintes de nos clubs.
- La spécificité aérodynamique et hydrodynamique et l'impact sur les réglages et les modes de régulation.
- La prévention des risques liés à la pratique de ces nouveaux supports, l'adaptation du matériel de protection, les conditions d'encadrement.
- L'approche pédagogique de l'apprentissage, le choix et le conseil sur le matériel en fonction du public de la structure et des objectifs de développement.

### Public

Cette formation est destinée à trois publics de la ligue de voile et de ses clubs :

- Les encadrants professionnels qui sont déployés dans les différents clubs du territoire exercent des missions d'encadrement principalement en planche à voile.
- Les bénévoles ayant obtenu le diplôme d'entraîneur club ou de CQP AMV qui exercent en saison un encadrement salarié principalement en planche à voile.
- Les futurs encadrants professionnels inscrits sur une formation BPJEPS Voile.

### Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

- Matériel de navigation foil dédié planche à voile.
- Bateau à moteur d'encadrement.
- Equipement pédagogique de mise en place, bouée, départ, zone d'accostage et de départ.
- VHF, Casques, Gilets d'impact.
- Séances de formation en salle.
- Etudes de cas concrets.
- Exposés théoriques.
- Partage d'expérience.
- Outils vidéo, vidéo projecteur

## Contenu

### Spécificités techniques des différentes planches à foil

- Présentation du matériel et des spécificités en comparaison des supports classiques.
- Condition de navigation optimum, fourchette de vent état de la mer.
- Condition d'obtention du planning.
- Réglage et conduite, adaptation du matériel.
- Connaissance du milieu, risques, environnement.
- Présentation des différentes zones de pratique, aspect sécuritaire.

### Spécificités aérodynamique et hydrodynamique des supports à foil.

- Approche théorique des forces en présence, portance, traînée, écoulement laminaire, écoulement turbulent, couche limite.
- Forme et incidence des profils.
- Condition et limite du maintien de la navigation sur foil.

### Approche pédagogique de l'enseignement sur planches à foil.

- Condition d'encadrement des stagiaires, nombre, mode embarqué ou en sécurité.
- Les prérequis nécessaires à la pratique du foil.
- Les habiletés constructives et les habiletés perturbantes.
- Quel matériel en fonction du public.

### Prévention et protection du public.

- Sécuriser les zones de navigations.
- Condition de démarrage et d'accostage, adaptation de l'environnement.
- Les conditions et les sites de navigation adaptée à la pratique.
- Quelles protections. Traumatologie lié à l'activité.
- Quelles sont les consignes de sécurité à apporter aux stagiaires

### Approche pratique de l'activité par la mise en situation sur windfoil et d'autres support à foil

- Condition et limite de navigation au louvoyage.
- Condition et limite de navigation au portant.
- Transitions et Manœuvres.
- Adaptation du matériel en fonction du niveau et gabarit.
- Approche du départ et les parcours adaptés.
- Compatibilité entre les planches à foil pour naviguer sur une zone commune.
- Exploration des référentiels sensitifs des experts et croisement avec les besoins de régulation sur planches à foil.

## Déroulement

- Horaires : 09h00-12h00 / 13h30-17h00
- Nombre total de jours de formation : 5 jours.

Nous tiendrons compte des conditions météo pour ajuster au mieux le programme de formation.

- Intervention de Nicolas Goyard (Champion du Monde Windfoil 2019)