



### **INFORMATIONS sur les contre-indications au vol en soufflerie**

Le simulateur de chute libre est un système de soufflerie qui reproduit les appuis d'un parachutiste en chute libre. Un vent laminaire est généré par des turbines et peut atteindre des vitesses aux environs de 200km/h. Le pratiquant est donc porté par ce vent et doit se tenir en position horizontale en légère hyper-extension de la colonne vertébrale (position cambrée), les bras écartés. Les articulations des épaules, le cou et la région lombaire représentent donc les zones sollicitées.



**Par conséquent, les contre-indications à cette pratique sont les suivantes :**

- **Maladies du coeur ou des poumons :**

- Toute maladie pour laquelle le sport est interdit
- Le port d'un Pace-maker ou d'un défibrillateur implanté

- **Maladies du squelette et des membres :**

- Luxation non opérée d'une épaule (fort risque de re-luxation)
- Hyperlaxité ligamentaire
- Spondylolisthésis instable entraînant des douleurs aiguës ou chroniques
- Hernie discale avec douleurs ou troubles de la sensibilité
- Lumbago ou sciatique récente
- Névralgie cervico-brachiale récente
- Ostéoporose importante

- **Toute entorse récente d'une articulation, surtout si elle est encore douloureuse**

- **Toute chirurgie récente de moins de trois mois**

- **Maladies Neurologiques**

- Epilepsie

- **Maladie Ophtalmique**

- Décollement de rétine récent

- **Prises Médicamenteuses**

- Anticoagulants

- **Grossesse en cours**

Par ailleurs, les contraintes en extension des zones cervicales et lombaires devront être prises en compte par les personnes souffrant de maladies inflammatoires chroniques de la colonne vertébrale (ex : spondylarthrite ankylosante) sans que pour autant cette activité ne soit totalement contre-indiquée ; seul existe un risque de re-déclenchement de douleurs.

En cas de doute, il est préconisé de vous rapprocher de votre médecin traitant pour l'obtention d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la chute libre. Il est précisé que ce certificat médical est

**OBLIGATOIRE** pour toute personne âgée de 65 ans ou plus.