

Les figures les plus connues du monde du funboard - 1/2

Les trois figures les plus connues du windsurf et comment faire pour réussir à les passer...

Body-drag

Attaque :

Observer l'abattée sur l'ensemble de la manoeuvre. Celle ci n'est pas créée, elle est subie. Le body drag peut s'attaquer au vent de travers, mais on réduit alors de moitié la durée possible de la glisse. Le près facilitera la mise à l'eau, il sera plus aisé de se positionner loin du flotteur qu'au vent de travers.

Mise à l'eau :

les pieds sont hors des straps, groupez vous et baissez-vous. Placez le pied avant le plus à l'extérieur possible du flotteur, coup de pied dirigé vers l'eau. Ne pensez pas à prendre appui sur votre jambe, mais seulement sur le dessus du pied. Attendez de ressentir cet appui pour vous placer définitivement en glisse.

Glisse :

La position de votre corps lors de la phase de glisse est primordiale; Vous devez offrir le moins de frottement possible. Les épaules font face à l'avant, le corps est cambré et les pieds sont écartés de la largeur des épaules. Tractez-vous sur les bras pour rester au plus près du wishbone.

Welcome à bord :

Pendant la période de glisse, soyez attentifs à votre cap ainsi qu'à votre vitesse. Une fois franchi l'axe du vent de travers, plus vous attendez, plus le retour à bord sera technique. (et vous aurez une partie sensible de l'anatomie sur le pin tail) Si vous tentez de remonter alors que votre flotteur a perdu beaucoup de sa vitesse, vous resterez scotché le cul dans l'eau.

Spock

Approche :

L'entrée se fait au vent de travers, voire même un peu abattu. A ce moment, vous avez déjà décidé ce que vous tentez. Ne croyez pas qu'au beau milieu de l'air jibe, on se dit : "Tien, là je sens bien le spock !".

Demi-tour :

Le demi-tour est un peu gonflé, soit plutôt 200 que 180 degrés. En air jibe, on peut faire un gros quart de tour et ça passe quand même. Ici, il faut balancer la planche, jusqu'à se retrouver en marche arrière grand large. Observez une position du corps extrêmement penché sur l'avant. En chargeant l'avant, on allège forcément l'arrière du flotteur qui, ainsi, est prêt à partir en sucette. La bascule avant est tellement prononcée qu'on peut se retrouver en appui sur les pointes de pieds

Glisse arrière :

La rotation du flotteur est autant déclenchée avec le gréement (mât rapidement penché sur l'avant) qu'avec le flotteur, par un appui sur les talons dès que le flotteur glisse en marche arrière.

A contre :

Avec la vitesse, le passage à contre se fait comme dans un rêve. Si par contre votre réception vous a coûté trop cher en planing, c'est le cauchemar. La voile se referme alors sur vous, telle une tapette sur Mickey : scronchhh !!!

Empannage Relance :

Une forte poussée associée à une traction de l'autre main pour ramener le mât vers soi. Ne vous fiez pas aux apparences, rattraper votre voile vous posera bien plus de problèmes que tout ce qui précède (et qui impressionne pourtant davantage).

Air jibe

Approche :

Au début optez pour un saut déclenché entre le travers et le près. L'intérêt, c'est de réduire un peu votre vitesse horizontale et de boucler les 180° du flotteur au large sur l'autre amure. Pensez à avancer votre main

Les figures les plus connues du monde du funboard - 2/2

avant en la collant littéralement à la poignée de wish. Cela facilite l'empannage en l'air.

Impulsion Rotation :

Lors de l'impulsion, engagez le twist qui va entraîner le demi-tour du flotteur en prenant appui sur le wish. On pousse avec la main arrière, en trouvant ainsi un double appui pour balancer le flotteur. La manipulation se fait boom to boom pour réduire les gestes et offrir une bonne prise. Si vous n'avez pas récupéré complètement votre wishbone une fois réceptionné, ce n'est pas trop grave.

Réception :

La clef de la réussite se situe dans la bascule du corps sur l'avant qui entraîne une arrivée en nose dive marche arrière. L'amerrissage se fait en douceur. Si vous arrivez corps vertical, donc flotteur à plat, le flotteur ne glisse pas en marche arrière, mais se bloque et vous partez à la renverse.

Glisse arrière :

c'est la phase de plaisir de la manoeuvre. Pour prolonger ce moment de glisse en marche arrière, on peut prendre appui sur la voile en poussant à contre.

Inversion des pieds :

Les deux pieds sont dans les straps en fakie. Pour vous replacer, prenez appui sur la voile. En allégeant la pression sur les pieds, il est alors plus facile de se dégager.

Voilà si cet article vous a plus envoyez-moi des messages pour que j'en fasse un autre, merci.