



Régler l'altimètre

Régler le conservateur de cap avant le décollage

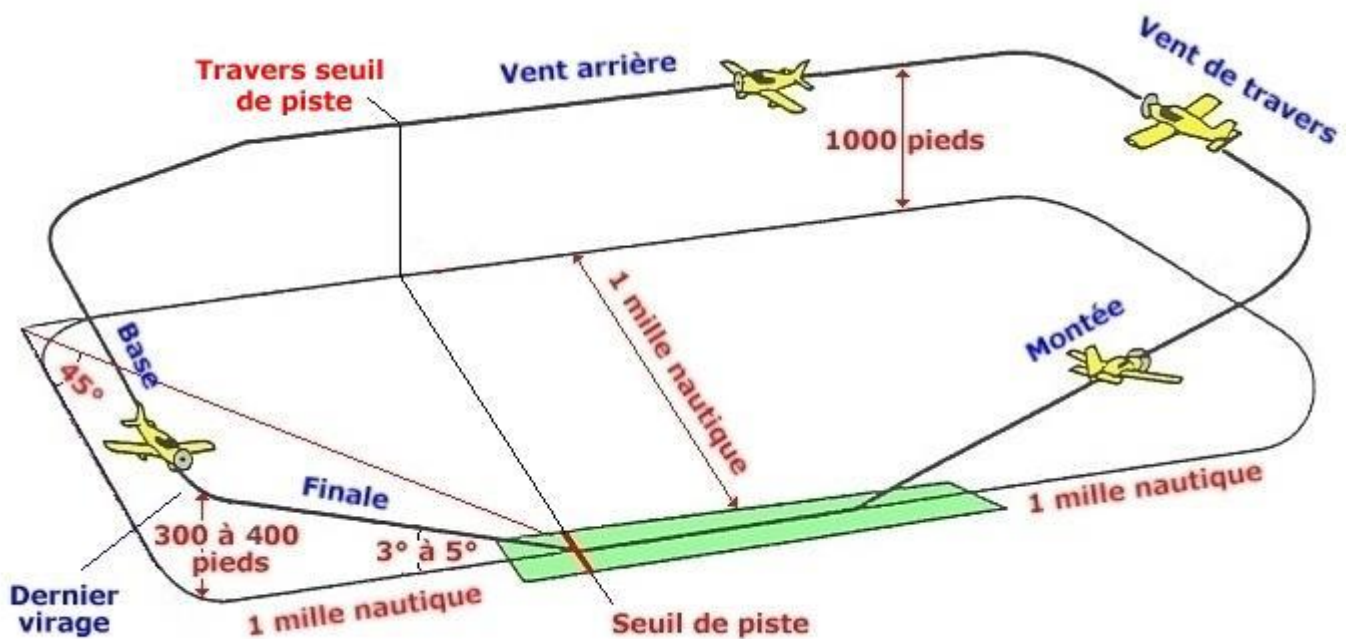
Maintenir cap, vitesse et altitude

Annoncer chaque item de la check liste à voix haute avec contrôle visuel

Effectuer des séries de 4 tours de piste (touch & go) dans un sens et dans l'autre à droite et à gauche (16 au total)

Annoncer les 4 branches à haute voix durant le vol

Option perf : MTO : jouer avec la force et la direction du vent



Pour toute information complémentaire

www.fermedesetoiles.fr thierryduhagon@fermedesetoiles.fr

[Groupe Facebook A Ciel Ouvert Aéro](#)



Avant de démarrer tout virage, afficher la pinnule pour le cap de sortie de virage
Anticiper les sorties de virage (1/3 inclinaison),
Anticiper sortie de descente, et de montée 1/10 du vario soit 50 ft avant, pour le chronomètre 5" avant montée ou descente préparer la configuration A l'assiette, 3" avant virage anticipation
Sans vent et relax...

Préparation mentale avant de le réaliser en pratique, on dessine et on récite le patron,
quand on le fait tout est annoncé à voix haute :
Je vire vers le cap xxx inclinaison y
Je monte vers l'altitude à 500 ft/mn assiette z,z
J'annonce le contrôle altitude toutes les 30' et pour les virages toutes les 20"

PATRON 1

Cap 050 et 2000ft pendant 2' en palier,

virage à droite 90°, puis 2' montée 500 ft/mn,

virage à droite 90° toujours en montée, branche 2' palier à 3250 ft,

virage à droite 90° palier,
branche 2' descente 500ft/mn,

virage droite 90° toujours en descente, arrivée 2000 ft au même endroit?

A faire à droite et à gauche

descente 500 ft/mn,
Arrivée 2000ft cap 070.



Avant de démarrer tout virage, afficher la pinnule pour le cap de sortie de virage
Anticiper les sorties de virage (1/3 inclinaison),
Anticiper sortie de descente, et de montée 1/10 du vario soit 50 ft avant, pour le chronomètre 5" avant montée ou descente préparer la configuration A l'assiette, 3" avant virage anticipation
Sans vent et relax...

Préparation mentale avant de le réaliser en pratique, on dessine et on récite le patron,
quand on le fait tout est annoncé à voix haute :
Je vire vers le cap xxx inclinaison y
Je monte vers l'altitude à 500 ft/mn assiette z,z
J'annonce le contrôle altitude toutes les 30' et pour les virages toutes les 20"

PATRON 2

Cap 070 2000ft stable, branche 2' en palier,

Virage à gauche de 270° en palier, 2' (CAP 160) montée 500 ft/mn,

Virage à droite en montée de 450°, (CAP 250) 2' en palier 4250 ft ,

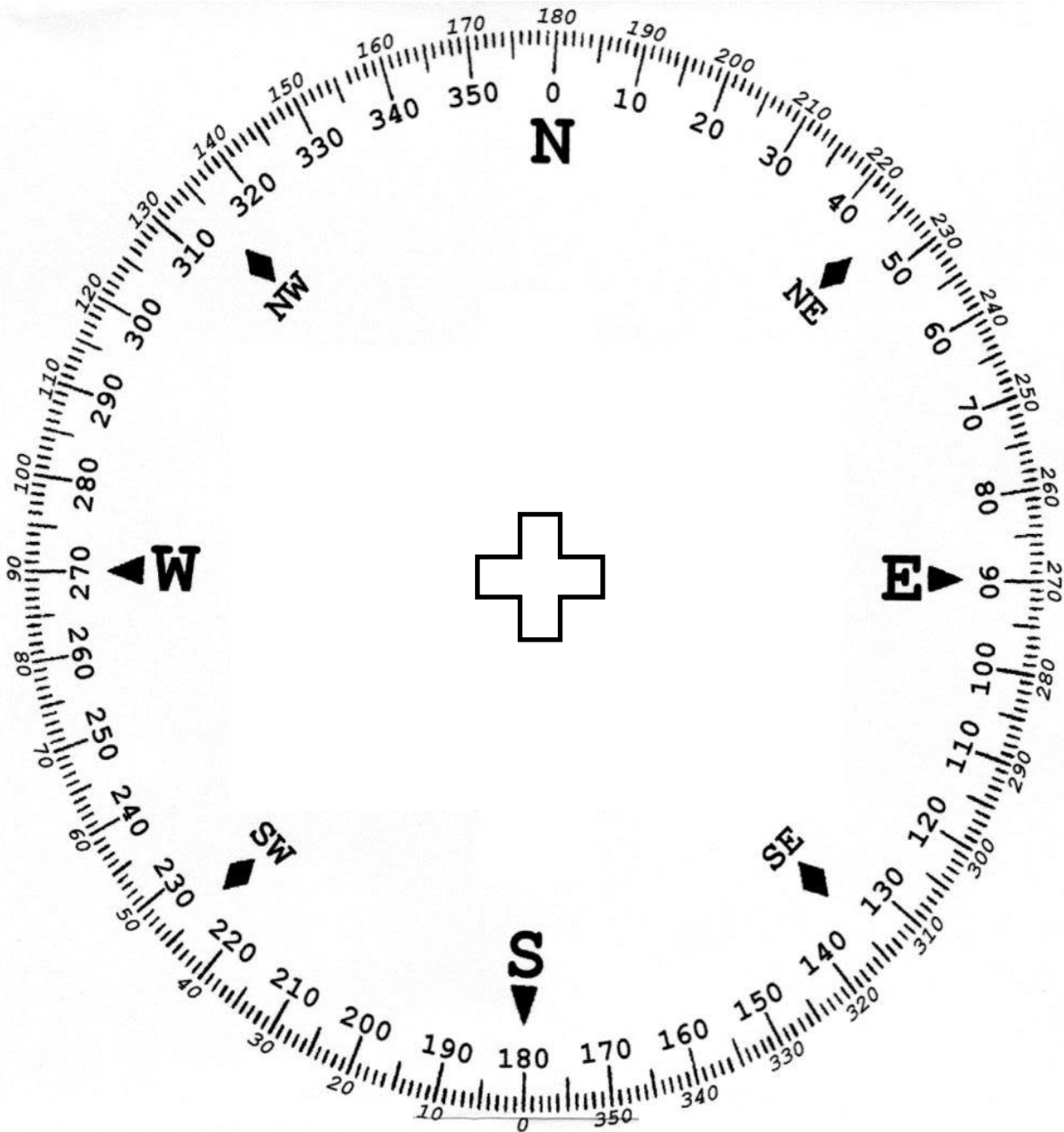
Virage à gauche de 270° palier 2' (CAP 340)
descente 500 ft/mn,

virage à droite de 450 ° (Cap 070)
descente 500 ft/mn,
Arrivée 2000ft cap 070.



Un peu de calcul mental...

Entraînez-vous au calcul des angles complémentaires et des angles supplémentaires



Vous décollez d'une piste QFU 05 pour un tour de piste main gauche, quels seront les caps à suivre pour chaque branche ?

Vous décollez d'une piste QFU 15 pour un tour de piste main droite, quels seront les caps à suivre pour chaque branche ?

Etc...

Pour toute information complémentaire

www.fermedesetoiles.fr thierryduhagon@fermedesetoiles.fr

[Groupe Facebook A Ciel Ouvert Aéro](#)