



## ÉCOLE FRANÇAISE DE PARACHUTISME LILLE BONDUES

Aérodrome de Lille-Marcq - 59910 BONDUES

[www.parachutisme-lille.fr](http://www.parachutisme-lille.fr) [contact@parachutisme-lille.fr](mailto:contact@parachutisme-lille.fr)

GSM : 06.22.75.35.87 - ☎ : 03.20.98.20.16 - Fax : 03.20.98.94.33

### DEROULEMENT DE VOTRE SAUT EN TANDEM

Déroulement de votre baptême en Tandem (de 3 à 4 heures) :

- ☞ accueil au secrétariat pour établir votre licence-assurance (certificat médical obligatoire de – de 3 mois)
- ☞ briefing : 15 mn
- ☞ attente de son tour de monter dans l'avion
- ☞ décollage et vol jusqu'à 3.500 à 4.000 mètres d'altitude : 15 mn
- ☞ chute libre : 50 secondes à 200 km/h
- ☞ descente sous voile : 7-8 mn
- ☞ atterrissage

Votre moniteur : Il est titulaire d'un Brevet d'Etat d'Edicateur Sportif (BEES) Parachutisme.

Vidéo : Demandez la réservation du vidéoman à la prise de RDV.  
La vidéo est à régler le jour du saut au secrétariat  
Le vidéoman saute avec une caméra sur son casque et vous filme en sortie d'avion, durant votre chute libre, à l'ouverture du parachute puis votre arrivée et votre atterrissage.

Restrictions : Maximum : 80 kg et 1,80 m  
Avoir plus de 15 ans (autorisation parentale pour les 15-18 ans).

Obligation : **Certificat médical de votre médecin généraliste :**  
- bien inscrire : "non contre indication au parachutisme"  
- validité : 3 mois maximum le jour de votre saut

Pour réserver : 06.22.75.35.87 ou au secrétariat.  
Attention : 1 à 2 mois de délai pour les week-end et jours fériés ;  
3 semaines pour les jours ouvrés.

Durée sur place : 3 à 4 heures à partir de votre heure de rendez-vous (inutile d'arriver en avance !).

Période : De mars à fin novembre.  
Les samedis, dimanches, et jours fériés ainsi que certaines semaines (se renseigner).

Météo : Nous dépendons totalement de la météo.  
En cas d'hésitation, appelez au 06.22.75.35.87, une heure avant de vous mettre en route.

Vêtements : En été : jean's – chaussures de sport – Tshirt manches longues,  
En hiver : jean's – chaussures de sport – pull à col roulé + gros pull – paire de gants.

Alimentation : Vous allez brûler des calories et de l'énergie, donc manger correctement.  
L'alcool est interdit avant le saut !

Pour venir : Rocade Nord-Ouest, sortie n° 11, suivre le fléchage « Ecole de Parachutisme »,  
Notre entrée est sur le rond-point, au pied de la voie rapide (côté aérodrome !),  
Puis 1<sup>er</sup> bâtiment à droite.  
Si vous vous trompez et arrivez à l'entrée principale de l'aérodrome (au feu tricolore), il est formellement interdit de traverser la piste et le parking avion à pied, donc, faites demi-tour et revenez au rond-point.

Merci de nous prévenir si vous avez un peu de retard !

*Sauter d'un avion en vol, pour rejoindre le sol en toute sécurité, nécessite la maîtrise d'éléments technologiques et de facteurs humains.*

*Le parachutisme est un sport "à risques" qui implique un engagement personnel.*

*La sécurité découle de la connaissance objective du risque et de la juste appréciation de vos capacités.*

*Cette connaissance, vous ne pouvez l'acquérir seul, vos moniteurs doivent vous informer et vous préparer.*

*Le moniteur a une obligation de moyens, mais c'est à vous qu'il appartient :*

*De programmer entraînement sportif, repos, alimentation...*

*De signaler maladies, handicaps, problèmes familiaux ou professionnels... même ponctuels !*

*De participer activement à la formation, questions, retours sur les points non compris, exercices d'entraînement au sol.*

*Et enfin de décider de sauter.*

*Le parachutisme s'aborde avec une attitude préventive pour réduire le risque aux "impondérables".*

*La recherche de la responsabilité des autres n'est jamais la solution aux problèmes qui peuvent survenir.*

Association Loi 1901

Agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports - N° 59S1007 du 5 février 1982

Affiliée à la Fédération Française de Parachutisme - N° 5902

Affiliée à la Fédération Française Handisport - N° 15 059 2486

Siret 328 307 863 00014

