

Going Big and dealing with Setback

Cloudbase Mayhem Podcast 166 — Serena Ronchi

Published	2022-03-03
Episode page	https://www.cloudbasemayhem.com/episode-165-going-big-and-dealing-with-setback-with-serena-ronchi/
Duration	00:54:20
Speakers	Gavin McClurg, Serena Ronchi
Languages	English (en) · Français (fr) · Deutsch (de)
Audio	0166-going-big-and-dealing-with-setback-with-serena-ronchi.mp3
Transcription	faster-whisper large-v3, language en
Diarization	pyannote/speaker-diarization-3.1
Translation	gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf
Dictionary	3 correction(s) applied

Contents

English	2
Show notes	2
Transcript	2
Français	12
Show notes	12
Transcript	12
Deutsch	22
Show notes	22
Transcript	22

English

English · transcribed from the audio by faster-whisper large-v3

Show notes

season Serena won the female XContest and flew OVER 10,000 kilometers in a single season! She quit her job as a teacher and went on an 8 month sabbatical to fly and spent over 3 months in the Sertão of Brazil. Serena takes us back to her time in Brazil and learn about flying in a lot of wind, towing, figuring out the flats and having it all come together. Serena takes us through her journey to become a pilot, the addiction that set in, her dreams and hopes with flying and then the accident that brought it all to a sudden halt and the extraordinary and difficult road she's undertaken to recover.

The post Episode 166- Going Big and dealing with Setback with Serena Ronchi first appeared on CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:08] **Gavin McClurg:** Hi there, everybody. Welcome to another episode of Cloud-Based Mayhem. I have no housekeeping today. We can jump right into this. My guest today is Serena Raunchy. You probably all heard her name recently. She won X-Contest this year, which was a phenomenal feat considering she started flying in 2018. And she did it by flying over 10,000 kilometers this last year. She quit her job and went on an eight-month sabbatical and spent three months, I think, down in the Sertau in Brazil. And she was flying down there on an ENB wing and got under the wings of Dominique Roehner, who we've had on the show. Very accomplished, another very accomplished Swiss pilot.

[00:00:53] And, yeah, she really started putting it together down there and getting some big flights. That took her to the top of X-Contest. And so we talk about her progression and how she got into the sport and all the things she was chasing. And then it all came to a pretty abrupt and scary halt or pause, I guess it would be. About six months ago, I got hit by what she thinks is a pretty powerful dust devil coming into land. And she's had to kind of go through six months of really brutal. Rehab and that is still ongoing and basically learn how to walk again. So we, of course, talk about that and her accident and recovery and flying with Chrigel recently and getting back into it slowly, but surely.

[00:01:47] So I really enjoyed this talk. Serena is a consummately optimistic person and has the hugest smile. And I think you'll find this chat. And I think you'll find this chat hard, but inspiring and very real. So enjoy this talk with Swiss pilot Serena Ronchi.

[00:02:14] Serena, welcome to the CloudBase Mayhem. We've been trying to do this for months now. And I know we're both pretty hard to pin down. And you've been really busy there. We'll get into that later why. But welcome to the show. And thanks for giving me some of your time.

[00:02:31] **Serena Ronchi:** Thank you a lot. I'm so happy to be here. And yeah.

[00:02:37] **Gavin McClurg:** It's actually really good timing to talk to you because the magazine XC Mag just put out the latest issue with Russ Ogden on the cover. His amazing win down at the Worlds. And there was a really nice article about you in there. I didn't realize you flew over 10,000 kilometers last year. You spent a lot of time in Brazil. Down in the Sertau. So let's start there. That's a lot of distance in a single year.

[00:03:06] **Serena Ronchi:** Yes. So it was in July. I kept my job to have eight months free to fly. And it wasn't planned to go to Brazil. It was first planned to go to Turkey, to Uludeniz, to start acro flying. And then I learned. That Dominique Rohner, Swiss top pilot, was going in Brazil. And I wrote him. And I asked him if I can go with him. And yeah. Then he said yes. And I flew there. And yeah. First I was really scared to be in Brazil to fly with a lot of wind.

[00:03:53] And then it was so magical. I really loved to fly. I really loved to fly on the flat. And I spent three months there. And then I went to Mexico for two weeks. And then I came back to fly in Switzerland, where I live, in the spring. And yeah. Eight months to fly, fly, fly. Almost every day. That's

[00:04:25] **Gavin McClurg:** amazing. Yeah. The Sertau. So I have done the Sertau. I've

[00:04:29] **Serena Ronchi:** flown the Sertau

[00:04:29] **Gavin McClurg:** once. It's actually where I met Dominique years before you're talking about. But he and I spent some time. I was flying from Ticima mostly. And then I had a nice flight to basically put me down near Quixada. And so I flew the rest of the trip out of Quixada and met Dominique there.

[00:04:48] But that's a long time to be in the Sertau. Were you mostly towing? And how did you handle the desert for all that period of time? Because you're right. It's pretty windy. It can be pretty stressful.

[00:05:02] **Serena Ronchi:** Yeah. It's really crazy to spend three months there because there is nothing there. If you bomb out, you just turn at the hotel and it's so hot there. There's nothing to do. So you wait. You see the clouds over your head and you're asking you what I'm doing here.

[00:05:24] And yes. You've

[00:05:27] **Gavin McClurg:** got some perseverance, girl. You're great. You are stubborn. I dig it.

[00:05:32] **Serena Ronchi:** And yes, I spent two months towing. It was first in Caico and then it was in Assou.

[00:05:44] And it's two places where you can tow where the Swiss League is going to Caico to try to do some world records. And Assou, it's another place where you can fly. I can fly very long distances, but it's a bit difficult if the wind comes a bit more south because there is an airspace. So it's better to go to Caico. And two months towing and then I went to Quechada. It's a small hill where you foot launch. And it's pretty, pretty windy and turbulent because, yeah, there is an effect. It's a very, very windy, very, very windy. And with the effect of venturi and with the thermals, you can have wind to, I don't know, I had so between 55 and 60 kilometers per hour.

[00:06:40] And yeah, it can be really dangerous to start there.

[00:06:45] **Gavin McClurg:** Yeah, I got a sense for that in Tissima. In 2016, I was there and oh my gosh, I mean, every night I would just lay in bed and prepare myself for the, you know, the inevitable wind. And I remember the windy launch at five o'clock in the morning the next day, you know, it was just, oh man, it was madness. Some of the days were really crazy where you're just, oh, come on, give me a little bit of a break here. Give me a little bit of a break. And then you pull it up and just, you just skyrocket. Yeah. It's pretty wild.

[00:07:17] It's a tough way to start the day. You're quite relieved when you get in the air.

[00:07:23] **Serena Ronchi:** Yeah. And sometimes when the thermal is coming. You have a really strong wind, but if there is, there is not the thermal, you can start really easily because there is maybe 25, 30. And yeah, you just have to be very, very careful because sometimes you don't know if the thermal is coming because you see the bush. It's like dry, dry plants. And there are no leaves. So it's difficult to see if the wind is coming or not. And yeah, sometimes it's just luck or bad luck.

[00:08:10] And it can be really, really dangerous.

[00:08:15] **Gavin McClurg:** Yeah. They have a, they have a guy who sits up in this kind of tower in Quichada and they call it for you. It's amazing. You know, there's three. I don't think there's nearly the number of pilots there anymore because, you know, you run into the. Jungle. No. 400 K out. So they ever, but everything's moved more to the. East, you know, to, to Keiko and Asu where you're, you were flying from. And, but there was, and they, they were really good at it. They would go, go, you know, and they put their hand up and, and yell at you to go. And then that was that you had to pull up right away. You just, you couldn't, you couldn't pause at all. You had to be really ready to go. And they would just, they call these lulls. And, but like you said, I, I, you know, we didn't have that in Ticima and it was. It was. It was. It was. It was really spooky. Had you done much towing before you went to Brazil?

[00:09:01] **Serena Ronchi:** I did once here in Switzerland and it was just like, I don't know, maybe 200, 200 meter high. And it was just for fun to, to try, but yeah, really, it was, I think the second time I did it in Brazil and I was really, really scared about it.

[00:09:26] **Gavin McClurg:** I bet you were. I mean. I mean, towing is always a bit nerve wracking when there's a lot of wind, but when you don't have, you know, to go into a place like the Sertau green hats off to you, that was, uh, you, your, your heart must've been racing.

[00:09:41] **Serena Ronchi:** Yeah. And, but you know, you, you do it maybe 10, 15 times and then you find it really, really cool. It's funny. And it's a lot more safe for them to foot lounge with a lot of wind in, in Quixada. So, um, yeah, first you try and you're really scared and you asking you, what are you doing here? And, and then you, with, with the time you have more time to, to see what's, what's around you and you can start to, to fly doing the tow. So you can start to, to see the clouds and to analyze the, the, the sky.

[00:10:27] And see if you see birds and all the gliders. So then you can really start to, yeah, to start to fly and not just focus on, on your wing.

[00:10:41] **Gavin McClurg:** You're, you're living in Lausanne, you're Swiss. Uh, how did you get into flying and when did you get into flying? I understand it hasn't been, it wasn't, it was pretty recent, correct?

[00:10:52] **Serena Ronchi:** Yeah. It's, um, my fourth year now I started in. 2018 because I've done a lot of, uh, via Ferrata. And one day I saw two guys flying down the mountain after via Ferrata, that's a climbing way. And I thought, wow, that just amazing to, to go down the mountain like this. Uh, I really wanted to do the same because I like to climb, but I didn't like to, to go down. I didn't like to buy food. So I, I called the para gliding school and yeah, I started in 2018 and I had my license in, in November.

[00:11:40] And then I started to fly in the winter and in the spring I joined the Swiss league and yeah, that was a nice group of, uh, of. Pilots where they're doing some trainings and we flew together. We had some good briefing and debriefings and yeah, that helps me a lot to, to start to fly better.

[00:12:15] **Gavin McClurg:** The Swiss league is, is race to goal, correct? It's it's, is it all oriented around racing or is the Swiss league also more a club where they, you just get together and support each other for flying?

[00:12:26] **Serena Ronchi:** Mm. That's the Swiss club. Yeah. Club where all the pilots are, um, there to, to do some competition and some training together. And yeah, we have the XA league where some trainings are made to do some, some long, some long flights. Then we have the hike and fly league. That's pretty new. That's, uh, the. The league to do hike and fly trainings. And then we have the, um, uh, competition league. That's where you can do some tasks and the, um, yeah, the competition, how you do in, in the PVC.

[00:13:19] Hmm. Yeah. Is

[00:13:21] **Gavin McClurg:** your, is your, you said you were doing a lot of via ferratas before that is your background mostly climbing or. Yeah. What, what was, what, what did you do for sport before flying?

[00:13:32] **Serena Ronchi:** Uh, before flying, I was, I was not often in the mountains only for yeah. The via ferrata. That's the climbing route. It's not like climbing on the, um, with the hand on the rocks. The it's a way. Yeah. I've done some cross fits and fitness, but yeah, I, I didn't know anything about, uh, meteorology.

[00:13:59] **Gavin McClurg:** Can, can I ask you look quite young? How old are you just for the, for the audience to. I'm 29. 29. Okay. When you're, you're yes. Uh, so you're, so you started flying in 2018. You're going into your fourth year. Uh, for those who are listening, who don't know this, you won X contest last year, which is no small feat. Uh, I guess that helped with the very long stay. In Brazil. Was that a goal was to, to win X contest or did that just something that happened that you weren't even paying attention to because you were in Brazil? Yeah,

[00:14:36] **Serena Ronchi:** that wasn't a goal at all. I, I just started to fly in the flat lands in Brazil and for me, I, yeah, I maybe had a goal to, to fly 200 K, but, um, I really didn't expect that. But yeah, it was really lucky because. There were not a lot of pilots in Brazil and the very good pilots. Yeah. Were blocked in, in the, where they live because of the COVID. So I was lucky to, to go there and to be there three months to try and try and try. And yeah.

[00:15:20] **Gavin McClurg:** That's amazing. What was your, what, what ended up being your longest flight?

[00:21:10] **Serena Ronchi:** is is is is is is is is is the skills to to handle my wing with the strong wind because i very often was ground handling here in switzerland with a lot of wind and yeah my my teacher always said you have to yeah ground handle is very important and so i i've i don't know some i pass so many hours to go in fields and try to ground handle and try to do some exercise and i really love that i really love to to handle the wing in in strong wind and i i was scared about the wind during the flight but on the ground it was okay but yeah in the flights when you are high it's just so funny because you you go fast it

[00:22:11] **Gavin McClurg:** is nice when you're away from the terrain isn't it just cruising along what do you love most about flying serena i

[00:22:21] **Serena Ronchi:** think the the liberty and the sensation of yeah levitation and then the landscapes and to be with the friends uh in the train or at the takeoff but i think the first thing it's it's the liberty yeah

[00:22:43] **Gavin McClurg:** when you when you think about and we're going to talk about the the accident a little bit later on obviously that has changed things but the when you think about your future and flying do you what what drives you about it what what do you think about what what are your goals where would where would you like to see yourself in five years for example i

[00:23:08] **Serena Ronchi:** know it's pretty difficult to to talk about this because i had a very big accident six months ago and before that obviously it was to do my biggest goal was to participate at the x-hats and i was really really motivated to train and and to yeah to get the skills to participate and for sure to to do some long long flights and yeah now i think i don't know i just want to gain confidence again to fly in the alps and then we'll see i don't know i don't know how my recovery will go if i can work then more hours and then i don't know how my recovery will go and then i don't know how my recovery will go and then i don't know how my recovery will go and then i don't know how my recovery will go by foot and yeah it's it's uh it's a good question i difficult to ask now to answer well

[00:24:20] **Gavin McClurg:** well let's let's talk about it then i was planning on talking about this later but six months ago what happened yeah

[00:24:27] **Serena Ronchi:** i've done um i wanted to do my my first um b-walk uh tour and it wasn't planned but a friend wrote me and i said i want to do my first b-walk tour and i said i want to do my first b-walk tour me and said hey maybe tomorrow we can go to to do some b-walk uh b-walk trip and yeah we moved to ticino this scene and we started to to do um a little tour we don't have plan because we just wanted to follow the the material and we never flew together and that was difficult because yeah after the first day we land at different places and we just lose ourselves so yeah i i continue on my own and it was five days a trip of five days and yeah the last day it was we had always good weather it was really really hot um low wind and the last day i flew two and a half hour and i wanted to land in in a in a valley and yeah in this valley there was not a lot of wind it was like maybe 10 or 15 maximum kilometer per hour of wind and i decided to land in uh

[00:26:09] in the grass field

[00:26:13] and just before landing i felt some sinking air but really really strong like four or five meters per second and i thought oh okay it's good for me i i i want to go down so i stay a bit there i made two three six to go lower and then i saw my field and i saw the trees moving very very fast and i thought oh no uh that's not the valley wind that's a big thermal and i thought okay i i hold my wing and i go land i didn't know that i was taking a risk there and i went there and i think like like 20, 30 meter high, my wing collapses and it was too late to do something.

[00:27:17] I think I flew in a dust because it was a really, really strong thermal and a really hot day. And yeah, then my wing collapses and I felt on my two legs and yeah, I saw that my legs was broken and I had a lot of back age. And yeah, two guys were there, saw me and called the ambulance. And yeah, at the hospital, they told me I have two broken lumbar vertebra and two broken bones in the leg and that I have to be...

[00:28:07] to have a surgery very fast because the broke... one broken vertebra was really bad. So yeah, I was operated and then I lose the sensitivity almost completely in one leg and the other leg was maybe the half of the sensitivity.

[00:28:38] And yeah, it was really, really difficult because I had a lot of pain and I didn't know if one day I will walk again. And yeah, I spent two weeks in this hospital waiting to a place where I can go to do my rehabilitation because it was impossible to go at home because I couldn't walk. I was just laying in the bed and yeah. So then after those two weeks I went in the rehabilitation clinic. It was a bit near of my home. And then I stayed there five and a half months to learn to walk again and to do a lot of physiotherapy, swimming, fitness to gain the muscle again.

[00:29:41] Yeah, it was a pretty hard time but now I'm since three weeks out of the clinic and I'm back home and I flew. I flew again and yeah, that makes me really, really happy because yeah, it was all my life flying before. And I'm really happy that I can fly again and food lounge again alone. So yeah.

[00:30:16] **Gavin McClurg:** Do you have, how much sensation do you have now back in the leg and the one leg that you had none and the other leg that you had some? Is it all back now or is it still?

[00:30:27] **Serena Ronchi:** No, it's still a long way I think to gain the sensitivity again.

[00:30:35] In the left leg, it's almost completely there but in the right leg under my feet, I don't feel yeah, under my feet and that's caused some problems with the equilibrium.

[00:30:56] **Gavin McClurg:** Equilibrium balance.

[00:30:57] **Serena Ronchi:** But yeah, it can take maybe two years or more to have it again. I believe it's a long way. I mean, I had so many issues before and I think I won't recovery fully because I have one feet that is that lose a lot of mobility. There is some atrophy and yes, in six months it's not moving a lot so I'm doing the physio for this but yeah, it will be difficult to gain again the mobility of the feet.

[00:31:34] **Gavin McClurg:** I mean, so it's so hard. Obviously, this has been incredibly hard physically to go through six months of rehab. It sounds like there's still much more ahead. What's it like for up here? What's it like in your mind? Knock on wood, I haven't experienced an injury like this, but I can't imagine chasing it as hard as you were and, you know, thinking about the X-Alps and then having this just, just, whoa, mentally,

[00:32:08] that's got to be really hard.

[00:32:10] **Serena Ronchi:** Yeah. First, the first day after the accident, I thought, yeah, flying, it's over. I don't want to fly anymore. And it can be so much cruel or so much, yeah, bad when you have something like this. But. And then after a few days, I, I thought, no, maybe I think I will, I will fly in a wheelchair and I will try to do something, some flying with wheelchair and that will be fun. And maybe a lot of people want to fly with wheelchair so I can, I can show them that's, that's possible.

[00:32:57] And I really thought about this. And then I started to walk again. And. And I thought, yeah, it's, it's unbelievable. I will, I will fly alone and I will fly again. And yeah, I've done some, a lot of mental flying. So I was in my bed and I was imagining me at the lounge with the friends and to start and flying with the birds and in the thermals. And I think it, this helps me a lot because I was still in the sky and I didn't forgot the, yeah, the happiness of flying.

[00:33:48] And yeah, I think, uh, when I flew again, the first time I really, I forgot how magical is it to fly. Yeah. Because you can do this mental flying training, but with the time you forget how amazing it is. And yeah, when I flew again, I didn't know if, if I will like it, uh, again so much. And if I will have fear and yeah, it was really unbelievable. The feeling when I flew again, it was, uh, I've done.

[00:34:33] I've done a flight with Frigel. That's, um, that's, that was such amazing because he write me, he wrote me, um, uh, at the Christmas time. And because it's, he's in the X-Helps, he made X-Helps Academy in a group of training where I am. And he wrote me to ask me how I am. And. Then. He proposed me to do a flight with him because I, I'm not able to fly alone.

[00:35:09] And when I, I read that I was just so, so happy because flying with Frigel on a tandem and yeah, special, really, really special. Yeah. And. I flew the first time with him just, um, four days when I, after that, I flew with him for

[00:35:34] five days.

[00:42:40] that yeah it was for i don't know maybe three weeks like that and i was just waiting that my body was okay to to walk and sometimes you you can't understand because there was no reason that i can walk anymore and yeah sometimes it's it's difficult but i think when you see the progress it's it's more easy because you know you're going forward and you're going to be going forward

[00:44:10] god i wish i would have done x or i wish i would have done something yeah

[00:45:32] **Gavin McClurg:** more more for the listener aspect of this but you said you were probably 80 90 meters off the ground was the reaction to that or was it just a little bit more of a reaction to that reserve did you consider it

[00:45:48] **Gavin McClurg:** you were really low yeah okay

[00:46:06] **Gavin McClurg:** said two years you know most likely what well there be more surgeries or if the if the rehab is the rehab the doctor is basically saying now it's just rehab it's just a matter of training

[00:47:02] **Gavin McClurg:** you get back into flying it sounds like you're pretty excited to do that and you know the the body keeps working better will anything about will your approach to the sport be different than it was

Cloudbase Mayhem Podcast 166: Going Big and dealing with Setback - Serena Ronchi

support. You can do it through [patreon.com forward slash cloudbasedmayhem](https://patreon.com/cloudbasedmayhem). If you want a recurring subscription, you can also do that directly. Through the website, we've tried to make it really easy. And that will give you access to all the bonus material, a little video cast that we do and extra little nuggets that we find in conversations that don't make it into the main show, but we feel like you should hear.

[00:53:20] We don't put any of that behind a paywall. If you can't afford to support us, then just let me know and I'll set you up with an account. Of course, that'll be lifetime. And hopefully you're being in a position someday to be able to support us. But you'll find all that on the website. All of you who have supported us or even joined our newsletter or bought Cloud Based Mayhem merchandise, t-shirts or hats or anything, you should be all set up. You should have an account. You should be able to access all that bonus material now. Thank you so much for listening. I really appreciate your support and we'll see you on the next show. Thank you.

[00:54:08] Thank you.

Français

French · machine translation of the English transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

saison Serena a remporté le XContest féminin et a parcouru PLUS DE 10 000 kilomètres en une seule saison ! Elle a quitté son emploi d'enseignante pour prendre un congé sabbatique de 8 mois pour voler et a passé plus de 3 mois dans le Sertão du Brésil. Serena nous replonge dans son séjour au Brésil et nous fait découvrir le vol avec beaucoup de vent, le remorquage, la navigation en terrain plat et le moment où tout s'est enchaîné. Serena nous raconte son parcours pour devenir pilote, l'addiction qui s'est installée, ses rêves et ses espoirs liés au vol, puis l'accident qui a tout arrêté soudainement et le chemin extraordinaire et difficile qu'elle a entrepris pour se rétablir.

Le post Episode 166- Going Big and dealing with Setback with Serena Ronchi est apparu pour la première fois sur CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:08] **Gavin McClurg:** Salut tout le monde. Bienvenue dans un nouvel épisode de Cloud-Based Mayhem. Pas d'annonces aujourd'hui, on peut entrer directement dans le vif du sujet. Mon invitée aujourd'hui est Serena Raunchy. Vous avez probablement entendu son nom récemment. Elle a gagné le X-Contest cette année, ce qui est une performance phénoménale quand on sait qu'elle a commencé à voler en 2018. Et elle l'a fait en parcourant plus de 10 000 kilomètres cette année dernière. Elle a quitté son emploi pour prendre un congé sabbatique de huit mois et a passé trois mois, je crois, dans le Sertão au Brésil. Elle y volait sur une aile ENB et a volé sous les ailes de Dominique Roehner, que nous avons déjà reçu dans l'émission. Une pilote très accomplie, une autre pilote suisse très accomplie.

[00:00:53] Et, ouais, elle a vraiment commencé à prendre de l'ampleur là-bas avec de gros vols. Ça l'a menée au sommet de X-Contest. Alors on parle de sa progression, de comment elle s'est lancée dans le sport et de tout ce qu'elle poursuivait. Et puis, tout s'est arrêté de manière assez abrupte et effrayante, ou plutôt mis en pause, je suppose. Il y a environ six mois, elle a été frappée par ce qu'elle pense être un tourbillon de poussière assez puissant en arrivant au sol. Elle a dû traverser six mois de rééducation vraiment brutale, qui se poursuit encore, et elle doit essentiellement réapprendre à marcher. Alors, bien sûr, on parle de ça, de son accident, de sa convalescence, et de ses récents vols avec Chrigel pour reprendre doucement mais sûrement.

[00:01:47] J'ai vraiment beaucoup aimé cette discussion. Serena est une personne d'un optimisme absolu et a un sourire immense. Je pense que vous trouverez cet échange difficile, mais inspirant et très authentique. Alors, profitez bien de cette discussion avec la pilote suisse Serena Ronchi.

[00:02:14] Serena, bienvenue sur CloudBase Mayhem. On essaie de faire ça depuis des mois maintenant. Et je sais qu'on est tous les deux assez difficiles à joindre. Et vous avez été vraiment occupée là-bas. On verra plus tard pourquoi. Mais bienvenue sur l'émission. Et merci de m'accorder un peu de votre temps.

[00:02:31] **Serena Ronchi:** Merci beaucoup. Je suis ravie d'être ici. Et oui.

[00:02:37] **Gavin McClurg:** C'est vraiment le bon moment pour vous parler, parce que le magazine XC Mag vient de publier le dernier numéro avec Russ Ogden en couverture. Sa victoire incroyable aux Mondiaux. Et il y avait un très bel article sur vous dedans. Je ne savais pas que vous aviez parcouru plus de 10 000 kilomètres l'année dernière. Vous avez passé beaucoup de temps au Brésil, dans le Sertão. Alors commençons par là. C'est une sacrée distance pour une seule année.

[00:03:06] **Serena Ronchi:** Oui. C'était en juillet. J'ai gardé mon emploi pour avoir huit mois de libre pour voler. Et ce n'était pas prévu d'aller au Brésil. Au départ, c'était prévu pour la Turquie, à Uludeniz, pour commencer l'acro. Et puis j'ai appris que Dominique Rohner, un pilote suisse de haut niveau, allait au Brésil. Je lui ai écrit et je lui ai demandé si je pouvais l'accompagner. Et oui, il a dit oui. Et j'y suis allée. Et oui, au début, j'avais vraiment peur d'être au Brésil pour voler avec autant de vent.

[00:03:53] Et puis, c'était magique. J'ai adoré voler. J'ai vraiment adoré voler sur le plat. J'y ai passé trois mois. Ensuite, je suis allée au Mexique pendant deux semaines. Et je suis revenue pour voler en Suisse, là où j'habite, au printemps. Et ouais. Huit mois à voler, voler, voler. Presque tous les jours. C'est

[00:04:25] **Gavin McClurg:** C'est incroyable. Ouais. Le Sertau. Alors, j'ai fait le Sertau. J'ai...

[00:04:29] **Serena Ronchi:** volé le Sertão

[00:04:29] **Gavin McClurg:** une fois. C'est d'ailleurs là que j'ai rencontré Dominique, des années avant ce dont tu parles. Mais on a passé un certain temps ensemble. Je volais principalement depuis Ticima. Ensuite, j'ai fait un beau vol pour me poser près de Quixada. J'ai donc fait le reste du trajet au départ de Quixada et j'y ai rencontré Dominique.

[00:04:48] Mais c'est long pour rester dans le Sertão. Est-ce que tu étais surtout en remorquage ? Et comment as-tu géré le désert pendant toute cette période ? Parce que tu as raison, il y a pas mal de vent. Ça peut être assez stressant.

[00:05:02] **Serena Ronchi:** Ouais. C'est vraiment dingue de passer trois mois là-bas parce qu'il n'y a rien. Si tu te plantes, tu te retrouves à l'hôtel et il fait tellement chaud. Il n'y a rien à faire. Alors tu attends. Tu vois les nuages au-dessus de ta tête et tu te demandes ce que je fous là.

[00:05:24] Et oui. Tu as

[00:05:27] **Gavin McClurg:** T'as de la persévérance, ma grande. T'es géniale. T'es têtue. J'adore ça.

[00:05:32] **Serena Ronchi:** Et oui, j'ai passé deux mois en remorquage. C'était d'abord à Caico, puis à Assou.

[00:05:44] Et ce sont deux endroits où on peut faire du remorquage, là où la Ligue Suisse va à Caico pour essayer de battre des records du monde. Et Assou, c'est un autre endroit où on peut voler. Je peux voler sur de très longues distances, mais c'est un peu difficile si le vent vient un peu plus au sud parce qu'il y a un espace aérien. Donc il vaut mieux aller à Caico. Et deux mois de remorquage, puis je suis allée à Quechada. C'est une petite colline où on décolle à la marche. Et il y a pas mal de vent et de turbulences parce que, oui, il y a un effet. C'est très, très venteux, très, très venteux. Et avec l'effet Venturi et avec les thermiques, on peut avoir du vent à, je ne sais pas, j'en avais entre 55 et 60 kilomètres par heure.

[00:06:40] Et oui, ça peut être vraiment dangereux de décoller là-bas.

[00:06:45] **Gavin McClurg:** Ouais, j'ai ressenti ça à Tissima. En 2016, j'y étais et oh mon dieu, je veux dire, chaque nuit, je restais couché en me préparant au, vous savez, au vent inévitable. Et je me souviens du décollage venteux à cinq heures du matin le lendemain, vous savez, c'était juste, oh là là, c'était de la folie. Certains jours étaient vraiment dingues où tu te dis, oh, allez, lâche-moi un peu là. Lâche-moi un peu. Et puis tu tires et tu montes en flèche, tout simplement. Ouais, c'est assez dingue.

[00:07:17] C'est une façon difficile de commencer la journée. On est plutôt soulagé quand on finit par décoller.

[00:07:23] **Serena Ronchi:** Ouais. Et parfois, quand la thermique arrive. Il y a un vent vraiment fort, mais s'il n'y a pas la thermique, on peut commencer très facilement parce qu'il y a peut-être 25, 30. Et ouais, il faut juste être très, très prudent parce que parfois on ne sait pas si la thermique arrive parce qu'on voit les buissons. C'est comme des plantes sèches, très sèches. Et il n'y a pas de feuilles. Donc c'est difficile de voir si le vent arrive ou non. Et ouais, parfois c'est juste de la chance ou de la malchance.

[00:08:10] Et ça peut être vraiment, vraiment dangereux.

[00:08:15] **Gavin McClurg:** Ouais. Ils ont un gars qui reste en haut de cette sorte de tour à Quichada et ils t'appellent. C'est incroyable. Tu sais, il y en a trois. Je ne pense pas qu'il reste autant de pilotes là-bas maintenant parce que, tu sais, tu tombes sur la jungle. Non. 400 km plus loin. Donc ils l'ont fait, mais tout a plus bougé vers l'est, tu sais, vers Keiko et Asu d'où tu volais. Et, mais ils étaient vraiment bons pour ça. Ils allaient, tu sais, et ils levaient la main et te criaient de y aller. Et là, il fallait que tu remontes tout de suite. Tu ne pouvais pas, tu ne pouvais pas marquer de pause du tout. Il fallait être vraiment prêt à y aller. Et ils appellent ça des accalmies. Mais comme tu l'as dit, on n'avait pas ça à Ticima et c'était... c'était vraiment flippant. Est-ce que tu avais fait beaucoup de remorquage avant d'aller au Brésil ?

[00:09:01] **Serena Ronchi:** Je l'ai fait une fois ici en Suisse, c'était genre, je ne sais pas, peut-être 200 mètres de haut. C'était juste pour s'amuser, pour essayer, mais ouais, vraiment, je pense que c'est la deuxième fois que je l'ai fait au Brésil et j'avais vraiment, vraiment peur.

[00:09:26] **Gavin McClurg:** Je parie que tu l'étais. Je veux dire, le remorquage est toujours un peu stressant quand il y a beaucoup de vent, mais quand tu n'as pas, tu sais, à aller dans un endroit comme le Sertão, chapeau bas pour toi, ça devait être, euh, ton cœur devait battre à tout rompre.

[00:09:41] **Serena Ronchi:** Ouais. Mais bon, tu le fais peut-être 10 ou 15 fois et après tu trouves ça vraiment, vraiment cool. C'est marrant. Et c'est beaucoup plus sûr pour eux de faire du foot lounge avec beaucoup de vent à Quixada. Alors, ouais, au début tu essaies et tu as vraiment peur, tu te demandes : « qu'est-ce que je fais là ? ». Et puis, avec le temps, tu as plus de temps pour voir ce qu'il y a autour de toi et tu peux commencer à voler pendant le remorquage. Comme ça, tu peux commencer à voir les nuages et à analyser le ciel.

[00:10:27] Et voir si vous voyez des oiseaux et toutes les ailes. Du coup, vous pouvez vraiment commencer à, oui, à commencer à voler sans vous concentrer uniquement sur votre aile.

[00:10:41] **Gavin McClurg:** Tu habites à Lausanne, tu es Suisse. Comment est-ce que tu t'es mis au vol et quand est-ce que ça a commencé ? Je crois que ce n'était pas, c'était assez récent, c'est bien ça ?

[00:10:52] **Serena Ronchi:** Oui. C'est ma quatrième année maintenant, j'ai commencé en 2018 parce que j'ai fait beaucoup de via ferrata. Et un jour, j'ai vu deux gars descendre la montagne en vol après une via ferrata, c'est une voie d'escalade. Et je me suis dit : wow, c'est juste incroyable de descendre la montagne comme ça. J'avais vraiment envie de faire pareil parce que j'aime l'escalade, mais je n'aimais pas la descente. Je n'aimais pas la marche. Alors, j'ai appelé l'école de parapente et oui, j'ai commencé en 2018 et j'ai eu ma licence en novembre.

[00:11:40] Ensuite, j'ai commencé à voler en hiver et au printemps, j'ai rejoint la Swiss League. C'était un bon groupe de pilotes qui faisaient des entraînements et on volait ensemble. On avait de bons briefings et débriefings, et ça m'a beaucoup aidé à commencer à mieux voler.

[00:12:15] **Gavin McClurg:** La Swiss League, c'est de la course vers un objectif, c'est bien ça ? Est-ce que tout est orienté vers la compétition ou est-ce que la Swiss League est aussi un club où les gens se réunissent simplement pour se soutenir mutuellement dans leur pratique du vol ?

[00:12:26] **Serena Ronchi:** Mm. C'est le club suisse. Ouais. Un club où tous les pilotes sont là pour faire de la compétition et de l'entraînement ensemble. Et oui, on a la ligue XA où certains entraînements sont faits pour faire de longs vols. Ensuite, on a la ligue marche et vol. C'est assez récent. C'est la ligue pour faire des entraînements de marche et vol. Et puis on a la ligue de compétition. C'est là que tu peux faire des manches et, ouais, la compétition, comment tu fais dans le PVC.

[00:13:19] Hmm. Ouais. C'est

[00:13:21] **Gavin McClurg:** Tu as dit que tu faisais beaucoup de via ferrata avant ça, c'est donc ton domaine principal, l'escalade ou... Ouais. Qu'est-ce que tu faisais comme sport avant de commencer à voler ?

[00:13:32] **Serena Ronchi:** Avant de faire du vol, je n'allais pas souvent en montagne, seulement pour, oui, la via ferrata. C'est une voie d'escalade. Ce n'est pas comme l'escalade sur, euh, avec les mains sur les rochers. C'est une voie. Oui. J'ai fait du crossfit et du fitness, mais oui, je ne connaissais rien à la météo.

[00:13:59] **Gavin McClurg:** Puis-je vous demander, vous avez l'air assez jeune ? Quel âge avez-vous, juste pour le public ? J'ai 29 ans. 29 ans. D'accord. Quand vous avez, oui. Donc vous avez commencé à voler en 2018. Vous entrez dans votre quatrième année. Pour ceux qui écoutent et qui ne savent pas, vous avez gagné le concours X l'année dernière, ce qui n'est pas une mince affaire. Je suppose que ça a aidé pour le très long séjour au Brésil. Est-ce que c'était un objectif de gagner le concours X ou est-ce que c'est juste quelque chose qui est arrivé sans que vous y prêtiez attention parce que vous étiez au Brésil ? Oui,

[00:14:36] **Serena Ronchi:** ce n'était pas du tout un objectif. J'ai juste commencé à voler dans les plaines du Brésil et pour moi, oui, j'avais peut-être pour objectif de voler 200 km, mais je ne m'attendais vraiment pas à ça. Mais oui, j'ai vraiment eu de la chance parce qu'il n'y avait pas beaucoup de pilotes au Brésil, et les très bons pilotes étaient bloqués là où ils vivaient à cause du COVID. Donc j'ai eu de la chance d'y aller et d'y rester trois mois pour essayer, essayer et essayer. Et oui.

[00:15:20] **Gavin McClurg:** C'est incroyable. Quel a été, au final, ton vol le plus long ?

[00:15:24] **Serena Ronchi:** C'était... c'était 315, je crois. Ouais.

[00:15:29] **Gavin McClurg:** Il y a un pilote de quatrième année. C'est génial. Tu as dû être sur la Lune. Ouais. C'était plutôt passionnant. Ça

[00:15:35] **Serena Ronchi:** c'était dingue.

[00:15:36] **Gavin McClurg:** Et quelle aile pilotes-tu ?

[00:15:38] **Serena Ronchi:** J'ai volé l'Air Design. C'est une aile très légère, une B hot, une B high B. D'accord. Et à la fin des vacances, j'ai volé l'Air Design. Enfin, c'est l'aile de mer.

[00:15:59] **Gavin McClurg:** D'accord. Et tu as mentionné que tu avais prévu d'aller chez Ola Denny en Turquie pour faire de l'acro training, mais que ça n'a pas pu se faire à cause du COVID, je suppose, mais est-ce que tu as fait de la formation SIV et acro durant ces quatre années ?

[00:16:18] **Serena Ronchi:** Ouais. J'ai fait trois SIV. Et c'est pour ça que je voulais commencer l'acro, parce que j'aimais la sensation du décrochage complet et des ailes au-dessus, et je voulais commencer à améliorer mes compétences et peut-être gagner en confiance quand

[00:16:44] **Gavin McClurg:** Tu étais au Brésil et tu as commencé à faire des vols plus longs, tu volais avec Dominique qui est une pilote incroyable. Qu'est-ce qui a commencé à prendre pour toi, au point de te dire « d'accord, ça marche, je commence à comprendre, je vais plus loin » ? À quoi est-ce que tu l'attribues ? Est-ce qu'il y a eu un truc particulier que tu as commencé à piger ?

[00:17:10] **Serena Ronchi:** Ouais, mais au début, j'étais vraiment stressée parce que je ne connaissais pas les conditions. J'avais peur de voler avec le vent, et après quelques vols, je me suis sentie tellement bien parce que c'est vraiment super de voler là-bas. Parce que oui, voler avec le vent, c'est vraiment marrant parce que tu peux parcourir de grandes distances, et quand tu fais du thermique, c'est drôle parce que tu peux faire un thermique genre sur cinq ou dix kilomètres. Et j'ai appris énormément sur le ciel, sur les nuages, parce que oui, je ne connaissais pas beaucoup la formation des nuages avant. Et je pense que oui, ça prend du temps quand on commence à voler en plaine parce qu'au début, tu ne sais pas quoi faire, tu ne sais pas comment voler, tu ne sais pas quoi regarder. Et puis quand tu t'entraînes, tu t'entraînes, tu peux voir si les nuages se forment ou non, tu peux voir les oiseaux, tu peux voir la couleur du sol, les points de déclenchement... Et oui, au début tu es perdue, et puis tu vois que petit à petit, tu commences à apprendre, et c'est tellement... oui, c'est tellement gratifiant parce que

[00:18:56] Parfois, souvent, tu atterris d'abord et tu ne sais pas pourquoi tu as atterri, et tu es vraiment, vraiment triste et tu veux savoir pourquoi, mais tu ne sais pas, et tu te contentes de rester au sol.

[00:19:14] **Gavin McClurg:** Ce que je veux dire, c'est : quelles étaient les choses que vous entendiez assez régulièrement de la part de gens comme Dominique ou d'autres mentors qui étaient là ? Qu'est-ce qu'ils vous disaient, juste par curiosité ? Quelles étaient les choses qu'ils vous disaient du genre : « Hé, tu sais que c'est super, mais tu pourrais travailler sur ça » ?

[00:19:34] **Serena Ronchi:** Je pense que le plus important, c'est la sécurité avant tout, parce qu'avec le vent, il faut savoir que si vous essayez d'attraper une thermique au-dessus de la brousse, vous pourriez vous retrouver coincée au milieu de la brousse et vous avez vraiment besoin de savoir où vous pouvez atterrir, parce que ça peut être vraiment, vraiment dangereux. Et ensuite, oui, essayez juste d'observer les nuages et les oiseaux, et oui, c'est ça le plus important, et oui, les points de déclenchement.

[00:20:21] **Gavin McClurg:** Je suis curieux, pour quelqu'un comme toi qui n'avait pas volé très longtemps et qui a décidé d'aller au Brésil où il y a pas mal de vent... je veux dire, c'est comme tu l'as dit, c'est une grosse entreprise. Je suis curieux de savoir ce qu'il y a en toi qui te permet de te lancer dans des trucs comme ça.

[00:21:10] **Serena Ronchi:** ce sont les compétences pour gérer mon aile avec le vent fort parce que je faisais très souvent du maniement au sol ici en Suisse avec beaucoup de vent et oui, mon professeur disait toujours qu'il faut, oui, le maniement au sol est très important et donc je ne sais pas, j'ai passé tellement d'heures dans des champs pour essayer de faire du maniement au sol et essayer de faire des exercices et j'adore vraiment ça, j'adore vraiment gérer l'aile dans le vent fort et j'avais peur du vent pendant le vol mais au sol c'était correct mais oui, pendant les vols quand tu es haut, c'est juste tellement drôle parce que tu vas vite, ça

[00:22:11] **Gavin McClurg:** C'est agréable quand on est loin du relief, n'est-ce pas, juste en train de planer ? Qu'est-ce que tu aimes le plus dans le vol, Serena ?

[00:22:21] **Serena Ronchi:** Je pense que c'est la liberté et la sensation de, oui, de lévitation, et puis les paysages et être avec les amis, euh, dans l'avion ou au décollage, mais je pense que la première chose, c'est la liberté, oui.

[00:22:43] **Gavin McClurg:** quand tu quand tu penses à... on va parler de l'accident un peu plus tard évidemment, ça a changé les choses, mais quand tu penses à ton avenir et au pilotage, qu'est-ce qui te motive ? qu'est-ce que tu en penses, quels sont tes objectifs ? où est-ce que tu aimerais te voir dans cinq ans, par exemple ?

[00:23:08] **Serena Ronchi:** C'est assez difficile d'en parler parce que j'ai eu un très grave accident il y a six mois et, avant ça, évidemment, mon plus grand objectif était de participer aux X-Hats. J'étais vraiment, vraiment motivée à m'entraîner et à acquérir les compétences pour participer et, bien sûr, pour faire de très longues sorties. Maintenant, je ne sais pas, je veux juste retrouver confiance pour voler dans les Alpes et on verra. Je ne sais pas comment va se passer ma convalescence, si je pourrai ensuite voler plus d'heures... Je ne sais pas comment va se passer ma convalescence et je ne sais pas comment va se passer ma convalescence et je ne sais pas comment va se passer ma convalescence à pied. C'est une bonne question, c'est difficile à répondre pour le moment.

[00:24:20] **Gavin McClurg:** Eh bien, parlons-en alors. Je prévoyais d'en parler plus tard, mais qu'est-ce qui s'est passé il y a six mois ?

[00:24:27] **Serena Ronchi:** J'ai... je voulais faire mon premier tour en B-walk, ce n'était pas prévu mais un ami m'a écrit et j'ai dit que je voulais faire mon premier tour en B-walk, et il m'a dit : « Hé, peut-être qu'on pourrait y aller demain pour faire un voyage en B-walk ». Et on a déménagé dans le Tessin, cette région, et on a commencé à faire un petit tour. On n'avait pas de plan parce qu'on voulait juste suivre le matériel, et on n'avait jamais volé ensemble, donc c'était difficile parce qu'après le premier jour, on atterrissait à des endroits différents et on se perdait. Du coup, j'ai continué tout seul, c'était un voyage de cinq jours, et le dernier jour, on a toujours eu du beau temps, il faisait vraiment très chaud, peu de vent, et le dernier jour j'ai volé pendant deux heures et demie et je voulais atterrir dans une vallée. Et dans cette vallée, il n'y avait pas beaucoup de vent, genre 10 ou 15 kilomètres par heure maximum, et j'ai décidé d'atterrir dans...

[00:26:09] dans un champ d'herbe

[00:26:13] et juste avant l'atterrissage, j'ai senti de l'air descendant mais vraiment, vraiment fort, genre quatre ou cinq mètres par seconde, et je me suis dit : « Oh d'accord, c'est bon pour moi, je veux descendre », alors je suis restée un peu là, j'ai fait deux, trois virages pour descendre plus bas et puis j'ai vu mon champ et j'ai vu les arbres bouger très, très vite et je me suis dit : « Oh non, euh, ce n'est pas la brise de vallée, c'est une grosse thermique », et je me suis dit : « OK, je tiens mon aile et je m'atterris ». Je ne savais pas que je prenais un risque là, et j'y suis allée et je pense à genre 20, 30 mètres de haut, mon aile a subi une fermeture et il était trop tard pour faire quoi que ce soit.

[00:27:17] Je pense que j'ai volé dans une zone de poussière parce que c'était une thermique vraiment, vraiment forte et une journée très chaude. Et oui, ensuite mon aile a subi une fermeture et je suis tombée sur mes deux jambes et oui, j'ai vu que mes jambes étaient cassées et j'avais énormément de mal au dos. Et oui, deux gars étaient là, m'ont vue et ont appelé l'ambulance. Et oui, à l'hôpital, ils m'ont dit que j'avais deux vertèbres lombaires cassées et deux os cassés à la jambe et que je devais être...

[00:28:07] je devais être opérée très rapidement parce que l'une des vertèbres cassées était vraiment grave. Donc oui, j'ai été opérée et j'ai presque complètement perdu la sensibilité dans une jambe, et dans l'autre, j'en avais peut-être la moitié.

[00:28:38] Et oui, c'était vraiment, vraiment difficile parce que j'avais énormément mal et je ne savais pas si un jour je pourrais remarcher. J'ai passé deux semaines dans cet hôpital à attendre une place dans un centre de rééducation, parce que c'était impossible de rentrer à la maison puisque je ne pouvais pas marcher. Je restais juste allongée au lit, et oui. Ensuite, après ces deux semaines, je suis allée en clinique de rééducation. C'était un peu près de chez moi. Et je suis restée là-bas cinq mois et demi pour réapprendre à marcher et faire beaucoup de kiné, de natation, de fitness pour reprendre de la masse musculaire.

[00:29:41] Ouais, c'était une période assez difficile, mais ça fait maintenant trois semaines que je suis sortie de la clinique et que je suis rentrée à la maison. J'ai pris l'avion. J'ai encore pris l'avion et ça me rend vraiment, vraiment heureuse parce que, oui, c'était toute ma vie avant. Je suis vraiment contente de pouvoir encore prendre l'avion et de pouvoir retourner seule dans le salon VIP. Alors voilà.

[00:30:16] **Gavin McClurg:** Tu as, à quel point as-tu de sensations maintenant dans la jambe ? Celle où tu n'en avais aucune et l'autre où tu en avais un peu ? Est-ce que tout est revenu ou est-ce que c'est encore... ?

[00:30:27] **Serena Ronchi:** Non, je pense qu'il reste encore beaucoup de chemin à parcourir pour retrouver la sensibilité.

[00:30:35] Dans la jambe gauche, c'est presque complètement là, mais dans la jambe droite sous mes pieds, je ne sens pas, ouais, sous mes pieds, et ça a causé des problèmes d'équilibre.

[00:30:56] **Gavin McClurg:** L'équilibre.

[00:30:57] **Serena Ronchi:** Mais oui, ça peut prendre peut-être deux ans ou plus pour la retrouver. Je pense que le chemin est encore long. Je veux dire, j'ai eu tellement de problèmes avant et je ne pense pas que je vais récupérer complètement parce que j'ai un pied qui a perdu beaucoup de mobilité. Il y a un peu d'atrophie et oui, en six mois, il ne bouge pas beaucoup, donc je fais de la kiné pour ça, mais oui, ce sera difficile de retrouver la mobilité du pied.

[00:31:34] **Gavin McClurg:** Je veux dire, c'est tellement dur. Évidemment, physiquement, ça a été incroyablement difficile de traverser ces six mois de rééducation. On dirait qu'il reste encore beaucoup de chemin à parcourir. Comment ça se passe pour toi, là, dans ta tête ? Touchons du bois, je n'ai jamais eu une blessure pareille, mais je ne peux pas imaginer s'acharner autant que toi et, tu sais, penser à l'X-Alps et puis se retrouver avec ça, juste, wow, mentalement.

[00:32:08] ça doit être vraiment difficile.

[00:32:10] **Serena Ronchi:** Ouais. Le premier jour après l'accident, je me suis dit : « Ouais, c'est fini pour le vol. Je ne veux plus voler. » Et ça peut être tellement cruel ou tellement, ouais, dur quand on vit quelque chose comme ça. Mais, après quelques jours, je me suis dit : « Non, peut-être que je vais voler en fauteuil roulant, je vais essayer de faire un peu de vol en fauteuil et ça sera amusant. » Et peut-être que beaucoup de gens veulent voler en fauteuil, donc je peux leur montrer que c'est, que c'est possible.

[00:32:57] Et j'y ai vraiment réfléchi. Et puis j'ai recommencé à marcher. Et je me suis dit, oui, c'est incroyable. Je vais voler seule et je vais voler à nouveau. Et oui, j'ai fait beaucoup de préparation mentale. J'étais dans mon lit et je m'imaginais au lounge avec des amis pour commencer, et voler avec les oiseaux dans les thermiques. Et je pense que ça m'a beaucoup aidée parce que j'étais encore dans le ciel et je n'avais pas oublié le, oui, le bonheur de voler.

[00:33:48] Et oui, je pense que quand j'ai volé à nouveau, la première fois, j'avais vraiment oublié à quel point c'était magique de voler. Parce qu'on peut faire cet entraînement de vol mental, mais avec le temps, on oublie à quel point c'est incroyable. Et oui, quand j'ai volé à nouveau, je ne savais pas si j'allais encore aimer autant. Et si j'allais avoir peur, et oui, c'était vraiment incroyable. La sensation quand j'ai volé à nouveau, c'était... je l'ai fait.

[00:34:33] J'ai fait un vol avec Frigel. C'était tellement incroyable parce qu'il m'a écrit pendant les fêtes de Noël. Comme il est chez X-Helps, il a créé la X-Helps Academy dans le groupe d'entraînement où je suis. Et il m'a écrit pour me demander comment j'allais. Puis, il m'a proposé de faire un vol avec lui parce que je ne peux pas voler seule.

[00:35:09] Et quand je l'ai lu, j'étais tellement, tellement heureuse parce que voler avec Frigel en tandem, c'est vraiment, vraiment spécial. Ouais. Et j'ai volé avec lui la première fois il y a juste, euh, quatre jours, et après ça, j'ai volé avec lui pendant

[00:35:34] cinq jours.

[00:35:48] C'était juste incroyable. Et wow, je pense que j'ai chanté toute la journée et crié de joie. Et wow, c'était incroyable.

[00:36:06] Et là, j'ai su que je voulais voler. J'ai atterri. Je me suis jetée dans les bras de Krigel et j'ai dit : merci, merci, merci tellement. Maintenant, je suis prête à voler à nouveau. Je veux juste remonter et voler. Alors oui, ça a pris genre trois, non, 10 jours. Et j'ai volé, j'ai fait mon premier vol en solo, un vol solo. Je ne pouvais pas courir très vite, mais les conditions de vent étaient juste parfaites. Alors j'ai mis l'aile au-dessus de ma tête, j'ai fait trois pas et j'étais en l'air.

[00:36:55] Et ouais, au début, j'avais un peu peur quand je suis entrée dans les thermiques. Mais après, je suis allée sur le plat. C'était une journée où le vol en plat se passait plutôt bien. Et ouais, quand je suis entrée dans le thermique, c'était juste... juste magique. Je pouvais à nouveau faire mon propre jeu et voler avec les oiseaux et sous les nuages. Et ouais, j'ai vraiment, vraiment adoré. Et maintenant, j'attends juste de voler à nouveau.

[00:37:34] **Gavin McClurg:** J'adore voir que tu es toujours aussi passionné. Je suis sûr qu'une partie de toi a du mal, vu l'accident et ce qu'il a provoqué. Et, si tu pouvais, je pose souvent cette question aux pilotes qui volent depuis des décennies : si tu pouvais remonter le temps jusqu'à tes 50 heures de vol, que te dirais-tu ? Mais pour toi, c'est assez récent. C'était il y a seulement quatre ans. Mais si tu avais pu, disons en 2018, avoir une boule de cristal et savoir que cela allait t'arriver, est-ce que tu aurais quand même volé ?

[00:38:13] **Serena Ronchi:** Wow. Est-ce que vous auriez...

[00:38:14] **Gavin McClurg:** encore commencé à vous y mettre ?

[00:38:15] **Serena Ronchi:** C'est une question vraiment difficile.

[00:38:19] C'est tellement difficile parce que, vous savez, j'ai encore beaucoup de douleurs et je ne sais pas... Ouais. Comment je vais faire si je peux refaire du sport sans douleur. Et j'adore vraiment faire du sport. Et ouais, le vol est tellement incroyable. Mais je pense que je dirais oui. Parce que je pense que l'accident m'a aidée à voir la vie différemment et à voir à quel point la famille et les amis sont importants. Et parfois, on l'oublie.

[00:39:05] Et je l'ai vécu. Ouais, je pense que cet accident a été une très mauvaise expérience. Mais j'ai grandi. J'ai énormément grandi grâce à ça.

[00:39:19] **Gavin McClurg:** Ouais, ça a l'air d'être une leçon difficile, mais une bonne leçon. Une leçon dure, mais une bonne leçon. Ouais, on doit apprécier ce qu'on a, non ? Tu as mentionné avoir quitté un emploi pour partir pour ce genre de congé sabbatique de huit mois pour voler. C'était quoi ton boulot ? Qu'est-ce que tu faisais ?

[00:39:41] **Serena Ronchi:** Je suis enseignante dans une école primaire. J'enseigne. D'accord. Chaque inscription.

[00:39:49] Oh, le professeur attend un enfant ou il est malade, fais...

[00:40:19] **Gavin McClurg:** Tu as des enfants ? Non.

[00:40:20] **Serena Ronchi:** Je n'en ai pas, et je ne sais pas si je veux en avoir.

[00:40:24] **Gavin McClurg:** Tu es encore jeune, regarde-moi, je viens juste de commencer et j'ai presque 50 ans. Ouais, tu as encore plein de temps, plein de temps. Oh là là, je t'ai un peu coupé dans ton élan là. Je n'arrive même pas à imaginer ce que tu as traversé. Comme je te suis depuis un bon moment maintenant, je me préparais à avoir cette discussion avec toi et tu sembles incroyablement optimiste dans tes publications. Tu as vraiment attaqué ça avec ce qui semble être, d'un point de vue extérieur, une très bonne attitude.

[00:41:03] **Serena Ronchi:** Moi, j'étais vraiment positive le premier mois après l'accident parce que je voyais les progrès et je savais que je pouvais encore progresser. Je me disais que avec cette positivité, on peut aller plus vite, et

quand on est plus motivée, on avance plus vite. Mais oui, je pense que j'ai trop poussé mon corps, j'ai trop entraîné, j'avais beaucoup de douleurs, donc pendant trois semaines j'ai dû me reposer et rester un peu plus calme. C'était difficile parce que dans une convalescence comme celle-ci, c'est toujours par vagues : ça va mieux, puis ça va un peu moins bien, c'est dur mentalement. Mais quand on voit les progrès, c'est plus facile, on sait qu'on avance. Par contre, quand on a plus de douleur et qu'on peut peut-être marcher, c'est plus difficile, il faut être vraiment, vraiment patiente. Et oui, le dernier mois a été vraiment difficile pour moi parce que je pouvais marcher sans les béquilles et soudainement, un jour, ce n'était plus possible et je me suis dit : oh non.

[00:42:40] Oui, ça a duré je ne sais pas, peut-être trois semaines comme ça, et j'attendais juste que mon corps soit prêt à marcher. Parfois, on ne peut pas comprendre parce qu'il n'y avait aucune raison pour que je ne puisse plus marcher. Et oui, parfois c'est difficile, mais je pense que quand on voit les progrès, c'est plus facile parce que tu sais que tu avances, et que tu vas continuer à avancer.

[00:43:10] **Gavin McClurg:** Serena, au cours des six derniers mois, je parie que tu as repensé à cet incident, au tourbillon de poussière, au champ et au fait de tomber au sol un million de fois. On ne dirait pas qu'il y ait eu une erreur évidente, tu sais, ces choses sont généralement... et on dirait que dans ce cas précis, c'était une série d'événements qui ont mené à un accident, mais on n'a pas l'impression que tu poussais trop les limites ou que tu étais dans une situation particulièrement dangereuse. Mais est-ce qu'il y a un moment, quand tu regardes en arrière, où tu te dis, peut-être pas ce jour-là mais six mois avant, est-ce que tu poussais trop ? Est-ce que tu faisais quelque chose, est-ce que tu étais complaisante, est-ce que tu étais... toutes les choses dont on parle dans l'émission encore et encore ? Est-ce qu'il y a un moment où tu te dis...

[00:44:10] Dieu, j'aurais aimé avoir fait x ou j'aurais aimé avoir fait quelque chose, ouais.

[00:44:16] **Serena Ronchi:** J'ai réagi différemment. Je ne poussais pas du tout, je voulais juste atterrir doucement et en toute sécurité. Je ne savais vraiment pas que c'était dangereux d'atterrir là, mais oui, après réflexion, je pense que j'aurais pu faire autre chose et atterrir ailleurs parce que cet air descendant que j'ai rencontré avant l'atterrissage, peut-être quatre ou cinq mètres par seconde, j'aurais dû avoir une alarme dans la tête qui me dirait : « Oh, s'il y a cet air descendant ici à côté de cet endroit, il y aura une très grosse thermique ». Et oui, j'aurais dû atterrir peut-être loin de cette zone, donc maintenant je serai vraiment, vraiment beaucoup plus attentive à ce genre de choses.

[00:45:32] **Gavin McClurg:** plus pour le côté auditeur, mais vous avez dit qu'il vous restait probablement 80 ou 90 mètres de hauteur, est-ce que c'était la réaction à ça ou était-ce juste un peu plus une réaction au parachute de secours ? Est-ce que vous y avez pensé ?

[00:45:42] **Serena Ronchi:** Je sais que j'étais peut-être à 20 ou 30 mètres du sol, oh.

[00:45:48] **Gavin McClurg:** Tu étais vraiment bas, ouais, d'accord.

[00:45:49] **Serena Ronchi:** Ouais, la première chose à laquelle j'ai pensé, c'est que c'est trop tard. Je me rappelle juste cette phrase dans ma tête : c'est trop tard, et je ne sais pas comment j'ai fait, mais je me suis retrouvée sur mes deux jambes.

[00:46:06] **Gavin McClurg:** il a dit deux ans, vous savez, le plus probable, c'est qu'il y aura d'autres chirurgies ou si la rééducation, le médecin dit en gros que maintenant c'est juste de la rééducation, c'est juste une question d'entraînement.

[00:46:19] **Serena Ronchi:** Peut-être que pour l'os de ma jambe, je pourrai retirer le métal parce que j'ai une longue tige métallique dans le tibia. Je ne sais pas si on dit ça, mais maintenant mon genou me fait très mal quand je marche, je pense que c'est à cause de ce truc en métal. Quand le genou, quand l'os ira bien, je pourrai retirer le métal, mais pour mon dos, la vertèbre cassée est trop grave et je dois la laisser, oui, pour ma vie quand...

[00:47:02] **Gavin McClurg:** vous vous remettez à voler, on dirait que vous avez vraiment hâte de le faire et vous savez, le corps fonctionnera mieux avec le temps, mais est-ce que quelque chose va changer, est-ce que votre approche du sport sera différente de ce qu'elle était ?

[00:47:16] **Serena Ronchi:** Je ne sais pas, je pense que oui, parce que maintenant j'ai beaucoup plus peur et je vais devoir regagner de la confiance. Je ne sais pas si je serai capable de retrouver cette confiance pour voler avec sérénité dans cette vie, parce que je ne sais pas si je pourrai voler à nouveau. Alors, oui.

[00:48:09] **Gavin McClurg:** Just des trucs sympas.

[00:48:11] **Serena Ronchi:** Ouais, juste des trucs sympas. Je...

[00:48:12] **Gavin McClurg:** Je sais qu'il y a malheureusement beaucoup de personnes qui écoutent ce podcast et qui ont eu des accidents similaires. Ce sport peut être assez cruel. Beaucoup de gens ont eu des blessures au dos et d'autres dans cette discipline. Pouvez-vous donner des conseils aux personnes qui traversent ce que vous vivez, juste en fonction de ce que vous avez appris et qui a rendu cette période très difficile plus supportable, ou qui aide dans le quotidien pour surmonter un accident ? Vous avez mentionné votre reconnaissance envers vos amis, votre famille et des gens comme Chrigel qui vous ont contacté.

[00:48:59] Mais qu'est-ce que cette communauté peut faire pour les personnes dans votre situation, et qu'est-ce que vous avez appris sur la façon de surmonter cette épreuve ?

[00:49:11] **Serena Ronchi:** Oui. Je pense que chaque personne est différente. Et certaines personnes veulent peut-être être plus seules quand elles vont mal. J'ai eu la chance d'avoir de très bons amis qui m'ont beaucoup aidée à rester positive. Et d'autres personnes que je ne connais vraiment pas du tout. Elles m'ont écrit et m'ont redonné confiance. Elles m'ont dit qu'elles avaient eu un accident, mais qu'elles volaient à nouveau. Et qu'elles en avaient de nouveau le goût.

[00:49:57] Et ça m'a vraiment, vraiment aidée. Et puis, oui, la famille est vraiment, vraiment importante. Parce qu'on vit avec eux. Et je n'étais pas proche de mon père. Mais mon père était là tous les jours. Il m'a beaucoup téléphoné. Et j'ai été vraiment surprise par ça. Parce que je n'avais pas beaucoup de contacts avec mon père. C'était, oui, c'était une belle chose, cet accident.

[00:50:37] **Gavin McClurg:** On dirait donc que cette expérience a permis de faire éclore quelques petites roses. Des choses qui sont, je suppose, assez inattendues. C'est une bonne chose. Serena, c'est sans doute le bon moment pour nous de conclure. Je vous remercie vraiment d'avoir partagé avec nous cette période assez difficile de votre vie. Et, oui. Et votre année passionnante. Avec le bon et le mauvais, évidemment. Mais cela a été un vrai plaisir. Je vous souhaite bonne chance pour votre convalescence et pour votre retour au pilotage. Et pour gérer tout cela avec le style qui vous caractérise.

[00:51:22] Chapeau pour ton état d'esprit exemplaire.

[00:51:26] **Serena Ronchi:** Ouais, merci beaucoup. On va

[00:51:28] **Gavin McClurg:** On se voit bientôt sur Cloudbase, j'espère. Merci, Serena.

[00:51:37] Si vous trouvez Cloudbase Mayhem utile, vous pouvez nous soutenir de bien des façons. Vous pouvez nous donner une note sur iTunes ou Stitcher, ou peu importe la plateforme que vous utilisez pour vos podcasts. Ça aide énormément à faire connaître l'émission. Vous pouvez en parler sur votre propre blog ou le partager sur les réseaux sociaux. Vous pouvez aussi en discuter en sortant du lancement avec vos amis pilotes. Je sais que beaucoup de conversations intéressantes ont eu lieu de cette manière. Et bien sûr, vous pouvez nous soutenir financièrement. Cette émission demande beaucoup de temps, beaucoup de montage, beaucoup de stockage, de musique et toutes sortes de frais techniques. Donc si vous pouvez nous soutenir financièrement, vous pouvez aussi nous envoyer un message de soutien. Pour le côté financier, tout ce que nous avons jamais demandé, c'est un dollar par émission. Vous pouvez le faire via un don unique sur PayPal, ou vous pouvez mettre en place un service d'abonnement qui vous facturera chaque émission qui sort. Nous publions une nouvelle émission toutes les deux semaines. Donc, par exemple, si vous donnez un dollar par émission toutes les deux semaines, cela reviendrait à environ 25 dollars par an.

[00:52:24] C'est donc bien moins cher qu'un abonnement à un magazine. Et ça rend tout cela possible. Je ne veux pas financer cette émission avec de la publicité ou des sponsors. On nous pose souvent la question, mais pour une multitude de raisons que j'ai déjà mentionnées à plusieurs reprises dans l'émission, je ne veux pas faire ça. Je n'aime pas avoir ce

genre de trucs au début de l'émission. Et je veux aussi que vous sachiez qu'il s'agit de conversations authentiques avec de vraies personnes. Ce ne sont que nos opinions, mais nos opinions ne sont pas biaisées par des sponsors ou des dollars publicitaires. Je pense que c'est un modèle économique assez toxique. J'espère donc que ça vous plaît. Vous pouvez nous soutenir. Si vous allez sur cloudbasedmayhem.com, vous trouverez les liens pour nous soutenir. Vous pouvez le faire via patreon.com/cloudbasedmayhem. Si vous voulez un abonnement récurrent, vous pouvez aussi le faire directement. Via le site web, nous avons essayé de rendre ça très simple. Et cela vous donnera accès à tout le contenu bonus, au petit podcast vidéo que nous faisons et aux petits extra que nous trouvons dans les conversations et qui n'intègrent pas l'émission principale, mais que nous pensons que vous devriez entendre.

[00:53:20] On ne met aucun de tout ça derrière un paywall. Si vous ne pouvez pas nous soutenir financièrement, dites-le-moi et je vous créerai un compte. Bien sûr, ce sera pour la vie. Et j'espère qu'un jour, vous serez en mesure de nous soutenir. Mais vous trouverez tout ça sur le site web. Tous ceux qui nous ont soutenus, ou même qui se sont inscrits à notre newsletter ou ont acheté du merchandising Cloud Based Mayhem, des t-shirts, des casquettes ou n'importe quoi, vous devriez déjà être configurés. Vous devriez avoir un compte. Vous devriez pouvoir accéder à tout ce contenu bonus dès maintenant. Merci infiniment de nous avoir écoutés. J'apprécie vraiment votre soutien et on se voit au prochain épisode. Merci.

[00:54:08] Merci.

Deutsch

German · machine translation of the English transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

In dieser Saison gewann Serena den female XContest und flog in einer einzigen Saison ÜBER 10.000 Kilometer! Sie kündigte ihren Job als Lehrerin und machte ein 8-monatiges Sabbatjahr zum Fliegen und verbrachte über 3 Monate im Sertão von Brasilien. Serena nimmt uns mit zurück in ihre Zeit in Brasilien und wir erfahren mehr über das Fliegen bei viel Wind, das Towing, das Finden der Thermiken und wie alles zusammenkam. Serena führt uns durch ihren Weg zur Pilotin, die Sucht, die sich einstellte, ihre Träume und Hoffnungen mit dem Fliegen und dann den Unfall, der alles plötzlich zum Stillstand brachte, und den außergewöhnlichen und schwierigen Weg, den sie zur Genesung eingeschlagen hat.

Der Beitrag zu Episode 166- Going Big and dealing with Setback mit Serena Ronchi erschien zuerst auf CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:08] **Gavin McClurg:** Hallo zusammen. Willkommen zu einer weiteren Folge von Cloud-Based Mayhem. Heute gibt es keine organisatorischen Ankündigungen, wir können direkt einsteigen. Meine heutige Gästin ist Serena Raunchy. Ihr Namen ist euch wahrscheinlich in letzter Zeit oft begegnet. Sie hat dieses Jahr den X-Contest gewonnen, was eine phänomenale Leistung ist, wenn man bedenkt, dass sie erst 2018 mit dem Fliegen angefangen hat. Und sie hat das geschafft, indem sie im letzten Jahr über 10.000 Kilometer zurückgelegt hat. Sie hat ihren Job gekündigt, ist in ein achtmonatiges Sabbatjahr gegangen und hat drei Monate, glaube ich, im Sertão in Brasilien verbracht. Dort ist sie auf einem ENB-Schirm geflogen und war unter den Schirmen von Dominique Roehner, den wir bereits in der Show hatten. Eine sehr erfolgreiche, eine weitere sehr erfolgreiche Schweizer Pilotin.

[00:00:53] Und ja, sie hat dort unten wirklich angefangen, alles zusammenzubringen und einige große Flüge zu absolvieren. Das hat sie an die Spitze des X-Contest geführt. Wir sprechen also über ihren Fortschritt, wie sie in den Sport gekommen ist und all die Dinge, die sie verfolgt hat. Und dann kam alles ziemlich abrupt und beängstigend zum Stillstand – oder Pause, ich würde sagen. Vor etwa sechs Monaten wurde sie von dem, was sie für einen ziemlich starken Staubteufel beim Landen hält, getroffen. Und sie musste dann sechs Monate lang eine wirklich brutale Reha durchmachen, die noch andauert, und im Grunde wieder lernen, wie man läuft. Wir sprechen natürlich darüber, über ihren Unfall, die Genesung und wie sie vor Kurzem mit Chrigel geflogen ist und wie sie langsam, aber sicher wieder dazu zurückfindet.

[00:01:47] Ich habe dieses Gespräch wirklich genossen. Serena ist ein zutiefst optimistischer Mensch mit einem riesigen Lächeln. Ich denke, ihr wird dieses Gespräch schwerfallen, aber es ist inspirierend und sehr authentisch. Also genießt dieses Gespräch mit der Schweizer Pilotin Serena Ronchi.

[00:02:14] Serena, willkommen bei CloudBase Mayhem. Wir versuchen das jetzt schon seit Monaten. Und ich weiß, dass wir beide ziemlich schwer zu greifen sind. Und du warst dort wirklich beschäftigt. Warum das so ist, werden wir später besprechen. Aber willkommen in der Show. Und danke, dass du dir etwas Zeit für mich nimmst.

[00:02:31] **Serena Ronchi:** Vielen Dank. Ich freue mich sehr, hier zu sein. Und ja.

[00:02:37] **Gavin McClurg:** Es ist eigentlich ein sehr guter Zeitpunkt, mit dir zu sprechen, weil das Magazin XC Mag gerade die neueste Ausgabe mit Russ Ogden auf dem Cover herausgebracht hat. Sein unglaublicher Sieg bei den Weltmeisterschaften. Und da war auch ein wirklich schöner Artikel über dich drin. Ich wusste gar nicht, dass du letztes Jahr über 10.000 Kilometer geflogen bist. Du hast viel Zeit in Brasilien verbracht, unten im Sertão. Also fangen wir da an. Das ist eine Menge Strecke in einem einzigen Jahr.

[00:03:06] **Serena Ronchi:** Ja. Es war im Juli. Ich habe meinen Job behalten, um acht Monate frei zum Fliegen zu haben. Und Brasilien war nicht geplant. Zuerst war die Türkei geplant, Uludeniz, um mit dem acro Fliegen anzufangen.

Und dann habe ich erfahren, dass Dominique Rohner, ein Schweizer Top-Pilot, nach Brasilien geht. Und ich habe ihm geschrieben. Und ihn gefragt, ob ich mitkommen kann. Und ja. Dann hat er zugestimmt. Und ich bin dorthin geflogen. Und ja. Zuerst hatte ich echt Angst, in Brasilien bei so viel Wind zu fliegen.

[00:03:53] Und dann war es so magisch. Ich habe das Fliegen wirklich geliebt. Ich habe es total geliebt, über dem flachen Gelände zu fliegen. Und ich habe drei Monate dort verbracht. Dann bin ich für zwei Wochen nach Mexiko gegangen. Und dann bin ich im Frühjahr zurückgekommen, um in der Schweiz zu fliegen, wo ich lebe. Und ja. Acht Monate lang fliegen, fliegen, fliegen. Fast jeden Tag. Das ist...

[00:04:25] **Gavin McClurg:** Wahnsinn. Ja. Die Sertau. Also, ich habe die Sertau gemacht. Ich habe...

[00:04:29] **Serena Ronchi:** den Sertau geflogen

[00:04:29] **Gavin McClurg:** einmal. Eigentlich ist das der Ort, an dem ich Dominique getroffen habe, Jahre bevor du davon sprichst. Aber wir haben dort eine Weile verbracht. Ich bin hauptsächlich von Ticima aus geflogen. Und dann hatte ich einen schönen Flug, der mich quasi in der Nähe von Quixada abgesetzt hat. Also bin ich den Rest der Reise von Quixada aus geflogen und habe Dominique dort getroffen.

[00:04:48] Aber das ist eine lange Zeit im Sertão. Seid ihr hauptsächlich mit dem Towing geflogen? Und wie habt ihr die Wüste über diesen ganzen Zeitraum hinweg bewältigt? Denn du hast recht, es ist ziemlich windig. Das kann ziemlich stressig sein.

[00:05:02] **Serena Ronchi:** Ja. Es ist echt verrückt, drei Monate dort zu verbringen, weil es dort einfach nichts gibt. Wenn man ein Rennen verliert, dreht man sich zum Hotel um und es ist so heiß dort. Es gibt nichts zu tun. Also wartet man. Man sieht die Wolken über sich und fragt sich, was man hier eigentlich macht.

[00:05:24] Und ja. Du hast

[00:05:27] **Gavin McClurg:** Du hast echt Ausdauer, Mädels. Du bist klasse. Du bist hartnäckig. Das gefällt mir.

[00:05:32] **Serena Ronchi:** Und ja, ich habe zwei Monate lang mit dem Schleppflug verbracht. Zuerst in Caico und dann in Assou.

[00:05:44] Und es sind zwei Orte, an denen man sich ziehen lassen kann, wohin die Swiss League nach Caico geht, um Weltrekorde zu versuchen. Und Assou ist ein weiterer Ort, an dem man fliegen kann. Ich kann sehr lange Strecken fliegen, aber es ist etwas schwierig, wenn der Wind etwas mehr aus Süden kommt, weil da ein Luftraum ist. Also ist es besser, nach Caico zu gehen. Und zwei Monate Ziehen und dann bin ich nach Quechada gegangen. Das ist ein kleiner Hügel, von dem aus man zu Fuß startet. Und es ist ziemlich, ziemlich windig und turbulent, weil, ja, da gibt es einen Effekt. Es ist sehr, sehr windig, sehr, sehr windig. Und mit dem Venturi-Effekt und mit der Thermik kann man Wind haben von, ich weiß nicht, ich hatte so zwischen 55 und 60 Kilometern pro Stunde.

[00:06:40] Und ja, es kann dort wirklich gefährlich sein, zu starten.

[00:06:45] **Gavin McClurg:** Ja, das habe ich in Tissima gespürt. Ich war 2016 dort und oh mein Gott, ich meine, jede Nacht lag ich einfach im Bett und habe mich auf den, wissen Sie, den unvermeidlichen Wind vorbereitet. Und ich erinnere mich an den windigen Start um fünf Uhr morgens am nächsten Tag, wissen Sie, das war einfach, oh Mann, das war Wahnsinn. An manchen Tagen war es echt verrückt, wo man sich nur denkt: „Oh, komm schon, gib mir mal eine kleine Pause hier. Gib mir mal eine kleine Pause.“ Und dann ziehst du es hoch und du schießt einfach in die Höhe. Ja, das ist ziemlich wild.

[00:07:17] Das ist ein harter Start in den Tag. Man ist ziemlich erleichtert, wenn man erst mal in der Luft ist.

[00:07:23] **Serena Ronchi:** Ja. Und manchmal, wenn die Thermik kommt. Man hat einen richtig starken Wind, aber wenn die Thermik nicht da ist, kann man ganz leicht abdriften, weil da vielleicht 25, 30 sind. Und ja, man muss einfach sehr, sehr vorsichtig sein, weil man manchmal nicht weiß, ob die Thermik kommt, weil man das Gebüsch sieht. Das sind so trockene, trockene Pflanzen. Und da sind keine Blätter. Also ist es schwierig zu sehen, ob der Wind kommt oder nicht. Und ja, manchmal ist es einfach Glück oder Pech.

[00:08:10] Und das kann wirklich, wirklich gefährlich sein.

[00:08:15] **Gavin McClurg:** Ja. Die haben da einen Typen, der oben in so einem Turm in Quichada sitzt und dich abrufft. Es ist Wahnsinn. Weißt du, es gibt drei. Ich glaube, es gibt dort nicht mehr annähernd so viele Piloten, weil man eben in den Dschungel kommt. Nein. 400 K draußen. Also, die haben das immer gemacht, aber alles hat sich mehr nach Osten verlagert, weißt du, nach Keiko und Asu, von wo aus du geflogen bist. Und die waren wirklich gut darin. Die wären losgefahren, weißt du, und hätten die Hand hochgehalten und dich angeschrien, loszugehen. Und dann musstest du sofort hochziehen. Du konntest einfach überhaupt nicht pausieren. Du musstest wirklich bereit sein, loszulegen. Und die nannten das diese Lulls. Aber wie du gesagt hast, wir hatten das in Ticima nicht und es war... es war... es war... es war wirklich unheimlich. Hattest du schon viel Schleppfliegen gemacht, bevor du nach Brasilien geflogen bist?

[00:09:01] **Serena Ronchi:** Ich habe das einmal hier in der Schweiz gemacht, und es war nur so, ich weiß nicht, vielleicht 200, 200 Meter hoch. Und es war nur zum Spaß, um es mal auszuprobieren, aber ja, wirklich, ich glaube, das zweite Mal, als ich es in Brasilien gemacht habe, hatte ich echt, echt Angst davor.

[00:09:26] **Gavin McClurg:** Ich wette, das war so. Ich meine, Towing ist bei viel Wind immer ein bisschen nervenaufreibend, aber wenn man an einen Ort wie Sertão geht – Hut ab vor dir –, da muss dein Herz echt gerast haben.

[00:09:41] **Serena Ronchi:** Ja. Aber weißt du, wenn man es vielleicht 10, 15 Mal macht, findet man es dann richtig, richtig cool. Es ist lustig. Und für sie ist es viel sicherer, bei viel Wind in Quixada zu Fuß zu starten. Also, ja, zuerst probierst du es und hast richtig Angst und fragst dich, was du hier eigentlich machst. Und mit der Zeit hast du mehr Zeit, um zu sehen, was um dich herum ist, und du kannst anfangen, während des Schleppflugs zu fliegen. Du kannst anfangen, die Wolken zu sehen und den Himmel zu analysieren.

[00:10:27] Und ob du Vögel und all die Gleitschirme siehst. Dann kannst du wirklich anfangen zu fliegen und dich nicht nur auf deinen Schirm konzentrieren.

[00:10:41] **Gavin McClurg:** Du lebst in Lausanne, du bist Schweizer. Wie bist du zum Fliegen gekommen und wann hast du damit angefangen? Ich verstehe, es war nicht lange her, es war ziemlich vor kurzem, richtig?

[00:10:52] **Serena Ronchi:** Ja. Es ist jetzt mein viertes Jahr, ich habe 2018 angefangen, weil ich viel Via Ferrata gemacht habe. Und eines Tages sah ich zwei Typen, die nach der Via Ferrata – das ist so ein Kletterweg – den Berg runtergefliegen sind. Und ich dachte, wow, das ist ja Wahnsinn, so den Berg runterzukommen. Ich wollte das unbedingt auch machen, weil ich gerne klettere, aber ich wollte nicht runterklettern. Ich wollte nicht abseilen. Also habe ich die Paragliding-Schule angerufen und ja, ich habe 2018 angefangen und im November hatte ich meine Lizenz.

[00:11:40] Und dann habe ich im Winter angefangen zu fliegen und im Frühling bin ich der Swiss League beigetreten. Das war eine nette Gruppe von Piloten, die zusammen Trainings gemacht haben und wir sind gemeinsam geflogen. Wir hatten gute Briefings und Debriefings, und das hat mir sehr geholfen, um besser zu fliegen zu lernen.

[00:12:15] **Gavin McClurg:** Die Swiss League ist Race to Goal, richtig? Dreht sich das alles nur um das Racing oder ist die Swiss League eher ein Club, in dem man sich einfach trifft und sich gegenseitig beim Fliegen unterstützt?

[00:12:26] **Serena Ronchi:** Mm. Das ist der Schweizer Club. Ja. Ein Club, in dem alle Piloten da sind, um zusammen etwas Wettkampf und etwas Training zu machen. Und ja, wir haben die XA-League, in der einige Trainings gemacht werden, um einige lange, einige lange Flüge zu absolvieren. Dann haben wir die Hike-and-Fly-League. Die ist ziemlich neu. Das ist die Liga für Hike-and-Fly-Trainings. Und dann haben wir die Wettbewerbsliga. Da kann man einige Tasks machen und ja, den Wettbewerb, wie man ihn im PVC macht.

[00:13:19] Hmm. Ja. Ist

[00:13:21] **Gavin McClurg:** Du hast gesagt, dass du davor viele Klettersteige gemacht hast. Ist das dein Hintergrund hauptsächlich, Klettern oder? Ja. Was hast du vor dem Fliegen als Sport gemacht?

[00:13:32] **Serena Ronchi:** Bevor ich anfangen habe zu fliegen, war ich nicht oft in den Bergen, nur für ja. Die Via Ferrata. Das ist die Kletterroute. Es ist nicht wie Klettern an den, ähm, mit den Händen an den Felsen. Es ist ein Weg. Ja. Ich habe etwas Crossfit und Fitness gemacht, aber ja, ich wusste nichts von, äh, Meteorologie.

[00:13:59] **Gavin McClurg:** Darf ich dich fragen, du siehst ziemlich jung aus? Wie alt bist du eigentlich, nur für das Publikum? Ich bin 29. Okay. Wenn du also, ja. Du hast also 2018 angefangen zu fliegen. Du gehst jetzt in dein viertes Jahr. Für diejenigen, die zuhören und das nicht wissen: Du hast letztes Jahr den X-Wettbewerb gewonnen, was keine kleine Leistung ist. Ich schätze, das hat bei dem sehr langen Aufenthalt in Brasilien geholfen. War es ein Ziel, den X-Wettbewerb zu gewinnen, oder war das einfach etwas, das passiert ist, auf das du gar nicht geachtet hast, weil du in Brasilien warst? Ja,

[00:14:36] **Serena Ronchi:** Das war überhaupt kein Ziel. Ich habe einfach angefangen, in den flachen Landschaften in Brasilien zu fliegen, und für mich hatte ich vielleicht das Ziel, 200 Kilometer zu fliegen, aber ich habe das wirklich nicht erwartet. Aber ja, ich hatte echt Glück, weil es nicht viele Piloten in Brasilien gab und die sehr guten Piloten wegen Corona in ihren Wohnorten festsäßen. Also hatte ich Glück, dorthin zu gehen und drei Monate lang dort zu sein, um es immer und immer wieder zu versuchen. Und ja.

[00:15:20] **Gavin McClurg:** Das ist Wahnsinn. Was war denn letztendlich dein längster Flug?

[00:15:24] **Serena Ronchi:** Ja, das war es. Es waren 315, glaube ich. Ja.

[00:15:29] **Gavin McClurg:** Da gibt es einen Piloten im vierten Jahr. Das ist ja klasse. Du musst also auf dem Mond gewesen sein. Ja. Das war ziemlich aufregend. Es

[00:15:35] **Serena Ronchi:** war der Wahnsinn.

[00:15:36] **Gavin McClurg:** Und mit welchem Schirm fliegst du?

[00:15:38] **Serena Ronchi:** Ich habe den Air Design geflogen. Er ist also sehr leicht, ein B-Hot, ein B-High B-Schirm. Okay. Und am Ende der Ferien habe ich den Air Design geflogen. Also, es ist der Sea Gleitschirm.

[00:15:59] **Gavin McClurg:** Okay. Und du hast erwähnt, dass du geplant hattest, mit Ola Denny nach der Türkei zu fliegen, um etwas acro Training zu machen, was wegen COVID wohl nicht geklappt hat, aber hast du in diesen vier Jahren etwas SIV und acro Training gemacht?

[00:16:18] **Serena Ronchi:** Ja. Ich habe drei SIVs gemacht. Und deshalb wollte ich mit unserer Crew anfangen, weil mir das Gefühl vom Fullstall und den Schirmen gefallen hat und ich meine Fähigkeiten verbessern und vielleicht etwas mehr Selbstvertrauen gewinnen wollte, wenn

[00:16:44] **Gavin McClurg:** Du warst in Brasilien und hast angefangen, diese längeren Flüge zu machen, du bist mit Dominique geflogen, die eine fantastische Pilotin ist. Was waren die Dinge, die bei dir angefangen haben zu kicken, also wenn du gemerkt hast: Okay, das funktioniert, ich kapiere das, ich komme immer weiter? Worauf kannst du das zurückführen? Gab es irgendetwas Bestimmtes, das du angefangen hast zu verstehen?

[00:17:10] **Serena Ronchi:** Ja, aber zuerst war ich wirklich sehr gestresst, weil ich die Bedingungen nicht kannte. Ich hatte Angst, mit dem Wind zu fliegen, aber nach ein paar Flügen fühlte ich mich so gut, weil es einfach so schön ist, dort zu fliegen. Denn ja, mit dem Wind zu fliegen, ist es echt lustig, weil man richtig große Distanzen zurücklegen kann, und wenn man in Thermik ist, ist es lustig, weil man eine Thermik für fünf, zehn Kilometer machen kann. Und dann habe ich viel über den Himmel und die Wolken gelernt, weil ich vorher wirklich nicht viel über die Wolkenbildung wusste. Und ich denke, ja, es braucht Zeit, wenn man anfängt, in den Flachland zu fliegen, weil man am Anfang nicht weiß, was man tun soll, man weiß nicht, wie man fliegt, worauf man achten muss. Und dann, wenn man trainiert, trainiert, trainiert, kann man sehen, ob sich Wolken bilden oder nicht, man sieht die Vögel, man sieht die Farbe des Bodens, die Triggerpunkte, und ja, zuerst verlierst du dich, und dann siehst du langsam, ganz langsam, wie du anfängst zu lernen, und das ist so... ja, das ist so dankbar, weil...

[00:18:56] Manchmal landest du oft zuerst und weißt nicht, warum du gelandet bist, und du bist richtig, richtig traurig und willst wissen, warum, aber du weißt es nicht und sagst einfach nur, dass du am Boden bleibst.

[00:19:14] **Gavin McClurg:** Was wir sagen, ist: Was waren die Dinge, die du ziemlich regelmäßig von Leuten wie Dominique oder anderen Mentoren vor Ort gehört hast? Was haben sie dir erzählt, nur aus Neugier? Was waren das für Dinge, die sie gesagt haben wie: „Hey, du hast das super gemacht, aber an dem hier könntest du noch arbeiten.“

[00:19:34] **Serena Ronchi:** Ich denke, das Wichtigste ist zuerst die Sicherheit, weil man bei Wind wissen muss, dass man, wenn man versucht, eine Thermik über dem Gebüsch zu erwischen, vielleicht mitten im Gebüsch landet, und man muss wirklich wissen, wo man landen kann, weil das wirklich, wirklich gefährlich sein kann. Und dann ja, versuchen, die Wolken und die Vögel zu sehen, und ja, das ist das Wichtigste und ja, die Triggerpunkte.

[00:20:21] **Gavin McClurg:** Ich bin neugierig, weißt du, bei jemandem wie dir, der noch nicht sehr lange geflogen war und sich dazu entschieden hat, nach Brasilien zu gehen, wo es ziemlich windig ist. Ich meine, wie du schon sagtest, das ist ein großes Unterfangen. Ich bin neugierig, was in dir steckt, das dich dazu bringt, solche Dinge zu wagen.

[00:21:10] **Serena Ronchi:** Es sind die Fähigkeiten, meinen Schirm bei starkem Wind zu beherrschen, weil ich hier in der Schweiz sehr oft bei viel Wind Groundhandling gemacht habe. Und ja, mein Lehrer sagte immer, man muss das können, Groundhandling ist sehr wichtig. Und deshalb habe ich, ich weiß nicht, ich habe so viele Stunden in Feldern verbracht, um Groundhandling zu üben und einige Übungen zu machen, und ich liebe das wirklich. Ich liebe es wirklich, den Schirm bei starkem Wind zu beherrschen. Während des Fluges hatte ich Angst vor dem Wind, aber am Boden war es okay. Aber ja, bei den Flügen, wenn man hoch ist, ist es einfach so lustig, weil man so schnell unterwegs ist.

[00:22:11] **Gavin McClurg:** Es ist schön, wenn man weg vom Gelände ist, oder? Einfach nur dahin gleiten. Was liebst du am Fliegen am meisten, Serena?

[00:22:21] **Serena Ronchi:** Ich denke, es ist die Freiheit und das Gefühl von ja, dieser Levitation, und dann die Landschaften und die Zeit mit den Freunden, äh im Zug oder beim Abflug, aber ich denke, das Erste ist die Freiheit, ja.

[00:22:43] **Gavin McClurg:** Wenn du an deine Zukunft und das Fliegen denkst – wir werden später noch ein bisschen über den Unfall sprechen, der hat die Dinge natürlich verändert –, aber wenn du an deine Zukunft und das Fliegen denkst: Was treibt dich an? Was sind deine Ziele? Wo würdest du dich zum Beispiel in fünf Jahren sehen?

[00:23:08] **Serena Ronchi:** Es ist ziemlich schwierig, darüber zu sprechen, weil ich vor sechs Monaten einen sehr schweren Unfall hatte. Davor war mein größtes Ziel natürlich, an den X-Hats teilzunehmen, und ich war extrem motiviert zu trainieren und die Fähigkeiten dafür zu erwerben, um sicher einige lange Flüge zu absolvieren. Jetzt weiß ich nicht... ich möchte einfach erst wieder das Vertrauen gewinnen, in den Alpen zu fliegen, und dann mal sehen. Ich weiß nicht, wie meine Genesung verlaufen wird und ob ich dann mehr Stunden fliegen kann. Es ist eine gute Frage, aber momentan schwierig zu beantworten.

[00:24:20] **Gavin McClurg:** Nun, lass uns darüber reden. Eigentlich wollte ich das später ansprechen, aber was ist vor sechs Monaten passiert?

[00:24:27] **Serena Ronchi:** Ich wollte meine erste B-Walk-Tour machen, und es war nicht geplant, aber eine Freundin hat mir geschrieben und ich habe gesagt, ich möchte meine erste B-Walk-Tour machen, und sie meinte, hey, vielleicht können wir morgen eine B-Walk-Tour machen, und ja, wir sind nach Tessin geflogen und haben angefangen, eine kleine Tour zu machen. Wir hatten keinen Plan, weil wir dem Gelände einfach folgen wollten, und wir sind nie zusammen geflogen, und das war schwierig, weil wir nach dem ersten Tag an verschiedenen Orten gelandet sind und uns einfach verlaufen haben. Also ja, ich bin alleine weitergefliegen, und es war eine fünfköpfige Reise, eine Reise von fünf Tagen, und ja, am letzten Tag hatten wir immer gutes Wetter, es war wirklich, wirklich heiß, wenig Wind, und am letzten Tag bin ich zweieinhalb Stunden geflogen und wollte in einem Tal landen, und ja, in diesem Tal gab es nicht viel Wind, es waren vielleicht maximal 10 oder 15 Kilometer pro Stunde Wind, und ich habe mich entschieden, in ... zu landen.

[00:26:09] auf dem Grasfeld

[00:26:13] und kurz vor der Landung habe ich etwas sinkende Luft gespürt, aber wirklich, wirklich stark, so vier oder fünf Meter pro Sekunde, und ich dachte, oh okay, das ist gut für mich, ich will runter, also bin ich noch ein bisschen dort geblieben, ich habe zwei, drei Kurven gemacht, um tiefer zu kommen, und dann habe ich mein Feld gesehen und die Bäume haben sich sehr, sehr schnell bewegt und ich dachte, oh nein, das ist nicht der Talwind, das ist eine große Thermik, und ich dachte okay, ich halte meinen Schirm und lande, ich wusste nicht, dass ich da ein Risiko eingegangen bin, und ich bin da hingegangen und ich glaube so 20, 30 Meter hoch, mein Schirm hat einen Klapper gemacht und es war zu spät, um noch etwas zu tun.

[00:27:17] Ich glaube, ich bin in eine Staubwolke geflogen, weil es eine richtig, richtig starke Thermik war und ein sehr heißer Tag. Und ja, dann klappte mein Schirm und ich landete auf beiden Beinen und ja, ich sah, dass meine Beine gebrochen waren und ich starke Rückenschmerzen hatte. Und ja, zwei Typen waren da, haben mich gesehen und den Krankenwagen gerufen. Und ja, im Krankenhaus sagten sie mir, ich hätte zwei gebrochene Lendenwirbel und zwei gebrochene Knochen im Bein und dass ich ...

[00:28:07] ich musste sehr schnell operiert werden, weil das eine... ein gebrochenes Wirbelchen wirklich schlimm war. Also ja, ich wurde operiert und dann habe ich fast die komplette Empfindlichkeit in einem Bein verloren und im anderen Bein vielleicht noch die Hälfte.

[00:28:38] Und ja, es war wirklich, wirklich schwer, weil ich große Schmerzen hatte und nicht wusste, ob ich eines Tages wieder laufen würde. Und ja, ich habe zwei Wochen in diesem Krankenhaus verbracht und darauf gewartet, an einen Ort zu kommen, wo ich meine Rehabilitation machen konnte, weil es unmöglich war, nach Hause zu gehen, da ich nicht laufen konnte. Ich lag einfach nur im Bett und ja. Nach diesen zwei Wochen ging ich dann in die Reha-Klinik. Sie war etwas in der Nähe meines Zuhauses. Und dann blieb ich dort fünfhalb Monate, um wieder zu lernen zu laufen und viel Physiotherapie, Schwimmen und Fitness zu machen, um den Muskel wieder aufzubauen.

[00:29:41] Ja, es war eine ziemlich harte Zeit, aber ich bin jetzt seit drei Wochen aus der Klinik und wieder zu Hause. Ich bin geflogen. Ich bin wieder geflogen und ja, das macht mich wirklich, wirklich glücklich, weil ja, das war früher mein ganzes Leben lang das Fliegen. Und ich bin wirklich froh, dass ich wieder fliegen kann und alleine in der Food Lounge sitzen kann. Also ja.

[00:30:16] **Gavin McClurg:** Wie viel Empfinden hast du jetzt wieder im Bein? Das eine, in dem du gar nichts hattest, und das andere, in dem du noch etwas hattest? Ist das alles wieder da oder ist es noch...?

[00:30:27] **Serena Ronchi:** Nein, ich denke, es ist noch ein weiter Weg, bis die Empfindungsfähigkeit wieder da ist.

[00:30:35] Im linken Bein ist es fast vollständig da, aber im rechten Bein unter meinen Füßen spüre ich es nicht, ja, unter meinen Füßen, und das hat einige Probleme mit dem Gleichgewicht verursacht.

[00:30:56] **Gavin McClurg:** Gleichgewicht.

[00:30:57] **Serena Ronchi:** Aber ja, es kann vielleicht zwei Jahre oder länger dauern, bis man es wieder hat. Ich glaube, es ist ein langer Weg. Ich meine, ich hatte schon so viele Probleme vorher und ich denke, ich werde nicht vollständig genesen, weil ich einen Fuß habe, der viel an Mobilität verloren hat. Da ist etwas Atrophie und ja, in sechs Monaten bewegt er sich nicht viel, also mache ich dafür die Physio, aber ja, es wird schwierig sein, die Mobilität im Fuß wiederzuerlangen.

[00:31:34] **Gavin McClurg:** Ich meine, es ist so hart. Offensichtlich war es körperlich unglaublich schwer, diese sechs Monate Reha durchzustehen. Es klingt so, als läge noch viel vor dir. Wie ist das für dich hier oben? Wie geht es dir im Kopf damit? Klopff, klopff, ich habe noch nie eine solche Verletzung erlebt, aber ich kann mir nicht vorstellen, es so hart zu verfolgen wie du, und dann an die X-Alps zu denken und dann einfach nur, wow, mental,

[00:32:08] das muss wirklich hart sein.

[00:32:10] **Serena Ronchi:** Ja. Am ersten Tag nach dem Unfall dachte ich mir: Ja, das Fliegen ist vorbei. Ich will nicht mehr fliegen. Und das kann so grausam oder so, ja, schlimm sein, wenn man so etwas erlebt. Aber dann, nach ein paar Tagen, dachte ich mir: Nein, vielleicht denke ich, ich werde im Rollstuhl fliegen und ich werde versuchen, etwas zu machen, so etwas mit dem Rollstuhl zu fliegen, und das wird Spaß machen. Und vielleicht wollen viele Leute im Rollstuhl fliegen, also kann ich ihnen zeigen, dass das möglich ist.

[00:32:57] Und ich habe wirklich darüber nachgedacht. Und dann habe ich wieder angefangen zu laufen. Und ich dachte mir, ja, es ist unglaublich. Ich werde alleine fliegen und ich werde wieder fliegen. Und ja, ich habe viel mentales Fliegen gemacht. Ich lag in meinem Bett und habe mir vorgestellt, wie ich mit Freunden in der Lounge bin und dann losfliege und mit den Vögeln in der Thermik fliege. Und ich glaube, das hat mir sehr geholfen, weil ich immer noch am Himmel war und das Glück des Fliegens nicht vergessen habe.

[00:33:48] Und ja, ich glaube, als ich wieder geflogen bin, habe ich zum ersten Mal wirklich vergessen, wie magisch das Fliegen ist. Ja, denn man kann dieses mentale Fliegen trainieren, aber mit der Zeit vergisst man, wie unglaublich es ist. Und ja, als ich wieder flog, wusste ich nicht, ob es mir wieder so gut gefallen würde. Und ob ich Angst haben würde, und ja, es war wirklich unglaublich. Das Gefühl, als ich wieder flog, es war... ich habe es...

[00:34:33] Ich habe einen Flug mit Frigel gemacht. Das war so unglaublich, weil er mir zur Weihnachtszeit geschrieben hat. Da er bei X-Helps ist und die X-Helps Academy in einer Trainingsgruppe leitet, in der ich bin, hat er mir geschrieben, um zu fragen, wie es mir geht. Und dann hat er mir vorgeschlagen, mit ihm zu fliegen, weil ich nicht alleine fliegen kann.

[00:35:09] Und als ich das gelesen habe, war ich einfach so, so glücklich, weil das Fliegen mit Frigel im Tandem einfach so, ja, besonders, wirklich, wirklich besonders war. Ja. Und ich bin das erste Mal mit ihm geflogen, vor nur, ähm, vier Tagen, und danach bin ich für

[00:35:34] fünf Tage.

[00:35:48] Es war einfach so unglaublich. Und wow, ich glaube, ich habe den ganzen Tag gesungen und vor Freude geschrien. Und wow, es war einfach unglaublich.

[00:36:06] Und dann wusste ich, dass ich fliegen will. Ich landete, sprang in Krigels Arme und sagte: Danke, danke, vielen Dank. Jetzt bin ich bereit, wieder zu fliegen. Ich will einfach wieder hoch und fliegen. Also ja, dann dauerte es drei, nein, 10 Tage. Und ich flog, ich habe meinen ersten Solo-Flug gemacht, einen Solo-Flug. Ich konnte nicht sehr schnell rennen, aber die Windbedingungen waren einfach perfekt. Also habe ich den Schirm über meinen Kopf gehalten, drei Schritte gegangen und war in der Luft.

[00:36:55] Und ja, zuerst hatte ich ein bisschen Angst, als ich in die Thermik flog. Aber dann bin ich über das Flachland gegangen. Es war ein Tag, an dem das Flachland ziemlich gut lief. Und ja, als ich in die Thermik flog, war es einfach... einfach magisch. Ich konnte wieder mein eigenes Spiel spielen und mit den Vögeln und unter den Wolken fliegen. Und ja, ich habe es wirklich, wirklich geliebt. Und jetzt warte ich nur darauf, wieder zu fliegen.

[00:37:34] **Gavin McClurg:** Ich finde es toll, dass du immer noch so leidenschaftlich dabei bist. Ich bin mir aber sicher, dass es einen Teil in dir gibt, der damit kämpft, wenn man bedenkt, was der Unfall mit dir gemacht hat. Und weißt du, das frage ich oft Piloten, die schon seit Jahrzehnten fliegen: Wenn du die Uhr zurückdrehen könntest zu deinem Ich mit 50 Flugstunden, was würdest du dir selbst sagen? Aber bei dir ist das noch ziemlich frisch. Es ist erst vier Jahre her. Aber wenn du, sagen wir mal zurück im Jahr 2018, eine Kristallkugel gehabt hättest und gewusst hättest, dass dir das passieren würde – würdest du trotzdem fliegen?

[00:38:13] **Serena Ronchi:** Wow. Würdest du immer noch...

[00:38:14] **Gavin McClurg:** noch hineingekommen?

[00:38:15] **Serena Ronchi:** Das ist eine wirklich schwierige Frage.

[00:38:19] Es ist so schwierig, weil, wissen Sie, ich habe immer noch viele Schmerzen und ich weiß nicht... Ja, wie ich mich verhalten werde, wenn ich wieder schmerzfrei Sport treiben kann. Und ich liebe es wirklich, Sport zu machen. Und ja, das Fliegen ist so unglaublich. Aber ich denke, ich werde ja sagen. Weil ich glaube, dass der Unfall mir geholfen hat, das Leben anders zu sehen und zu erkennen, wie wichtig Familie und Freunde sind. Und manchmal vergisst man das einfach.

[00:39:05] Und ich habe. Ja, ich denke, dieser Unfall war eine wirklich schlimme Erfahrung. Aber ich bin dadurch gereift. Ich bin durch das Ganze sehr viel gereift.

[00:39:19] **Gavin McClurg:** Ja, das klingt nach einer schweren Erkenntnis, aber einer guten. Eine harte Lektion, aber eine gute. Ja, wir müssen das schätzen, was wir haben, oder? Du hast erwähnt, dass du einen Job aufgegeben hast, um dieses achtmonatige Flug-Sabbatical zu machen. Was war dein Job? Was hast du gemacht?

[00:39:41] **Serena Ronchi:** Ich bin Grundschullehrerin. Ich unterrichte. Okay. Jede Einschulung.

[00:45:42] **Serena Ronchi:** Ich weiß, ich war vielleicht 20 oder 30 Meter über dem Boden. Oh.

[00:45:48] **Gavin McClurg:** Du warst echt tief, ja okay.

[00:45:49] **Serena Ronchi:** Ja, das Erste, woran ich gedacht habe, war, dass es zu spät ist. Ich erinnere mich nur an diesen Satz in meinem Kopf: Es ist zu spät. Und ich weiß nicht, wie ich es geschafft habe, aber ich stand auf meinen beiden Beinen.

[00:46:06] **Gavin McClurg:** sagte zwei Jahre, wissen Sie, höchstwahrscheinlich werden da noch mehr Operationen sein oder wenn die Reha die Reha ist, sagt der Arzt im Grunde jetzt, es ist nur noch die Reha, es ist nur eine Frage des Trainings.

[00:46:19] **Serena Ronchi:** Vielleicht kann ich das Metall in meinem Bein entfernen, weil ich einen langen Metallstab in der Tibia habe. Ich weiß nicht, ob man das so sagt, aber jetzt tut mein Knie beim Gehen sehr weh, ich glaube wegen dieses Metallteils. Wenn das Knie, wenn der Knochen okay ist, kann ich das Metall entfernen, aber in meinem Rücken ist die gebrochene Wirbelkörper zu schlimm und den muss ich lassen, ja, für mein Leben, wenn...

[00:47:02] **Gavin McClurg:** du fängst wieder mit dem Fliegen an, es klingt so, als würdest du dich darauf freuen, und du weißt, der Körper wird wieder besser funktionieren. Wird sich irgendetwas an deinem Ansatz zum Sport ändern, als er vorher war?

[00:47:16] **Serena Ronchi:** Ich weiß nicht, ich denke schon, weil ich jetzt viel mehr Angst habe und mir das Vertrauen wieder aufbauen muss. Ich weiß nicht, ob ich dieses Vertrauen wieder gewinnen werde, um in diesem Leben mit Gelassenheit zu fliegen, weil ich nicht weiß, ob ich überhaupt wieder fliegen kann. Also, ja.

[00:48:09] **Gavin McClurg:** Nur lustige Sachen.

[00:48:11] **Serena Ronchi:** Ja, einfach nur lustige Sachen. Ich

[00:48:12] **Gavin McClurg:** Ich weiß, dass leider viele Menschen, die diesen Podcast hören, ähnliche Unfälle hatten. Dieser Sport kann ziemlich unerbittlich sein. Es gibt viele Leute, die in diesem Sport Rückenverletzungen und anderes hatten. Können Sie Leuten, die gerade durch das gehen, was Sie durchmachen, einen Rat geben – nur in Bezug auf das, was Sie gelernt haben, um diese sehr schwierige Zeit besser zu bewältigen, oder um den täglichen Kampf nach einem Unfall zu erleichtern? Sie haben Ihre Wertschätzung für Freunde, Familie und Leute wie Chrigel erwähnt, die sich melden.

[00:48:59] Aber was kann diese Community für Menschen wie dich tun, die sich in dieser Situation befinden? Und was hast du... was hast du gelernt, um das Ganze zu überstehen?

[00:49:11] **Serena Ronchi:** Ja. Ich denke, jeder Mensch ist anders. Manche Leute wollen vielleicht lieber allein sein, wenn es ihnen schlecht geht. Ich hatte das Glück, sehr gute Freunde zu haben, die mir sehr geholfen haben, positiv zu bleiben. Und es gab andere Leute, die ich überhaupt nicht kannte. Sie haben mir geschrieben und mir einfach Mut zugesprochen. Sie haben mir erzählt, dass sie selbst einen Unfall hatten, aber jetzt wieder fliegen und das wieder lieben.

[00:49:57] Und das war wirklich, wirklich hilfreich. Und dann, ja, die Familie ist wirklich, wirklich wichtig. Weil man mit ihnen zusammenlebt. Und ich war nicht in der Nähe meines Vaters. Aber mein Vater war jeden Tag da. Er hat oft mit mir telefoniert. Und ich war davon wirklich überrascht. Weil ich nicht viel Kontakt zu meinem Vater hatte. Das war, ja, das war eine schöne Sache, der Unfall.

[00:50:37] **Gavin McClurg:** Es scheint also, dass aus dieser Erfahrung einige kleine Rosen gewachsen sind. Dinge, die ich vermute, ziemlich unerwartet sind. Das ist schön. Serena, das ist wahrscheinlich auch ein guter Punkt für uns, um abzuschließen. Ich schätze es wirklich sehr, dass du diese ziemlich schwere Phase deines Lebens mit uns geteilt hast. Und ja. Und dein aufregendes Jahr. Sowohl das Gute als auch das Schlechte, offensichtlich. Aber das war ein echtes Vergnügen. Ich wünsche dir viel Glück bei der Genesung und beim Wiedereinstieg ins Fliegen. Und dass du das alles in deinem Stil meisterst.

[00:51:22] Respekt für deine tolle Einstellung.

[00:51:26] **Serena Ronchi:** Ja, vielen Dank. Wir werden

[00:51:28] **Gavin McClurg:** Ich hoffe, wir sehen uns bald bei Cloudbase. Danke, Serena.

[00:51:37] Wenn euch Cloudbase Mayhem wertvoll erscheint, könnt ihr uns auf viele verschiedene Arten unterstützen. Ihr könnt uns auf iTunes oder Stitcher oder wo auch immer ihr eure Podcasts hört, eine Bewertung geben. Das hilft enorm, um die Mundpropaganda zu fördern. Ihr könnt darüber auf eurer eigenen Website bloggen oder es in den sozialen Medien teilen. Ihr könnt darüber reden, wenn ihr mit euren Pilot-Freunden zum Launch aufbrecht. Ich weiß, dass so viele interessante Gespräche auf diese Weise entstanden sind. Und natürlich könnt ihr uns finanziell unterstützen. Diese Show kostet viel Zeit, viel Schnitt, viel Speicherplatz, Musik und all die anderen Kosten hinter den Kulissen. Wenn ihr uns also finanziell unterstützen könnt, könnt ihr uns natürlich auch eine Nachricht der Unterstützung schicken. Finanziell haben wir bisher immer nur einen Dollar pro Folge gebeten. Das könnt ihr über eine einmalige Spende via PayPal machen oder ihr richtet einen Abonnement-Service ein, der euch für jede veröffentlichte Folge belastet. Wir bringen alle zwei Wochen eine neue Folge heraus. Wenn ihr also einen Dollar pro Folge zahlt, wären das alle zwei Wochen etwa 25 Dollar im Jahr.

[00:52:24] Das ist also viel günstiger als ein Magazin-Abo. Und es macht all das möglich. Ich möchte diese Show nicht durch Werbung oder Sponsoren finanzieren. Das wird uns ziemlich häufig gefragt, aber ich möchte das aus vielen verschiedenen Gründen nicht tun, die ich in der Show schon oft erwähnt habe. Ich mag es nicht, wenn so etwas am Anfang der Show steht. Und ich möchte auch, dass ihr wisst, dass dies authentische Gespräche mit echten Menschen sind. Das sind nur unsere Meinungen, aber unsere Meinungen werden nicht durch Sponsoren oder Werbegelder beeinflusst. Ich halte das für ein ziemlich toxisches Geschäftsmodell. Ich hoffe, ihr findet das gut. Ihr könnt uns unterstützen. Wenn ihr auf cloudbasedmayhem.com geht, findet ihr die Möglichkeiten zur Unterstützung. Ihr könnt es über patreon.com/cloudbasedmayhem machen. Wenn ihr ein wiederkehrendes Abonnement wollt, könnt ihr das auch direkt über die Website tun, wir haben versucht, es wirklich einfach zu machen. Das gibt euch Zugang zu all den Bonusmaterialien, dem kleinen Videocast, den wir machen, und den zusätzlichen kleinen Schätzen, die wir in Gesprächen finden, die nicht in die Hauptshow kommen, von denen wir aber finden, dass ihr sie hören solltet.

[00:53:20] Wir stellen nichts davon hinter eine Paywall. Wenn ihr euch die Unterstützung nicht leisten könnt, lasst es mich einfach wissen und ich richte euch ein Konto ein. Natürlich wäre das für immer gültig. Und hoffentlich seid ihr irgendwann in der Lage, uns zu unterstützen. Aber ihr findet das alles auf der Website. Alle, die uns unterstützt haben oder sogar unseren Newsletter abonniert oder Cloud Based Mayhem Merchandise, T-Shirts, Hüte oder irgendetwas anderes gekauft haben, sollten bereits eingerichtet sein. Ihr solltet ein Konto haben und jetzt auf all diese Bonusinhalte zugreifen können. Vielen Dank fürs Zuhören. Ich schätze eure Unterstützung wirklich sehr und wir sehen uns in der nächsten Folge. Danke.

[00:54:08] Danke.