

Obsah

Výběr kluzáku	1
Volba velikosti padáku	3
Zatížení křídla a výkon	5
Létej po svém	9
Létání u svahu	11
Aktivní pilotáž	15
Na houpačce	17
Jak funguje termika	21
Život kumulu	25
Středění termiky	32
Termika ve stabilním zvrstvení	35
Termika ve větru	36
Učíme se stoupat rychle	37
Kde hledat termiku	39
Začínáme s přelety	41
Na přelet se školním kluzákem	45
Čtení nebe	48
Volba trasy	51
Pozorování	54
Speed	57
Řízení zadními popruhy	60
Optimální rychlost letu	62
Správná rychlost	68
Rychle a efektivně	74
Teorie šestiúhelníků	77
Létání pod kumulostrádou	79
Konvergence	81
V mraku	85
Navigace	89
Kouzelná hodinka	91
V závětří	93
Nastavení řidiček	97
Učíme se wingover	100

Začínáme létat akrobacií	104
Paragliding v horách	109
Volba trasy v horách	115
Sto kilometrů v horách	121
Expedice ve velkých horách	126
Nad rovinami	128
Krizový plán	136
Větrné poryvy	138
Velké mraky	141
Přistání v silném větru	145
Odhození záložního padáku	147
Strach z neznáma	149
Boj se strachem	152
Kognitivně behaviorální terapie	160
Poprvé na závodech	164
Taktika závodění	167
Jak se stát profesionálem	171

Ukázkové počasí na přeletu ve francouzských Alpách. Foto Ant Green

