



## SOLA FLYSTASJON FLYKLUBB

Postboks 312  
N-4066 Stavanger  
Norway

Skolesjef: 413 23 803  
Kasserer : 909 18 075  
Op. leder: 952 43 196  
Formann : 469 61 974

Bankgiro : 7336 05 10694

---

Sola, 06.12.2016

TIL: MEDLEMMER I SOLA FLYSTASJON FLYKLUBB OG AKRO INTERESSERTE  
I ANDRE NLF FLYKLUBBER

FRA: SFFK FLYSKOLE

TEORIKURS I AKROFLYGING 11.03-12.03.2017 PÅ SOLA.

SFFK planlegger å gjennomføre et teorikurs i akroflyging 11.03-12.03.2017.

Under PPL utdanningen brukes en begrenset del av flyets Performance Envelope. Mange flygere vegrer seg for å bruke store rorutslag, selv om dette kan være nødvendig ved lavere hastigheter. Andre synes det er ubehagelig å krenge over 30 grader og føler seg utrygge under steileøvelser. Som akroflyger vil du føle deg tryggere. Du lærer å håndtere flyet også i unormale flystillinger, noe som vil gjøre deg til en bedre og sikrere flyger.

SFFK har som målsetting å tilby akroutsjekk til alle medlemmer som ønsker det. I tillegg tilbyr klubben teorikurs til medlemmer i andre klubber med medlemskap i NLF.

Som teoripensum benyttes læreboken Akroflyging av Knut Lande som utgis av Pilotforlaget. Boken kjøpes gjennom Pilotbutikken AS:

<http://pilotbutikken.no/akroflygning.html>

Det anbefales at boken anskaffes i god tid og leses gjennom før kursstart. Dette er basert på et intensivt teorikurs med begrenset tid til studier under kurset. Kurset avsluttes med en skriftlig eksamen.

SFFK håper at så mange medlemmer som mulig kan delta på teorikurset, da vi ikke har kapasitet til å avholde disse teorikursene hyppigere enn en gang hvert andre år. Det er bare plass til 15 elever på dette kurset, så det er "først til mølla" prinsippet som gjelder.

Når en kandidat har bestått teoriprøve og kan dokumentere dette, kan en vente med selve utsjekken til senere dersom ønskelig. SFFK praktiserer en gyldighetstid for teorikurset på 3 år fra eksamensdato.

Teorikurset går over to dager og koster kr. 1 800. Akro utsjekksflyging i SFFK koster for tiden kr. 1 500 pr. time og kr. 300 pr. leksjon til instruktør (ca. kr. 18 000 for hele pakken). Det tas forbehold om endringer i priser for praktisk flyging.

Overnatting kan for eksempel ordnes på Quality Airport Hotel på Sola. Bestilling via choice.no.

Påmelding til kursansvarlig: Rein Inge Hoff, [rein@havnebase.no](mailto:rein@havnebase.no) innen 24.02.2017.

Påmelding er gyldig når kursavgift er betalt til:

SFFK v/kasserer Skule Sletten  
Bjørnegrasvegen 9  
4053 Ræge  
[skule.sletten@lyse.net](mailto:skule.sletten@lyse.net)  
Bankgiro: 7336 05 10694

Kvitting for betalt kursavgift og teoriboken Akroflyging medbringes ved fremmøte.

Vennlig hilsen

Espen Tjetland  
Skolesjef

Vedlegg: Kursplan

## SOLA FLYSTASJON FLYKLUBB

## AKRO TEORIKURS

SOLA, 11.03-12.03.2017

## TEORIPROGRAM

Basert på læreboken Akroflyging av Knut Lande, som kjøpes gjennom Pilotforlaget AS.

Lørdag 11.03.17 Teoriprogram

<b>Tid</b>	<b>Emne</b>	<b>Instruktør</b>
11:00-11:15	Innledning	Rein Inge Hoff
11:15-12:00	Akroflyging Bestemmelser Holdninger	Rein Inge Hoff
12:05-12:55	Generelt Flybegrensninger Motorbegrensninger Fysiologiske begrensninger	Rein Inge Hoff
12:55-13:15	LUNCH	
13:15-14:00	Pre-acro trening Repetisjon Stillingsflyging Airmanship Utkikk Høyde Løse gjenstander i cockpit Fastspenning Øvelsesområde Fallskjerm Nødprosedyrer	Rein Inge Hoff
14:10-15:00	Steep turns Sakteflyging Steiling	Rein Inge Hoff

**Lørdag 11.03.17 Teoriprogram (forts).**

<b>Tid</b>	<b>Emne</b>	<b>Instruktør</b>
15:10-16:00	Grunnleggende akroøvelser Spin	Rein Inge Hoff
16:10-17:00	Lazy-8 Chandelle	Thomas Gundersen
17:10-18:00	Uttak fra uvanlige stillinger Vertical recovery	Thomas Gundersen

**Søndag 12.03.17 Teoriprogram**

<b>Tid</b>	<b>Emne</b>	<b>Instruktør</b>
09:00-09:50	Standard akroøvelser Loop Aileron roll Barrel roll	Thomas Gundersen
10:00-10:50	Slow roll Snap roll Cuban Eight Reverse Cuban Eight	Thomas Gundersen
11:00-11:50	Immelmann Stall Turn Split-S	Thomas Gundersen
11:50-12:10	LUNCH	
12:10-13:00	Clover leaf Ryggflyging Kombinerte akroøvelser	Rein Inge Hoff
13:10-14:00	Fallskjerm Aresti system	Rein Inge Hoff
14:10-14:40	Repetisjon	Rein Inge Hoff
14:40-15:40	Test	

---

SLUTT