

Ordene til ditt første hopp

FFP-godkjent klubb · Beni Mellal lufthavn · Hver dag fra 5. desember 2026 til 4. april 2027

Ha arket på mobilen eller skriv det ut: det viser, i samme rekkefølge som hoppet, ordene instruktøren bruker i briefing, med de engelske ordene. På hoppdagen er du på kjent grunn.

~4000 m

utsprangshøyde

15–20 min

stigning i Pilatus PC-6

~50 s

i fritt fall

5–7 min

under skjermen

Hoppet ditt, steg for steg

Begrep	På engelsk	Hva det betyr
Briefing	Briefing	Gjennomgangen du får på bakken før hoppet. På et tandemhopp handler den om det viktigste: stillingen i utsprang, «bananen» i fritt fall, beina opp i landingen og instruktørens tegn. Før det første AFF-hoppet er det et ordentlig grunnkurs, inkludert nødprosedyrer.
Passasjersele	Passenger harness	Selen du tar på deg på bakken: låstroppe, brystrem og skulderstroppe, justert etter kroppen din. I flyet fester instruktøren den til sin egen i fire punkter (to ved skuldrene, to ved hoftene) og kontrollerer hvert feste før utsprang.
Utstyrskontroll	Gear check	Kontroll før man går om bord, og en gang til før utsprang: stroppe, pinner, håndtak, nødåpner. På tandemhopp kontrollerer instruktøren selen din og de fire festepunktene; på AFF-kurset lærer du å kontrollere ditt eget utstyr.
Stigningen	Ride to altitude	Flyturen fra avgang til utsprang. Hos PACMA tar den 15 til 20 minutter opp til ca. 4000 meter: tid til å nyte utsikten, gå gjennom beskjedene med instruktøren og stramme de siste stroppe.
Utsprang	Exit	Øyeblikket du forlater flyet. På tandemhopp flytter instruktøren seg fram til døra med deg sittende foran seg: hodet bakover, hendene på selen, og så går det. På det første AFF-hoppet går du ut mellom de to instruktørene dine, som holder deg i selen.
«Bananen» (svai)	Arch (banana position)	Grunnstillingen i fritt fall: hoftene skjøvet ned mot bakken, hodet bakover og beina lett bøyd bakover. Med svai rygg stabiliserer kroppen seg naturlig med magen mot bakken. På tandemhopp er dette den viktigste beskjeden: «bananen».
Droque (stabiliseringsskjerm)	Droque	En liten fallskjerm som tandeminstruktøren kaster ut noen sekunder etter utsprang. Den stabiliserer dere to og holder farten på ca. 200 km/t, samme fart som en hopper alene, slik at dere får nesten 50 sekunder i fritt fall. Ved åpning trekker den også ut hovedskjermen.
Fritt fall	Freefall	Delen av hoppet mellom utsprang fra flyet og skjermåpning. Fra 4000 meter varer det i ca. 50 sekunder, i nesten 200 km/t i magestilling, til skjermen åpnes rundt 1500 meter. Følelsen av å falle forsvinner etter noen sekunder: luften bærer deg.

Begrep	På engelsk	Hva det betyr
Skjermåpning	Deployment	Øyeblikket fallskjermen åpner seg: man kaster ut pilotskjermen, som trekker skjermen ut av containeren; den fylles på noen sekunder, og farten faller fra ca. 200 km/t til rundt 20 km/t. På tandemhopp er det instruktøren som åpner, rundt 1500 meter.
Skjermtur (skjermflyging)	Canopy flight	Flyturen under den åpne fallskjermen, fra åpning til landing: 5 til 7 minutter hos PACMA, i ro og fred, med Atlasfjellene som kulisse. Man svinger, bremses og planlegger innflygingen: det er ekte flyging.
Beina opp (tandemlanding)	Legs up (tandem landing)	Landingsbeskjeden til tandempassasjerer: på vei inn mot bakken løfter du beina fram foran deg, slik at instruktøren kan lande dere, som oftest ved å skli inn på baken, eller stående hvis han bestemmer det. Det er siste punkt i briefing.
Værstopp (weather hold)	Weather hold	Pause i hoppingen når vind, skyer eller regn gjør det utrygt å hoppe. Det er teknisk leder som avgjør. Hos PACMA flyttes hoppet ditt uten ekstra kostnad til en annen dato i sesongen hvis været stopper det, eller det gjøres om til en tilgodelapp.

Før du kommer

Begrep	På engelsk	Hva det betyr
Legeattest	Medical certificate	Dokument fra en lege som bekrefter at det ikke er noen helsemessige hindringer for fallskjermhopping. Hos PACMA kreves den for tandemhopp; har du ingen legeattest, kan du ta en legesjekk på stedet hos klubbens lege (200 MAD). For AFF-introhopp og AFF-kurs krever FFP en legeundersøkelse hos en FFP-godkjent lege, ikke eldre enn tre måneder.
Maks vekt	Weight limit	Vekten der et tandemhopp ikke lenger er mulig, fordi tandemutstyret og landingen er laget for en begrenset totalvekt. Hos PACMA er grensen 90 kg for passasjerer, med klær. Er du i tvil, veier du deg påkledd og tar kontakt med oss før du bestiller.
Hoppbriller	Goggles	Myke briller som beskytter øynene mot vinden i fritt fall. Noen modeller passer over vanlige briller: bare si fra til instruktøren din.

Greit å vite

- Tandem er åpent opp til 90 kg med klær.
- Legeattest kreves; har du ingen attest, kan du ta en legesjekk på stedet samme dag (200 MAD).
- Ustabilt vær? Hoppet ditt flyttes gratis til en annen dato i sesongen, eller gjøres om til en tilgodelapp.
- Venner og familie er hjertelig velkommen; lunsjbuffet i det tradisjonelle marokkanske caïdal-teltet ved rullebanen (70 MAD).
- Reisevei: 2 timer med bil fra Casablanca, 2,5 timer fra Marrakech.

Vil du vite mer?

Hele ordlisten (145 begreper): www.pacma-maroc.com/no/fallskjermordliste

Bestill tandemhoppet ditt (250 €): www.pacma-maroc.com/no/bestill?activity=TANDEM