

IKO Kiteboarder Level 1 – Discovery 1/2

1/ Premier contact
2/ Introduction du cours
3/ Évaluation S.E.A.



4/ L'élève gonfle le kite



5/ Manipulation et transport du kite à terre



6/ Manipuler le kite pour l'immobiliser (pour le montage et « l'après atterrissage »)



7/ Dérouler les lignes



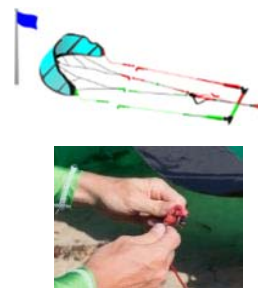
8/ Connexion à la barre / simulation de vol d'un kite à 4 lignes et contrôle de la puissance du kite



9/ Simulation d'un incident de vol (3 étapes de sécurité)



10/ Montage des lignes



11/ Vérification avant le vol



12/ Décollage et atterrissage en tant qu'assistant

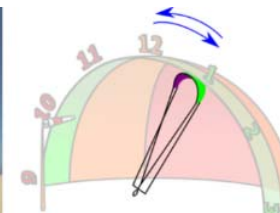


13/ Le moniteur teste le kite en vol et le trim



14/ Premier pilotage

15/ Exploration du bord de la fenêtre de vol



IKO Kiteboarder Level 1 – Discovery 2/2

- 16/ Lâcher de barre
17/ Emmêler et démêler les lignes
18/ Contrôle à une main



- 19/ Réglage de la puissance avec la barre / expérimentation du réglage du trim (niveau de base)



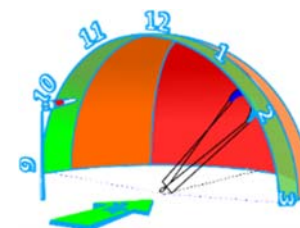
- 20/ Marcher en faisant voler le kite (également avec la planche)



- 21/ Atterrissage avec un assistant



- 22/ Théorie de la fenêtre de vol



- 23/ Décollage avec un assistant
24/ Pratique de pilotage (révision de toutes les étapes précédentes)



- 25/ Activer le déclencheur et laisser tomber le kite



- 26/ Atterrissage autonome (savoir récupérer et immobiliser son kite)



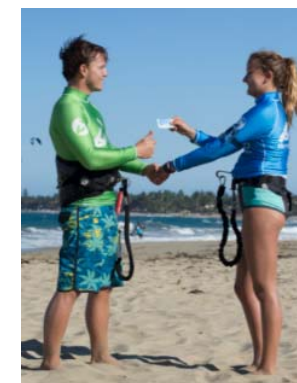
- 27/ Vérification après le vol (pour le prochain vol ou pour le rangement)

- 28/ Ranger le matériel

- 29/ Feedback de la leçon / évaluation du niveau de l'élève et définition des prochains objectifs

- 30/ Prévoir la prochaine leçon ou certification de l'élève

- 31/ Rangement ou entretien de l'équipement



IKO Kiteboarder Level 2 - Intermediate

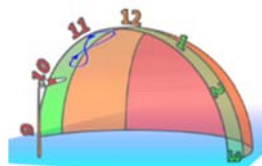
32/ Entrer et sortir de l'eau tout en contrôlant le kite



33/ Redécoller le kite dans l'eau



34/ Body drag de côté avec les 2 mains
35/ Body drag en puissance des deux côtés



36/ Body drag au vent



37/ Body Drag avec la planche



38/ Découverte du self-rescue (auto-sauvetage) et pliage du kite à terre



39/ Steady Pull



40/ Introduction aux règles de priorité
41/ Water-Start



IKO Kiteboarder Level 3 - Independent

42/ Arrêt contrôlé
43/ Contrôler la vitesse de navigation en crantant
44/ Remonter au vent



45/ Transitions glissées
46/ Navigation en fackie
47/ Virage en fackie



48/ Décollage autonome



49/ Self-rescue (auto-sauvetage) et pliage du kite en eau profonde



IKO Kiteboarder Level 4 - Advanced

50/ Saut basic



51/ Jibe



52/ Saut avec grab



53/ Récupérer un rider
54/ Récupérer une planche



55/ Contenus théorique :

- Signes internationaux de kitesurf
- Règles de priorité
- Equipement
- Météo et marées
- Aérodynamique

➔ IKO Kiteboarder Level 5 - Evolution