

Les sports d'extérieur avec Jonathan - Transcription en français

REJOINS LE CLUB VIP :

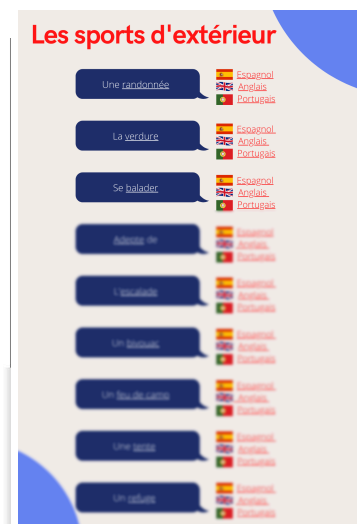
- **Transcriptions PDF bilingues** FR + Anglais / FR+ Espagnol / FR + Portugais
- **Le podcast bonus “je vous explique” + la suite de l’épisode** où j’explique les parties difficiles de l’épisode avec les conjugaisons, les temps, le vocabulaire, la culture, etc.
- **la fiche de vocabulaire de l’épisode**
- **l'accès au groupe privé Télégram.**
- **chat de groupe** sur Telegram 1h / semaine
- **Accès au serveur Discord privé.**
- **1 live privé par mois Questions / réponses**

Clique sur une image pour avoir accès aux transcriptions bilingues et à la fiche de vocabulaire :

[\[podcast bonus “je vous explique”\]](#)

Salut Jonathan !
Salut Fabien, **comment tu vas ?**
Oui, très bien, et toi ?
Oui, parfait ! Écoute, il fait, il fait chaud toujours était très, très chaud à Culiacan, ça va très bien.
Oui, ben ici, la chaleur est revenue. On a terminé l'hiver et je sens qu'on commence à être en été. Enfin, au printemps été, donc, il commence à faire assez chaud. Ça se voit pas à la caméra, mais j'ai un peu chaud.
C'est vrai, déjà. Et pourtant, on n'est qu'au mois de février, pourtant.
Oui, pourtant, effectivement.
Et aujourd'hui, ensemble, on va parler de sports d'extérieur ou d'activités d'extérieur avec Jonatan. Donc, j'ai quelques questions à te poser.

*Ché Jonathan
Ché Fabien, como você está?
Sim, muito bem, e você?
Sim, ótimo! Ouça, o clima aqui sempre estava quente, estava muito, muito quente em Culiacan, está muito bem.
Sim, bem aqui, o calor está de volta. Terminamos o inverno e eu sinto que está começando a ser verão. Bem, começamos verão, então está começando a ficar bastante quente. Não está começando ser no calor, mas*



Salut Jonathan !

Salut Fabien, comment tu vas ?

Oui, très bien, et toi ?

Oui, parfait ! Écoute, il fait, il fait chaud toujours était très, très chaud à Culiacan, ça va très bien.

Oui, ben ici, la chaleur est revenue. On a terminé l'hiver et je sens qu'on commence à être en été. Enfin, au printemps été, donc, il commence à faire assez chaud. Ça se voit pas à la caméra, mais j'ai un peu chaud.

C'est vrai, déjà. Et pourtant, on n'est qu'au mois de février, pourtant.

Oui, pourtant, effectivement.

Et aujourd'hui, ensemble, on va parler de sports d'extérieur ou d'activités d'extérieur avec Jonatan. Donc, j'ai quelques questions à te poser.

Qu'est ce que tu peux nous dire sur les randonnées en France ? Comment ça se passe ? Les lieux où on peut en faire, tout ça.

Donc, avant tout en France, donc il y a de superbes villes comme Paris, comme Nantes, comme Tours, à visiter, bien sûr. Mais, quelques fois, quand on vient en France, on oublie aussi qu'il n'y a pas seulement que ces grandes villes, il y a d'autres, il y a beaucoup d'autres domaines, beaucoup d'autres activités à faire, et

notamment tout ce qui est randonnée, donc plutôt randonnées d'été. Donc, on va avoir, pour faire de superbes randonnées, les Pyrénées dans le sud de la France, et on aura aussi les Alpes.

Grosso modo, pour vous donner une idée. Les Pyrénées, c'est nettement plus vert que les Alpes, dans le sens où il y a beaucoup plus d'arbres, de verdure, de végétation.

Donc ça dépend le type de randonnée que vous appréciez. Si vous appréciez vous balader dans une vallée, proche d'une rivière avec beaucoup de verdure, allez plutôt dans les Pyrénées. Si vous préférez faire de la vraie randonnée mélangée à de l'escalade, allez plutôt dans les Alpes. Il y a un petit peu moins d'arbres et c'est plus sec. Le temps est beaucoup plus sec. L'idée des randonnées, j'ai l'impression, c'est mon avis perso, mais j'ai l'impression que beaucoup de gens sont adeptes des randonnées d'été pour plusieurs raisons, notamment le budget. Je pense que, honnêtement, c'est quelque chose qui est important pour pas mal de ménages en France, pas mal de familles. Les randonnées d'été. On peut se permettre de voyager en famille et avec ses enfants, pas très cher. À part, on avait parlé à la fois de l'autoroute pour aller par exemple de Bordeaux vers les Pyrénées ou de Paris vers les Pyrénées. À par l'autoroute, après, il n'y a quasiment plus rien à payer. Ce n'est pas très cher, donc on peut partir en week-end ou une semaine ou deux et profiter de faire des randonnées dans les Pyrénées, par exemple.

Oui, c'est vrai que pour marcher, finalement, il n'y a pas besoin de beaucoup de matériel. Une paire de chaussures et c'est parti.

Exactement, c'est assez simple. Une fois que tu as investi dans une bonne paire de chaussures, ça, c'est primordial, par contre, ben, tu peux profiter de ton week end, passer un moment agréable en famille et les randonnées, c'est quelque chose de super sympa à faire ensemble. Ça rapproche les gens. Je voulais parler avec toi de ces randonnées. Moi, ça me tient à cœur. J'en fais depuis que je suis petit, depuis que je suis vraiment petit. J'étais tout jeune avec mes parents quand j'ai commencé.

Et j'ai de très bons souvenirs et c'est pour ça, qu'aussi, j'aimerais en parler. Parce que je pense que ça peut forger des souvenirs pour pas mal de personnes qui viennent par exemple visiter la France. Ça peut être une bonne idée de profiter du territoire français. Bon, grosso modo, quand on fait une randonnée, on choisit, on peut faire des randonnées à la journée ou simplement on part le matin, on revient le soir avec un petit sac très léger et on profite du temps et de la journée.

Ou, on peut décider de se compliquer la tâche et on va prendre un gros sac de randonnée et on part bivouaquer. Donc on part, finalement, faire du camping plus ou moins en autonomie pendant trois, quatre, cinq jours. C'est ce que je faisais quand j'étais plus petit avec mes parents et je continue de faire ça avec mes amis. Donc, on a tous entre 25 et 30 ans et on continue. C'est une super activité à faire, à faire entre amis. Excellent !

Ouais, c'est vraiment sympa à faire. Comme je le disais, ça ne coûte pas cher pour les jeunes, c'est parfait. En plus, il y a quelques possibilités selon les endroits. On peut faire des feux de camp le soir, donc on peut carrément dormir en haut dans la montagne. C'est légal. En France, on peut le faire, selon les lieux. Attention, en France, tout est très bien protégé. Le domaine est très protégé. Donc selon les lieux, on peut faire des feux de camp ou pas, et on peut aussi dormir et bivouaquer avec sa toile de tente.

Dans l'option, on ne peut pas bivouaquer en toile de tente, parce que, par exemple, c'est interdit. On peut dormir en refuge. Il y a pas mal d'infrastructures pour accueillir les touristes ou les randonneurs en montagne. On peut dormir dans le refuge, on peut y manger. C'est l'occasion de manger un peu gras, histoire de reprendre des forces. Et donc les randonnées d'été, super agréables à faire, pas très chères et beaucoup d'activités à faire pour partir en juin, juillet, août, par exemple.

D'accord, donc soit en bivouac, soit on dort dans un refuge.

Exactement, c'est la solution. Dormir dans le refuge, c'est vraiment le lieu ne permet pas ou ne permet pas d'accueillir un bivouac, par exemple parce que la zone est considérée comme plus ou moins à protéger, exactement. Bon, c'est une bonne chose. On protège l'environnement en France, énormément, donc restreindre ces zones d'accès, ce n'est pas pour embêter les gens, au contraire, c'est pour respecter la nature. C'est plutôt, plutôt une bonne chose.

Oui, c'est complètement normal, en effet. Et en parlant d'autres sports un peu plus techniques, par exemple, est-ce que tu as fait souvent du ski ou du snowboard ?

Ou alors toujours en restant, du coup, avec la montagne Pyrénées ou les Alpes, ou éventuellement même les Pyrénées en Andorre. Il y a beaucoup, beaucoup, beaucoup de stations de ski en France. On est extrêmement bien équipés. On a énormément d'infrastructures et ce qui est intéressant aussi, c'est pour tous les budgets. Quelqu'un qui veut vraiment faire plaisir, qui veut aller dans une station, une grosse station avec beaucoup de pistes et de domaines skiables. Cette personne ira plutôt dans les Alpes, par exemple.

Une personne qui a un budget un peu plus réduit pourra se tourner plutôt vers les Pyrénées et donc avoir accès à des stations qui sont très confortables pour skier ou faire du snowboard, mais à moindre coût, quand même. C'est l'idée toujours de pouvoir avoir les Alpes, où il y a plus de choses à faire, mais un peu plus cher, où les Pyrénées : un peu moins de choses à faire, mais beaucoup moins cher, à choisir.

D'accord, ok. Des conseils très sympa, merci beaucoup. Et tu faisais du ski ou plutôt du snow...board ? J'ai essayé une fois le ski, mais je n'ai pas aimé. Ça ne m'a pas du tout motivé. Moi, j'ai toujours fait du snowboard. Depuis, ça doit faire, je sais pas, 7, 8 ans à peu près. Je faisais du snowboard et on peut profiter pleinement. Je parle notamment dans des stations comme La Mongie ou Saint-Lary, dans les Pyrénées. On peut profiter pleinement du domaine skiable en ski ou en snowboard. Je parlais aussi tout à l'heure des Alpes, à Tignes ou les Deux Alpes, Val d'Isère, Chamonix : des stations très connues. Beaucoup de touristes vont notamment à Chamonix. Donc, des grandes stations avec beaucoup d'infrastructures. On peut faire différents types de sports, on parle de ski, on parle du snow pour le snowboard. On peut aussi faire éventuellement de la luge. On peut faire des balades en raquettes, du ski alpin. Il y a pas mal de sports et de diversifications de sports qui sont proposés dans les Alpes ou les Pyrénées.

OK, excellent, très, très bien. Ouais, j'ai fait un peu de ski quand j'étais jeune, mais pas trop, et je me rappelle du nom de La Mongie dans les Pyrénées. J'y suis allé peut-être plusieurs fois, une fois, deux fois. Je ne sais pas exactement, mais je me rappelle de ce nom, en effet.

Ouais, c'est une station plutôt familiale. Très souvent, quand on commence le ski avec ses parents ou quand on est plus petit, on va plutôt à Gourette ou éventuellement à la Mongie. C'est des stations qui ne sont pas non plus très, très, très grandes. Elles ne sont pas hors budget. Donc, pour les familles ou les familles nombreuses, c'est super super pratique d'avoir des stations comme ça. Ouais.

Excellent, merci beaucoup. Très bien. Et est-ce que tu as fait, par exemple, beaucoup de surf dans ta vie aussi ?

Ouais. Alors, le surf, j'aime. Est ce que je suis bon ou est ce que je suis doué ? Non, je ne vais pas mentir. J'adore en faire. Je ne suis pas très fort. C'est très, très, très physique, le surf, à faire, faut pas l'oublier. Donc, j'aime le pratiquer avec des amis et on a surtout l'avantage d'avoir, sur la côte atlantique, de superbes plages pour pouvoir pratiquer du surf. On a éventuellement, j'en avais parlé la dernière fois dans l'autre épisode, les plages de Vendée où on peut commencer à avoir de superbes plages sans trop de personnes, avec de belles vagues. En descendant, on a l'île d'Oléron, qui propose des belles plages et en descendant plutôt dans notre région à nous, on va voir tout ce qui est bassin d'Arcachon, Lacanau. Et ensuite, on aura Hossegor, villes qui

sont plutôt réputées dans le domaine du surf. Je crois que Lacanau, Arcachon, c'est quand même très connu pour ça.

Oui, Lacanau est très connue. Alors, pas exactement Arcachon puisque Arcachon est située, la ville est située sur le bassin d'Arcachon, donc là, il n'y a pas de vagues puisque c'est comme un lac. C'est comme la mer Méditerranée, par exemple. Mais juste à côté, si on va au Pyla où il y a la dune du Pyla. Là, effectivement, on pourra surfer.

C'est ça, exactement.

Et l'intérêt de toutes ces, on va dire de ces stations, c'est qu'on peut avoir beaucoup de magasins de location. On peut louer très facilement et pour pas très cher une planche de surf, une combinaison parce que, bon, on reste en France. L'eau n'est pas non plus la plus chaude au monde, donc on a l'habitude d'utiliser des combinaisons jusqu'à, allez, jusqu'à juin on va dire. Et après, on peut enlever la combinaison. Mais bon, pour louer, c'est très pratique. Tous les magasins en bord de plage ont des locations et on peut venir sans rien et s'équiper au dernier moment.

Est ce que tu as fait d'autres sports de glisse, comme du skate ou du roller, par exemple ?

Ouais, alors roller, je n'ai jamais essayé. Ça me paraît très compliqué et j'ai très peur de me faire mal. Par contre, le skateboard, oui, j'en fais encore actuellement au Mexique. Quand j'en faisais en France, l'avantage, c'est qu'on a beaucoup d'infrastructures encore une fois. Beaucoup d'équipements, quasiment chaque ville à ce qu'on appelle un skate park. Donc, un domaine, un lieu pour skater. C'est très bien quand on est jeune pour faire du sport, c'est aussi bien en famille. On peut amener les enfants et les enfants pratiquent le skateboard ou le roller. Et dans certaines villes, ce qui est très intéressant, notamment en hiver, on a des hangars, on va appeler ça des hangars, des lieux privés pour faire du skateboard, de la trottinette ou du roller, mais dans des espaces couverts. Donc, à Bordeaux, il y a un lieu qui s'appelle Darwin, un lieu où on peut éventuellement passer sa journée. Il y a pas mal de petits bars, il y a quelques concerts et il y a une zone de graffiti.

Et en plus, il y a un skatepark couvert. Donc ça, c'est super sympa. Et sur la ville de Nantes, je crois que le centre s'appelle "Le hangar". Il me semble. Et on peut y aller, payer son entrée, et skater avec des infrastructures géniales le temps d'une journée.

D'accord ! Et on peut aussi louer des planches de skate ?

Ouais, on peut, on peut louer planches. Éventuellement des protections si ça peut être pratique. Donc planches et protections, oui, ça peut être loué. En fait, on peut improviser une journée et se dire une journée : "Voilà, aujourd'hui, je vais skater, je vais faire un sport de glisse". Ouais, ça, c'est possible.

Oui, donc, on arrive sans rien, sans équipement et on va louer le skate ou les rollers. On va louer le casque, les coudières et genouillères pour les genoux, par exemple.

Exactement ! Toutes les protections. Surtout que les enfants vont porter, mais que les professionnels portent aussi, bien sûr. On peut le louer à la dernière minute. Ce n'est pas quelque chose qui est tant démocratisé, je pense. Mais oui, ça peut se faire. Ouais, ouais, ouais.

Oui, ça peut être très sympa comme activité, tout seul ou en famille, ou avec des amis, par exemple.

Exactement ouais,

D'accord. Oui, c'est marrant que tu dises que pour toi, le roller, c'est pratiquement impossible ou c'est très difficile parce que pour moi, c'est le contraire. J'ai toujours fait du roller, enfin, j'ai fait du roller pendant 4 ou 5 ans quand j'étais adolescent et j'adorais ça. Et pour moi, je trouvais ça très facile, évidemment. Mais je voyais ceux qui faisaient du skate et je me disais que c'était vraiment très difficile. Et j'ai essayé une fois ou deux de monter sur un skate et pour moi, c'était vraiment horrible. C'était vraiment très compliqué, très difficile. Donc je pense que c'est une question d'habitude, comme tout et une question de pratique, à mon avis.

Ouais, on est vraiment sur la pratique, sur l'habitude. En plus, quand on commence petit, on n'a pas cette appréhension, cette sensation de peur. On ne connaît pas vraiment la peur. Moi, je vois les petits qui skatent quelquefois avec moi, je me dis : "Mais oui ! Ils sont beaucoup plus courageux que moi".

Ils osent, ils tentent. Ils ont vraiment, ils n'ont pas peur d'essayer des choses. Et ça leur réussit très bien. Donc, quand on est petit, on n'a pas peur et on progresse très vite. Et je vois très souvent des petits, des jeunes qui sont très, très forts et qui, je pense, ne connaissent pas la peur. Alors que moi, maintenant, à mon âge, après être tombé, par exemple, en snowboard il y a 2 ou 3 ans, je me suis fait une elongation des ligaments. Donc maintenant, j'ai une appréhension, j'ai un peu peur, je fais attention.

Très bien. Et, est-ce que tu as fait, par exemple, du wake, du wakeboard.

Ouais, le wakeboard, c'est une activité qui s'est vraiment démocratisée en France depuis, allez, je vais dire 10, 15 ans environ. Le principe du wakeboard ? On peut en faire soit en mer ou sur des lacs tirés par un bateau. D'accord, c'est un sport qui vaut quand même assez cher parce qu'on doit louer ou en tout cas faire appel à un professionnel pour avoir un bateau ou tracter une personne.

Donc ça fait cher et il y a des centres de wakeboard dans des lacs, où il y a des infrastructures avec des pylônes qui sont reliés par un grand câble et le câble te fait faire le tour du lac. Le principe, ceux qui ne connaissent pas le wakeboard, c'est exactement comme du snowboard, mais sur l'eau, tout simplement. Et sur le lac, au milieu du lac, il y a quelques infrastructures, quelques tremplins pour pouvoir essayer de sauter. Ça ressemble à un snowpark, mais sur l'eau. Et en France, il y a beaucoup de lacs. Donc, on peut faire cette activité partout. C'est super agréable. En mai, juin, juillet, août, septembre. Sur cette période-là, c'est vraiment très sympa à faire.

D'accord, donc tu en as fait un peu partout en France, du Wake ?

J'en ai pas fait partout en France, j'en ai fait plutôt dans ma région, donc plutôt en Vendée, autour de Bordeaux. Tu as environ 4 à 5 parcs, 4 à 5 lacs avec différents prix pour chaque accès. Pour te donner une idée à peu près du prix en euros, si tu veux faire une heure, ça se loue à l'heure, c'est environ 25 euros pour avoir accès au lac, avoir accès à l'équipement et pouvoir profiter de ce sport pendant une heure. Il y a aussi des abonnements qui sont faits. C'est assez cher, oui, mais c'est 500 à 600 euros, mais pour un ou deux mois complets. Et donc, il y a beaucoup de gens qui, quand ils sont en France, quand ils veulent profiter de leurs vacances d'été, ils réservent carrément un mois ou deux, et ils viennent tous les jours pratiquer ce sport. D'accord, oui, c'est intéressant. Il y a beaucoup de lacs en France, effectivement, donc on peut le pratiquer un peu n'importe où. C'est comme le wakeboard, c'est comme le snowboard pour le ski.

Ouais, c'est un peu la même idée. C'est un peu le cousin du snowboard, tout simplement sur l'eau. Les positions, la vitesse, les sensations sont plus ou moins les mêmes. Ça permet aux adeptes de snowboard, qui adorent ça, qui adorent faire des sports d'hiver, de pouvoir finalement avoir quasiment les mêmes sensations, mais en été. En plus de ça, je vois souvent beaucoup de familles qui viennent parce que le lac, très souvent, il y a des petites plages qui sont aménagées pour pouvoir passer la journée tranquillement. Éventuellement, il y a quelques petits bars, un snack pour manger, donc, l'idée c'est de venir le matin, passer la journée là-bas au soleil, surtout avec le super temps qu'on a en France en juin juillet, et profiter de sa journée, tout simplement. OK, c'est vraiment un bon conseil, vraiment sympa. Est-ce que tu as fait des sports beaucoup plus extrêmes, comme les sauts, le saut en parachute ou le saut à l'élastique?

Ouais alors, le saut à l'élastique, j'en ai déjà un qui est prévu. Des amis à moi m'en ont offert un pour le mois de juin, quand j'irai en France. Donc j'ai déjà le saut à l'élastique qui est prévu. Très souvent, dans ma vie, j'ai très souvent voulu faire un saut à l'élastique, mais je n'ai pas fait de saut à l'élastique. Pourquoi ? Parce qu'à chaque fois, j'attendais que quelqu'un vienne avec moi. Mais bizarrement, les gens, j'ai l'impression qu'ils ont

peur de faire le saut à l'élastique. La sensation de voir le fond, par exemple, d'une falaise ou directement le sol. Même cette sensation de distance avec le sol fait peur aux gens. Et le vertige, je pense, freine les gens dans leur envie de faire du saut à l'élastique.

-Alors, pour témoigner, j'ai fait les deux. J'ai fait un saut en parachute, j'en ai fait un seul et j'ai fait deux saut à l'élastique. Et en effet, le saut en parachute fait beaucoup moins peur parce que quand on est à 4000 mètres d'altitude, on n'a pas le vertige parce qu'en fait, le sol, ça nous paraît une petite photo comme ça. Donc on n'a pas cette sensation de hauteur et de vertige. Enfin, c'est très haut, évidemment, mais on n'a pas cette peur. Comme si on était, par exemple, debout sur la barrière d'un pont, c'est beaucoup plus..., on a beaucoup plus peur de ça que d'être en haut d'un avion à 4000 mètres, paradoxalement, parce qu'il y a beaucoup moins cette sensation de hauteur, en fait, je ne sais pas comment l'expliquer. Et finalement, le saut en parachute, on a, on est en tandem, on a le moniteur qui est derrière, donc on n'a pas le choix du tout. Il ouvre la porte et c'est lui qui part.

Donc on n'a pas notre mot à dire. Alors que le saut à l'élastique en fait, on est un peu face à nous mêmes et on est comme ça en train de dire " J'y vais à 3, à 3,2, 1 ? Non ? Attends, finalement, ça, ça, ça et on n'arrive pas à se lancer. Eh oui, se lancer la tête la première, c'est vraiment vraiment une autre sensation que de sauter dans l'avion, de tomber d'un l'avion, en fait, ça fait moins peur. C'est quand même des sensations qui sont extrêmes. Le saut en parachute, c'est une sensation incomparable, inimaginable. Mais le saut à l'élastique, c'est vrai que c'est plus effrayant. Ça fait plus peur parce qu'on est seul face à nous mêmes et seul face à nos peurs, un petit peu. Je pense que c'est pour ça, non ?

-C'est ça. On le fait vraiment, le saut à l'élastique, dans le but de se surpasser et vraiment de combattre ses peurs. Je pense qu'il y a des gens qui ont le vertige. Ils ne pourront jamais de leur vie faire un saut à l'élastique. Tout dépend des personnes. Tout dépend de ses propres peurs, de ce qu'on veut se prouver. Est ce que je peux y arriver et que je ne vais pas y arriver finalement ? Donc, c'est vraiment quelque chose à tenter. En France, on a pas mal d'endroits pour sauter. Il y a différents ponts. Très souvent, c'est des ponts, forcément, pour sauter. Un peu partout en France. Donc j'attends juin avec impatience pour pouvoir sauter avec des amis à moi. Et tu me parlais aussi de saut en parachute. Alors, j'ai une petite histoire par rapport à ça. J'ai réservé un saut en parachute avec des amis. J'ai planifié cette journée avec tous mes amis, donc j'ai mis mes amis en contact. On s'est rassemblé. On a pris ma voiture. On est partis ensemble et on s'est séparés en deux.

Un premier groupe a sauté. Puis, normalement, avec un ami à moi, je devais sauter à la suite. Le premier groupe monte dans l'avion, s'envole et il saute. Ils reviennent avec un visage complètement ébahi. Ils étaient vraiment fous, heureux et je me dis : "super, à mon tour, ça va être génial". Je monte dans l'avion, je reçois les consignes de sécurité, forcément. Avec un ami à moi, on monte dans l'avion. Je me mets à la porte pour sauter avec le moniteur. Il ouvre la porte. J'ai les pieds dans le vide et à ce moment-là, le moniteur estime que le temps n'est pas suffisamment clément, qu'il n'est pas assez beau, qu'il ne fait pas assez beau, pardon. Et donc, on ne sautera pas. Donc, il me demande de remettre mes pieds à l'intérieur et il ferme la porte devant moi. Donc, j'ai eu la sensation de prendre l'avion, de monter, mais je n'ai pas pu sauter. Malheureusement. Une autre fois, j'y suis retourné et cette fois, oui, j'ai pu sauter.

Et comme tu as, comme tu as dit, c'est une sensation complètement incroyable, unique à faire.

Financièrement, saut à l'élastique 50, 60 euros, en France et sans parachute, on est plutôt à 300, 350. Ça dépend des prix et du secteur, surtout. Donc, super expérience. Et vraiment, c'est quelque chose à faire en France et surtout qu'on a des normes de sécurité qui sont vraiment très, très bien établies, tout est contrôlé, donc il n'y a absolument aucun risque.

Eh oui, bien sûr, les normes sont assez drastiques et c'est complètement normal pour ces deux sports parce que la moindre erreur est assez fatale, on va dire.

C'est sûr, faut pas se loucher, faut pas se tromper.

Oui, oui, exactement. C'est vrai que j'ai fait deux sauts à l'élastique. J'en ai fait un en France, alors je l'ai fait en avant, en France et c'est vrai que c'était difficile pour se lancer. C'était très difficile, mais en tous les cas, il y a tous les autres qui t'encouragent et c'est vrai qu'on n'a pas vraiment le choix, en fait. On doit y aller à un moment ou un autre. Et j'ai fait un autre en Colombie en arrière. Et c'est beaucoup plus facile de se lancer en arrière parce que tu ne vois pas le vide. Tu ne vois pas le sol, donc il faut bien se lancer, par contre, faire un bel arc comme ça, c'est pas facile à faire, se lancer comme ça, mais c'est plus facile en arrière qu'en avant parce que j'avais le choix en Colombie. Il m'a dit "tu préfères en avant ou en arrière ?" J'ai dit : "j'ai déjà fait en avant, donc je vais faire en arrière et c'est vrai que c'est quand même quelque chose qui est très violent.

Ça, c'est une sensation qui est très, très, très violente et c'est quelque chose qui est d'ailleurs qui tend la colonne vertébrale, qui n'est pas à faire tous les jours, je pense. Comme activité, mais c'est une sensation extrêmement forte. On ne peut pas le renier.

Je savais pas qu'on pouvait sauter comme ça en arrière. Je pensais que c'était automatiquement en avant. Tu m'apprends quelque chose. Moi, je pense que je le ferai en avant, histoire d'avoir vraiment plein de sensations. Mais peut-être que je regretterai mon choix et que sur le moment, j'aurai peut être peur. Bon, je verrai bien ça en juin.

Oui, donc, dans les deux cas, tu auras des sensations et je pense que c'est mieux la première fois, la tête la première, c'est à dire en avant comme ça. Enfin, oui, forcément la tête la première, mais je veux dire en avant qu'en arrière. En avant, oui, c'est beaucoup plus, beaucoup plus effrayant, on va dire.

Ouais, effrayant. C'est stimulant et c'est ce qu'on cherche. On paye pour avoir des sensations. On dit souvent, en France, on aime se sentir vivant. Voilà, c'est un moment où on se sent vivant, on se sent vivre et on profite pleinement des sensations et de son corps. Donc c'est super agréable à faire.

Oui, je te confirme, je te souhaite d'en profiter au maximum. Ça va être court, mais intense.

Exactement, c'est sûr ça va être très court parce que c'est ou peut être une dizaine de secondes, le tout, mais très intense, comme tu dis, ça c'est sûr.

Bon très bien, merci beaucoup pour cette conversation, Jonathan. Merci beaucoup.

Non, avec plaisir. Écoute, on se reverra peut être à l'occasion. J'ai l'impression qu'on va se voir.

Exactement, et si vous souhaitez réserver une session d'essai avec Jonathan, n'hésitez pas à utiliser le lien qui sera dans la description de la vidéo YouTube. Je vous mets le lien dans la description. Et puis on se retrouve sûrement pour un autre dialogue. Jonathan, à bientôt.

Aller avec grand plaisir. On se va bientôt Fabien, merci à toi.

Merci beaucoup. Salut, à bientôt, ciao