

Initiation kitesurf pour du personnel de l'UCPA Hourtin

Benjamin Lepers
BPJEPS 2025

21 septembre 2025

Remerciements

Je remercie l'UCPA de m'avoir permis de suivre la formation BPJEPS glisse aérotractées au sein de la structure UCPA d'Hourtin, et d'avoir mis à ma disposition les moyens nécessaires pour réaliser mon projet.

Je remercie particulièrement Lucie Poudevigne pour m'avoir conseillé dans mon projet ainsi que Loic Soufflet et l'équipe des formateurs de l'ENVSN pour m'avoir formé dans les techniques d'enseignement du kitesurf.

Je remercie mes compagnons de formation de la promotion 2025 : Etienne, Félix, Léo, Margaux, Marion, Matis, Pattou, Simon, Stan qui ont rendu cette année très agréable, avec une bonne ambiance et de l'entraide. Et bien sûr Sylvain, mon collègue de formation et de structure à Hourtin.

Je remercie également les moniteurs d'Hourtin pour la bonne ambiance et le cadre de travail agréable.

Je suis aussi reconnaissant à Romain Fabretti, mon tuteur pour partager son expérience et tous ses bons conseils.

Enfin, je pense à mes parents et ma fratrie.

Table des matières

1	Introduction	4
2	Contexte	4
2.1	Historique du kitesurf	4
2.2	Présentation de l'UCPA	4
2.3	UCPA Hourtin	5
2.4	Caractéristiques et zones de navigation du lac d'Hourtin	7
2.5	Matériel	9
2.6	Organisation des séances	9
3	Projet	10
3.1	Diagnostic projet initial	10
3.2	Projet initial	11
3.3	Réorientation du projet	11
3.4	Diagnostic de la structure	11
3.5	Autres écoles	11
3.6	Proposition	12
3.7	Rétroplanning	12
3.8	Estimation des coûts et du seuil de rentabilité	13
4	Réalisation	15
4.1	Objectifs : séance 1 22 mai	15
4.2	Analyse du public	15
4.3	Thème de la séance et exercices	16
4.4	Déroulé de la séance	18
4.5	Objectifs séance 2 : perfectionnement	19
4.6	Thèmes de la séance et exercices	19
4.7	Déroulé de la séance	19
5	Bilan	20
6	Conclusion	20
	Appendices	23
	A Questionnaire de satisfaction	23
	B Réponses Stagiaires	24
	C Echanges de mail envoyé à une association Aria33	25
	D Fiche séance	26
1	Mise en place	26
2	Consignes de sécurité	26
3	Communication	26
4	Déroulé de la séance	26

E Technique de redécollage	27
1 Redécollage aile hybride	27
2 Redécollage aile à boudin	27
F Projet UCPA	28

1 Introduction

J'ai eu la chance de faire plusieurs sports dans ma jeunesse et de pouvoir apprendre la planche à voile pendant mes vacances avec mes grands frères.

Pendant mes études scientifiques, j'ai passé mon monitorat fédéral de voile. Ensuite, j'ai travaillé dans différents domaines techniques. Entre deux contrats, j'ai parfois exercé comme moniteur de voile pour rester actif et profiter d'un cadre de travail en extérieur sur l'eau.

Plus tard, le kitesurf m'a attiré de plus en plus, notamment pour sa plage d'utilisation, sa polyvalence et la compacité du matériel. J'ai commencé à m'y intéresser de près en effectuant quelques stages puis en achetant mon matériel. En 2023, après avoir terminé un projet dans le domaine informatique, j'ai passé le cours instructeur IKO[3] niveau 1 pour augmenter ma connaissance du kitesurf et de son enseignement en sécurité.

Ensuite en 2023 et 2024, j'ai effectué des saisons complètes de voile à l'UCPA[7] de Hyères où j'ai pu pratiquer le kitesurf pendant mon temps libre. L'attrait du plein air, des beaux endroits, de l'enseignement, de la rencontre des gens et un sentiment de liberté avec le kitesurf m'ont décidé à me lancer dans le BPJEPS kitesurf à Quiberon.

J'ai pu obtenir un contrat pro avec l'UCPA et ma structure d'accueil est le centre d'Hourtin en gironde.

2 Contexte

2.1 Historique du kitesurf

L'origine des premiers cerf-volants remonte à plus de 2000 ans en Chine. L'idée d'associer un cerf-volant tractant avec une planche est beaucoup plus récente avec des expérimentations faites dans les années 1970. L'aile à boudin redécollable est inventée par les frères Legaignoux avec un brevet déposé en 1984[8].

Le kitesurf se démocratise au début des années 2000 grâce à des marques comme Naish, Cabrinha et F-One, qui lancent alors la production d'ailes destinées au grand public.

Au niveau enseignement, Bruno Legaignoux crée en 1999 le réseau d'écoles Wipika qui deviendra l'IKO[3]. En France, le brevet de moniteur BPJEPS GADA (Glisse Aérotactée et Disciplines Associées) est créé en 2003.

2.2 Présentation de l'UCPA

L'UCPA ou Union nationale des Centres sportifs de Plein Air, est une association française créée en 1965. Son objectif principal est de promouvoir l'accès aux activités sportives et de plein air pour le plus grand nombre, en particulier pour les jeunes et les familles. Elle propose une large gamme d'activités, allant des sports nautiques comme la voile, le surf et la plongée, aux sports de montagne comme le ski et l'escalade, en passant par des activités de pleine nature comme la randonnée et le VTT.

L'association gère des centres de vacances et des bases de loisirs à travers la France, offrant des séjours sportifs encadrés par des professionnels qualifiés. Elle est également engagée dans des actions de formation et de sensibilisation à la protection de l'environnement et au développement durable.

Elle est agréée entreprise solidaire d'utilité sociale, association de jeunesse et d'éducation populaire, fédération sportive et partenaire de l'éducation nationale. Elle a également les agréments service civique et vacances adaptées organisées.

L'UCPA est née de la fusion de deux organisations : l'UNCM (Union Nationale des Centres de Montagne) et l'UNF (Union Nautique Française). Cette fusion a eu lieu en 1965, marquant la création de l'UCPA telle que nous la connaissons aujourd'hui.

L'UNCM et l'UNF étaient toutes deux des associations spécialisées dans l'organisation de séjours sportifs, mais chacune avait une orientation différente : l'UNCM se concentrat sur les activités de montagne, tandis que l'UNF se focalisait sur les sports nautiques. La fusion de ces deux entités a permis de créer une structure plus large et plus diversifiée, capable de proposer une gamme complète d'activités sportives et de plein air à un public plus large.

L'UCPA a pour objectifs de permettre au plus grand nombre d'apprendre ou de se perfectionner dans un sport. Pour les sports nautiques, le but est que les stagiaires tendent vers l'autonomie et de développer la solidarité entre pratiquants (voir appendice F).

L'UCPA est une association à but non lucratif régie par la loi de 1901. Ce statut juridique signifie qu'elle est une organisation de droit privé, indépendante de l'État, et qu'elle poursuit des objectifs d'intérêt général sans chercher à réaliser des bénéfices pour ses membres.

2.3 UCPA Hourtin

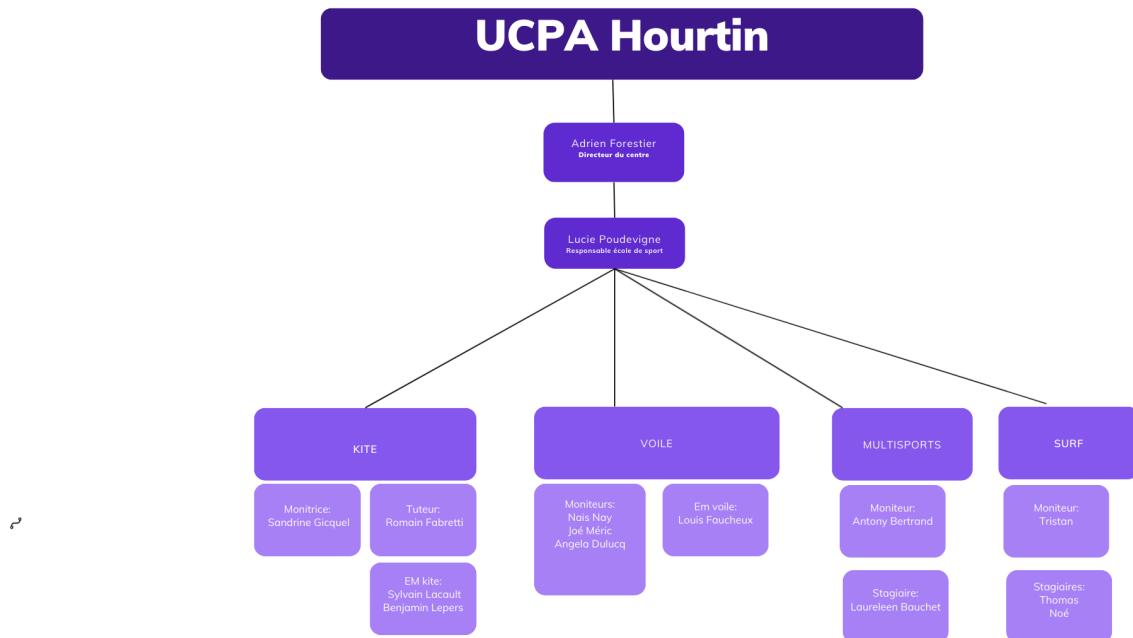


FIGURE 1 – Organigramme de l'UCPA Hourtin

La commune d'Hourtin est située à une soixantaine de km au nord ouest de Bordeaux, en Nouvelle Aquitaine. Le lac d'Hourtin est le plus grand lac d'eau douce de France avec une superficie de 58 km². Il s'étend du nord au sud sur une longueur et largeur maximales de 18 km par 5 km. Sa profondeur varie de 0 à 7 m, d'est en ouest avec une profondeur maximale de 10 m. Le lac et ses rivages sont des zones naturelles d'intérêt écologique, faunistique et floristique (zone ZNIEFF type 1 et 2). Il est classé en zone Natura 2000[6], pour protéger la biodiversité de cet endroit. La figure 3 ci-dessous extraite du site géoportail[2] montre les zones classées znieff 1 et 2.

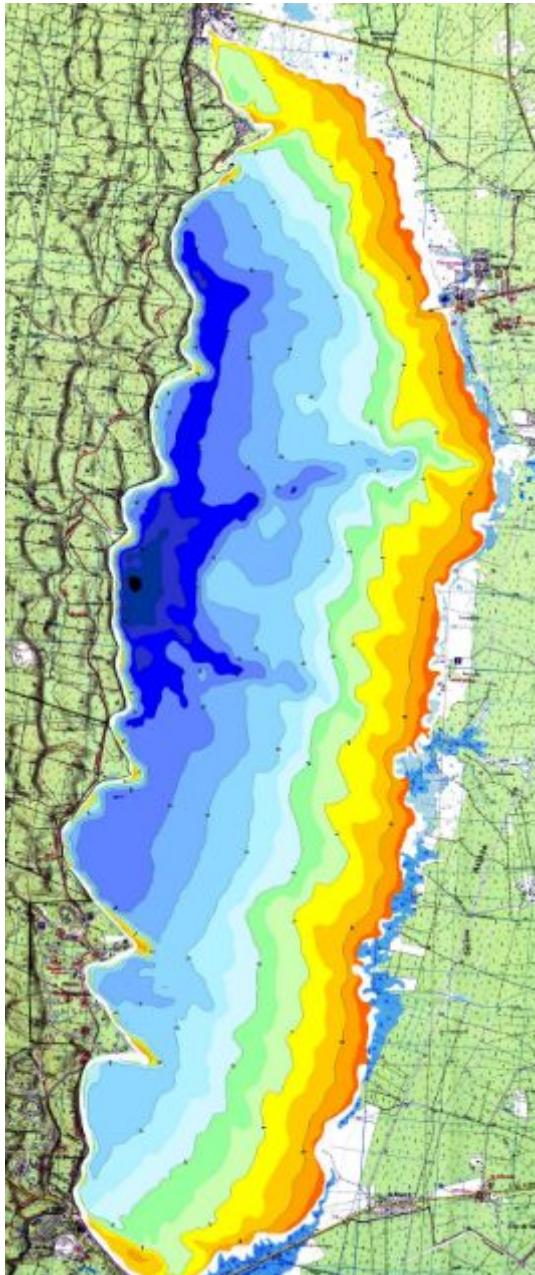


FIGURE 2 – Carte bathymétrique du lac de Carcans-Hourtin (Université de Bordeaux[9]), la profondeur est inférieure à 2 m sur la moitié est du lac (limite 2 m en vert)

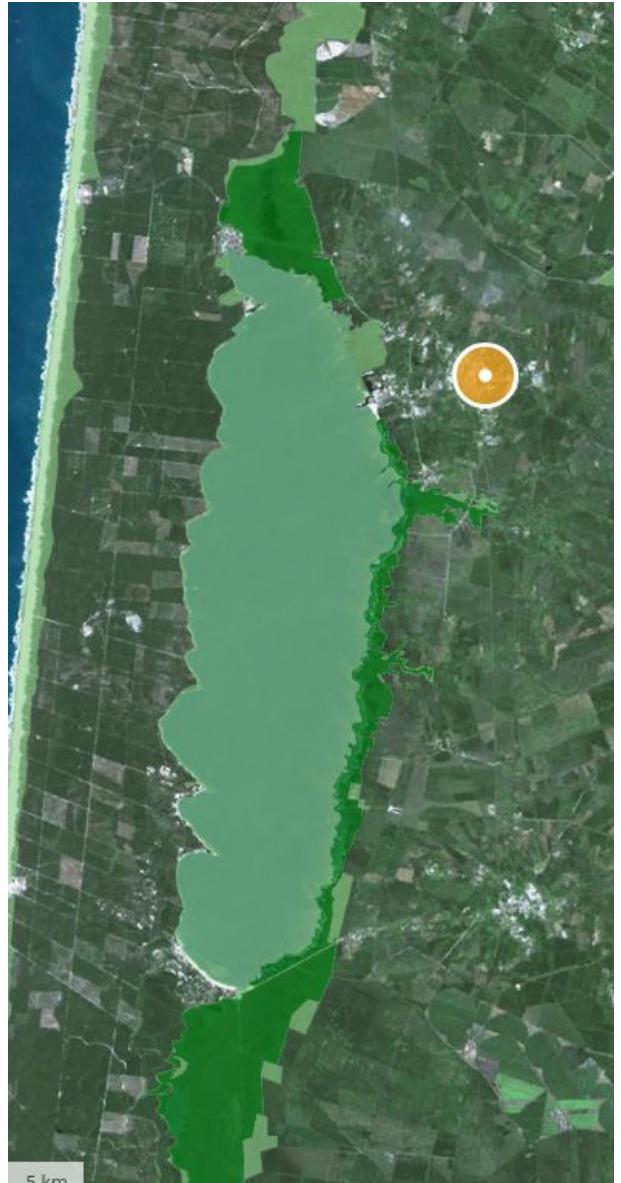


FIGURE 3 – Zone d'intérêt écologique lac et rivage, zone ZNIEFF 1 et 2

Le village sportif UCPA à Hourtin est ma structure d'accueil dans le cadre de ma formation. Il possède une capacité d'accueil de 118 lits et reçoit un public mineur. Le centre fonctionne en été avec 80 collaborateurs pour proposer du surf, de la voile, du wakeboard, des activités multi sports et du kitesurf, il est ouvert de mi mai à mi septembre.

L'organigramme est donné à la figure 1. Le directeur de centre est Adrien Forestier et Lucie Poudevigne est la responsable des sports nautiques. Le centre fonctionne avec l'équipe de moniteurs, le personnel de cuisine et de nettoyage. En internat, le public sont des jeunes 11 à 17 ans, et à partir de 5 ans en externat. Les stagiaires arrivent le dimanche et repartent le samedi suivant. Certains effectuent des séjours de deux semaines.

Il y a rarement du vent le matin, le vent thermique se lève dans l'après midi, d'orientation dominante Ouest, Nord Ouest avec des thermiques légers les après midi et en soirée. Les statistiques de vent sur l'année sont illustrées à la figure 4. Deux séances de kite par jour de 2h45 sont organisées de 13h30 à 16h15 et de 16h30 à 19h15.

Pour le produit 100 % kite il y a deux groupes de six, les stagiaires ont une séance par jour et alternent entre le premier créneau et le deuxième. Pour l'activité kitesurf, il y a deux moniteurs et deux stagiaires (Sylvain Lacault et moi-même).

Il y quatre moniteurs pour la voile, planche à voile, paddle et un moniteur pour le multi sport (kayak et activités terrestre).

2.4 Caractéristiques et zones de navigation du lac d'Hourtin

La carte de la figure 2 indiquant la profondeur du lac montre que la profondeur sur la moitié du lac dans le sens longitudinal est inférieure à 2 m. Ceci est du à des raisons géologiques lors de la formation des dunes du littoral.

La zone de navigation est délimitée par des bouées jaunes (voir figure 6). Sur une grande partie de cette zone, la profondeur varie de 0.5 à 2 m. Les stagiaires ont donc pied sur presque toute la zone.

Hourtin Port, France: statistiques météorologiques et historique du vent

Prévision Statistiques

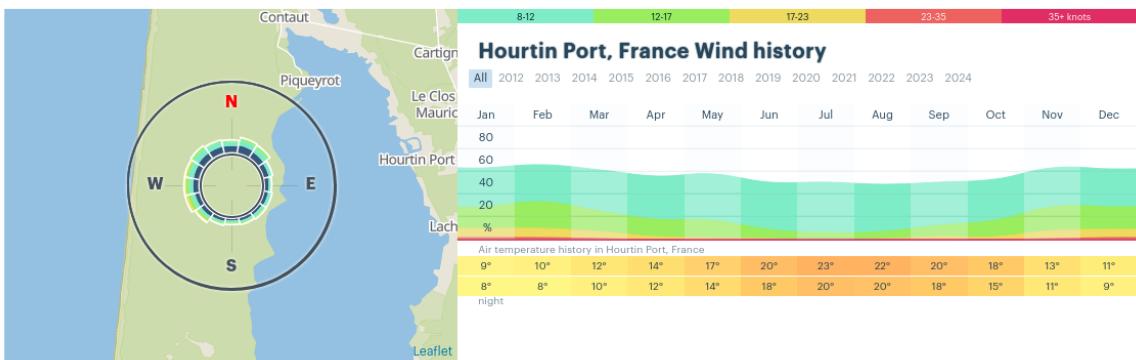


FIGURE 4 – Statistiques de vent à Hourtin lac, vent dominant NO, O, assez léger (8-12n), souvent thermique en fin d'après midi.



FIGURE 5 – Zones de navigation, au sud et limité par des bouées jaunes, la zone kite



FIGURE 6 – Délimitation par des bouées

2.5 Matériel



FIGURE 7 – Ailes à boudins et ailes hybrides



FIGURE 8 – Twin tip de différentes tailles

Pour le matériel, le centre dispose d'ailes à boudin et aussi des ailes hybrides adaptées au vent léger (voir figure 7). En général nous faisons le choix des ailes hybrides lorsque le vent moyen est inférieur à 12 noeuds, au delà nous utilisons les ailes à boudins. Les surfaces vont de 5 à 15 m². Les ailes à boudins sont des F-One (One et Trust), Slingshot (Z et Ghost). Les ailes hybrides sont des Flysurfer Hybrid v1 et v2 de surface 6, 7.5, 8, 9.5 et 10 m². Il y a 5 ailes pour chaque surface. Les planches sont des F-One, avec des surface de 165 × 52 cm pour la plus grande (figure 8). Les twin tip de grande dimensions favorisent la portance et la glisse lors des premiers départs. De plus, ces planches larges permettent de planer plus vite dans le vent léger.

Nous choisissons la surface des kites en fonction du poids des stagiaires et de la force du vent. Par exemple pour un adolescent pesant 45 kg dans 15 à 20 noeuds de vent, pour un premier pilotage, on lui donnera une 6 m². Les 7 et 9 m² à boudin ainsi que les hybrides sont les ailes les plus utilisées.¹

2.6 Organisation des séances

Nous nous rendons en bateau au sud du centre, après le port où il y a une plage (voir carte figure 5). Le lac d'Hourtin est très réglementé par la mairie et est classé zone Natura 2000[6]. La pratique du kitesurf est autorisé dans une grande zone délimitée par des bouées jaunes.

Les séances de kitesurf se déroulent principalement en eau peu profonde entre 0.8 et 1.4 m. L'autre grand avantage de l'endroit est qu'il n'y a pas de vagues, facilitant ainsi les débuts en

1. L'inconvénient des ailes hybrides est le bridage, il y a plusieurs rangées de petit filament qui permettent de donner le profil de l'aile. Il faut donc être très vigilant et précautionneux lors du rangement et lors de la mise en place, au risque d'avoir des emmêlements

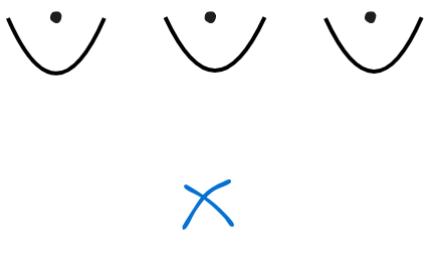


FIGURE 9 – Placement des élèves par rapport au moniteur dans la configuration alignés. Le vent vient du haut

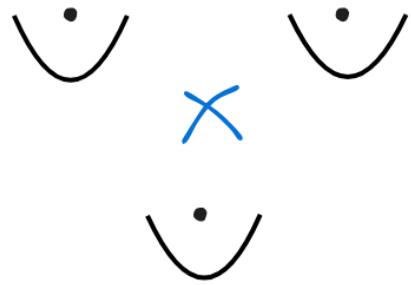


FIGURE 10 – Placement des élèves par rapport au moniteur en configuration triangle

pilotage et waterstart. Pour des débutants, les premières séances se concentrent sur l'aptitude à piloter et contrôler son kite. Pour six élèves, on place deux kites en vol. Au fur et à mesure de la progression dans la maîtrise du kite, on peut rajouter un kite en l'air pour avoir trois binômes.

Placements

En fonction de l'espace latéral à disposition, on place les élèves alignés avec un minimum de 25 m d'écart entre eux (une longueur de ligne) comme indiqué au schéma 9.

Si l'espace latéral est plus restreint, on peut utiliser la configuration en triangle avec le moniteur au centre du triangle, comme indiqué à la figure 10. En pratique et selon les conditions, ces deux configurations se déforment plus ou moins, le moniteur explique bien aux stagiaires l'importance de garder une distance minimale entre deux binômes. Le moniteur doit garder un oeil en permanence sur le placement des élèves. On précise aussi la zone avec une bouée sous le vent qui marque la fin de la zone. Les stagiaires doivent alors replacer l'aile au zénith et revenir au point de départ. Parfois on met en place une circulation, et le stagiaire travaillant le waterstart va partir du côté opposé si un autre stagiaire est sous son vent. Le respect d'une distance minimale est très important pour la sécurité.

3 Projet

3.1 Diagnostic projet initial

Le kitesurf est un sport de sensation et procure un grand sentiment de liberté. Par le pilotage, il oblige à la concentration et à être dans l'instant présent. Mais, c'est un sport onéreux avec de fortes contraintes au niveau de la sécurité, notamment en raison des lignes du kite. Pour cette raison, le moniteur doit prendre un groupe réduit et s'assurer d'une zone d'espace suffisant.

Ayant travaillé deux saisons à l'UCPA de Hyères en voile et planche à voile, j'ai constaté que le public adulte est relativement aisé, constitué en majorité de cadres aux professions qualifiées. Les ingénieurs, informaticiens, médecins, avocats, commerciaux et enseignants représentent une part importante de la clientèle UCPA.

Cette observation du marquage social est corroborée par l'étude sur les pratiques sportives de l'enquête nationale de 2020 menée par le ministère des sports[1]. Les pratiquants des sports nautiques, et en particulier du kitesurf sont majoritairement des profils socio économiques plutôt favorisés.

De mêmes, les jeunes que j'ai pu côtoyer à Hourtin pendant les séances de kitesurf sont issus de familles socialement avantagées.

3.2 Projet initial

Partant de ce constat et effectuant ma partie pratique à l'UCPA, j'ai donc décidé de proposer une initiation kitesurf à un public jeune défavorisé qui n'a ou n'aura pas forcément l'opportunité de faire du kitesurf. De plus, pour des jeunes en difficulté, ce sport pourra peut être leur permettre de voir autre chose, de se déconnecter de leur quotidien, voir de tomber amoureux de ce sport.

Début mars, j'ai commencé à contacter des structures d'accueil de jeunes en difficulté en gironde et notamment des MECS (Maisons d'enfants à caractère social). Une structure, l'association Aria33[4] semblait intéressée, mais a bloqué sur le financement (voir appendice C).

J'ai continué mes recherches et contacté trois autres structures par mail et par téléphone. Je n'ai pas eu de retour de mes mails et très peu d'échanges au téléphone.²

Les associations contactées ne donnant pas suite à mes nombreuses sollicitations, j'ai décidé à regret et en accord avec ma tutrice de changer de public le 9 mai 2024 et de choisir du personnel interne à l'UCPA pour organiser une séance d'initiation et une séance de perfectionnement au kitesurf.

3.3 Réorientation du projet

L'UCPA propose des journées d'intégration dans certains centre, mais une initiation kitesurf est rarement proposée. Les raisons sont notamment financières avec un risque de casse matériel et de sécurité avec un risque de blessures. Du point de vue du pratiquant, et pour ces mêmes raisons, ce sport n'est pas facilement accessible.

3.4 Diagnostic de la structure

Forces	Opportunités
plusieurs sports sur le même site possibilité d'évoluer dans l'association avantages hébergement et nourriture	outil d'intégration, meilleure ambiance plus de satisfaction client fidéliser les moniteurs
Faiblesses	Menaces
salaires faibles horaires décalées turn over	manque de cohésion d'équipe concurrence, nouveaux acteurs

TABLE 1 – Analyse SWOT (Strengths, Weakness, Opportunities, Threat)

Le tableau 1 montre les quelques forces et faiblesses de la structure UCPA. Comme c'est une association nationale, il est possible pour un employé motivé de se former et d'évoluer au sein de l'association, c'est l'une des ses grandes forces.

Parmi les faiblesses, pour un moniteur de kite, on peut noter des salaires plus faibles que dans une structure privée. La conséquence directe est qu'il y a un turn over important de moniteurs. En menace potentielle, il y a la concurrence avec l'apparition de nouveaux acteurs (par exemple décathlon travel), notamment à l'internationale.

3.5 Autres écoles

Il y a une école de kite, Hourtin kite school qui propose des cours pour tout public. En pleine saison, une séance de 4h coûte 140 euros. Une autre école qui pratique plus au sud à Lachanau propose des cours tout public. Il y a donc une concurrence pour le public jeune mais pas pour le public adulte, et dans une moindre mesure une concurrence de l'espace de pratique.

2. Parmi les hypothèses de non réponses, c'est probablement le manque de financement ou la réputation du kitesurf comme sport à risque.

3.6 Proposition

Au centre d'Hourtin lac, la zone de kite est assez restreinte mais bien adaptée à l'apprentissage du kitesurf avec du vent léger à modéré. De plus nous sommes en eau peu profonde, c'est à dire que le stagiaire à pied (environ 0.8 à 1.5 m de profondeur) et sans vagues. Avec ces deux éléments, la zone de kite est propice à un apprentissage en sécurité.

L'idée d'organiser une séance initiation kitesurf au personnel de l'UCPA d'Hourtin est donc venue naturellement. Elle permettra au personnel de s'initier au kitesurf en sécurité, de participer à une activité plaisante et de renforcer la cohésion des équipes en cohérence avec le projet éducatif et sportif de l'association (voir appendice F). Plusieurs séances sur la saison permettraient d'offrir un avantage en nature aux moniteurs et peut être de diminuer le turn over.

De plus, les moniteurs de voile et de surf pourront se faire une idée des avantages et inconvénients de ce sport vu sous l'angle de l'enseignement. Pour les moniteurs de voile en particulier, cet échange permet de leur montrer les problématiques spécifiques du kite, comme la gestion de l'espace et la sécurité liée aux lignes du kite, les systèmes de sécurité (lâcher, libérer, larguer), l'espace nécessaire, et la dérive des stagiaires.

Pour les moniteurs kite, cela leur permettra de se roder en début de saison sur les cours et de se familiariser avec le matériel.

Plusieurs séances ont été programmées et s'adressent au personnel interne de l'UCPA (moniteurs, personnel administratif et restauration). J'ai proposé 12 places, mon collègue sylvain pourra prendre en charge 6 élèves. Je présente dans ce rapport la première séance du 22 mai 2025 d'initiation au kitesurf et une deuxième séance perfectionnement mise en place le 2 juin 2025.

3.7 Rétroplanning

A Taches	B Fevrier	C w1	D w2	E w3	F w4	G mars	H w1	I w2	J w3	K w4	L avril	M w1	N w2	O w3	P w4	Q mai	R juin	S juillet	T aout	U septembre	V w1	X w2	Y w3	Z w4	AA w1	AB w2	AC w3	AD w4	AE w1	AF w2	AG w3
Conception																															
Contacts avec les associations																															
Décision de changement du public																															
Réalisation questionnaire																															
Préparation journée																															
Dates possibles																															
Ecriture du rapport																															

FIGURE 11 – Tableau de planification du projet

Le planning des étapes importantes de mon projet est indiqué à la figure 11.

En février, j'ai eu l'idée de m'adresser à un public de jeunes en difficulté, puis contacter les associations aux mois de mars et avril. En mai, j'ai décidé de réorienter le projet avec le changement de public en accord avec ma responsable.

J'ai organisé deux séances de kitesurf : une à destination des débutants le 22 mai et une séance perfectionnement le 2 juin.



FIGURE 12 – Semi-rigide utilisés pour les séances de kite

3.8 Estimation des coûts et du seuil de rentabilité

Pour avoir un ordre d'idée du coût d'une séance initiation kite, je tiens compte du coût du matériel et du coût salarial. On rapporte cela au nombre de journée d'ouverture du centre.

Je suis en contrat pro avec l'UCPA. Le coût pour l'employeur (brut + charges) est de 2089 euros pour 152 heures mensuel, ce qui implique un coût horaire de 14 euros pour l'employeur. Pour mon tuteur, le coût horaire est de 19 euros. Le prix hors taxe des équipements ainsi que le prix pour la location du moteur des bateaux est indiqué au tableau 13.

Le budget prévisionnel permet d'estimer précisément les coûts et les recettes. Ici, je liste tous les coûts impliqués dans la séance d'initiation kite, c'est à dire le matériel avec les kites, les barres, les combinaisons ainsi que la location du moteur du bateau. Il y a aussi le salaire horaire moniteur. On calcule le coût pour l'UCPA d'une séance de kite avec trois kites (pour 3 binômes) à la journée. Le centre de Hourtin est ouvert du 12/05/2025 au 01/09/2025 soit 15 semaines. Les stages kitesurf commencent en été, donc en réalité, les kites servent 8 semaines, en comptant mai et juin, on peut arrondir à 10 semaines, soit 50 jours par an.

Le coût total pour l'employeur pour 3h de séance avec le tuteur moniteur et l'apprenti moniteur est de $3 \times (14 + 19) = 3 \times 33 = 99$. Le coût total matériel pour 6 personnes est de 3810 euros, soit 76 euros par jour en prenant le bateau Myla pour 1 moniteur ($3810/50$). Le coût de l'essence pour 5 l consommée, est de $1.8 \times 5 = 9$ euros. Le coût de la journée est de $99 + 76 + 9 = 184$ euros.

Ainsi dans ce contexte, pour six élèves, le seuil de rentabilité d'un stage serait de $184/6 = 31$ euros par jour. En dessous, l'UCPA perdrait de l'argent. On pourrait aussi faire cet exercice de budget prévisionnel avec l'ensemble du matériel et des moniteurs de kite.

Matériel	Prix ht	Quantité	total	2020	2021	2022	2023	2024	2025
aile	600	3	1800				600	600	600
barre	300	3	900				300	300	300
planchette	350	2	700	233,33	233,33	233,33	0	0	0
combinaison	60	6							360
gilet	60	6							360
harnais	80	6							480
casque	35	6							210
bateaux, location moteur									
Myla 70 ch	1500	1							1500
Malo 110ch	2500								
Essence au litre	1,8		5						
Essence pour 5 litres	9								
Total									3810
cout horaire employeur (salaire brut + charges)									
Moniteur benjamin	14								
Moniteur Romain	19								
Total par heure	33								
Total pour 3 heures	99	3							
Jours d'utilisation	Cout matériel par jour								
50	76								
Cout total par séance	184								
Cout par stagiaire (6)	31								

FIGURE 13 – Calcul du prix de rentabilité en tenant compte des coûts pour une séance de kite avec 3 ailes, 1 bateau, 2 moniteurs et 6 stagiaires

4 Réalisation

On présente dans ce rapport la séance d'initiation et de perfectionnement mise en place en avant saison.

A l'UCPA, les groupes sont souvent de six élèves, nous utilisons donc beaucoup le fonctionnement en binôme. Lorsque le stagiaire a une bonne maîtrise de l'aile et à l'étape du waterstart, nous pouvons commencer à fournir un kite par élève, en fonction de son niveau d'autonomie.

4.1 Objectifs : séance 1 22 mai

Nom	Age	Poids	Niveau	Objectif
Antony	40	71	Débutant	Utiliser la planche
Tristan	35	82	Débutant	Tirer des bords
Laurette	29	54	Débutant	Prendre du plaisir
Ewan	22	75	Débutant	-

TABLE 2 – Personnel de l'UCPA pour ma séance initiation kitesurf du 22 mai 2025

Cette séance a pour objectifs d'initier au pilotage d'un kite et de comprendre le fonctionnement de la fenêtre de vol. Pour les moniteurs de voile, elle vise également à sensibiliser aux contraintes spécifiques du kitesurf, notamment en matière d'espace et de sécurité.

Une après midi entre personnel interne de l'UCPA à travers une activité sportive permettra de mieux se connaître, en particulier, cette activité permet de partager en commun un moment grisant dans un beau cadre naturel. De plus, l'idée de faire une séance kite est de faire progresser l'élève vers l'autonomie (voir le projet ucpa en annexe F).

4.2 Analyse du public

Le nom des stagiaires, leur âge, leur poids, niveau et objectifs sont indiqués dans le tableau 2. Pour ma séance, je me suis occupé de Antony, Rémi, Laurette et Ewan. Le vent était de Nord Ouest entre 10 et 14 noeuds comme indiqué sur l'image 14.

Il est toujours instructif de connaître ses stagiaires : sportifs ou non, antécédents médicaux ou des appréhensions particulières.

Dans mon groupe, il y a Antony, un moniteur multi activité qui a un passé de sportif de haut niveau en rugby. Il est calme et attentif. Tristan est un moniteur de surf, qui lui aussi est calme et attentif. Ewan qui travaille en cuisine est un jeune sportif à l'écoute, qui avait fait déjà un peu de pilotage il y a 2 ans. Enfin, il y a Laurette qui travaille à l'UCPA en gestion et organisation, elle est aussi sportive et attentive. L'âge, le poids, la taille et leur professions sont données au tableau 3

Pour le choix du la taille d'aile, on se base principalement sur la force de vent, le niveau du rider et son poids. J'avais donc équipé Antony et Tristan en 11 m^2 , Ewan qui avait déjà un peu

Nom	Age	Poids	Niveau	Profession
Antony	40	71	Débutant	Moniteur multiactivité
Tristan	35	82	Débutant	Moniteur surf
Laurette	29	54	Débutant	secrétaire
Ewan	22	75	Débutant	commis de cuisine
Aurélien	34	72	Perfectionnement	Moniteur de voile
Joé	25	75	Intermédiaire	Moniteur de voile
Rémi	25	75	Intermédiaire	Moniteur de surf

TABLE 3 – Analyse du public

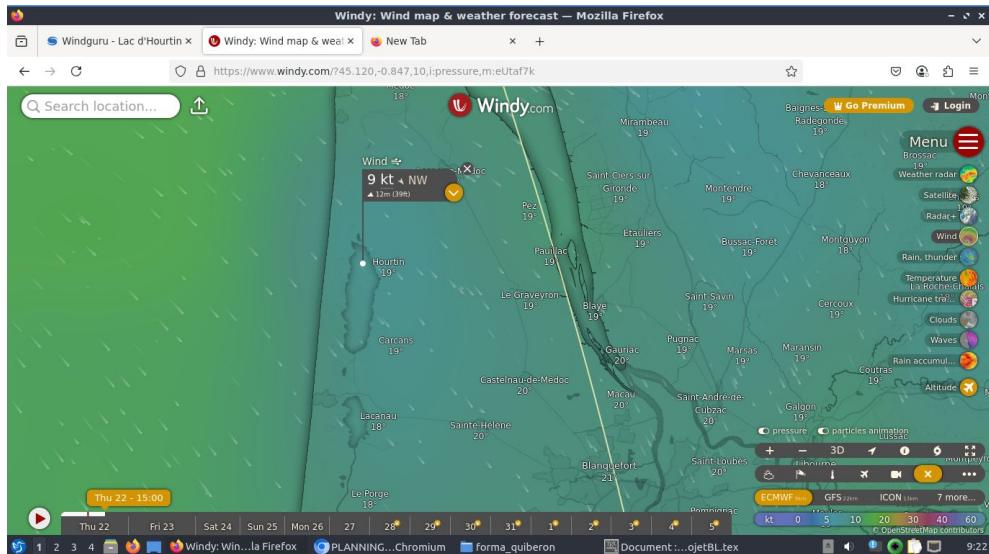


FIGURE 14 – Météo séance 1, du 22/05/25



FIGURE 15 – Un stagiaire qui a l'air heureux



FIGURE 16 – Une stagiaire concentrée sur le pilotage, le moniteur tient légèrement au harnais pour empêcher la dérive

piloté il y a 2 ans, en $11 m^2$, Laurette était aussi en $11 m^2$. Avec du recul, j'aurais du lui donner une $9 m^2$, elle aurait été un peu plus à l'aise dans le pilotage. Mais dans les prévisions météo, le vent n'était pas indiqué à la hausse.

4.3 Thème de la séance et exercices

Les stagiaires étaient tous des débutants (sauf Ewan, un faux débutant), le thème de la séance était d'apprendre le pilotage pour pouvoir contrôler son kite. Les exercices de pilotage de difficulté croissante visent à une meilleure maîtrise de l'aile. Le premier exercice est de stabiliser son kite au zenith, puis à 11h ou 13h. On montre assez tôt la technique de redécollage d'une aile à boudin, en tirant sur une arrière pour amener le kite en bord de fenêtre et utiliser la latte centrale comme repère (voir annexe E). L'idée est de donner au stagiaire assez vite une certaine autonomie.

Le deuxième exercice est d'effectuer des huits pour explorer la fenêtre de vol. En fonction de la force du vent, les stagiaires devaient piloter l'aile plus ou moins dynamiquement.



FIGURE 17 – Stagiaires en binôme

Exercices	Repères
Aile stable à 11h30 ou 13h	Pilotage fin
Redécollage	bord de fenêtre, repère de la latte centrale
Aile stable	Pilotage à 1 main
Aile stable	Pilotage à 1 main en marchant
Huits autour du zenith	Action droite, gauche
Aile en mouvement, 8	Nage tractée en descendant le vent
Aile stable à 10h30 ou 13h30	Nage tractée orientée, travers au vent
Aile au zenith, chausser la planche	Planche perpendiculaire aux lignes, jambes fléchies
Waterstart	Accélération de l'aile, sortie les fesses de l'eau

TABLE 4 – Exercices pilotage jusqu'au waterstart, dans le vent très léger, on sera obligé de garder l'aile en mouvement

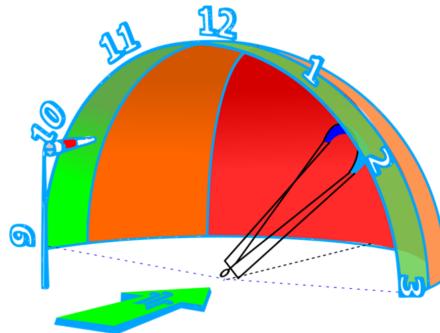


FIGURE 18 – fenêtre de vol d'un kite

Une fois qu'une bonne maîtrise du kite est obtenue, on peut commencer la nage tractée avec descente sous le vent. Pour cet exercice, il s'agit de se mettre à genoux et de générer de la puissance avec le kite dans le but de se faire tracter en avant. L'idée est de se familiariser avec le dosage de puissance du kite en le faisant plonger plus ou moins vite dans la zone de puissance.

Le troisième exercice est un pilotage à une main, il s'agit de maintenir le kite à une position stable autour du zenith. On demande aussi au stagiaire de détacher progressivement son regard de l'aile. Cet exercice est important pour avoir une main libre qui servira à prendre la planche ultérieurement.

Le quatrième exercice est la nage tractée orientée. Le kite doit être placé à 10h30 ou 13h30, le pilotage est à une main. Le stagiaire se positionne dans l'eau avec son corps bien gainé en nage indienne. Le bras libre est bien droit pointant dans une direction travers au vent. La nage tractée orientée est assez technique, mais nécessaire à maîtriser pour récupérer sa planche.

Une fois ces étapes validées, on peut amener une planche et essayer de chausser la planche. Le but étant de donner la priorité au contrôle du kite, puis de chausser la planche et rester en position bien groupée pour gagner en stabilité.

L'étape suivante est une sortie du corps de l'eau en envoyant son aile en zone de puissance et tout en gardant les pieds dans les straps.

L'étape suivante est de partir en glisse avec une aile stabilisée et une trajectoire constante.

Ma fiche séance est indiquée en annexe D et le résumé des exercices de pilotage avec pour finalité un bon contrôle de l'aile est donné au tableau 4.

4.4 Déroulé de la séance

Après être arrivé sur zone, nous gonflons le premier kite avec les lignes préalablement connectées à terre. J'effectue une petite démo de pilotage, puis fait passer tout le monde chacun son tour pour un premier pilotage.

Ensuite, je vais passer le kite au binôme Tristan et Antony après leur avoir expliqué le redécollage. Mon formateur Romain est présent pendant la séance et il prodigue quelques conseils supplémentaires à Tristan et Antony. Il me donne aussi quelques astuces et conseils pour le bon déroulé de la séance.

Je gonfle le deuxième kite pour le binôme Ewan et Laurette. Nous restons 20 à 30 min pour travailler les premiers pilotages, donner des conseils et corriger des erreurs.

Ensuite, voyant que Ewan se débrouillait très bien avec un bon contrôle du kite, j'ai décidé de gréer un 3ème kite. Laurette pourra ainsi avoir son kite et je resterai avec elle.

Il y avait donc pour le reste de la séance, un kite pour Tristan et Antony, un kite pour Ewan, et un kite pour Laurette. Je suis resté pas mal de temps avec Laurette pour la conseiller, car elle avait des difficultés à contrôler l'aile. J'étais donc le plus souvent avec Laurette et Ewan, pour les corriger techniquement et aussi pour effectuer quelques démos.

En fin de séance, j'ai expliqué le waterstart à Ewan et je lui ai apporté une planche pour qu'il puisse effectuer ses premières sorties de l'eau avec la planche.

J'ai bien expliqué aux stagiaires que piloter dans le vent léger est formateur et plus technique que dans du vent établi. La raison est qu'il faut piloter le kite dynamiquement pour créer plus de vent vitesse pour le kite. De plus la fenêtre de vol se réduit, pour que le kite vol dans du vent léger, il faut par exemple le faire évoluer entre 11h et 13h. Si le kite s'approche du bord de fenêtre, parfois un loop pour qu'il garde de la vitesse et le replacer en zone de puissance est la meilleure solution. Pour les loops dans le vent léger, j'indique aussi qu'il faut des commandes franches (gros différentiel) pour effectuer un petit loop. Ce point pour les stagiaires peut sembler contre intuitif.

Au final, la séance s'est bien passé et les stagiaires étaient contents. Après avoir dégonflé les kites sur le bateaux, nous avons fait un petit débrief de la séance.

4.5 Objectifs séance 2 : perfectionnement

Nom	Age	Poids	Niveau	Objectif
Aurélien	34	72	Perfectionnement	Reprise
Joé	25	75	Intermédiaire	Tirer des bords
Rémi	25	75	Débutant	Décoller, premiers sauts

TABLE 5 – Personnel de l'UCPA pour ma séance perfectionnement kitesurf du 2 juin 2025

Les objectifs et le nom des stagiaires sont donnés au tableau 5.

Dans cette séance, nous avons des stagiaires qui commencent à savoir tirer des bords. Aurélien est déjà un kitesurfeur confirmé, il a pu rider avec une $13\ m^2$, remonter au vent et effectuer des petits sauts Rémi est un moniteur de surf, il commence à rider et à remonter au vent. Il veut apprendre à sauter. Il a pu tirer des bords et profiter de la séance. Joé commence aussi à tirer des bords, il a pu travailler le près et les transitions.

Le but de la séance est de passer un bon moment et de progresser en kitesurf.

4.6 Thèmes de la séance et exercices

En fonction du niveau, les objectifs sont tirer des bords avec un bon contrôle de la trajectoire, remonter au vent, et les transitions. Les repères sont indiqués au tableau 6.

Exercices	Repères
Bords stables	Pilotage fins, aile stable, regard porté sur la direction
Bords de près	Aile stable, regard vers un amer au près, épaules en arrière, crantage
Transitions	pêrs, crantage, aile à midi, sustentation et renvoie de l'aile
Navigation toe side	aile stable à 45° , appuis pointe de pieds

TABLE 6 – Exercices pour rider, faire du près et demi tour transition

4.7 Déroulé de la séance

J'ai préparé une aile de $11\ m^2$ pour Joé et Rémi. Aurélien a pris une aile plus grande de $13\ m^2$. J'ai indiqué aux stagiaires de bien respecter la zone entre le bateau et une bouée jaune servant de repère.

Ensuite je me suis placé sous leur vent, et j'ai pu les observer. De temps à autre, un stagiaire venait me voir pour des conseils.

Au final, les stagiaires ont pu tirer des bords, et travailler le près.

5 Bilan

Le retour des stagiaires est donné avec le questionnaire de l'annexe A. Ils ont tous aimé l'activité kitesurf et se sont sentis en sécurité. Une stagiaire s'est sentie trop crispée et avait peut-être un peu d'apprehension. Ils voudraient bien continuer à progresser si l'opportunité se représentait. Les réponses de chaque stagiaires sont consignées dans à l'annexe B.

Les stagiaires ont aussi compris le fonctionnement d'un kite avec le pilotage. Ils souhaitent tous en refaire si ils en ont la possibilité.

En ce qui concerne les points positifs et négatifs, on peut noter que plus d'explication théorique pour Ewan serait utile, pour Antony il souhaite moins d'explication des termes techniques, pour plus de clarté. Pour Tristan, un petit topo théorique avant la mise en place serait utile.

Les axes d'améliorations sont peut être de faire participer plus les stagiaires à la mise en place du matériel, et de donner des consignes simples et claires.

En résumé, les stagiaires ont apprécié l'initiation kitesurf et souhaiteraient renouveler l'expérience pour progresser. La table 7 résume les principaux commentaires des stagiaires.

Nom	Senti en sécurité	Commentaires
Antony	oui	termes techniques plus tard, content d'être en binôme, ludique
Tristan	oui	avoir un cours théorique rapide
Laurette	oui	Un peu trop crispée, mieux avec un kite plus petit
Ewan	oui	En pédagogie, plus de métaphores, et expliquer certains termes

TABLE 7 – Résumé, retour des stagiaires séance 1

La deuxième séance pour un public en perfectionnement s'est bien passée et mes collègues ont pu rider, remonter au vent et travailler les transitions. Ils étaient tous contents d'avoir pu participer à cette séance.

6 Conclusion

Pendant ma saison à l'UCPA d'Hourtin, j'ai pu mettre en place une séance d'initiation et de perfectionnement kitesurf à destination du personnel interne. Cette action a permis de renforcer la cohésion d'équipe au sein de l'UCPA tout en initiant le personnel aux bases du kitesurf dans un cadre sécurisé et adapté.

Ma séance s'est bien déroulée en sécurité et en optimisant le temps de pratique. Les stagiaires étaient satisfaits de la séance et la plupart voudraient continuer l'activité si il y a la possibilité. Au final cette initiation kitesurf s'est révélée positive même si je manquais encore un peu d'expériences en début de saison. En ce qui concerne la deuxième séance, le public était déjà confirmé, donc je suis moins intervenu directement. Néanmoins, la séance s'est avérée intéressante et formatrice pour les élèves.

Je pense que proposer une séance initiation kitesurf au personnel en début de saison est intéressant pour lancer la saison et comme moyen de faire connaissance entre les équipes. Le mieux serait de proposer plusieurs séances pendant la saison, cela pourrait aider au recrutement des moniteurs à l'UCPA.

Il reste un regret, celui de ne pas avoir pu réaliser mon idée initiale, à destination d'un public moins favorisé. Je pense que la clé pour mettre en place une séance avec tel public est d'avoir un contact direct et motivé dans une de ces structures.

Cette saison d'été m'a donné plus d'expérience de l'enseignement du kite. En particulier dans le vent léger avec les adolescents. Sur ce point, il faut souligner que les ailes hybrides nous ont beaucoup aidé pour faciliter la réussite des élèves. Le revers de la médaille de ces ailes, est qu'il faut être précautionneux lors de la mise en place. Enfin, cette saison m'a fait réfléchir sur

les défis du moniteur de kite, en particulier du point de vue des conditions météorologiques, il faudra savoir adapter nos pratiques et notre organisation.

Aparté : Je suis en train d'écrire ce rapport fin juin 2025 et L'Europe subit une canicule précoce avec des températures de 40° C en France. Ici à Hourtin, il fait 34° C. Je m'interroge sur les métiers d'éducateurs plein air dans le futur, il sera probablement plus possible d'exercer en été certains jours à cause de la chaleur excessive³

3. La planète Terre est en train de franchir le seuil de +1.5° C par rapport à l'ère pré industrielle. La consommation de pétrole et de gaz ne baissent pas, les émissions de CO₂ continuent d'augmenter[5], un monde avec une anomalie de +3, 4° C de température moyenne sera beaucoup moins habitable

Appendices

Annexe A

Questionnaire de satisfaction

- 1. As tu aimé l'activité kitesurf?
- 2. Te sentais tu en sécurité ?, as tu eu peur à un moment ?
- 3. As tu compris des choses sur le kitesurf ?
- 4. Aimerais tu continuer cette activité si tu en as la possibilité.
- 5. As des points positifs ou négatifs a mentionner ?
- 6. D'autres commentaires ?

Annexe B

Réponses Stagiaires

- 1. **Ewan** : Oui, c'était super !, **Antony** : Oui, j'ai beaucoup aimé les sensations du vent dans la voile et du début de pilotage que nous avons pu réaliser. **Laurette** : Oui, c'était très sympa !, **Tristan** : Oui, c'était un moment plaisant avec de bonnes sensations, même pour une première séance.
- 2. **Ewan** : Non pas du tout, les consignes de sécurité ont été bien expliquées, donc je me suis senti en total sécurité, **Antony** : Je n'ai pas eu peur et je me suis senti en sécurité grâce aux conseils et à l'aspect ludique donnée à la séance notamment avec la nage tractée, **Laurette** : Je me suis toujours dit que jamais je ne ferai du kitesurf (peur de m'envoler), bon c'est ce qui s'est un peu passé ! Les explications étaient claires et l'activité bien encadrée, je me suis sentie en sécurité. Par contre, j'étais clairement trop crispée et j'ai peut être oublié de respirer. Vive les crampes en fin de séance ! **Tristan** : Je me suis toujours senti en sécurité, le matériel de protection aide aussi à cela.
- 3. **Ewan** : Le pilotage et la nage tracté sont venus assez rapidement mais il faudrait encore davantage de pratique pour vraiment assimiler et maîtriser le tout à 100% **Antony** : J'ai bien compris les premières notions de pilotage et la logique **Laurette** : Oui j'ai compris toutes les explications !, les mettre en pratique est un peu plus compliqué ... **Tristan** : J'ai compris quelques bases, je suppose notamment sur la préparation du matériel et le décollage de l'aile
- 4. **Ewan** : Oui !, **Antony** : Oui, j'espère avoir la possibilité d'en refaire afin de pouvoir progresser dans l'activité, **Laurette** : Ce serait avec grand plaisir de renouveler l'expérience. **Tristan** : Absolument !,
- 5. **Ewan** : En terme pédagogique je pense qu'il pourrait être bien d'utiliser des images ou métaphores pour aider à mieux comprendre les différentes techniques (exemple du boxeur pour maîtriser les gauches droites sur le pilotage). Et peut être prendre plus de temps sur les termes techniques qui sont propre à cette discipline (les arrières, la fenêtre, ect...) Sinon, l'activité était super, merci beaucoup ! **Antony** : Peut être aborder les termes techniques un peu plus tard ou après une définition des termes car j'étais un peu perdu. L'aspect ludique de la séance et le fait que l'on soit en binôme **Laurette** : Positifs : moniteurs à l'écoute, négatifs : j'aurais bien aimé essayer avec une voile un peu plus adaptée à mon gabarit. **Tristan** : Pas négatif, mais j'imaginerai avoir un cours théorique rapide avant la mise en pratique afin de comprendre les bases du kitesurf
- 6 **Ewan** : ras, **Antony** : ras, **Laurette** : simplement merci !, **Tristan** : Pas spécialement, la question précédente suffira de mon coté :)

Annexe C

Echanges de mail envoyé à une association Aria33

Cette annexe contient les échanges de mail que j'ai eu avec l'association en gironde Aria33[4]

Bonjour,

Je suis actuellement en formation BP Kitesurf à l'école nationale de Quiberon. Dans le cadre de notre formation, nous devons réaliser un projet dans une structure en lien avec l'enseignement du kitesurf.

Ma structure d'accueil sera l'UCPA à Hourtin. Mon idée de projet est de proposer une journée initiation kitesurf à des jeunes qui ont eu un parcours difficile pour leur faire découvrir un nouveau sport. (pour la tranche d'âge, entre 10 et 18 ans par exemple).

Je me permets de vous contacter pour savoir si il y aurait des associations dans la région (proche d'Hourtin) qui pourrait être intéressées par mon projet.

Je ne sais pas encore exactement le nombre, probablement entre 6 et 8. Comme il y a des stages en semaine à l'UCPA, je pensais organiser sur le samedi, dimanche ou les deux. Les mois possibles seront mai ou juin.

De mon côté je dois encore vérifier si mon idée est validée par mon tuteur. (Je suis en contact).

Bien cordialement

Benjamin Lepers

Bonjour Merci pour cette estimation En effet, les jeunes que nous accompagnons sont en situation de grande précarité pour nombre d'entre eux. Si une baisse maximale du prix pouvait être proposée, nous serions probablement dans la capacité de constituer un groupe de 6 jeunes. Sur un samedi.

Cordialement Dolly LEBON Référente ARIA33

Bonjour,

j'ai contacté ma tutrice de l'Ucpa d'hourtin pour le budget. Pour une séance de kite pour 6 élèves, le budget serait de 283 euros, soit 47 euros par personnes.

Si ça bloque peut-être qu'elle pourrait baisser un peu.

Je reste disponible.

Cordialement Bonjour,

j'ai eu le retour de ma responsable de la base d'Hourtin, et l'UCPA pourrait faire une baisse de 20 %, soit 226 euros pour 6, soit 37 euros par élève.

Cordialement

Benjamin Lepers

Annexe D

Fiche séance

1 Mise en place

- 6 élèves adultes
- matériel nécessaire : 6 kites, 7,7,9,9,12,12, 3 Twin Tip grandes
- moniteur : gilet, harnais, coupe ligne, radio, trousse de secours, couteau, coupe ligne
- bateau : lomac 115 ch
- météo : NO, 10-14 noeuds

2 Consignes de sécurité

- rappel des 3 sécurités : lâcher, déclencher, libérer
- distance entre stagiaires : minimum 2 longueurs de lignes
- si l'aile tombe en feuille morte, on met la main sur le largeur au cas où elle redécolle et tire

3 Communication

- signes : aile au zénith, aile en parking à droite ou gauche, lâcher la barre
- sifflement : on se replace dans la zone

4 Déroulé de la séance

On commence par une aile en l'air pilotée par le moniteur. Les stagiaires à proximité écoutent les conseils de pilotage et les 3 systèmes de sécurité. Ensuite, l'aile est passée à tour de rôle pour un premier pilotage. Lorsque, le redécollage est maîtrisé et les consignes respectées, on gonfle une 2ème aile, il y a maintenant trois personnes par kite. Si le pilotage est bon et les stagiaires tournent bien en sécurité, on gonfle un 3ème kite et pour avoir finalement trois binômes.

Annexe E

Technique de redécollage

1 Redécollage aile hybride



FIGURE E.1 – Technique de redécollage d'une aile hybride

Si le vent est léger, on utilisera les ailes hybrides. La technique de redécollage dépend si l'aile est à l'endroit ou à l'envers dans l'eau. Dans le vent léger, en plein fenêtre, lorsque le kite est à l'endroit, on demande au stagiaire de tirer sur les avant pour faire monter le kite au zénith. Si le kite est à l'envers, on demande au stagiaire de tirer de manière égale sur les 2 arrières pour faire monter le kite à 2 m de hauteur en arrière, puis de lâcher une ligne arrière pour qu'il se remette à l'endroit, et ensuite reprendre la barre pour le piloter.

2 Redécollage aile à boudin

Dans le vent plus établi, avec des ailes à boudins, le redécollage s'effectue en tirant sur une des arrières, pour le placer en bord de fenêtre. Ensuite, lorsque la latte centrale se place à l'horizontale voir légèrement vers le haut, le kite est prêt à décoller.

Annexe F

Projet UCPA



Bibliographie

- [1] Brice Lefèvre et Valérie Raffin. Les pratiques physiques et sportives en france. 2023.
- [2] <https://www.geoportail.gouv.fr/>. le portail national de la connaissance du territoire mise en place par l'ign.
- [3] <https://www.ikointl.com/>. International kiteboarding organisation.
- [4] <https://www.institut-don-bosco.fr/les-etablissements/aria-33/>. Accompagnement relationnel pour l'insertion des jeunes adultes.
- [5] <https://www.ipcc.ch/languages/2/francais/>. Giec, groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat.
- [6] <https://www.natura2000.fr>. Les sites natura 2000 visent à une meilleure prise en compte des enjeux de la biodiversité.
- [7] <https://www.ucpa.com>. Union nationale des centres sportifs de plein air.
- [8] legaignoux bruno legaignoux dominique. Brevet aile propulsive, brevet fr2581961a1. <https://worldwide.espacenet.com/patent/search/>, 1984.
- [9] G Oggian, J Shoorens, and P Bretel. Carte bathymétrique du lac de carcans hourtin. 2005.