

Introduction

“La visée du downwind en Parawing n’est pas la décharge momentanée d’une sécrétion d’adrénaline mais la construction patiente, sur la durée d’une vie entière, d’un état de quiétude et d’émerveillement.” Inspiration de la citation de Glenn Gould, pianiste canadien.

La parawing est la révolution qui permet de surfer totalement librement une déferlante, une houle de fond ou de vent sans moteur. La parawing se caractérise par sa simplicité de mise en œuvre : Pas de gonflage, très compacte et légère, immédiatement déployable et surtout packable (pliage ou rangement de sa parawing en vue de surfer les mains libres). C’est encore, le passage du shorebreak sans aile qui risque de s’abîmer (fragilité du boudin gonflé), l’aile est pliée dans sa poche, encore l’élargissement du champ de vision et aussi le pilotage à une main. La différence de glisse en freefly entre une parawing packée plutôt d’une wing à la main est phénoménale. On sous-estime la trainée d’une wing... Ceci explique pourquoi nous pouvons surfer une houle en infini avec une parawing et pas avec une wing.



La parawing est un quatrième paradigme des sports de glisse autonome lié au vent. Le premier est la **planche à voile** : Premier concept d’utilisation du vent pour naviguer et surfer une vague. **Kitesurf** : Le second paradigme est ce kite contrôlé par de longues lignes d’environ vingt mètres. On peut surfkiter dans les vagues avec une planche de surf. Ensuite, **wingfoil** : Le foil est sa révolution qui permet de naviguer avec une résistance dans l’eau très limitée. La wing permet de neutraliser l’aile en surf, le freefly. **Parawing** : Le quatrième est dernier paradigme. Celui-ci doit son développement au supfoil downwing, pratique complexe et élitiste consistant à décoller à la rame sur de longues planches pour surfer les houles. La parawing permet de palier à la complexité d’un départ à la rame. La parawing marquera assurément l’histoire de la glisse et nous sommes au tout début de son développement.

Matériel

Matériel pointu pour être performant : Il faut de la finesse pour voler longtemps ou pour carver.

- **Parawing** : Mini-parapente, peu d’usure. Plage de vent restreinte, il en faut plusieurs.
Conseil qui change la vie avec la Frigate : Relier les 4 avants par un petit tape à la base. La prise en main est nettement plus visuelle.
- **Planche** : planche longue et étroite pour la glisse maximale, légère et rigide pour un pumping efficace. Choix du volume : Volume = son poids (ex : 75kg=env. 75 l.), spot venté : Son poids -20%. Mon choix avec 2 planches : Rocket Free Surf Carbon en 5’8 pour 59 litres et 6’5 pour 79 litres.
- **Foils** : Haut ratio pour le downwind. Si la vague pousse bien un SK8 peut convenir. Plus le ratio est élevé plus le foil plane. On gagne en glide et on perd en carve. On perd en carve parce que les foils à haut ratio ont une immense envergure. Ils sont fins donc souples et perdent en rigidité. Ils sont parfaits pour les longs surfs travers à la ligne de pente. Les foils à bas ratios sont idéals pour carver. Mes favoris sont en carve, le SK8 750, en glide, le Eagle X 800.



- **Stab:** La théorie du ratio s'applique aussi pour les stabs. L'unique fonction d'un stab est de stabiliser l'ensemble. La preuve, nous pouvons naviguer en enlevant le stab. On peut conseiller un stab de plus grande surface à un débutant. Il gagnera en stabilité (pitch). Pour tout le reste, privilégier le stab le plus petit possible tout en ayant la stabilité que l'on maîtrise. En vague, on veut une sensation de snowboard pour carver sereinement sans contrôler en continu le pitch. Il faut donc soit un long fuselage, soit une certaine surface pour avoir cette sérénité dans le carve. Le 140 XS Carving est parfait en carve. Le 135 DW est parfait en DW. Il plane plus.

Foil	Ratio	Surface	Envergure (cm)
SK8	8	850	82.5
Eagle V2	9.6	890	92.5
Eagle X	12	800	98
Momentum	16.5	816	115
Seven Seas	8.2	1100	94

- **Accessoires :**
 - **Sac pour packer :** Poche kangourou (Ozone), gilet avec poche (Ion), ou harnais type Pocket Wing (Manera)
 - Critère numéro 1 : Facilité du package, cette opération est primordiale pour éviter que les suspentes s'emmêlent lorsque l'on déploie. L'inverse est aussi valable. Un redéploiement de son aile en urgence doit aussi être facile.
 - Mieux d'avoir deux poches séparées pour aile et pour barre pour éviter des emmêlements.
 - **Harnais :** Indispensable en parawing dès que l'on remonte le vent. La traction dans les bras est supérieure à la wing.
 - Il peut s'agir d'un harnais séparé de la poche ou alors d'une poche-ce avec un crochet (Ozone)
 - Connexion aile-harnais : Je préfère nettement une boucle sur la barre. On peut se hooker et se déhooker à deux mains sur la barre. Les systèmes inversés avec crochet que l'on amène manuellement sur la barre oblige à tenir la barre à une main.
 - Ma solution en downwind : Poche Ozone avec crochet Manera. Boucle sur la barre.
 - Ma solution en navigation type surf foil : Poche Ozone (devant) et harnais Manera pour un upwind confortable.
 - **Parawing de secours :** Offshore Vest : Sac à dos Manera que l'on ne sent pas. Idéal pour y fixer la parawing de backup. Parawing de la taille du dessus ou deux tailles en dessus si conditions très variables. Pochette étanche et compressible avec valve de décompression pour ranger la parawing de secours dans le sac. Si utilisation de 2.5m, 2 parawings de secours, une 3 et une 4.
 - **Leash de planche :** De la longueur et en dyneema pour la sécurité. Cela évite les retours de planches. Il faut pouvoir le larguer rapidement et il faut une partie élastique pour limiter les contraintes. Risque d'arracher le plug sur la planche en cas de chute avec un leash sans partie extensible. Rien sur le marché avec ces 3 paramètres. Il faut bricoler avec un Kaohi ou combiner un WIP avec le « leash dampener ».
 - **Sécurité :** Garmin InReach, Bout de 5 mètres avec mousqueton inox pour toutes éventualités, dont remorquage, housse étanche avec téléphone. Rouleau de tape dans sac étanche pour les grosses hémorragies liée à une coupure avec le foil. Coupe-ligne, miroir, sifflet.
 - **Protection :** Crème solaire, habits : Pour le Brésil, haut type lycra avec cagoule (wetshirt sunshell cagoule Long sleeve), collant type legging, lunette soleil claire (cat 2).



Technique de navigation

- **Débuter en parawing :** Il est conseillé de bien maîtriser la wing ; départ, vol, transitions. La différence se fera essentiellement dans le décollage plus technique en parawing en raison d'une impossibilité de pomper aussi efficacement une parawing qu'une wing. Au début, on peut compenser cela par une

planche plus longue, un foil plus gros et une surface de voile supérieure. Commencer par s'entraîner au bord de l'eau, gonflage, maniement, pliage, etc. Dans l'eau, choisir un vent soutenu et constant et prendre une parawing légèrement surtoilée. Choisir un spot où il est possible de dériver sans danger. Ensuite, laissez faire le feeling d'apprentissage... Vivre cet apprentissage non pas comme une finalité, mais apprécier chaque étape du chemin parcouru. J'ai personnellement avalé les apprentissages de la wing comme une course. Seul l'objectif final comptait, être performant, réussir telles manœuvres, naviguer avec ce petit foil, surfer cette vague, etc. À un moment, j'aurai presque souhaité un reset du cerveau pour pouvoir revivre cet apprentissage différemment, avec plus de contemplation, en appréciant plus le chemin que le sommet de la montagne. La parawing m'a donné cette opportunité et j'apprécie dans l'instant cet apprentissage. Et quel bonheur de pouvoir choisir selon les conditions parmi ces deux jouets que sont la wing et la parawing !



- **Mise à l'eau** : La mise à l'eau est facilitée. L'aile pliée dans sa poche permet d'avoir les mains libres pour passer des shore breaks conséquents à la rame
- **Se lever** : Au lieu d'être posée à plat sur l'eau comme avec une wing, l'aile est gonflée et offre directement un appui dans le vent. Ma technique goofy : Aile dans la main droite posée proche du nose, main gauche libre posée vers le pad. Pousser sur les deux bras pour venir poser le pied gauche sur la planche. La jambe droite fait office de balancier. Basculer la parawing dans la main gauche et tendre le bras. Appui sur la jambe gauche et la main droite pour lever la jambe droite. Se redresser et s'équilibrer, prendre la barre dans les deux mains... Fonctionne parfaitement avec une sinker board. Les genoux ne touchent pas la planche.
- **Décoller** : Trouver le moment opportun, rafale et clapot qui pousse. Avant tout, laisser la planche glisser et accélérer sur le plan d'eau, pomper l'aile avec une amplitude de bras maximale, lester et délester la planche jusqu'au décollage.
- **Navigation** : La navigation est déjà très plaisante en soi. Indispensable au harnais, navigation comme en wing, plaisir d'avoir un champ de vision élargi.
- **Changement de bord** : Jibe facilité en tirant sur un des freins côté intérieur, jibe packé (simplifie la sous-tension des suspentes en phase de vent arrière, jibe Heineken, tack, tack handle pass...
- **Packer son aile** : Tout un art et une grande minutie. Chacun sa technique qu'il vaut la peine d'entraîner au bord pour commencer. Si tribord amure, prendre les 4 avants dans la main droite, naviguer le temps nécessaire pour trouver le pump qui nous laissera le temps de packer sans trop se concentrer sur le surf. Abattre dans le bump pour détendre les suspentes. Abaisser l'aile contre soi, il devient aisé de coulisser sa main jusqu'au bord d'attaque. Agripper un peu de tissu. La barre reste dans la main gauche. Passer le paquet de la main droite dans la main gauche. Tenter d'intégrer les suspentes dans le tissu, coulisser sa main droite pour comprimer le tissu jusqu'au bord de fuite. Plier en 3 ou 4 parties en intégrant un demi-tour dans le paquetage. Insérer l'aile dans la poche, poser la barre au sommet. Ressortir le tout dans le même ordre. Ne pas balancer le paquet sans avoir déplié l'aile en la saisissant par le bord d'attaque. La barre dans la main gauche. L'aile dans la droite, vérifier qu'il n'y a pas de nœuds. Ensuite seulement lancer le parachute. Emmêlage des suspentes : Bien le maîtriser au bord de l'eau. En mer, s'asseoir sur sa planche et démêler calmement. Tenter de ne jamais lâcher la main avant qui tient la barre. Tant qu'il y a ce contact, il ne peut pas y avoir de gros nœuds.



- **Surf de houles** : Tous le sens de cette pratique en DW est dans le surf qui permet de se maintenir en vol infini comme par miracle. Tout l'art est d'apprendre à décoder et lire la matrice. La matrice est l'ensemble de tous les paramètres régissant le déroulement des houles, soit la solution pour comprendre le fonctionnement des houles (lire le point suivant sur les houles pour comprendre). Chaque spot a une matrice différente à décoder. Selon les conditions du jour, la matrice sera différente. Lorsque l'on est capable de lire la matrice, nous sommes dans un état de sérénité intense, une capacité à se positionner au bon endroit, à anticiper tous les mouvements de la houle. Lorsque cela arrive, on ne peut pas se tromper et on sent que l'on vit une connexion étroite avec la nature. Globalement, on tente de se positionner à l'endroit où la vague pousse le plus. On accélère pour passer devant la vague ou alors on attend la suivante en ralentissant. Exceptionnellement dans la pratique sportive, il n'est pas nécessaire de regarder loin devant. On s'intéresse à ce qui se passe sous notre foil et sur la houle juste devant. La règle est la suivante : Va se former sous nos pieds ce que l'on voit sur la houle juste devant. En surfant la ligne de pente, on se retrouve très souvent à aller trop vite et on bloque sur le dos de la vague de devant. Privilégier du carve pour se ralentir et rester en phase avec la vague ou alors surfer travers à la vague. Ceci permet de parcourir de grande distance latérale pour rejoindre un ami ou alors pour rester parallèle à la côte si la houle pousse en direction du bord.
 - **Carver** : La sensation ultime de la pratique. Le sommet étant de pouvoir carver sans arrêts et sans pumper. Chaque carve fait perdre un peu d'altitude. Il faut le compenser avec la poussée de la vague
 - **Pumper pour accélérer** : Permet de passer les portions sans houles ou permet d'accélérer pour passer devant une vague.
 - **Variation sa hauteur de mat pour accélérer ou freiner** : on essaie d'être le plus haut possible pour limiter le frottement. On peut aussi s'enfoncer volontairement pour se ralentir ou alors cabrer le foil vers l'arrière pour le ralentir dans l'attente de la vague suivante ! Il faudra néanmoins anticiper son arrivée par une nouvelle accélération pour ne pas la rater.
- **Surf de vagues (déferlantes)** : On s'approche là du surf foil. La parawing nous remonte au pic. On choisit une vague que l'on conserve. On la travaille en restant dans la pocket, la zone de puissance et on essaie de carver au maximum. On relance sa parawing pour remonter au pic en upwind. On effectue une rotation qui ne fait pas perdre de terrain. Ma pratique favorite...



Les conditions de navigation

- **Houles** : Energie de déplacement prioritaire et complémentaire à celle du vent. La Matrice.
 - Houles de fond : Les houles de fond sont souvent plus grosses et plus rapides. Ces swells proviennent de tempêtes lointaines.
 - Houles de vent : Les houles de vent sont souvent petites et creuses. Elles peuvent se former en quelques heures notamment sur les lacs. Elles sont plus faciles à naviguer. On peut souvent compenser les erreurs par du pumping
 - Houles mixtes : Mélange de houles de fond et de vent. Elles sont souvent croisées rendant la lecture et la navigation plus complexe.
 - Tailles des houles : Paradoxalement, plus les houles sont grosses, plus elles sont techniques. Elles sont rapides et on peut aisément se retrouver piégé sur le dos d'une houle.
- **Vent**



Parawing - début 2026

- Spots ventés aident énormément (parfait avec 30 nœuds, le vent nous pousse). Autour de 25 nœuds, la sensation est parfaite. On file à la même vitesse que le vent et on a la magnifique sensation d'être dans le vide...
- Houles et vent : Les conditions sont exceptionnelles lorsque l'on a les houles de fond et les houles de vent qui vont dans le même sens et que le vent pousse perpendiculairement à ces houles.
- **Spots** : C'est une magnifique redécouverte de nouveaux spots...
 - **o Nordeste do Brasil est** exceptionnel pour la Parawing et pour le downwind. J'ai pu naviguer en downwind de Cumbuco à Curimãs (env. 330 km en étapes). Ma plus longue sortie en parawing : 120 km, mon plus long downwind full pack est de 70 km (5 reprises d'aile).
 - Conditions top avec régulièrement 30 nœuds side-on.
 - Des centaines de kilomètres de plage. Le Graal reste le tronçon de Guajiru à Emboaca.
 - **Cape Town**, magnifique communauté avec Adrian et ses shuttles de Big Bay à Lagoon Beach. (@DownWind Tribe Shuttle)
 - Les 40 nœuds dans le dos aident !
 - **Fuerteventura**, la côte est est plus que prometteuse.
 - **Suisse**: Lac Léman, Lac de Neuchâtel, Pas besoin d'aller plus loin dès que ça souffle.

Organisation Downwind

Le Downwind c'est une aventure. On peut être très loin du bord, se retrouver seul, on peut avoir de la difficulté à redécoller. Ce sont les milliers de kilomètres parcourus qui permettent d'atteindre un niveau économe. Par une bonne lecture des houles, on peut surfer sans pumper pendant de longues minutes. L'expérience et la sécurité s'acquiert avec la pratique et l'humilité.

La sécurité est élémentaire. Il faut être capable de rentrer au bord en autonomie, avoir un moyen de communication et emporter du matériel de survie (couteau, miroir, sifflet, etc.). Ce point fera l'objet d'une suite.

Conclusion

- **La wing** : Assurément, je vais continuer à naviguer avec une wing dans certaines conditions, une petite vague ludique avec manœuvres d'aile, un plan d'eau plat avec un vent rafaleux, des grosses vagues en light wind (Pérou). Mes tailles : Swing 3, 4 et 5 avec boom.
- **La parawing** : L'activité reste hautement technique et c'est frustrant lorsqu'un élément perturbe le bon fonctionnement de la navigation, que l'on chute en raison d'un mauvais déploiement ou que l'on n'arrive pas à décoller ou que l'on est surtoilé en navigation. L'activité en downwind n'est pas clé en main... Il n'y a qu'une règle pour cela : Expérimenter et encore expérimenter, tester de nouvelles combines, trouver son propre système, leash, sac à dos, harnais, poche, etc. Sans compter la base : Quelle est la meilleure planche pour ma pratique, le meilleur foil, la parawing, le modèle, ses tailles... Voici ma spécialité, je suis à disposition pour vous conseiller !
- **Le septième ciel** : Paradoxalement, la destinée d'une parawing est de disparaître. Une fois pliée... La glisse est méditative et chaque houle qui se forme devant nous est vécue comme une bénédiction et un cadeau du ciel.
- **À votre disposition** : Merci d'avoir lu jusqu'à la conclusion. Je suis à votre écoute pour vos différentes remarques quant à ce texte. Je suis à votre entière disposition pour tout conseils sur un choix de matériel, un test de matériel, pour un coaching ou des conseils voyage...

