



**Stage Speed-Riding commission
féminine FFVL
Briançon 2019**

Lydie LEDIEU-FOGLIA

Je me présente : Lydie Ledieu-Foglia, élue depuis 2017, Présidente de la Commission Féminine Fédérale de la FFVL. Mon champ de vision sur les activités proposées par la Fédération s'est ouvert. L'idée a germé lorsque Béatrice Matthieu (Responsable Commission Féminine PACA) me contacte pour me proposer un week-end découverte initiation en Speed-Riding à Briançon avec un moniteur B.E parapente, qualifié en Speed (merci à Nicolas).

Le projet 2018 a été de faire sérigraphier des tee-shirts spéciaux CFF, très simples en reprenant la totalité des logos représentés. Et le Speed-Riding en fait partie, alors la Commission Féminine a subventionné ce stage ouvert à toutes les filles de France (2 filles de LAURAVL, 1 fille Grand-Est, 2 filles de Paris et 3 filles de la région PACA).

Ça c'était la Présidente. Maintenant je vais vous parler de mon expérience de « speed-rideuse » parce qu'on nous appelle comme ça maintenant. L'idée de faire cette activité me trottait dans la tête depuis quelques années, mais l'opportunité ne s'était jamais présentée. Cette semaine a été une réelle révélation. Je dirai que pour pouvoir lâcher et progresser rapidement, un bon niveau en ski permet de faire le pas, quelques notions de pilotages en parapente ou parachutisme aussi.

J'ai trouvé ça super sympa. Nicolas (le moniteur) nous a concocté une semaine à la carte (alors que les conditions météo s'annonçaient très mauvaises) avec des vols ou des sorties tous les jours sur de nouveaux sites pour nous, mais également pour notre moniteur qui a osé sauter le pas de la découverte avec ses 8 nanas. Une ambiance entre nanas à vous couper le souffle, une progression et une motivation à vous couper les jambes. Je n'oublierai jamais tous les instants, les échanges, les regards, les sourires, les chutes, les interrogations sur nos capacités, les remises en question. Mais avec un aboutissement pour nous toutes présentes : un brevet de pilotes BLEU. Nous sommes devenues autonomes sur les sites.



Ariane PASCALI : L'activité : une réelle découverte ! J'avais déjà fait une journée de stage à Isola mais n'y avais trouvé aucun plaisir (run trop court, neige moche, pas de plaisir de ski ni de glisse et pas de vol).

Cette fois, cela a été une révélation ! Sensations géniales de glisse et de traction, où j'ai retrouvé un mix de super sensations de kite, de vol et de ski. Et surtout la possibilité de le faire presque partout (en station ou pas), et par presque toutes les météo ! Génial également d'avoir pu tester plusieurs sites différents sans faire des heures de route. Le gros kif quoi 😊

L'école : Nicolas est au top. Généreux avec son temps, plus patient tu meurs, super pédagogue et très créatif pour optimiser les journées avec les conditions météo imposées ! Le fait qu'il soit aussi moniteur de parapente est un réel plus pour comprendre d'où on vient. Et un gars au milieu de toutes ces petites nanas, c'est sympa aussi ! Le matériel est super et le gîte à côté de l'école au top. Beaucoup de sérieux et de professionnalisme, une belle rencontre que j'aurai bien plaisir à retrouver si l'opportunité se présente. Grand merci à toi Nico !

Le groupe : hétérogène en âge et en niveau, mais pas en motivation ! Très agréable et facile à accommoder, on était chacune à son rythme et à sa manière, sans jamais peser sur le reste du groupe. C'était parfait. Juste trop court car on n'a pas eu trop le temps de papoter finalement, vu que le rythme était soutenu ! Une quatrième journée a été salutaire aussi pour ancrer un peu mieux l'apprentissage. Merci à Nicolas d'avoir pu la rendre possible ! Dommage pour celles qui n'ont pas pu en profiter...

Suite à ma première tentative peu concluante, je ne pensais pas du tout accrocher comme je l'ai fait. Je suis venue sans grandes illusions, mais motivée par une équipe féminine complice, un tarif exceptionnel et un site géographiquement accessible pour moi. Enorme merci à Lydie et Béatrice d'avoir eu cette idée, ce qui m'a permis de sortir un peu du monde du parapente, tout en restant dans la même grande famille « vol et glisse ». Une opportunité géniale qui je l'espère, sera renouvelée pour offrir cette belle opportunité à d'autres !

En effet, je trouve vraiment dommage que seules les filles puissent profiter de ce type d'opportunité...

Car la formule n'a que des avantages :

- Au niveau commercial : permet de booster l'intérêt de découvrir des sports moins connus que les autres et donc de les promouvoir,
- Pédagogique : aider ainsi les structures qui enseignent ces disciplines à se développer en leur apportant du sang neuf mais déjà pré-qualifié (donc apprentissage rapide),
- Humain : faire se rencontrer des licenciés d'autres régions, d'autres clubs, d'autres sports,
- Sécurité : en utilisant des compétences déjà acquises pour les appliquer à d'autres disciplines, on améliore de ce fait son bagage « sécurité ». Mais aussi, parce que beaucoup de pratiquants ne se confrontent plus jamais à un moniteur une fois leur initiation effectuée,
- Enfin, cela pourra être une motivation de plus à prendre sa licence, car c'est un super retour sur investissement !
-

Longue vie donc à ces stages « passerelles », et au plaisir de profiter des prochaines opportunités.



Maud SERVE :

Cette année, grâce à la FFVL et notamment la commission féminine, j'ai pu me licencier et découvrir une nouvelle activité : le Speed-Riding !

Ayant déjà une petite expérience en tant que « volante » (parachutisme), je trouvais excellente l'idée d'associer un sport de glisse à une voile.

Dans un premier temps, comme la météo ne se prêtait pas à la pratique des débutants pour pouvoir « voler », nous avons appris à diriger la voile et nous mettre en sécurité en cas de bourrasque de vent.

Rapidement, nous avons pu faire nos premiers runs ! Que du bonheur, que de sensations !! Le professionnalisme de notre moniteur nous a permis de prendre beaucoup de plaisir, et ce, en sécurité.

Malgré les idées reçues, ce sport est vraiment accessible aux femmes et ne nécessite aucune force physique spécifique. Il suffit de savoir tenir debout sur ses skis, écouter le moniteur et ne pas avoir peur de s'élancer !

Pour conclure, le stage était trop court !

Vivement le prochain.

Encore merci à la commission féminine pour cette belle expérience.

Gaëlle DUHAMEL-GOURRIBON :

En ayant un niveau correct dans le domaine du ski et aucun en voile, il est tout à fait possible d'approcher le monde du Speed-Riding !

Ce sport, affilié à la FFVL est ouvert à tous et permet une autre approche des séjours au ski.

L'essayer une fois, permet une ouverture d'esprit et une dédramatisation de ce sport jusqu'alors critiqué pour son risque...

Je vous préviens : les seuls risques sont des fou-rires et l'envie de recommencer !

Rares sont les sports qui te lâchent rapidement à la découverte de magnifiques paysages, seule avec ta voile. J'ai réalisé environ 60 runs (sauts) en 3 jours.

Merci à la FFVL, commission féminine, pour son soutien et son encouragement ! Girls Power

PS : je comptais juste essayer... Mais je l'ai adopté, rdv l'année prochaine !!

