

NIVEAUX



Planche à voile Dériveur Catamaran

NAVIGATION



ENCADRÉE

NIVEAU BLANC

Découvrir la voile

NIVEAU JAUNE/ORANGE

Naviguer à toutes les allures

NIVEAU ORANGE/VERT

Naviguer en surpuissance



SURVEILLÉE

NIVEAU 4 BLEU

Naviguer en autonomie et choisir sa zone de pratique

NIVEAU 1 JAUNE

Se déplacer à la voile sur des trajectoires directes

NIVEAU 2 ORANGE

Atteindre tout point du plan d'eau

NIVEAU 3 VERT

Evoluer librement dans une zone de navigation surveillée

NIVEAU 5 VIOLET

Naviguer de façon performante et responsable

NOM :

PRÉNOM :

NIVEAU 4 BLEU

NAVIGUER EN AUTONOMIE ET CHOISIR SA ZONE DE PRATIQUE

TECHNIQUE

Maîtriser les réglages et la conduite, pour faciliter le pilotage dans les différentes conditions de vent et de mer.

TRAJECTOIRES DIRECTES (SOUS PUISSANCE ET SURPUISSANCE)

Se déplacer pour conserver l'assiette du support en longitudinal et en latéral.

Adapter les réglages en fonction de l'allure et des conditions de vent et de mer pour faciliter le pilotage.

TRAJECTOIRES INDIRECTES (SOUS PUISSANCE ET SURPUISSANCE)

Virer de bord et empanner en maîtrisant l'angle de sortie (près, large, vent arrière).

Rejoindre un point du plan d'eau sans augmenter inutilement la route (notion de cadre).

COORDINATION

Occuper chaque poste lors des manoeuvres, en coordination avec le reste de l'équipage.

Coordonner les actions barre et écoute pour équilibrer le bateau sans changer d'allure.

Coordonner les actions de gréement et des appuis pour équilibrer le flotteur sans changer d'allure utiliser les foot straps.

Maîtriser le water start.

SÉCURITÉ

Maîtriser les procédures permettant de limiter les risques en cas de situations inhabituelles (avaries, vent fort, calme ...).

Connaître les procédures d'alerte et de signalement.

Choisir, dans le matériel disponible, celui adapté à son niveau et aux conditions.

Maîtriser le ressilage par vent fort.

Dégréer sur l'eau, rentrer sous voilure réduite ou à la rame/bras.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

Concevoir un programme de navigation en fonction du site et des évolutions du contexte.

SENS MARIN

Choisir une zone de navigation en fonction des dangers et des informations météo disponibles

permettant un retour facile y compris en cas de détérioration des conditions.

Savoir se situer sur le plan d'eau.

Participer aux tâches collectives.

ENVIRONNEMENT

Connaître les règles d'accès et de préservation des sites naturels.

NIVEAU 5 VIOLET

NAVIGUER DE FAÇON PERFORMANTE ET RESPONSABLE

TECHNIQUE

Exploiter les variables du milieu et les caractéristiques du support pour optimiser son rendement.

TRAJECTOIRES DIRECTES (SOUS PUISSANCE ET SURPUISSANCE)

Coordonner les actions de barre-écoute déplacement, (gréement/déplacement en PAV) pour optimiser la vitesse.

Adapter constamment les réglages et la conduite en fonction de l'allure et des variations de vent et de mer, pour optimiser la vitesse.

TRAJECTOIRES INDIRECTES (SOUS PUISSANCE ET SURPUISSANCE)

Coordonner les actions de barre-écoute déplacement, (gréement/déplacement en PAV) pour optimiser le gain au vent ou le gain sous le vent.

TRAJECTOIRES INDIRECTES (SOUS PUISSANCE ET SURPUISSANCE)

Augmenter le gain au vent ou sous le vent pendant les virements ou les empannages, en adaptant les manoeuvres aux conditions de vent et de mer.

RÉACTION/ ADAPTATION

Choisir la trajectoire approchant de l'objectif (adonnantes/refusantes).

Repérer les zones de vent et courant potentiellement plus ou moins forts.

SÉCURITÉ

Evoluer en sécurité sur une durée et dans des périmètres élargis.

Remorquer une embarcation (à la voile ou au moteur).

Mettre en relation le paysage rencontré avec la carte marine.

Définir et critiquer sa route, entretenir une estime.

Maintenir l'état du bateau ou de la planche.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

Se responsabiliser vis à vis du milieu et des autres pratiquants.

SENS MARIN

Présenter les informations météo utiles à la définition du programme de navigation.

Reconnaître les principaux phénomènes susceptibles de faire varier les conditions de vent dans un délai de trois heures.

ENVIRONNEMENT

Organiser les tâches collectives.

Naviguer en groupe de pratiquants solidaires.

ENVIRONNEMENT

Veiller au respect des règles de préservation des espèces naturelles.

Connaître les principaux éléments du patrimoine maritime, lacustre ou fluvial du site.

LA CARTE DE PROGRESSION

TECHNIQUE, SÉCURITÉ, ENVIRONNEMENT

VOILE LÉGÈRE



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE VOILE
17, rue Henri Bocquillon 75015 Paris
Tél : 01 40 60 37 00 - Fax : 01 40 60 37 37
www.ffvoile.fr



BL NIVEAU BLANC

DÉCOUVRIR LA VOILE

TECHNIQUE

Avancer avec l'aide d'une voile et se diriger en utilisant la barre.

MISE À L'EAU EMBARQUEMENT

- Orientier le support (et le grément en PAV) avant d'embarquer.
- Embarquer sans compromettre l'équilibre.
- Se préparer au départ (gréement hors de l'eau).

TRAJECTOIRES DIRECTES

- Gonfler la voile pour avancer.
- Utiliser la barre pour se diriger.

SÉCURITÉ

Appliquer les consignes de sécurité énoncées par le moniteur.

- S'équiper avec le matériel proposé.
- Reste attentif aux conseils de sécurité.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

Respecter l'environnement.

ENVIRONNEMENT

- Ramener à terre ses débris.

JA NIVEAU 1 JAUNE

SE DÉPLACER À LA VOILE SUR DES TRAJECTOIRES DIRECTES

TECHNIQUE

TRAJECTOIRES DIRECTES

- Lâcher la main arrière pour rétablir son équilibre.
- ARRÊT: Utiliser la voile pour ralentir (PAV: grément hors de l'eau).
- Utiliser la barre pour ralentir.

CHANGEMENT D'AMURE

- Utiliser la barre pour changer d'amure.
- Faire tourner la planche sous ses pieds, sans lâcher la voile.
- Se déplacer pour changer de côté sans compromettre la manoeuvre.

SÉCURITÉ

- Limiter les risques de blessures lors du portage et du relevé de voile en planche.
- Se préparer au remorquage.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

SENS MARIN

- Faire deux noeuds marins.
- Sur la plage ou à l'arrêt sur l'eau, savoir d'où vient le vent.

ENVIRONNEMENT

- Signaler les objets polluants ou dangereux.
- Respecter les consignes de préservation des milieux rencontrés.

JA/OR NIVEAU JAUNE/ORANGE

NAVIGUER À TOUTES LES ALLURES

TECHNIQUE

Naviguer à toutes allures.

TRAJECTOIRES DIRECTES

- Adapter l'ouverture de la voile à l'allure.
- Choquer ou border la voile pour compenser un déséquilibre du support.
- Conservser une trajectoire fixe.
- Utiliser le grément pour se diriger.
- Se déplacer pour équilibrer le support en latéral.

SÉCURITÉ

Connaître et respecter les procédures et les manoeuvres de sécurité fondamentales.

- Signaler ses difficultés.
- Repérer les dangers éventuels sur le parcours proposé.
- Se regrouper.
- Expérimenter les manoeuvres courantes de sécurité dans des conditions aménagées (participer au ressalage d'un bateau, mise à la cape ...).

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

Percevoir les éléments de l'environnement qui influent directement sur sa pratique.

SENS MARIN

- Situer sa zone de départ.

ENVIRONNEMENT

- Connaître les espèces naturelles les plus courantes rencontrées sur le plan d'eau.

OR NIVEAU 2 ORANGE

ATTEINDRE TOUT POINT DU PLAN D'EAU

TECHNIQUE

TRAJECTOIRES DIRECTES

- Utiliser le rappel/trapèze/suspension pour équilibrer le support en latéral.

TRAJECTOIRES INDIRECTES

- Ajuster la trajectoire à une ouverture de voile donnée.
- Virer de bord et empanner sans s'arrêter.
- Choisir des trajectoires permettant de gagner au vent ou sous le vent.

SÉCURITÉ

- Participer au choix d'un programme ou d'une zone de navigation.
- Surveiller l'état du bateau ou de la planche.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

SENS MARIN

- Connaître la dynamique des marées, ou les éventuels mouvements d'eau en plans d'eau intérieurs.
- Evaluer la force du vent et l'état de la mer.

OR/VE NIVEAU ORANGE/VERT

NAVIGUER EN SURPUISSANCE

TECHNIQUE

Maîtriser la conduite à toutes les allures, y compris en surpuissance.

CONDUITE EN SURPUISSANCE

- Maintenir l'équilibre du support en utilisant la voile (au près).
- Virer de bord et empanner en contrôlant l'équilibre.

ANTICIPATION DES TRAJECTOIRES ET DES ALLURES

- Se représenter les trajectoires à suivre et les allures à prendre pour rejoindre un point donné du plan d'eau.

PRÉPARATION DU MATÉRIEL

- Gréer.

SÉCURITÉ

Assurer sa sécurité dans des conditions normales de navigation.

- Participer au choix d'un programme ou d'une zone de navigation.
- Surveiller l'état du bateau ou de la planche.

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

Connaître les éléments de l'environnement pour anticiper sur les conditions de sa pratique et de sa sécurité.

SENS MARIN

- Connaître les principales règles de route pour éviter les abordages.
- Respecter les autres usagers de l'espace de navigation.

ENVIRONNEMENT

- Connaître les espèces naturelles protégées du site de pratique.

VE NIVEAU 3 VERT

ÉVOLUER LIBREMENT DANS UNE ZONE DE NAVIGATION SURVEILLÉE

TECHNIQUE

CONDUITE EN SURPUISSANCE

- Maintenir l'équilibre du support en utilisant la suspension au harnais.

ANTICIPATION DES TRAJECTOIRES ET DES ALLURES

- Identifier son allure de navigation.

COORDINATION

- Connaître et effectuer les tâches de chaque poste lors des manoeuvres.

PRÉPARATION DU MATÉRIEL

- Adapter la surface (changement de voiles, prise de ris) et régler le volume des voiles en statique (hale bas, cunningham, bordure, lattes).
- Choisir la voile et adapter les réglages pied de mât, point d'écoute, lattes, bouts de hamais).

SÉCURITÉ

- Evaluer les exigences d'une situation de navigation.
- Maîtriser les manoeuvres courantes de sécurité (homme à la mer, départs et arrivées dans des conditions difficiles, arrêt rapide, marche arrière...).

SENS-MARIN/ENVIRONNEMENT

SENS MARIN

- Connaître les fondamentaux du matelotage en vue d'assurer les réparations de fortune.
- Repérer la présence et l'orientation du courant.

ENVIRONNEMENT

- Connaître les principaux règlements liés aux sites de pratique.