

# Prenez votre envol !

A priori, la pratique du cerf-volant comporte peu de sensations fortes. Mais lorsque celui-ci vous permet de décoller d'une hauteur comparable à celle d'un immeuble de 4 étages, les choses sont sensiblement différentes...

Célèbre sport aérotracté, le kite surf ne compte qu'une vingtaine d'années, mais les casse-cou qui l'ont développé ont fait des émules. C'est aujourd'hui un sport reconnu, dont les pratiquants se comptent par milliers et sont regroupés dans la *Fédération française de vol libre* qui, elle-même, chapeaute l'*Ecole française de kite*.

Le matériel de base nécessite une voile, – *kite* en anglais – dont la taille varie de 5 à 20 m<sup>2</sup>, une barre de traction pour la diriger par le biais de lignes et une planche. Les lignes avant sont accrochées au harnais et restent fixes, tandis que les lignes arrière permettent de contrôler la voile en bordant ou en choquant, autrement dit en réduisant ou au contraire en rallongeant les lignes.

Fixée aux pieds par des scratches, la planche peut être directionnelle, ce qui signifie qu'une rotation s'impose pour prendre les virages, ou bi-directionnelle. Cette dernière, appelée *twin-tip*, est destinée au freestyle. Elle est plus fine et plus légère que la planche directionnelle. Quoi qu'il en soit, la pratique du kite surf ne s'improvise pas, car le danger est bien réel.

## Ecole du nez au vent

Passage indispensable avant le grand saut, l'*Ecole française de kite* est ouverte à ceux qui souhaitent s'initier ou se perfectionner aux différentes formes de glisse aérotractée : le kite surf bien sûr, mais aussi le snow kite, qui se pratique sur neige, et le kite mountain board, développé dans les années 90 par quelques fans de glisse trop impatients pour attendre la neige, qui ont remplacé le surf par une planche à roulettes.

Certaines écoles accueillent également des personnes à mobilité réduite sur les catakite. Environnement oblige, ces écoles se trouvent en montagne ou sur les côtes.

kite surf

snow kite

kite mountain board



## Surfez, pour aller plus haut :

<http://ataokite.com>

<http://happykitespirit.free.fr>

<http://www.landkitemag.com>

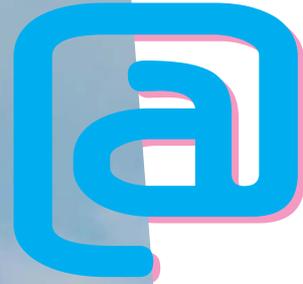
<http://www.t2k.fr>

[www.powerkite.net](http://www.powerkite.net)

[www.kitesk8.com](http://www.kitesk8.com)

<http://kaf.forum.free.fr>

<http://kite.ffvl.fr> (Fédération française de vol libre – Département Kite)



## Interview

Xavier Lang, président de l'association *KiteSK8*, créée en 2002 par des pratiquants de mountain board et kite mountain board.

**Santé Zen :** *Quelles sont les aptitudes nécessaires pour pouvoir débuter en kite mountain board ?*

**Xavier Lang :** Le kite mountain board, comme toutes les disciplines liées aux ailes de traction, est réputé pour être plus technique que physique. Les petits gabarits ont même tendance à progresser plus rapidement. Il faut quand même une bonne condition physique. Quel que soit le support (terre, neige, eau), le plus important est la maîtrise de l'aile. Une personne ayant déjà utilisé un cerf-volant comprendra rapidement le fonctionnement d'une aile de traction.

**S. Z. :** *Où peut-on apprendre ?*

**X. L. :** Les disciplines de cerf-volant de traction peuvent s'avérer dangereuses, pour le pratiquant et pour les autres. Il est donc nécessaire d'apprendre à son rythme, sans griller les étapes. Les débutants ont souvent tendance à sous-estimer la puissance d'une aile. Il faut soit passer par une école, soit être initié par des personnes ayant une bonne pratique de la discipline. Il existe aujourd'hui de nombreuses écoles plus spécialisées sur certaines disciplines en fonction des régions.

**S. Z. :** *Où peut-on pratiquer ?*

**X. L. :** Le kite mountain board peut se pratiquer un peu partout, à condition d'avoir un terrain adapté. En bord de mer, ce sera la plage à marée basse sur du sable dur. Dans les terres, on pratique sur des terrains en herbe ou en terre. Dans tous les cas, le terrain devra être éloigné des lignes électriques, des voies de chemin de fer, des pylônes... Il faut aussi faire très attention à la proximité d'animaux (troupeaux de vaches, chevaux, oiseaux...), car l'aile peut les effrayer et engendrer un comportement inhabituel, voire

dangereux de leur part. La pratique du kiteMTB doit bien entendu être autorisée : sur les plages, elle est très souvent réglementée et sur un terrain privé, il faut toujours l'autorisation du propriétaire. Bien que non polluant, le kiteMTB peut provoquer des dégâts sur la faune et la flore s'il est pratiqué dans des lieux fragiles : détérioration de dunes, de marais, stress sur les animaux sauvages...

**S. Z. :** *Quelles sont les précautions à prendre ?*

**X. L. :** Il faut suivre les règles de sécurité élémentaires : pratiquer sur un terrain adapté. Ne pas pratiquer seul (minimum à 2 en cas de problème), s'informer des conditions météo afin d'éviter les temps instables, orageux. Avoir une aile et un système de sécurité en bon état et en adéquation avec son niveau et les conditions météorologiques. Obligatoirement porter un casque et si possible des protections pour les genoux, les coudes et le dos. Il faut être attentif aux autres utilisateurs du terrain. Enfin, il est indispensable de rester humble face aux éléments – le vent sera toujours plus fort que nous – et ne pas surestimer ses capacités.

**S. Z. :** *Où peut-on assister à des compétitions-démonstrations ?*

**X. L. :** Il existe aujourd'hui assez peu de compétitions de kite mountain board, mais certaines associations organisent des rencontres conviviales tout au long de l'année. Internet reste la meilleure source d'information, car beaucoup d'associations disposent d'un site avec des photos, des vidéos et des conseils. Il y a aussi des vidéos sur des sites de partage de vidéos type *dailymotion* ou *youtube*.