**Info om UngFuresøs hold i Paragliding**

**Hvad er paragliding?**

Paragliding er den simpleste og mest naturlige måde at flyve på! Løber du korrekt ned ad en blød bakke med din paraglider, kommer du i luften med din egen løbehastighed, svæver gennem luften og lander igen i samme tempo. Du behøver ikke at kunne løbe hurtigt – du skal blot lære at løbe i harmoni med din paraglider og vindens kræfter. Vinden hjælper dig allerede ved takeoff og landing.

I Danmark har vi ofte let til jævn eller frisk vind, hvilket skaber fantastiske forhold for at lære at flyve med paraglider.

Hele forløbet er inddelt i **fem overskuelige trin**. Du præsenteres gradvist for højden, flyvehastigheden og får løbende flere færdigheder og ansvarsområder over din egen flyvning.

Når du når til trin 4, bliver du en selvstændig pilot og må dyrke sporten på egen hånd – lidt som når man får sit kørekort. Men der er stadig meget at lære, og sund fornuft og forsigtighed bliver dine vigtigste pejlemærker.

**Pilot for en dag**

Dette endagskursus svarer til den første undervisningsdag på trin 1. Her er fokus på, at du skal *mærke*, hvordan det føles at flyve paraglider – og hvor sjovt det er.

Hvis du viser gode færdigheder og vindforholdene er ideelle, er det sandsynligt, at du både får følelsen af vægtløshed og din første flyvetur allerede denne dag. Du kan deltage i denne introdag for at snuse til sporten – eller melde dig direkte til trin 1, hvis du har lyst til det.

**Trin 1-kursus**

Vi starter på en flad mark, hvor du lærer at løfte paraglideren til flyvestilling, styre den på jorden og gradvist oplever følelsen af vægtløshed.

Du opbygger forståelse for dynamikken, og din hjerne begynder at udvikle nye motoriske baner til at styre paraglideren. Vi skaber “muscle memory” gennem systematiske øvelser, mens praktisk træning støttes af grundlæggende teori om aerodynamik, naturkræfter og dig selv som pilot.

Allerede på 2. træningsdag får du dine første flyveture – ganske korte og i lav højde, hvor du trygt kan lande. Din første flyvetur er ofte så smuk og intens, at du aldrig glemmer den.

Uddannelsen kræver to praktiske træningsdage, én teoretisk lektion af 2 timer og afsluttes med en teorieksamen (med lidt hjemmestudie). I 2025 tilbyder Airwave Paragliding Klub, i samarbejde med UngFuresø, denne uddannelse med *overnormering* (4–6 praktiske dage), for at sikre de unge en robust og oplevelsesrig start.

Du får samtidig medlemskab af både Airwave Paragliding Klub og Dansk Hang- og Paragliding Union – og dit første internationalt anerkendte paraglidercertifikat.

**Formålet**

Formålet med kurset er at give dig din første paraglideruddannelse – og en oplevelse for livet! Vi starter helt fra bunden, lærer grundlæggende teknik på jorden, opnår følelsen af vægtløshed, og derefter flyver du gradvist højere og længere.

Der indgår også lidt teori, som giver dig et solidt fundament for din flyvning – altsammen undervist i et legende og sjovt miljø. Når du er færdig, kan du kalde dig *Trin 1-paragliderpilot*.

**Trin 2-kursus**

Her skal du lære at blive tryg ved højden. Du får længere og højere flyveture, hvilket giver mulighed for mere manøvrering, bedre forberedelse til landing – og tid til at sidde afslappet og nyde udsigten.

Vi forbedrer fortsat takeoff og landing, og arbejder mere med planlægning, rutiner og selvindsigt. Når du afslutter Trin 2, har du gennemført minimum 10 flyvninger fra 50 meters højde – og måske én fra 150–250 meter, afhængigt af vejret.

**Teoriindhold:**

* Aerodynamik
* Meteorologi
* Udstyr
* Regler og sikkerhed
* Kritiske situationer
* Pilotens psykiske og fysiske begrænsninger

**Krav:** Du skal have gennemført Trin 1.
**Datoer:** Trin 2 starter 27.–28. september og fortsætter i uge 42 (11.–19. oktober).

**Praktisk information**

Paragliding er afhængigt af vejret, så vi kan ikke fastsætte den præcise plan for hver undervisningsdag på forhånd. Vi bruger en fælles kommunikationschat, og du får besked aftenen før hver træningsdag om tid, sted og indhold (praktisk eller teoretisk).

Kurset består af ca. 7 lektioner á 4 timer: 5–6 praktiske, én teoretisk, og eventuelt én kombineret leg/teori-praksis-lektion.

**Om instruktørerne**

**Michael Essie Saadi** er hovedansvarlig instruktør. Han begyndte at flyve som 14-årig i Iran i 1996 og har undervist siden 2000 – fuldtid siden 2015. Essie er Danmarksmester i konkurrenceflyvning (2024) og landets mest erfarne akrobatikpilot.

Hans største passion er at undervise unge og sikre deres udvikling – altid med fokus på *sikkerhed under udvikling*. Han har uddannet over 150 piloter fra bunden til højt niveau.

**Martin Jovanoski**, fra Nordmakedonien, kommer fra en paragliderfamilie og startede selv som 12-årig. Han har opnået verdensklasse-resultater i flere discipliner og har sammen med Essie udviklet over 100 danske piloter. Deres fælles værdier omkring sikkerhed og kvalitet i undervisning gør dem til et stærkt team.

**Sikkerhed**

Paragliding er – statistisk set – ikke blandt de farlige sportsgrene, når man ser på antal udøvere og skaders alvorlighed.

Men ja, **det kan være farligt**, hvis man flyver uden viden, erfaring eller dømmekraft. Derfor lægger Airwave stor vægt på sikkerhed og korrekt uddannelse – også for unge, som måske har lidt vildskab i hverdagen 😊

**Det videre forløb**

Er det slut efter Trin 2? Nej! Paragliding er en livslang udviklingsrejse. Selv med næsten 30 års erfaring betragter Essie sig stadig som under udvikling.

Klublivet og det internationale fællesskab i sporten giver fantastiske muligheder for personlig og social vækst – og uforglemmelige oplevelser.