

Galen Kirkpatrick and Creating New Lore

Cloudbase Mayhem Podcast 214 — Galen Kirkpatrick

Published	2024-02-23
Episode page	https://www.cloudbasemayhem.com/214-galen-kirkpatrick-and-creating-new-lore/
Duration	01:06:10
Speakers	Galen Kirkpatrick, Gavin McClurg
Languages	English (en) · Français (fr) · Deutsch (de)
Audio	0214-galen-kirkpatrick-and-creating-new-lore.mp3
Transcription	faster-whisper large-v3, language en
Diarization	pyannote/speaker-diarization-3.1
Translation	gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf
Dictionary	9 correction(s) applied

Contents

English	2
Show notes	2
Transcript	2
Français	15
Show notes	15
Transcript	15
Deutsch	28
Show notes	28
Transcript	28

English

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

Show notes

Galen Kirkpatrick rose from a beginner to the 2023 US National Paragliding Champion in seven years, becoming the first female champion. Her journey from fear of flying to the pinnacle of the sport involved intensive training, overcoming a significant fear, and a shift in mindset to prioritize fun and creativity. Her success has been a mix of personal bests and learning to apply flying lessons to life, marking a seminal moment for women in the sport and inspiring camaraderie and emotional safety among pilots.

The post #214, Galen Kirkpatrick and Creating New Lore first appeared on CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:00] **Gavin McClurg:** Hi there, everybody. Welcome to another episode of the Cloud-Based Mayhem. Got a great show for you today with Galen Kirkpatrick, a good friend of mine who has been at this game for a bit and has come all the way up through various aspects, SIV and towing people and instructing and now guiding, and she's also been pretty fiercely competitive on the competition circuit. She did her first World Cup with me not too long ago in Axaray in Turkey, had a pretty crazy midair there, but actually had some great results in that one. And this last year has just taken off. She's up in the stratosphere. She's just doing so well at these competitions, beginning with a couple of comps right before the Worlds this last year out in Brazil in the Pan Ams, and I think the British had some great tasks there.

[00:00:57] And then had a pretty interesting incident, not in the sky, but on the ground, getting ready for the Worlds, and she would call it kind of a nervous breakdown. So we get into that and the outcome of that and working with Maxine Belleman as their coach at the Worlds and just creating kind of a whole new paradigm shift, a whole new, she calls it, allure around her flying. And the results have been impressive. Since then, she was third overall in Chelan behind Russ Ogden and Matt Henzey. She won the Red Rocks Wide Open, which put her in first place. She's our new U.S. National Champion, a new precedent there.

[00:01:42] And then she was just third down at the Menarca last month, again, in the overall. So she's had some amazing results and is flying shit hot and really has been impressive and inspiring to watch. So we get into all of that. How it all started out in Santa Barbara, getting into flying and then getting into instructing and then getting into SIV and acro and all the things that have gotten to where she is. But mostly that's the mental switch, and we talk a lot about that. Great conversation with a great gal. I had a lot of fun with this one, and I know you will too. Enjoy. Galen, finally, how long have we been trying this? For four, five, six years? Before. Before. Before you were famous, even.

[00:02:29] Yeah, we've been trying to get together for four or five months since the Red Rocks. Yes, since the Red Rocks. We have a lot to talk about, especially with your last year with just the new National Champion. You're wearing your medals there. I love it. So we'll talk about how

[00:02:46] **Galen Kirkpatrick:** you got to this place, but let's dive into some background first. How did you get to this place? Give

[00:02:54] **Gavin McClurg:** me the resume version of Galen.

[00:02:56] **Galen Kirkpatrick:** What was

[00:02:56] **Gavin McClurg:** Galen's flying career getting to this year? Yeah, I started in Santa Barbara about six or I guess it was seven years ago now. So I actually did a one-day lesson with Andy McRae up in Bozeman, and I was like, Andy, when am I going to get back here and learn how to fly properly? And he was like, you know what? You should just go to Eagle.

[00:03:18] **Galen Kirkpatrick:** It's close to where you live. And then two weeks later, I was signed up for the P2 program. Was it just the instant? The instant hitch? Why did you, what was the catalyst? Why did you want to get into it in the first place? Was it just looking up in the sky or was this something you'd always wanted to do? You know, I've always wanted to fly and I got really close a couple of times to doing my private pilot's license and I'd always dreamed of free flight. I just thought it was the coolest thing, but I

[00:03:45] **Gavin McClurg:** was never on the right position in my life and financially. And so I was 27 at the time and it was just like,

[00:03:53] **Galen Kirkpatrick:** this is the time it's now. I got to. I wasn't super happy in life. I was living in downtown LA and I wasn't being outside much. And so it was just like a way to connect with this new medium and be out in nature and totally thrilling. And when you did the first stuff in Santa Barbara, which is a nice place to learn, you know, it's beautiful and the ocean and the mountains and the community's amazing. There was just instantly, I love this or was it scary or how do you remember those first days? Yeah, no, it was instantly. Incredible. I was like, I was working like

[00:04:28] **Gavin McClurg:** kind of a stressful high demand job. So I felt like in a life sense, I was really keyed in and yeah. And it was, it was just a place for me to use that energy and I had incredible instructors and yeah, it was just instantly. I was like, wow, this is

[00:04:45] **Galen Kirkpatrick:** incredible. There wasn't really much fear starting out because I didn't really know what I didn't know, but that came along as it does. I know the answer to this because we were just talking about doing this show a couple weeks ago down in Columbia. But at some point you transitioned. You're one of the few, there's not a lot of people I think in the sport who also make their living from the sport. You are one of those people. When did that happen? When did you throw away

[00:05:15] **Gavin McClurg:** old life and begin new life? That happened about a year in. So I learned in Santa Barbara and spent a couple months like. Traveling up to Santa Barbara on my two weekends off every month and trying to get like thermic flights. And I ended up on a Columbia tour with Eagle paragliding my first winter, like three or four months into flying. And I was

[00:05:40] **Galen Kirkpatrick:** like, wow, this is incredible. I definitely very afraid and I need to like become an expert at this. Listening to your podcast was really helpful while I would be stuck in LA traffic. And so I kind of made the plan my first. Week in Columbia to work my job for another year and then quit and spend like five weeks in Columbia. So it happened. Yeah. About a year, a year and a half. And you dove in hard. Yeah. And you, you began teaching at the training hill, right? You, you got into teaching and then towing and working with Dylan and talk about some of that stuff because I know it impacted a lot with the pilot you've become. You know, you're.

[00:06:25] You spent a lot of time still do acro, you know, and training acro and, and all that. Yeah, I,

[00:06:31] **Gavin McClurg:** um, well, I was really gifted to

[00:06:33] **Galen Kirkpatrick:** have incredible P2 instructors,

[00:06:35] **Gavin McClurg:** uh, Mitch Riley and Dylan Benedetti, also Brian Howell and, um, Kevin and a couple of guys, but especially Mitch and Dylan being such experts, it was super inspiring because I got to see what was possible in the sport. So, yeah, I started working for Rob at the training hill, just driving. And I was super afraid to instruct because I didn't

[00:06:58] **Galen Kirkpatrick:** really know anything. And I was like, gosh, if I say the wrong thing to someone, it could be, you know, devastating for them. And so eventually Dylan sort of like forced me to start instructing people and, uh, and he tapped me to come out to the lake and I have some experience on boats. So I, uh, dropped into the tow tech job really well and spending all that time, um, at the lake watching people, you know, do stuff to their wits. So I, uh, dropped into the tow tech job really well and spending all that time, um, at the lake watching people, you know, do stuff to their wits. So I, uh, dropped into the tow tech job really well and spending all that time, um, at the lake watching people, you know, do stuff to their wits. And just being surrounded by paragliding was, um, you know, I was immersed. So it was really helpful. You know, it wasn't necessarily time flying, but it was time thinking about paragliding,

watching and visualizing and imagining. I've asked quite a few, we've had a bunch of SIV instructors on the show over the years, Dylan and Jockey and many others.

[00:07:48] Uh, and I'd love to get your take on that from both from being in the boat. Just seeing so many people go through the sequences and the systems and, and getting stuff out of it. And also just your own take, because I know your own flying has been dictated a lot by

[00:08:10] **Gavin McClurg:** acro and overcoming fear. And I, before we, before we move into this last year, that's been phenomenal in your comp season. I'd love to just get your take on that because it's still, it was, it was really interesting for me to hear. I've heard this from several SIVs. That it's not really necessarily for everyone. And I find that pretty interesting, especially for flying cross country. You know, I can see that angle that it's not for everyone. I suppose the way I would think about that is that it's, uh, everyone has their own personal risk tolerance or risk tolerance as an expression of self. And so some people are comfortable, you know, not really knowing what they need to do and maybe a they're flying a passively safe wing and a really, um, limited set of operating conditions.

[00:09:02] That's okay. Personally,

[00:09:05] **Galen Kirkpatrick:** I feel like having some standardized set, um, and this probably comes from, you know, having Dylan as a, as a mentor of mine, but having some standardized set of things that people know, for example, the idea of requiring SIV for a P3 or P4 introduces, I think a control. To what is otherwise kind of maybe a Yahoo or a loose cannon sort of sport. And so I think that's valuable, certainly with my own clients. I want to know, uh, who they did SIV with and what they've done at their experience with SIV. And, and for me, I was super afraid, uh, for a really long time. And so I shunned the idea of being an acro pilot, but I was like, I need to spend all this time here to become a pilot.

[00:09:55] A safe cross country pilot. Cause I'm, I'm really afraid. So I need to get this experience so that I can trust myself so that I don't spend all this mental energy while I'm trying to fly cross country, dealing with the lack of trust in my skills. So spending all that time at the lake, there was a couple occurrences that could have, that I experienced that could have ended up in a reserve toss and didn't. And so, uh, I credit all my time at the lake for that, you know, Dylan's mentorship. And watching all those wings and watching what people did wrong, hauling people out of the water after they had done the wrong thing. And so by having these experiences where, uh, things didn't go super well, my wing didn't stay open and then handling it the proper way or the midair that I got into was another good example of that.

[00:10:44] You know, I just sort of did what I had practiced in my head a whole ton. And so that, that experience gave me confidence going forward that I would, you know, do the right thing. If something happened. Galen mentioned the midair there, we'll put some color on that. That was it. I believe that was your first world cup, correct? In Turkey, in Aksaray? It was. Yeah. Yeah. It was a really good week. And I don't know if that was the last day, second to last day or something like that, but it was, uh, wild and somebody caught it on video. It was pretty hairy and really windy. It wasn't over when you hit the ground. I don't think I've ever seen a harness that dirty. That was really impressive. That cannibal was brown. Yeah, my water. My water bladder burst that day, just randomly.

[00:11:29] I was trying to shift weight around in my harness. So I put the drinking water underneath the seat. And when I landed it, three liters of

[00:11:36] **Gavin McClurg:** water exploded everywhere. So then as we were getting dragged across the field, it all became mud. So yeah, I was like in mud as I was trying to

[00:11:44] **Galen Kirkpatrick:** unbuckle and

[00:11:45] **Gavin McClurg:** stop the dragging. It was, yeah, it was kind of, it was a whole nother thing. I'm not sure if this is a perfect tie, but you were just, you said some things that made me think of something. I heard in a previous podcast you did with, uh, an actual, uh, a client of mine at one point in time, back when I ran the boat business. But tell me about

[00:12:05] **Galen Kirkpatrick:** willful ignorance. You had some really good things to say about that on that show, which I thought were very applicable to what we do. Willful ignorance. Yeah. Let's see. Well, I feel put on the spot here now. So, I mean, I think people don't necessarily want to think about what they're not. Good at, for example, this is a

risky thing we're doing, like just like boats or mountaineering or anytime

[00:12:32] **Gavin McClurg:** you go put yourself in a unforgiving environment, you're some level of prepared and hopefully you're very prepared. You probably think you're very prepared, but it's, and certainly having confidence in that environment is really important, but I don't, I don't know. I guess, you know, we're, we are, we talk. Tell ourselves that things are going to be

[00:12:57] **Galen Kirkpatrick:** okay. And we're probably less likely to look at our weaknesses or things we could improve on because that might take away from confidence. Does that sound or do you have, I've been thinking about this a lot lately because I, one of my favorite people to follow on, on social media, which I try not to do too much social media, but I really like following Will Gadd because he, he, uh, it's not just, Hey, look at me every, every post he does. On there is some kind of technical skill to learn about ice climbing, which I'm not an ice climber, but I still find it fascinating. And, but he's, he always talks about risk and I've said this on the show before. One of the things he taught me literally, I mean, the day before we did that Rocky's traverse with the Red Bull film up in Canada, I didn't know.

[00:13:45] Well, we, we met the day before we went and did that. And so he was, you know, on the way to the first launch was kind of, who is this guy? He, he likes to know who he's doing stuff. And so he

[00:13:57] **Gavin McClurg:** was, he had pinned me right away for, as someone who was way too optimistic, he, he, he, he hated that about me. And he, he said, you know, Gavin, I'm, I'm not even the guy that thinks that the, the glass is half full. I'm looking for what's going to break the fucking glass. And, and I thought, wow, man, you're really negative. And it's not negative. It's, it's this, it's the opposite of willful, willful ignorance. You know, he, he looks at. These places, like you said, you're putting yourself into environments that are, that have risk and just inherent in them. And he's looking at what's going to go wrong here. What's, what's, what's possibly going to kill me? What can I eliminate from this equation that gives me better odds?

[00:14:46] You know, what's going to break the glass? And it was a huge mind shift for me that I still struggle with, but it's an, it's, I think it's an important mind shift. You know, this whole, I think when you were talking about it in the podcast, you were talking about that, uh, this thinking that it's not going to happen to you as, as bad thinking. Yeah. Well, it's, it's also self-protective. I mean, I can credit my instructors, you know, Dylan and Mitch, especially kind of knowing or hearing stories that you can die or you can get super injured if you're not careful. And I crashed into a tree in Parma park on my first mountain flight. So, um, by the time I got to the airport. The LZ, I was super gripped. I just didn't have the capacity to make wise decisions anymore.

[00:15:30] And I object fixated on a tree, hit the tree, kind of fell through the entire tree, landed on the ground with my wing above me. And I was fine. I didn't even have a bruise. I had a little scrape on my arm and I landed right next to a barbed wire fence. And I, so that was this experience, which right off the bat, I, um, like kind of, kind of when I came down from the

[00:15:52] **Galen Kirkpatrick:** adrenaline of that, I was like, Oh, that could have been so awful and I could have died. And so, you know, I, I basically thought about that a lot and it made me reflect on my, my life on the ground and it made me reflect, uh, really, uh, objectively on my own flying skillset and who I was as a person and how I undertook risk. And so that was, that was a formative thing going into pursuing expertise, immersing myself in the sport. And, and I certainly encourage, you know, my clients, anyone, P2 students, whoever to think about that, you know, I think it's addressed non-directly a lot. It's like, Ooh, if you just had a breakup, don't go flying.

[00:16:38] I think it's worth zooming out a little bit and thinking about like, you know, what's going on in your life are what, what things in the past have you done that make you better at managing risk? What's your experience with that? What are times in any aspect of life that you've. You've just been careless, um, cause you don't want to do that when you're flying, hopefully. Yeah, that in that same conversation that I've got an arrow that goes down, that's that you led that, that kind of thinking leads you to two things. One reducing risk as much as possible. And so with you, that was, you know, immersing yourself in instruction, SIV, making this your life, uh, learning as much as possible, you know, trying to get a grip.

[00:17:24] And so with you, that was, you know, immersing yourself in instruction, SIV, making this your life, uh, learning as much as possible, you know, trying to get a grip. On this fear, maybe through increasing skillset. Do I have that right? Yeah. And then two, you said you should be happy in life. You, you very often do this. You draw your, your, your, you parallel from piloting and from the sport to your own personal life, which I love this about you, that you're, you're, you tie it all together. And I think often we kind of keep it in. Sometimes we keep it in two separate boxes. We all pursue this. I hope because it's fun. And it makes us happy. And that's why we should be doing it. Uh, but even in my

[00:17:59] **Gavin McClurg:** mind, it's, it's, uh, it's often kind of two separate things. You know, one of them is pretty intense and, uh, you know, I, I have often felt like I use it as an escape and I know that makes you go, no, we shouldn't be doing that. I've heard you say that we shouldn't be using this as an escape. Talk about that. There's some fun stuff there. Yeah. I mean, I don't want to tell, unless you're paying me, I don't want to tell other people what to do. Like, I, I just sort of, you know, I think people are just going to be themselves and I don't, I don't want to concern myself too much. Like I have to shut out the noise of, you know, what people think you should do, but yeah, I think it's different for everyone. But for me, it seemed obvious to, you know, use the lessons you've learned in life and apply them to flying and likewise use the lessons you have in flying and let them apply to your life with some caveats.

[00:18:54] Of course. But like, if you're just, if you want to get good quickly or being excellent is important for you, I don't know that seeing it as an escape from life is the way to do that. Now, certainly I have a joke where I'm like anyone who's gotten good at flying really quickly is running from something or it's like, you know, avoiding something

[00:19:19] **Galen Kirkpatrick:** on the ground. And I think that's, that was certainly the case for me in some capacity. And perhaps for you as well. But I think it, I don't, I don't think it's one or the other. I mean, flying is still somewhat of an escape for me. You know, there have been times in my career where I feel like flying is easy and simple and being on the ground or living life is difficult. And then other times when like being on the ground and living life is really easy and putting myself in that place of being present and. Performing a skillset is really difficult. And yeah, I think it's just good to be aware of that. And, and at the basis of really good piloting, I think is self-awareness.

[00:20:06] It's not that hard. Well, you know, flying a paraglider pull, there's only, you know, three controls. You press the speed bar, you pull the right or the left brake, but putting all of the things it takes to like do cross country or fly acro or even just fly. The ridge safely, you know, that's difficult. And so you need to, I think, be really aware of yourself and what patterns you have and when you shut off and what you do when you get stressed and even how you relate to other people, you know. When did you get into comps? Um, I started doing comps maybe two and a half or three years into flying, kind of like with acro, I wasn't trying to be a.

[00:20:54] I was just like, this is going to be the most efficient way to learn cross country. And yeah, so I did a sprint race at the Applegate my first year. It was just thrilling. Chris Garcia and I, we were working at Eagle together and we went up and did the demo days. And then we, yeah, we did the sprint comp and it was totally a thrill. Good place to start. And when did you decide, was that kind of a natural progression? When did you decide to become the national champion? You know, I have a, I have a habit of questioning myself a whole lot. Um, and maybe a problem of lacking self-belief.

[00:21:40] And there was something that, uh, that Rob Sporer said to me, uh, a year into my comp flying, uh, maybe. And he was like, you know, you could be

[00:21:51] **Gavin McClurg:** incredible, uh,

[00:21:53] **Galen Kirkpatrick:** someday. He might've said you could be national champion or world champion or something. And he's like, but you need to start having an ego for me that, that was like risky. I was like, Oh no, no, you know, I don't, I'm not arrogant. I don't have an ego, but I think it was through a really good performances sometimes and tasks. And being encouraged, uh, to keep going and needing to like prove something to myself that I could do it. Yeah. That sort of led to that. And realistically, I think I told myself I could

[00:22:29] **Gavin McClurg:** be national champion after the world championships last year. Cause I did the best flying of my career. I wasn't super consistent, but I, a couple of days

[00:22:42] **Galen Kirkpatrick:** I stuck with the lead gaggle all day. And even on the, the famous, I think it was task eight where, uh, Maxime and Honoren escaped and the rest of the lead gaggle bombed out in between power lines and a big row of trees. I was like, I was right there with those two guys and they kept drifting. And I, I just made this one little decision that was wrong, but I was like, okay, I can hang with them. I can do this. If I can do this here, I can go. So I just told myself that it was possible. I made a joke to someone. I was like, well, I'm just going to go win the national championship. And I forgot about it. And then he messaged me after I had, and he was like, Ooh, it looks like you did. Good job. And I was like, Oh my gosh, I, I had some delusion that it was possible.

[00:23:30] And I think that's important. We talked about that down in Columbia that you think it's important to, you know, delude yourself every once in a while. That's all right. If you don't believe something's possible, then it, um, it definitely isn't. You, you don't want to have a bunch of expectation around it. But on my first task finish, the first time I made goal, I had been, this was in Applegate and, uh, the sprint and I had, I had this big cascade right over the mountain and, uh, I was with the lead gaggle and I cascaded down like 1800 feet or something and managed not to throw my reserve. And then I was behind and I was like all rattled and I was like, what do I do now? And then I flew into the thermal, which had violently ejected me, you know, 2000 feet above. And I started thermaling again.

[00:24:16] And I was like, you know, I was like, well, it's still possible for me to catch up. And in fact, um, and maybe I wasn't. I wasn't telling myself that I was just like, well, I'm here to fly the task. And so I was a couple of minutes behind and I saw the lead gaggle make this poor choice. And so I was able to get higher and just glide straight to goal. And I think I got second that day or something like that after being five minutes behind in the last 70 or in the last 25% of the race. And so I realized it's like, it was possible, you, you know, it's, and that's what made it such an intriguing game to me is because. Something can

[00:24:54] **Gavin McClurg:** happen that's not ideal falling out the back of the lead gaggle, and then it's still

[00:25:00] **Galen Kirkpatrick:** possible for you to go like win the task. Potentially you, you had a really interesting experience that I'd love to dive into that in some ways, timeline wise, at least it kind of predicated the success you've had this year. You went over to Spain before the world's this year. So that was basically a year ago now. Right. And, and, uh, you wanted to warm up at the, I don't know if that was a pre PWC or PWC or whatever it was, but some event in Spain, you're going there to warm up and take it from there. Uh, you had a pretty interesting experience. I was there on the warmup day. It was a world cup and, uh, I was training the submarine. I kind of told myself that I needed to do this race to get used to the submarine before kind of the train for the world championships.

[00:25:51] And, um, so I felt obligated. And also I was coming off of, of the two comps in Brazil last April where I had done the best flying of my career to the point, but I was inconsistent. Basically I use two or two and a half drop days each comp and, and especially the second one, the world cup, the last day I was in really good position in the overall rankings. And I just, I put so much pressure on myself that I totally messed it up. And I was. So hard on myself, you know, landed and cried and just felt awful. And so basically those experiences,

[00:26:32] **Gavin McClurg:** the last time I had been racing of like doing the best, but also putting myself under so much pressure colored that flight on the training day in Spain. And I launched and I was in this new position and the submarine all bundled up and there was just a sea of all of trees, not very many landings and I basically.

[00:26:53] **Galen Kirkpatrick:** I was in this new position and the submarine all bundled up and there was just a sea of all of trees, not very many landings and I

[00:26:53] **Gavin McClurg:** basically just. Like couldn't fly. I mean, I could go in circles. And I think I went and tagged the first turn point or two. And then I was just like, I cannot do this. And I landed and just completely broke down. Yeah.

[00:27:07] **Galen Kirkpatrick:** I mean, I caught a nervous breakdown, but I don't know, people that have other sorts of nervous breakdowns might say, well, that's not a nervous breakdown, but I basically just. Yeah, I couldn't hold it together. I was looking at tickets home. I was thinking, gosh, I can't be part of this world's team. I don't even want to fly. I didn't want to look at a paraglider. I've organized my life around this for so long and I can't even. It was, it was awful. So yeah, some friends came and talked me down and I was staying in a cave and it was like an Airbnb cave and I couldn't stand up and I was like, and it was dark and there was no light. There was no windows. And they were like,

we're going to bring you with us. Like you come stay with us. So I, they stole me away, brought me to an olive plantation house that they were living in.

[00:27:57] And they, and I just stayed there for four days and I didn't leave. And I dropped out of the race and I watched the race come overhead. And I remember looking up and kind of giggling and being like, oh, I recognize that person and that person. And, but having no, just being completely estranged from the concept. Of pilotage. Um, and yeah, it was really alarming and, you know, kind of terrifying, but being inside, sitting on the couch, I was reading like a book a day and I just sort of like, I just couldn't be in a position where I put pressure on myself. And, and I was putting an undue, unfair, unreasonable amount of pressure on myself. I wasn't having any fun. And how'd you, how'd you course correct?

[00:28:44] Um, well, you know, Evan and Emily, that's who rescued me. They, you know, basically I was chatting with folks on the team. I was trying to still go to the worlds, maybe not fly. I basically did a ton of self-reflecting in that space that wasn't flying. I mean, I needed to get my head straight on the ground. We, as a team had hired Maxine Bellaman, who's like kind of my flying guru. I love his books and just the sort of approach mentally in preparation that he takes. And, uh, so I, I called him up and he gave me some tips, but really it was opening myself up, being vulnerable with someone that I really respected that basically forced me to self-reflect and be like, oh, I am a good pilot.

[00:29:36] I am doing this for fun. I am a safe pilot and I put way too much pressure on myself. So I need to be realistic with myself. He, um, I had answered this questionnaire that he had sent us prior to working together and I had rated myself really low on a bunch of fundamental skills and he kind of challenged me on that. And he said, you're definitely not a three out of five on thermaling. Like what, what is that? And he actually called me delusional to say, like to assess myself as three out of five. And that was super helpful because I, you know, I mean, there's the delusion believing you can win, but there's also the delusion

[00:30:21] **Gavin McClurg:** believing you're not good enough and, or you don't

[00:30:24] **Galen Kirkpatrick:** have skills. And so he challenged me on that. He was like, why, why did you say three out of five? And I was kind of like, I came up blank and I was like, cause I have a lot more to learn. Cause I want to leave room for improvement. And, and he's like, if you were at a three out of five, it would, you know, you, you wouldn't be saying that. Um, you know, if you can keep up with the people you can keep up with, you're not a three out of five. So you need to be realistic so that you can go out there and express yourself and, and do what you're capable of doing. You need to have self-belief. And so I hid from the world for another four days and interlocking. And then I grouped up with the world's team and I basically changed my whole, I was like, you know what, I'm going to go out and fly.

[00:31:13] I've done all this work to be at this point to qualify for the world. And I'm going to go out and have fun. And I'm going to ask myself at every point, am I having fun? And how could I be having fun? Would it be more fun to be on the ground? That created the biggest change in all of my flying because I had to be accountable to myself and decide, yes, this is fun. I want to make the fun decision here. And, and only once, I mean, when I instituted this, this process of asking myself if it's fun, I was like, gosh, it might mean that I'm just like not flying the task. I'm just going to go land. And since then, um, I had one task. Uh, it was at the world's where I was in this nasty spot.

[00:32:00] I shouldn't have been. And, uh, the guy right next to me through his reserve. And I was like, ah, you know, this isn't fun. I'm not having fun. And so I just went and landed. And it was this really excellent experience for me because usually when I land in a task, I would, you know, beat myself up and I'd be like, ah, you made this mistake and this mistake. And I would obsess over what I could have done differently or how I could have performed, uh, my skillset better. And there, I just was there. And I was looking up at the pilot on the mountain and the trees. And I was like, well, I am here on the ground, but I'm fine. I'm having fun. I'm in France at the worlds and I could be there, but I'm not. And so I like, I sort of created the safe space for me for my self.

[00:32:47] And I was like, well, that's, that's what it is. And then after that, yeah. And since then I've been able to, I'm not actively doing it so much anymore. Uh, asking myself if it's fun. I'm just, it's part of my preparation. I just realized what is going to be fun and, and what about flying is fun and it's being with all my friends and it's performing a skillset and expressing myself and views and, and, uh, you know, and I don't, I don't need to beat myself up. Flying has to be,

especially, uh, competition flying, task flying. It has to be an emotionally safe place for me.

[00:33:32] You know, if the, if the worst possible scenario is me beating myself up, cause the real worst, worst case scenario is getting really injured or dying. But if the worst possible scenario is me being really, really hard on myself and I can't go out and be creative and have fun and get to look over at my friends and, you know, do thumbs up or hoot and holler at them. So I kind of completely changed my mindset and like Maxime encouraged me to like, I have a confidence now. I believe it's possible. I believe that I can go win a task or I can keep up with the best pilots. I'm curious. Do you, when, when, when he asked you that and you rated yourself three out of five to too low, was that because it would have been arrogant to put what you really were or did you really not believe that you were?

[00:34:30] I, yeah, so it was delusional to say I was three out of five and, and basically, and this is sort of this new concept, but there's a aviation aphorism, uh, confidence is an asset and arrogance is a liability. And so I, I think, I think actually a lot of people in general in life and in flying confuse, uh, confidence with arrogance. And so they're not going to be confident. So yeah, I, I would have answered four or four and a half out of five, but that felt like a, I was shortchanging myself. So I was saying, Ooh, there's only this little bit of improvement. And sometimes I'm only three out of five, like, Ooh, that last task in Brazil, I was maybe a one out of five.

[00:35:15] Like I just couldn't hang. So yeah, I felt like it would have been delusional or excuse me. It would have been maybe arrogant and it would have shortchanged how much I had to learn. But yeah, I've, I've stopped doing that. I've stopped confusing arrogant or confidence with arrogance because I'm not an arrogant person, but I aspire to be a more confident person. It sounds like there's, I mean, there's a few things here that actually, and some of this isn't for me, it's from you and down in Columbia a week and a half ago, but you, you talk about, you kind of created a new story for yourself. It's a new, new lore. I love that word. And you've also mentioned safety quite a few times, but more emotional safety. You know, that you, you, I think you also said that, you feel like comp flying is actually really safe.

[00:36:05] It's a really safe thing for you to do if you've created, you know, once you created this new story, is it, do I have that right? Yeah. I mean, I guess I just want to, you know, I I've, I've flown a lot of comps in the last couple of years and I'm drawn to comp flying. I think because it's kind of structured and not

[00:36:24] **Gavin McClurg:** particularly adventurous, I've been dealing with enough stuff the last couple of years, like on the ground and in life that, that going and having this sort of going to do a sort of flying that doesn't require the like need for adventure. I mean, I

[00:36:40] **Galen Kirkpatrick:** love it. I flew tons in Columbia and I, I am excited to do more adventure flying, but it wasn't, it wasn't what I needed, that having a bunch of people there around me, having everyone flying the same route, having people watching out for you, that all gave me this like sense of confidence and allowed me to like, not worry about, ah, what, what could happen? What could happen? So yeah, let's see. You asked a couple of questions there. Well, I, I just wanted to make sure I had that right. I mean, I loved this, that you've kind of created a new lore. For yourself, you know, a new, and it, I always feel people like honoring and Maxine and Josh Cohn and, you know, they, they, they've kind of, they've cracked the code, right?

[00:37:28] They, they, they're, there are certain myths that you turn into facts and you, you, you, like you said, when you're, when you're racing, well, it's actually quite easy. Uh, when you're in position, you're not making a lot of decisions. You're, you're, you're just, you're just in flow. You're smiling. It's, it's easy. It, uh, it, it's kind of working out. And it seemed like this

[00:37:54] **Gavin McClurg:** event that you went through in Spain and working with Maxine and, and coming out the other side and kind of creating a new story for yourself. Uh, you know, since then you, you, you did remarkably, we had some remarkably good days at the worlds. You know, you got third and Shalan behind Russ Ogden and Matt Hensley, who were both flying really lights out. Uh, and you were, I, I looked up at you the whole week. I mean, you were just in position and then you won the wide open, uh, set an incredible precedent there. And you're our new

[00:38:28] **Galen Kirkpatrick:** national champion because of our, those two amazing results, uh, the hell of a year. And one that, you know, most people who spend a lot of time at comps will never experience. And so, uh, my question is, was, there's, wasn't even a question. It's just this, it seems like you've, you've created this new model and, uh, the more

you can share about it, the better it's as fantastic. I mean, I, it's, it's, uh, you know, you, you, you did it quite in some ways quite quickly. You know, your, your, your first world cup was, uh, in Turkey. I was at that one with you. That was 21, 22. Wasn't that long ago? Yeah.

[00:39:13] I think it was, yeah, it was 21. So, yeah, I just think, I mean, I knew having, having some good task finishes. I had a one good task finish in Turkey. Uh, we were flying all day together actually. So I guess I feel like in that, that

[00:39:31] **Gavin McClurg:** day, I think I got top five and there was on a serial class wing, but I, I think I just sort of stumbled into it. I just had this self-belief. I had no expectation on myself and I was like, gosh, well, these people know what they're doing. So I'm going to follow along with them and imitate, but, and play by the rules that I, you know, learned in, in the books, perform this skillset. I was kind of removed from it. Uh, my ego and like, I just, just like, okay, I'll, I'll just go try. And then it worked out really well. And so I think that gave me this like sense of confidence or possibility and instilled the delusion. Gosh, I can do this one day. So I can do this and a half out of, or five and a half out of seven days.

[00:40:20] And, and I had a couple really good comps in Brazil, a world cup and, uh, the Pan-Americans following that recently, or, um, following that first world cup. And I had no expectation on myself. I was into the imitation game. I trusted myself. I, my ego was removed from it pretty much. And I flew really well, almost like very consistently. I'll so, and had great results. So I like, it was, I think I knew it was possible, but I think I started to place all this expectation on myself. And I started instead of zooming out and being like, oh gosh, what did I do that week that worked? And that didn't work. I was obsessing over each little decision.

[00:41:06] And, and so that is what led to the, the putting too much pressure on myself. And there was no, there was no mental power left for just going out and flying because I was obsessing. Ooh, is this the right choice or the wrong choice? Is this a high chance or a high probability option or a low probability option? And, and so with that sort of breakdown and feeling like super estranged from flying and then reentering, and I, I had some good results at the worlds, but I was tender. I was like, each day I was like, do

[00:41:42] **Galen Kirkpatrick:** I want to fly today? You know, do I belong here?

[00:41:45] **Gavin McClurg:** And I mean, I was, I was just

[00:41:47] **Galen Kirkpatrick:** being so gentle with myself and just focusing on the, the connections I had with my teammates and the fun of it, that, that experience of seeing what, making it fun and just going out and performing allowed me to believe in myself. And even in the moments in Chelan and in Red Rocks, when I was like alone or had made a mistake, instead of, you know, basically I just didn't care. I was like, gosh, well, I, I did well at the worlds. You know, I had some good flights. I am a good pilot sometimes and I like this. So I'm just going to keep going. And, and that freed up so much mental energy for, you know, just staying in a good position.

[00:42:38] And, and like, it felt like this process that just reinforced itself because if I'm a fun and I'm trying to have a nice finish, the best way to do that is to stay in a good position and not be stressed, not be low, make high chance options and just kind of trust myself. And I think as much as you try to, I don't know, there's just so much feeling and intuition involved in flying and hunting cores and trying ideas or hypotheses out that I guess I felt like, or I feel like now I don't think you can be creative and, and artists will probably attest to this, but I don't think you can be creative if you're really afraid of making a bad product.

[00:43:26] I feel this with my own writing is like, I start to put things on the page and then I go, oh, that's awful. You know, and instead of not caring and just continuing to write, you just like stop or you feel discouraged from continuing to be creative. It's vulnerable. And so while it's a completely different sort of creativity that's required in flying, I think the same sort of philosophy applies, you know, it has to be, like you said, an emotionally safe place to try and fail or try and succeed. And yeah, it's worked out really well. You know, I still make mistakes. I had one finish on the Menarca that I just landed and I was super frustrated because I had been kind of fighting with Manuel all day and I had gotten stuck on the south end of Mordor.

[00:44:15] And then at the end of the day, you and a few others, Farmer, you guys just came and flew over my head and I was just like emotionally exhausted. I wasn't putting too much pressure on myself, but it was this emotional exhaustion from not just flying, but from kind of like fighting and being really and like trying to win. So I don't see that as a failure, but I landed and I got really emotional and I was frustrated. And so I had to just be like, okay, cool. Well, you still had a great finish and you had fun and you got to practice these things. And, you know, there wasn't, there was still emotional involvement and I was still really frustrated, but I wasn't beating myself up at all. I was just like, okay, cool. Throw it out, reset, you know, tomorrow I'll try again.

[00:45:01] And yeah. You're leaving here pretty shortly for the Superfinal, which we were going to go to and decided to go to. I'd love to, you've had some repetition now with Chelan, Wide Open, Menarca, all really good results. What's the lure you operate around now going to the Superfinal? How do you find this space? How do you find this emotional space that's working so well? How do you, how do you repeat this? Is it hard to find that, to this really works. Just do that again. It's not quite, at least for me, it's not quite that easy. I mean, when you're saying, you know, I love when you're having fun, things work. And so it's one thing to say, I'm just going to do this.

[00:45:47] I'm just going to have fun. Sometimes our egos get in the way of that. At least they do with me. Absolutely. Well, I mean, the one, one thing that makes me think before I answer your question is like, you know, what is your level of self-awareness when you have a really good result or performance? I, I felt that in Chelan, I would just hearken back to the emotional journey I went on that May of dropping out of a and, you know, suffering and, you know, and then coming back, being really gentle with myself, being able to perform well at the worlds. So that was all in really recent memory. And I was like, okay, well, I'm just gonna do my best to replicate that.

[00:46:32] And if I had been, I guess, I think probably in Brazil, I wasn't being particularly self-aware. And so then when I went to go fly again, I was, despite having some great results in recent history, I was unable to replicate or even fly. And so having that added level or higher level of self-awareness that I had at the worlds as like understanding myself, I just took that and I sort of replicated it. You know, I think we're all learning to be more self-aware, especially in cop flying about our decision-making, about how competitive we're being, about how we're interacting with all our other pilots and what self we're bringing to it. You know, you just do it sort of one day at a time and you realize it's a really long game and you forgive little mistakes.

[00:47:22] I did the same thing at Monroe. I was like, gosh, am I? Because I was like, there's a possibility that I could win the national championship. You know, I need to beat this person and do well enough, but is it even possible? And I was just like, okay, well, I'll just be tender with myself, be really self-aware, play in this. And I had the same thing in Menarca. I was like, gosh, well, I've had a couple of good results, but, you know, can I continue it? And I just, I like kind of hearken back to this, be gentle with yourself. You belong here. You know what you're doing. And so, you know, those are all nationals levels

[00:48:02] **Gavin McClurg:** comps. So I think there's a piece of foregoing expectation that's maybe easier at the Superfinal. I did my first Superfinal in really well every day and then kind of had issues with the end. And, and I remember going into it with no expectation. And I think I was 40 minutes slow on the first day and then 30 minutes slow for a couple of days and then 20 minutes slow. And then I was starting to, basically I was just, you know, building on what I had experienced. And so for this, I'm just, you know, I feel like I have six or eight or 10 months of flying to draw on.

[00:48:49] And I was really tender and gentle with myself and self-aware during that flying,

[00:48:54] **Galen Kirkpatrick:** but I'm also going with, you know, 120 pilots that fly faster or as fast as the leaders on any of those competitions that I've done this year. So kind of all expectations up, just go have fun, feel privileged to be there and trust the, like, the Galen that got me here, that qualified me for the Superfinal. She'll, she'll like, you know, be there for you and you just go out and have fun. But I've been thinking about it a ton every day. I'm just like, I'm visualizing that sort of mental process of just, you know, I'm here. I, I get to be here. So just go have fun and don't get competitive.

[00:49:39] We're going to do a show specifically with you all, you and, and Violetta, and Alexia and Jenny, hopefully before the Superfinal. So those of you listening, I'm kind of alluded to that. We're going to try to make that happen before you guys get going on that race. So we'll learn more about this, but two things I want to talk about is this momentum that you women have right now and, and what has sparked that. And I said, we're going to do a whole show on that, but I'd love for you to talk about it because it is really thrilling. And then the other thing I would love about is, is I see you as kind of the pivotal member in our community that has sparked all this. I'm quite new to the party side of, of our competitions in the U S and Violetta to thank for that and that the, not this wide open, but the one before, but there's kind of an amazing thing going on, at least from my perspective with the U S comp scene.

[00:50:43] And, you know, we saw it loud and proud at Menarca, you know, with nine out of the top 10, they're being U S pilots. That's, that's pretty amazing. I'd love for you to just talk about those two things as much as you want to right now, because it's, it's there, there's something happening with our community that is really exciting to be a part of. And, and I think you've been, you're kind of the leader there. You're the one that's, that's made it happen. I mean, of course it's a community effort, but it's, I really, it's, it, it has been a beautiful thing. And I mean, beautiful in a lot of different ways there, that word encompasses a lot, but it's been a beautiful thing to be a part of and to witness and to see this kind of sea change really in our community.

[00:51:30] Yeah. Well, I wouldn't call myself a pivotal member of anything because that would be arrogant. You're a 4.8 out of five. I'm not sure. I'm a, yeah, I'm a three out of five with the women's team thing. It's, it's really been Violetta who, you know, she's been a huge supporter of me. She's an incredible person. She's an incredible pilot. And we post pandemic, we both started just doing loads of comps. We basically were able to qualify for webcups. And so we got really close and we've been there for each other as we figure out how to fly as best as we possibly can. And so then also with Alexia and Jenny, who are a little bit newer or who have done less races, but are also just doing incredible on the world stage and giving the US women maybe a little bit of a reputation, which I've heard about.

[00:52:31] It's, it's really cool. And I think where we're at is as we start to organize and work together, and this is just in its infancy, we all, you know, you talk about it all the time on the show, of the French teamwork and camaraderie, and you've alluded a ton. And that's just a reality that there is somewhat of a cowboy nature to US flying, US comp flying and pilots. And so I feel like at least Violetta and I have come up through that

[00:53:03] **Gavin McClurg:** system of where it's been sort of everyone for themselves. And there hasn't been this emphasis on working together. And gosh, you know, five or 10 best pilots in the world, everyone else and comp flying in general is it's you have to work together. It's that's your ability to work together will make or break your comp flying. So we came up through this. And and I think Alexia and Jenny also have become incredible pilots on their own. So independently, we've found this vein of performance that we're able to tap into. And so what we're doing is trying to not replicate what the French have or what any team and Macedonia has an incredible team rapport, the Germans, you know, we're trying to say, well, gosh, if we got here on our own, what could we do if we're working together?

[00:54:03] Or if we support each other? You know, if we want to see each other, or if we want to share a podium together, the overall podium, that is, what can we do to support that? How can we lift each other up and support each other? And so again, this is in its infancy, we did a couple days of flying together, we're learning how to communicate with each other and trust each other. Yeah, it's just really exciting, because each woman brings something really different to the team, we've all struggled in different ways to get good really quickly. And we've all faced different challenges in our ground life that have led us to be able to do this. And we all have a lot of love and respect for each other. So it's like, gosh, if we incorporate and support each other, what's possible?

[00:54:51] And it feels like, you know, it's just exciting. Yeah. And we're excited to be on the podcast. And then

[00:54:58] **Galen Kirkpatrick:** I have the second question you asked, was that about the parties or the sort of the US comp scene being

[00:55:07] **Gavin McClurg:** more cohesive of a

[00:55:08] **Galen Kirkpatrick:** community? Maybe even more than that. Yeah. It seems like there's something that has shifted in our community that has aspired and inspired results and performance and stoke and desire. And, you know,

there's, for the first time in ages, there's young people coming into the sport that are really good, really fast. And, you know, there it's, and it seems to me that the one bit of glue there, the stick is the parties at the end of the comp, you share this pretty radical experience during the week. You know, you're all kind of throwing it out there a bit and, and then you get to hug it out for a night.

[00:55:55] And I don't know, am I putting too much on it or it just seems like that's a big part of the collective success. Yeah. You know, I, I guess I think there's so much talk in comp flying or in task flying of working together. And especially when, but, you know, before you're going off to make your own decisions, you're working together with a group of people. And I think I see comp flying or task flying as a social game. Primarily, almost everyone has a similar set of knowledge and a similar set of skills. There's very little that separates that, but it's your ability to interact with others. And so I guess, I think knowing that you're going to get to hang out and hug all your friends on the last night of the comp, or that having that experience of, of loving them, of loving the people that you're racing with and supporting them is, it's only going to make you better at flying.

[00:56:57] You know, it's, it's like being part of a community and having shared goals. And there's also, I think, you know, there's, there's that sort of, but, but there's also just a, a lot of US pilots have done a lot of high level racing across the world in the last couple of years. And I think that's, I think, you know, And so we know each other a lot better and we know the sort of choices that we're going to make and we feel supported. You know, if you're flying in a gaggle of people and you're fighting every single one of them, that's a lot of extra energy and only so much can be achieved with, you know, egotistical, ruthless competitiveness. And, and maybe that's what it takes to be a world champion or to fly at the very best or to get there.

[00:57:44] Get first place every day. I don't know, but, but certainly to fly really, really well, you can, you know, you don't, you don't want to be wasting energy, feeling at odds with people. And I think being yourself and, you know, letting your freak flag fly is really important. I know you're a big fan of that. And if there's anything that I serve as a pivotal example of, it's maybe just like fully recognizing yourself and being yourself in the face of dissenting voices or, or just existing, you know, it's existing as an art and living life, life is art. And so I, I'm hesitant to say this about myself, but I also, I think, or I've heard from people that they, they look up to me and being myself and they feel a permission to also be themselves, which if you're going out to express yourself or to express yourself, you're not going to be able to express yourself.

[00:58:44] And so I think a skill set that you have is really important. I've looked up to a lot of pilots who are very much themselves. Yeah. I don't know. I think it's a mutual love and respect we have for

[00:58:54] **Gavin McClurg:** each other. And that's a very nice place to end. Galen, you're a treasure. Thank you very much for sharing all of this. I wish you the best of luck at the Superfinal with the gals. I can't wait to watch. It's going to be really exciting. You guys are all kind of hitting this incredible peak right now, which was really fun, but thank you. Thank you so much, Gavin. Yeah. We'll miss you there, but we'll look forward to talking again. Perfect. Find the cloud-based mayhem valuable. You can support it in a lot of different ways. You can give us a rating on iTunes or Stitcher or however you get your podcast that goes a long ways and help spread the word. You can blog about it on your own website or share it on social media. You can talk about it on the way out to launch with your pilot friends. I know a lot of interesting conversations have happened that way. And of course you can support us financially.

[00:59:40] This show does take a lot of time, a lot of editing, a lot of storage and music and all kinds of behind the scenes costs. So if you can support us financially, all we've ever asked for is a buck a show. And you can do that through a one-time donation through PayPal, or you can set up

[00:59:55] **Galen Kirkpatrick:** a subscription service that charges you for each show that comes out. We put a new show out every two weeks. So for example, if you did a buck a show and every two weeks, it'd be about \$25 a year. So way cheaper than a magazine subscription. And it makes all of this possible. I do not want to fund this show with advertising or sponsors. We get asked about it pretty frequently, but I, for a whole bunch of different reasons, which I've said many times on the show, I don't want to do that. I don't like having that stuff at the front of the show. And I also want you to know that these are authentic conversations with real people. And these are just our opinions, but our opinions are not being skewed by sponsors or advertising dollars. I think that's a pretty toxic business model. So I hope

you dig that. You can support us. If you go to cloudbasedmayhem.com, you can find the places to support.

[01:00:41] You can do it through patreon.com forward slash cloud-based mayhem. 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 videocast 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. 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.

[01:01:26] 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

[01:01:34] **Gavin McClurg:** you.

Français

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

Show notes

Galen Kirkpatrick est passée de débutante à championne nationale américaine de parapente 2023 en sept ans, devenant la première championne féminine. Son parcours, de la peur de voler au sommet du sport, a impliqué un entraînement intensif, le dépassement d'une peur importante et un changement d'état d'esprit pour donner la priorité au plaisir et à la créativité. Son succès a été un mélange de records personnels et d'apprentissage de l'application des leçons de vol à la vie, marquant un moment séminal pour les femmes dans le sport et inspirant la camaraderie et la sécurité émotionnelle parmi les pilotes.

Le post #214, Galen Kirkpatrick and Creating New Lore est apparu pour la première fois sur CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:00] **Gavin McClurg:** Salut tout le monde. Bienvenue dans un nouvel épisode de Cloud-Based Mayhem. J'ai un super invité pour vous aujourd'hui : Galen Kirkpatrick, une bonne amie qui est dans le milieu depuis un moment et qui a gravi tous les échelons, du SIV au remorquage, en passant par l'instruction et maintenant le guidage. Elle a aussi été très compétitive sur le circuit de compétition. Elle a fait sa première Coupe du Monde avec moi il n'y a pas si longtemps à Axaray en Turquie ; elle a eu un incident en vol assez dingue, mais elle a quand même obtenu de super résultats. Et cette dernière année, elle a tout déchiré. Elle est au sommet de son art. Elle se débrouille tellement bien dans ces compétitions, en commençant par quelques manches juste avant les Mondiaux l'année dernière au Brésil pour les Pan-Ams, et je pense que les Britanniques avaient de super manches là-bas.

[00:00:57] Et elle a eu un incident assez intéressant, pas dans le ciel, mais au sol, alors qu'elle se préparait pour les Mondiaux, et elle appellerait ça une sorte de crise de nerfs. On va donc aborder ça, les conséquences, et son travail avec Maxine Belleman en tant qu'entraîneuse aux Mondiaux, ce qui a créé une sorte de changement de paradigme complet, une toute nouvelle, elle utilise le mot, aura autour de son pilotage. Et les résultats ont été impressionnants. Depuis, elle a fini troisième au général à Chelan, derrière Russ Ogden et Matt Henzey. Elle a gagné le Red Rocks Wide Open, ce qui l'a placée à la première place. C'est notre nouvelle championne nationale américaine, un nouveau précédent là-dedans.

[00:01:42] Et puis elle a fini troisième au Menarca le mois dernier, encore une fois, au classement général. Elle a obtenu des résultats incroyables, elle est en pleine forme et c'est vraiment impressionnant et inspirant à regarder. On va aborder tout ça. Comment tout a commencé à Santa Barbara, ses débuts en vol, puis ses débuts comme instructrice, puis le SIV et l'acro, et toutes les étapes qui l'ont menée là où elle en est. Mais surtout, c'est le déclic mental, et on en parle beaucoup. Une super conversation avec une super personne. Je me suis bien amusé avec celle-ci, et je sais que vous aussi. Profitez bien. Galen, enfin, depuis combien de temps on essaie ça ? Quatre, cinq, six ans ? Avant. Avant. Avant même que tu sois célèbre.

[00:02:29] Ouais, on essaie de se voir depuis quatre ou cinq mois, depuis les Red Rocks. Oui, depuis les Red Rocks. On a beaucoup de choses à se dire, surtout avec ta dernière année en tant que nouvelle championne nationale. Tu portes tes médailles là, j'adore. Alors on va parler de comment...

[00:02:46] **Galen Kirkpatrick:** tu en es arrivé là, mais plongeons d'abord dans ton parcours. Comment en es-tu arrivé là ? Raconte-nous.

[00:02:54] **Gavin McClurg:** la version CV de Galen.

[00:02:56] **Galen Kirkpatrick:** C'était quoi

[00:02:56] **Gavin McClurg:** Ta carrière de pilote, Galen, comment en es-tu arrivé là cette année ? Ouais, j'ai commencé à Santa Barbara il y a environ six ou je dirais sept ans maintenant. En fait, j'ai fait une leçon d'une journée avec Andy McRae à Bozeman, et je lui ai dit : Andy, quand est-ce que je vais pouvoir revenir ici pour apprendre à piloter correctement ? Et il m'a répondu : tu sais quoi ? Tu devrais juste aller à Eagle.

[00:03:18] **Galen Kirkpatrick:** C'est près de chez toi. Et deux semaines plus tard, j'étais inscrit au programme P2. Est-ce que c'était instantané ? L'étincelle immédiate ? Pourquoi, quel a été le catalyseur ? Pourquoi as-tu voulu t'y mettre en premier lieu ? Était-ce juste en regardant le ciel ou était-ce quelque chose que tu as toujours voulu faire ? Tu sais, j'ai toujours voulu voler et j'ai été très proche de passer mon brevet de pilote privé à quelques reprises, et j'ai toujours rêvé de vol libre. Je trouvais juste que c'était le truc le plus cool, mais je...

[00:03:45] **Gavin McClurg:** je n'étais jamais dans la bonne situation de ma vie, ni financièrement. J'avais 27 ans à l'époque et c'était juste comme si...

[00:03:53] **Galen Kirkpatrick:** c'est le moment, c'est maintenant. Je devais le faire. Je n'étais pas très heureuse dans ma vie. Je vivais dans le centre de LA et je ne sortais pas beaucoup. Alors, c'était juste une façon de me connecter à ce nouveau médium, d'être dans la nature et de vivre des sensations fortes. Et quand on a fait les premières choses à Santa Barbara, qui est un bel endroit pour apprendre, vous savez, c'est magnifique avec l'océan, les montagnes et la communauté est incroyable. Il y a eu tout de suite... j'adore ça ou c'était effrayant ? Comment vous vous souvenez de ces premiers jours ? Ouais, non, c'était instantané. Incroyable. Je me disais, je travaillais genre...

[00:04:28] **Gavin McClurg:** un genre de job stressant à forte demande. Donc, d'un point de vue personnel, j'étais vraiment sous pression, ouais. Et c'était juste un endroit pour canaliser cette énergie, et j'avais des instructeurs incroyables, donc ouais, c'était instantané. Je me suis dit : wow, c'est

[00:04:45] **Galen Kirkpatrick:** incroyable. Au début, il n'y avait pas vraiment de peur parce que je ne savais pas ce que je ne savais pas, mais ça est arrivé avec le temps. Je connais la réponse à ça parce qu'on venait juste de parler de faire cette émission il y a quelques semaines en Colombie. Mais à un moment donné, tu as fait la transition. Tu fais partie des rares, je pense qu'il n'y a pas beaucoup de gens dans le sport qui en vivent aussi. Tu es l'une de ces personnes. Quand est-ce que ça s'est produit ? Quand est-ce que tu as laissé tomber...

[00:05:15] **Gavin McClurg:** votre ancienne vie et commencer votre nouvelle vie ? Ça s'est passé après environ un an. J'ai appris à Santa Barbara et j'ai passé quelques mois à voyager jusqu'à Santa Barbara pendant mes deux week-ends de repos chaque mois, en essayant de faire des vols thermiques. Et j'ai fini par faire un tour en Colombie avec Eagle parapente lors de mon premier hiver, genre trois ou quatre mois après avoir commencé à voler. Et j'étais

[00:05:40] **Galen Kirkpatrick:** genre, wow, c'est incroyable. J'étais vraiment très effrayé et je devais devenir un expert dans ce domaine. Écouter ton podcast m'a vraiment aidé quand j'étais coincé dans les bouchons à LA. Alors, j'ai un peu planifié de travailler mon job à Columbia pendant encore un an, puis de démissionner pour passer genre cinq semaines à Columbia. Et ça s'est fait. Ouais. Environ un an, un an et demi. Et tu t'es plongé dedans sérieusement. Ouais. Et tu as commencé à enseigner sur la colline d'entraînement, non ? Tu t'es mis à l'enseignement, puis au remorquage et au travail avec Dylan, et parle-moi un peu de tout ça parce que je sais que ça a beaucoup influencé le pilote que tu es devenu. Tu sais, tu es.

[00:06:25] Tu as passé beaucoup de temps à faire de l'acro, tu sais, à t'entraîner à l'acro et tout ça. Ouais, je,

[00:06:31] **Gavin McClurg:** euh, eh bien, j'ai eu la chance de

[00:06:33] **Galen Kirkpatrick:** avoir des instructeurs P2 incroyables,

[00:06:35] **Gavin McClurg:** Mitch Riley et Dylan Benedetti, aussi Brian Howell, Kevin et quelques autres gars, mais surtout Mitch et Dylan qui sont de tels experts, c'était super inspirant parce que j'ai pu voir ce qui était possible dans le sport. Alors, ouais, j'ai commencé à travailler pour Rob sur la colline d'entraînement, juste pour conduire. Et j'avais super peur d'enseigner parce que je ne...

[00:06:58] **Galen Kirkpatrick:** je ne savais vraiment rien. Et je me disais : "Mon Dieu, si je dis quelque chose de mal à quelqu'un, ça pourrait être, tu sais, dévastateur pour lui." Alors finalement, Dylan m'a un peu forcé à commencer à donner des cours et il m'a demandé de venir au lac, et j'ai un peu d'expérience sur les bateaux. Du coup, je me suis très bien adapté au poste de technicien de remorquage et en passant tout ce temps au lac à regarder les gens faire des trucs à leur limite... Et être entouré de parapente, tu sais, j'étais immergé dedans. Ça a vraiment aidé. Ce n'était pas forcément du temps de vol, mais c'était du temps passé à penser au parapente, à regarder, à visualiser et à imaginer. J'en ai demandé

pas mal, on a eu pas mal d'instructeurs SIV dans l'émission au fil des années, Dylan, Jockey et bien d'autres.

[00:07:48] Et j'aimerais avoir ton avis là-dessus, à la fois parce que tu étais sur le bateau, à voir autant de gens enchaîner les séquences et les systèmes et en tirer des bénéfices, et aussi ton propre ressenti, parce que je sais que ta propre pratique a été beaucoup dictée par

[00:08:10] **Gavin McClurg:** l'acro et le fait de surmonter la peur. Et moi, avant qu'on passe à cette dernière année, ça a été phénoménal pendant ta saison de compétition. J'aimerais beaucoup avoir ton avis là-dessus parce que c'est encore, c'était vraiment intéressant pour moi d'entendre ça. Je l'ai entendu pour plusieurs SIV. Que ce n'est pas forcément pour tout le monde. Et je trouve ça assez intéressant, surtout pour le vol en cross country. Tu sais, je vois cet angle, le fait que ce ne soit pas pour tout le monde. Je suppose que la façon dont je vois les choses, c'est que chacun a sa propre tolérance au risque, ou la tolérance au risque comme expression de soi. Donc certaines personnes sont à l'aise, tu sais, sans vraiment savoir ce qu'elles doivent faire et peut-être qu'elles pilotent une aile passivement sûre et dans un ensemble de conditions d'exploitation vraiment limité.

[00:09:02] C'est compréhensible. Personnellement,

[00:09:05] **Galen Kirkpatrick:** J'ai l'impression qu'il faut avoir un ensemble de normes, et ça vient probablement du fait d'avoir Dylan comme mentor, mais avoir un ensemble de normes standardisées que les gens connaissent, par exemple, l'idée d'exiger le SIV pour un P3 ou P4 introduit, je pense, un contrôle. Dans ce qui est autrement peut-être un sport un peu sauvage ou imprévisible. Et je pense que c'est précieux, certainement avec mes propres clients. Je veux savoir avec qui ils ont fait le SIV et ce qu'ils ont fait, leur expérience avec le SIV. Et pour moi, j'ai eu super peur pendant très longtemps. Alors j'ai évité l'idée d'être un pilote acro, mais je me disais : j'ai besoin de passer tout ce temps ici pour devenir un pilote.

[00:09:55] Un pilote de cross country en sécurité. Parce que j'ai vraiment peur. J'ai donc besoin d'acquérir cette expérience pour pouvoir avoir confiance en moi, pour ne pas dépenser toute cette énergie mentale pendant que j'essaie de faire du cross country à gérer le manque de confiance en mes compétences. Donc, passer tout ce temps au lac, il y a eu quelques incidents que j'ai vécus et qui auraient pu finir en un déploiement de parachute de secours, mais ça n'est pas arrivé. Alors, je dois tout cela au temps passé au lac, tu sais, au mentorat de Dylan. Et à regarder toutes ces ailes et voir ce que les gens faisaient mal, à sortir les gens de l'eau après qu'ils aient fait la mauvaise chose. Donc, en ayant ces expériences où les choses ne se sont pas super bien passées, où mon aile n'est pas restée ouverte et en gérant ça de la bonne manière, ou encore la collision en plein vol dans laquelle je me suis retrouvé, c'était un autre bon exemple de cela.

[00:10:44] Vous savez, j'ai juste fait ce que j'avais pratiqué des tonnes de fois dans ma tête. Et cette expérience m'a donné la confiance nécessaire pour la suite, pour savoir que je ferais, vous savez, la bonne chose si quelque chose arrivait. Galen a mentionné le vol en milieu d'air, on va donner quelques détails là-dessus. C'était ça. Je crois que c'était votre première Coupe du monde, c'est bien ça ? En Turquie, à Aksaray ? C'était ça. Ouais. Ouais. C'était une super semaine. Je ne sais pas si c'était le dernier jour, l'avant-dernier ou quelque chose comme ça, mais c'était dingue et quelqu'un l'a filmé. C'était assez périlleux et il y avait vraiment beaucoup de vent. Ce n'était pas fini quand vous avez touché le sol. Je ne pense jamais avoir vu une sellette aussi sale. C'était vraiment impressionnant. Ce canard était marron. Ouais, ma poche à eau a éclaté ce jour-là, sans raison.

[00:11:29] J'essayais de déplacer mon poids dans ma sellette. Alors j'ai mis l'eau de boisson sous le siège. Et quand j'ai atterri, trois litres de

[00:11:36] **Gavin McClurg:** l'eau a explosé partout. Du coup, pendant qu'on se faisait traîner à travers le champ, tout s'est transformé en boue. Donc ouais, j'étais dans la boue pendant que j'essayais de

[00:11:44] **Galen Kirkpatrick:** déboucler et

[00:11:45] **Gavin McClurg:** arrête de traîner. C'était, ouais, c'était un tout autre sujet. Je ne sais pas si c'est un lien parfait, mais tu as dit des choses qui m'ont fait penser à quelque chose. J'ai entendu dans un podcast précédent que tu as fait avec, euh, un de mes clients à un moment donné, quand je gérais l'entreprise de bateaux. Mais dis-moi...

[00:12:05] **Galen Kirkpatrick:** l'ignorance volontaire. Tu as dit des choses vraiment pertinentes à ce sujet dans cette émission, et je trouvais que ça s'appliquait beaucoup à ce qu'on fait. L'ignorance volontaire. Ouais. Voyons voir. Bon, je me sens un peu mis sur le spot là. Enfin, je pense que les gens ne veulent pas forcément réfléchir à ce qu'ils ne savent pas faire. Par exemple, on fait un truc risqué, comme avec les bateaux ou l'alpinisme, ou à n'importe quel moment.

[00:12:32] **Gavin McClurg:** vous vous mettez dans un environnement impitoyable, vous avez un certain niveau de préparation et on espère que vous êtes très bien préparé. Vous pensez probablement être très bien préparé, et bien sûr, avoir confiance en soi dans cet environnement est vraiment important, mais je ne sais pas. Je suppose que, vous savez, on se dit, on se raconte que les choses vont être

[00:12:57] **Galen Kirkpatrick:** D'accord. Et on a probablement moins tendance à regarder nos faiblesses ou les choses qu'on pourrait améliorer parce que ça pourrait nuire à la confiance. Est-ce que ça vous parle ou est-ce que vous avez... J'ai beaucoup réfléchi à ça ces derniers temps parce que l'une de mes personnes préférées à suivre sur les réseaux sociaux — je n'essaie pas de trop faire de réseaux sociaux, mais j'aime vraiment suivre Will Gadd — parce que ce n'est pas juste « Hé, regardez-moi » à chaque publication. Sur chaque post, il y a une sorte de compétence technique à apprendre sur l'escalade de glace ; je ne suis pas un grimpeur de glace, mais je trouve ça quand même fascinant. Et il parle toujours du risque, et je l'ai déjà dit dans l'émission. L'une des choses qu'il m'a apprises littéralement, je veux dire, la veille où nous avons fait la traversée de Rocky avec le film Red Bull au Canada, je ne savais pas.

[00:13:45] Eh bien, on s'est rencontrés la veille de notre départ. Du coup, sur le chemin vers le premier lancement, il se demandait un peu : « C'est qui ce gars ? ». Il aime savoir avec qui il travaille. Alors il...

[00:13:57] **Gavin McClurg:** il m'a tout de suite étiqueté comme quelqu'un d'beaucoup trop optimiste, et il détestait ça chez moi. Il m'a dit : « Écoute Gavin, je ne suis même pas le genre de mec qui pense que le verre est à moitié plein. Je cherche ce qui va foutre en l'air ce putain de verre. » Et je me suis dit : « Waouh, mec, tu es vraiment négatif. » Mais ce n'est pas de la négativité. C'est l'opposé de l'ignorance volontaire. Tu vois, il regarde ces endroits, comme tu l'as dit, tu te mets dans des environnements qui comportent des risques inhérents. Et lui, il regarde ce qui va mal tourner ici. Qu'est-ce qui pourrait éventuellement me tuer ? Qu'est-ce que je peux éliminer de cette équation pour augmenter mes chances ?

[00:14:46] Tu sais, qu'est-ce qui va briser le verre ? Et ça a été un énorme changement d'état d'esprit pour moi, avec lequel je lutte encore, mais je pense que c'est un changement important. Tu sais, quand tu en parlais dans le podcast, tu parlais de cette idée que ça ne va pas t'arriver comme une pensée négative. Ouais. Eh bien, c'est aussi une forme de protection. Je veux dire, je peux remercier mes instructeurs, Dylan et Mitch, surtout pour le fait de connaître ou d'entendre des histoires disant qu'on peut mourir ou se blesser gravement si on n'est pas prudent. J'ai percuté un arbre dans Parma Park lors de mon premier vol en montagne. Alors, au moment où je suis arrivé à l'aéroport, à la zone d'atterrissage, j'étais super tendu. Je n'avais plus la capacité de prendre des décisions sages.

[00:15:30] Et j'ai fixé un arbre, j'ai percuté l'arbre, je suis passé à travers tout l'arbre et je suis tombé au sol avec mon aile au-dessus de moi. Et j'allais bien. Je n'avais même pas d'ecchymose. J'avais juste une petite éraflure au bras et je suis atterri juste à côté d'une clôture en fil de fer barbelé. Et donc, c'était cette expérience qui, dès le départ, quand je suis redescendu de...

[00:15:52] **Galen Kirkpatrick:** l'adrénaline de ça, je me suis dit : « Oh, ça aurait pu être terrible, j'aurais pu mourir. » Et donc, j'y ai beaucoup réfléchi et ça m'a fait réfléchir à ma vie au sol, et ça m'a fait réfléchir très objectivement à mes compétences de pilote, à qui j'étais en tant que personne et à la façon dont j'abordais le risque. C'était donc une étape formatrice avant de chercher à devenir un expert, à m'immerger dans le sport. Et j'encourage certainement mes clients, n'importe qui, les élèves P2, peu importe, à y réfléchir, je pense que c'est souvent abordé de manière indirecte. C'est genre : « Oh, si tu viens de rompre, ne va pas voler. »

[00:16:38] Je pense qu'il est utile de prendre un peu de recul et de réfléchir à ce qui se passe dans votre vie, à ce que vous avez fait par le passé qui vous permet de mieux gérer les risques. Quelle est votre expérience là-dessus ? Y a-t-il des moments, dans n'importe quel aspect de la vie, où vous avez été simplement imprudent ? Parce que vous ne voulez pas faire ça quand vous volez, j'espère. Ouais, dans cette même conversation, j'ai une flèche qui pointe vers le bas, c'est que ce genre de réflexion vous mène à deux choses : réduire les risques autant que possible. Et donc pour vous, c'était,

vous savez, vous immerger dans l'enseignement, le SIV, faire de ça votre vie, apprendre autant que possible, vous savez, essayer de prendre le dessus.

[00:17:24] Et pour toi, c'était, tu sais, t'immerger dans l'enseignement, le SIV, faire de ça ta vie, apprendre autant que possible, tu sais, essayer de prendre le dessus sur cette peur, peut-être en augmentant tes compétences. Est-ce que j'ai bien compris ? Ouais. Et ensuite, tu as dit qu'il fallait être heureux dans la vie. Tu fais ça très souvent. Tu tires des parallèles entre le pilotage, le sport et ta propre vie personnelle, et j'adore ça chez toi, le fait que tu lies tout ça ensemble. Et je pense qu'on a souvent tendance à les garder séparés. Parfois, on les met dans deux boîtes distinctes. On pratique tous ça, j'espère, parce que c'est amusant. Et ça nous rend heureux. Et c'est pour ça qu'on devrait le faire. Mais même dans mon...

[00:17:59] **Gavin McClurg**: dans mon esprit, ce sont souvent deux choses bien distinctes. L'une est assez intense et, vous savez, j'ai souvent eu l'impression de l'utiliser comme une échappatoire, et je sais que ça vous fait dire : non, on ne devrait pas faire ça. Je vous ai entendu dire qu'on ne devrait pas utiliser ça comme une échappatoire. Parlons-en. Il y a des trucs intéressants là-dedans. Ouais. Je veux dire, je ne veux pas dire aux gens quoi faire, à moins que vous ne me payiez. Je pense juste que les gens vont rester eux-mêmes et je ne veux pas trop m'en préoccuper. Je dois faire abstraction du bruit, de ce que les gens pensent qu'on devrait faire, mais oui, je pense que c'est différent pour chacun. Mais pour moi, il semblait évident d'utiliser les leçons apprises dans la vie et de les appliquer au pilotage, et inversement, d'utiliser les leçons du pilotage et de les appliquer à votre vie, avec quelques nuances.

[00:18:54] Bien sûr. Mais si vous voulez progresser rapidement ou si l'excellence est importante pour vous, je ne pense pas que le voir comme une échappatoire à la vie soit la bonne méthode. Évidemment, j'ai une blague où je dis que quiconque devient bon en pilotage très rapidement fuit quelque chose ou, vous savez, essaie d'éviter quelque chose.

[00:19:19] **Galen Kirkpatrick**: au sol. Et je pense que c'était certainement le cas pour moi d'une certaine manière. Et peut-être pour vous aussi. Mais je ne pense pas que ce soit l'un ou l'autre. Je veux dire, voler reste encore une sorte d'évasion pour moi. Il y a eu des moments dans ma carrière où j'ai eu l'impression que voler était facile et simple, et que rester au sol ou vivre sa vie était difficile. Et d'autres fois où rester au sol et vivre sa vie était vraiment facile, et que me mettre dans cet état de présence, à exécuter un ensemble de compétences, était vraiment difficile. Et oui, je pense qu'il est bon d'en être conscient. Et à la base d'un excellent pilotage, je pense que c'est la conscience de soi.

[00:20:06] Ce n'est pas si compliqué. Enfin, vous savez, piloter un parapente, il n'y a que trois commandes. Vous appuyez sur l'accélérateur, vous tirez sur le frein droit ou gauche, mais réunir toutes les choses nécessaires pour faire du cross country ou de l'acro, ou même juste voler en crête en toute sécurité, ça, c'est difficile. Il faut donc, je pense, être vraiment conscient de soi, de ses schémas de pensée, de quand on se déconnecte, de ce qu'on fait quand on est stressé et même de la façon dont on interagit avec les autres, vous savez. Quand as-tu commencé les compétitions ? J'ai commencé les compétitions après environ deux ans et demi ou trois ans de pratique, un peu avec l'acro, je n'essayais pas d'être un...

[00:20:54] Je me suis dit que ce serait la façon la plus efficace d'apprendre le cross country. Et oui, j'ai fait une course de sprint à l'Applegate lors de ma première année. C'était juste palpitant. Chris Garcia et moi, on travaillait ensemble à Eagle et on est montés pour les journées de démo. Et puis, on a fait la compétition de sprint et c'était vraiment génial. Un bon endroit pour commencer. Et quand as-tu décidé, était-ce une progression naturelle ? Quand as-tu décidé de devenir champion national ? Tu sais, j'ai l'habitude de beaucoup me remettre en question. Et j'ai peut-être un problème de manque de confiance en moi.

[00:21:40] Et il y a quelque chose que Rob Sporer m'a dit, il y a peut-être un an quand j'ai commencé la compétition, enfin, peut-être. Il m'a dit : « Tu sais, tu pourrais être »

[00:21:51] **Gavin McClurg**: incroyable, euh,

[00:21:53] **Galen Kirkpatrick**: un jour. Il a peut-être dit que tu pourrais être champion national ou champion du monde ou quelque chose comme ça. Et il a dit : « mais tu dois commencer à avoir de l'ego pour moi », ce qui était risqué. J'étais comme : « Oh non, non, vous savez, je ne suis pas arrogant. Je n'ai pas d'ego », mais je pense que c'était à travers de très bonnes performances parfois et des manches. Et en étant encouragé à continuer et en ayant besoin de me prouver quelque chose, que je pouvais le faire. Ouais. C'est ce qui a mené à ça. Et concrètement, je pense que je me suis dit que

je pouvais.

[00:22:29] **Gavin McClurg:** devenir champion national après les championnats du monde l'année dernière. Parce que j'ai fait les meilleurs vols de ma carrière. Je n'étais pas super régulier, mais, quelques jours

[00:22:42] **Galen Kirkpatrick:** Je suis resté avec le groupe de tête toute la journée. Et même sur la, la fameuse, je crois que c'était la manche huit où, euh, Maxime et Honoren se sont échappés et que le reste du groupe de tête s'est crashé entre des lignes électriques et une grande rangée d'arbres. J'étais, j'étais juste là avec ces deux gars et ils n'arrêtaient pas de dériver. Et moi, j'ai juste pris une petite décision qui était mauvaise, mais je me suis dit : d'accord, je peux tenir avec eux. Je peux le faire. Si je peux le faire ici, je peux y aller. Alors je me suis juste dit que c'était possible. J'ai fait une blague à quelqu'un. Je lui ai dit : « Bon, je vais juste aller gagner le championnat national. » Et j'ai oublié. Et puis il m'a envoyé un message après que j'ai fini, et il m'a dit : « Oh, on dirait que tu l'as fait. Beau travail. » Et j'étais comme : « Oh mon Dieu, j'avais eu cette illusion que c'était possible. »

[00:23:30] Et je pense que c'est important. On en a parlé là-bas à Columbia, sur le fait qu'il est important de, tu sais, se bercer d'illusions de temps en temps. C'est correct. Si tu ne crois pas que quelque chose est possible, alors ça ne l'est définitivement pas. Tu ne veux pas avoir une tonne d'attentes autour de ça. Mais lors de ma première manche terminée, la première fois que j'ai atteint l'objectif, c'était à Applegate, pendant le sprint, et j'ai eu cette grosse cascade juste au-dessus de la montagne, et j'étais avec le groupe de tête et j'ai cascadé sur genre 1800 pieds ou quelque chose comme ça et j'ai réussi à ne pas lâcher mon parachute de secours. Et puis j'étais en retard, j'étais tout déstabilisé et je me demandais : qu'est-ce que je fais maintenant ? Et puis je suis rentré dans la thermique, qui m'avait violemment éjecté, tu sais, à 2000 pieds au-dessus. Et j'ai recommencé à faire de la thermique.

[00:24:16] Et je me suis dit, vous savez, je me suis dit : « Bon, c'est toujours possible que je rattrape. » Et en fait, peut-être que je ne me le disais pas, j'étais juste en mode : « Bon, je suis là pour faire la manche. » Du coup, j'avais quelques minutes de retard et j'ai vu le groupe de tête faire un mauvais choix. J'ai donc pu monter plus haut et simplement planer jusqu'à l'arrivée. Je pense que j'ai fini deuxième ce jour-là ou quelque chose comme ça, après avoir eu cinq minutes de retard sur les derniers 70 ou sur les derniers 25 % de la course. Et j'ai réalisé que c'était possible, vous savez, c'est ça qui faisait de ce jeu quelque chose de si intrigant pour moi, parce que quelque chose peut

[00:24:54] **Gavin McClurg:** ça peut arriver, et ce n'est pas l'idéal de se retrouver à l'arrière du groupe de tête, et pourtant c'est encore

[00:25:00] **Galen Kirkpatrick:** possible pour que tu puisses, genre, gagner la manche. Potentiellement, tu as eu une expérience vraiment intéressante que j'aimerais approfondir, car d'une certaine manière, au niveau de la chronologie, ça a un peu préfiguré le succès que tu as eu cette année. Tu es allé en Espagne avant les mondiaux cette année. Donc, c'était pratiquement il y a un an maintenant. C'est ça. Et, euh, tu voulais t'échauffer au, je ne sais pas si c'était avant la PWC ou la PWC ou quoi que ce soit, mais un événement en Espagne, tu y vas pour t'échauffer et voir ensuite. Euh, tu as eu une expérience assez intéressante. J'étais là le jour de l'échauffement. C'était une coupe du monde et, euh, je m'entraînais sur le submarine. Je me suis dit que je devais faire cette course pour m'habituer au submarine avant de commencer l'entraînement pour les championnats du monde.

[00:25:51] Et, donc, je me suis senti obligé. Et aussi, je sortais de deux compétitions au Brésil en avril dernier où j'avais réalisé les meilleurs vols de ma carrière jusqu'à un certain point, mais j'étais irrégulier. En gros, j'ai utilisé deux ou deux jours et demi de drop par compétition et, surtout la deuxième, la Coupe du monde, le dernier jour j'étais en très bonne position dans le classement général. Et je me suis mis tellement de pression que j'ai complètement tout gâché. J'ai été tellement dur avec moi-même, vous savez, j'ai atterri et j'ai pleuré, je me sentais juste mal. Donc, en gros, ces expériences,

[00:26:32] **Gavin McClurg:** la dernière fois que j'avais fait une course, j'avais fait du super boulot, mais je m'étais mis une telle pression que ça a gâché ce vol lors de la journée d'entraînement en Espagne. J'ai décollé et je me suis retrouvé dans cette nouvelle position et le sous-marin était tout emmêlé, il n'y avait qu'une mer d'arbres, pas beaucoup de zones d'atterrissage et j'ai pratiquement...

[00:26:53] **Galen Kirkpatrick:** J'étais dans cette nouvelle position et le sous-marin était tout compacté, et il n'y avait qu'une mer d'arbres, pas beaucoup de zones d'atterrissage et j'ai...

[00:26:53] **Gavin McClurg:** Je n'arrivais juste plus à voler. Enfin, je pouvais faire des cercles. Je pense que j'ai atteint le premier ou les deux premiers points de virage. Et là, je me suis dit : je ne peux pas faire ça. J'ai atterri et j'ai complètement craqué. Ouais.

[00:27:07] **Galen Kirkpatrick:** Je veux dire, j'ai fait une crise de nerfs, mais je ne sais pas, les gens qui font d'autres types de crises de nerfs pourraient dire : « Eh bien, ce n'est pas une crise de nerfs », mais j'ai pratiquement juste... Ouais, je n'arrivais plus à tenir le coup. Je regardais les billets de retour. Je me disais : « Mon Dieu, je ne peux pas faire partie de l'équipe mondiale. Je ne veux même plus voler. Je ne voulais même pas regarder un parapente. » J'ai organisé ma vie autour de ça pendant si longtemps que je n'en pouvais même plus. C'était... c'était affreux. Alors ouais, des amis sont venus me parler pour me calmer et je restais dans une grotte, genre une grotte Airbnb, et je ne pouvais pas me tenir debout, et il faisait sombre, il n'y avait pas de lumière. Il n'y avait pas de fenêtres. Et ils m'ont dit : « On va t'emmener avec nous. Viens loger avec nous. » Alors, ils m'ont kidnappée, m'ont emmenée dans une maison d'une plantation d'oliviers où ils vivaient.

[00:27:57] Et ils, et je suis restée là pendant quatre jours sans bouger. J'ai abandonné la course et j'ai regardé les compétiteurs passer au-dessus de moi. Je me souviens avoir levé les yeux en rigolant un peu en me disant : « Oh, je reconnais cette personne et celle-là ». Mais en étant totalement déconnectée du concept même de pilotage. Euh, et oui, c'était vraiment alarmant et, vous savez, assez terrifiant, mais en étant à l'intérieur, assise sur le canapé, je lisais genre un livre par jour et je ne pouvais tout simplement pas me mettre dans une position où je me mettais la pression. Et je me mettais une pression induite, injuste, déraisonnable. Je ne m'amusais plus du tout. Et comment avez-vous, comment avez-vous rectifié le tir ?

[00:28:44] Euh, eh bien, vous savez, Evan et Emily, c'est eux qui m'ont secouru. En fait, je discutais avec les membres de l'équipe. J'essayais quand même d'aller aux Mondiaux, peut-être pas pour voler. J'ai fait énormément d'introspection dans cet espace qui n'était pas le vol. Je veux dire, j'avais besoin de remettre les idées au clair au sol. En tant qu'équipe, nous avons engagé Maxine Bellaman, qui est un peu mon gourou du vol. J'adore ses livres et sa façon d'aborder la préparation mentale. Et donc, je l'ai appelé et il m'a donné quelques conseils, mais en réalité, c'est le fait de m'être ouvert, d'avoir été vulnérable avec quelqu'un que je respectais vraiment qui m'a forcé à réfléchir et à me dire : « Oh, je suis un bon pilote. »

[00:29:36] Je fais ça pour le plaisir. Je suis un pilote sûr et je me mets beaucoup trop de pression. Je dois donc être réaliste avec moi-même. J'avais répondu à ce questionnaire qu'il nous avait envoyé avant de travailler ensemble et je m'étais auto-évalué très bas sur un tas de compétences fondamentales, et il m'a un peu remis en question là-dessus. Il m'a dit : « Tu n'es clairement pas un trois sur cinq en thermique. Genre, c'est quoi ça ? » Il m'a même appelé délirant de m'auto-évaluer comme étant un trois sur cinq. Et ça a été super utile parce que, tu sais, il y a le délire de croire qu'on peut gagner, mais il y a aussi le délire

[00:30:21] **Gavin McClurg:** croire que tu n'es pas assez bon ou que tu n'as pas

[00:30:24] **Galen Kirkpatrick:** ...de compétences. Alors il m'a mis au défi là-dessus. Il m'a demandé : pourquoi as-tu dit trois sur cinq ? Et j'ai un peu bafouillé et j'ai répondu : parce que j'ai encore beaucoup à apprendre. Parce que je veux laisser une marge de progression. Et il m'a dit : si tu étais à trois sur cinq, tu ne dirais pas ça. Tu sais, si tu arrives à suivre le rythme des gens que tu suis, tu n'es pas à trois sur cinq. Tu dois être réaliste pour pouvoir aller sur le terrain, t'exprimer et faire ce dont tu es capable. Tu dois avoir confiance en toi. Alors je me suis caché du monde pendant quatre jours de plus en faisant de l'interlocking. Et ensuite, je me suis regroupé avec l'équipe des Worlds et j'ai pratiquement changé toute ma... je me suis dit : tu sais quoi, je vais aller voler.

[00:31:13] J'ai fait tout ce travail pour en arriver là, pour me qualifier pour les Mondiaux. Et je vais aller m'amuser. Et je vais me demander à chaque instant : est-ce que je m'amuse ? Et comment pourrais-je m'amuser ? Est-ce que ce serait plus amusant d'être au sol ? Ça a provoqué le plus grand changement dans tout mon pilotage parce que je devais être responsable envers moi-même et décider : oui, c'est amusant. Je veux prendre la décision amusante ici. Et, et une seule

fois, je veux dire quand j'ai instauré ce processus de me demander si c'est amusant, je me suis dit : mince, ça pourrait vouloir dire que je ne pilote tout simplement pas la manche. Je vais juste aller me poser. Et depuis, j'ai eu une manche. C'était aux Mondiaux, où j'étais dans une situation délicate.

[00:32:00] Je n'aurais pas dû. Et, le gars juste à côté de moi a déclenché son parachute de secours. Et je me suis dit : ah, vous savez, ce n'est pas amusant. Je ne m'amuse pas. Alors je suis juste allé me poser. Et c'était une expérience vraiment excellente pour moi parce que d'habitude, quand je me pose dans une manche, je me reproche des choses, je me dis : ah, tu as fait cette erreur et celle-là. Et je m'obsède sur ce que j'aurais pu faire différemment ou sur la façon dont j'aurais pu mieux utiliser mes compétences. Et là, j'étais juste là. Je regardais le pilote sur la montagne et les arbres. Et je me suis dit : eh bien, je suis ici par terre, mais ça va. Je m'amuse. Je suis en France aux mondiaux et je pourrais y être, mais je ne l'est pas. Alors, j'ai un peu créé cet espace de sécurité pour moi-même.

[00:32:47] Et je me suis dit : « Eh bien, c'est comme ça. » Et après ça, oui. Et depuis, j'ai pu... je ne me le demande plus activement autant. C'est juste devenu une partie de ma préparation. Je me suis juste rendu compte de ce qui va être amusant, et de ce qui est amusant dans le vol : c'est être avec tous mes amis, exercer mes compétences, m'exprimer et... et, tu sais, je n'ai pas besoin de me flageller. Le vol doit être, surtout le vol en compétition, le vol en manche, un espace émotionnellement sûr pour moi.

[00:33:32] Vous savez, si le pire scénario possible est que je me flagelle, parce que le vrai pire scénario, c'est de se blesser gravement ou de mourir. Mais si le pire scénario possible est que je sois vraiment, vraiment dure avec moi-même et que je ne puisse pas sortir être créative, m'amuser et regarder mes amis, vous savez, leur faire un pouce levé ou leur crier dessus. Alors j'ai complètement changé d'état d'esprit et Maxime m'a encouragée, j'ai maintenant confiance. Je crois que c'est possible. Je crois que je peux gagner une manche ou suivre le rythme des meilleurs pilotes. Je suis curieuse. Quand, quand il vous a demandé ça et que vous vous êtes notée trois sur cinq, c'était trop bas, est-ce que c'était parce que ce serait arrogant de dire ce que vous étiez vraiment ou est-ce que vous ne croyiez vraiment pas que vous l'étiez ?

[00:34:30] Ouais, donc c'était délirant de dire que j'étais à trois sur cinq et, en gros, et c'est un peu un nouveau concept, mais il y a un aphorisme en aviation : la confiance est un atout et l'arrogance est un handicap. Et donc je, je pense qu'en fait beaucoup de gens en général dans la vie et en vol confondent la confiance avec l'arrogance. Et donc ils ne seront pas confiants. Alors ouais, j'aurais répondu quatre ou quatre virgule cinq sur cinq, mais j'avais l'impression de me sous-estimer. Je me disais : « Oh, il n'y a que ce petit peu d'amélioration ». Et parfois je ne suis qu'à trois sur cinq, genre : « Oh, cette dernière manche au Brésil, j'étais peut-être à un sur cinq ».

[00:35:15] Genre, je n'aurais pas pu tenir le coup. Donc ouais, j'ai eu l'impression que ça aurait été délirant ou, excusez-moi, peut-être arrogant, et que ça aurait minimisé tout ce que j'avais encore à apprendre. Mais ouais, j'ai arrêté de faire ça. J'ai arrêté de confondre la confiance avec l'arrogance parce que je ne suis pas une personne arrogante, mais j'aspire à être quelqu'un de plus confiant. On dirait qu'il y a, je veux dire, il y a quelques points ici qui, en fait, et une partie de ça ne me concerne pas, ça vient de vous et de votre séjour en Colombie il y a une semaine et demie, mais vous, vous avez un peu créé une nouvelle histoire pour vous-même. C'est un nouveau, un nouveau "lore". J'adore ce mot. Et vous avez aussi mentionné la sécurité à plusieurs reprises, mais plutôt la sécurité émotionnelle. Vous savez, vous, je pense que vous avez aussi dit que vous avez l'impression que le comp flying est en fait vraiment sûr.

[00:36:05] C'est quelque chose de vraiment sûr à faire si tu as, tu sais, une fois que tu as créé cette nouvelle histoire, est-ce que je me souviens bien ? Ouais. Enfin, je suppose que je veux juste, tu sais, j'ai fait beaucoup de compétitions ces dernières années et je suis attiré par le vol en compétition. Je pense que c'est parce que c'est plutôt structuré et pas...

[00:36:24] **Gavin McClurg:** particulièrement aventureuse, j'ai eu assez de problèmes ces dernières années, tant sur le plan personnel que dans la vie, pour que le fait de faire une sorte de vol qui ne nécessite pas ce besoin d'aventure... Je veux dire, je...

[00:36:40] **Galen Kirkpatrick:** J'adore ça. J'ai fait énormément de vols en Colombie et j'ai hâte de faire plus de vols d'aventure, mais ce n'était pas ce dont j'avais besoin. Avoir plein de gens autour de moi, voir tout le monde suivre la même route, avoir des gens qui veillent sur vous, tout ça m'a donné une sorte de confiance et m'a permis de ne pas

m'inquiéter, genre, ah, qu'est-ce qui pourrait arriver ? Qu'est-ce qui pourrait arriver ? Alors oui, voyons voir. Tu as posé quelques questions là. Eh bien, je voulais juste m'assurer d'avoir bien compris. Je veux dire, j'adore le fait que tu aies un peu créé une nouvelle mythologie. Pour toi, tu sais, une nouvelle, et j'ai toujours l'impression que les gens honorent Maxine et Josh Cohn et, tu sais, ils ont un peu, ils ont craqué le code, non ?

[00:37:28] Il y a des mythes que tu transformes en faits et, comme tu l'as dit, quand tu es en course, eh bien, c'est en fait assez facile. Quand tu es en position, tu ne prends pas beaucoup de décisions. Tu es juste dans le flow. Tu souris. C'est facile. Ça se passe plutôt bien. Et on aurait dit que c'était...

[00:37:54] **Gavin McClurg:** l'événement que tu as vécu en Espagne en travaillant avec Maxine, et en ressortant de là pour te créer une nouvelle histoire. Depuis, tu as fait des choses remarquables, on a eu des journées incroyables aux Mondiaux. Tu as fini troisième, juste derrière Russ Ogden et Matt Hensley, qui étaient tous les deux sur une lancée phénoménale. Et je t'ai admirée toute la semaine. Je veux dire, tu étais juste dans la zone et puis tu as gagné le wide open, tu as créé un précédent incroyable là-bas. Et tu es notre nouvelle

[00:38:28] **Galen Kirkpatrick:** championne nationale grâce à ces deux résultats incroyables, une année de dingue. Et une année que, vous savez, la plupart des gens qui passent beaucoup de temps en compétition ne vivront jamais. Alors, ma question est, enfin, ce n'était même pas une question. On dirait que vous avez créé ce nouveau modèle et plus vous pourrez en parler, mieux ce sera, c'est fantastique. Je veux dire, vous l'avez fait assez rapidement d'une certaine manière. Votre première Coupe du monde était en Turquie. J'étais avec vous pour celle-là. C'était en 21, 22. C'était pas si longtemps il y a peu ? Ouais.

[00:39:13] Je pense que c'était, oui, c'était en 21. Alors, oui, je pense, je veux dire, je savais que j'avais eu quelques bons résultats en manche. J'en avais eu un bon en Turquie. On a volé toute la journée ensemble en fait. Alors je suppose que je me sens comme dans ça, dans ça...

[00:39:31] **Gavin McClurg:** ce jour-là, je pense avoir fini dans le top cinq et il y avait une aile de classe série, mais je crois que je suis juste tombé dessus par hasard. J'avais simplement cette confiance en moi. Je n'avais aucune attente envers moi-même et je me disais : « Oh là là, ces gens savent ce qu'ils font. Alors je vais les suivre et les imiter, et jouer selon les règles que j'ai apprises dans les livres, exécuter ces compétences. » J'étais un peu détaché de tout ça. Mon ego était mis de côté et je me disais juste : « OK, je vais juste essayer. » Et puis ça a très bien fonctionné. Je pense que ça m'a donné ce sentiment de confiance ou de possibilité et a instauré cette illusion : « Oh là là, je peux le faire un jour. » Donc je peux le faire un jour sur deux, ou cinq jours sur sept.

[00:40:20] Et j'ai eu quelques très bonnes compétitions au Brésil, une Coupe du monde et, euh, les Panaméricains juste après, ou, hum, après cette première Coupe du monde. Je n'avais aucune attente envers moi-même. Je me concentrais sur l'imitation. Je me faisais confiance. Mon ego était pratiquement mis de côté. Et j'ai très bien volé, presque de manière très constante. Du coup, j'ai eu de super résultats. Donc, je pense que je savais que c'était possible, mais je pense que j'ai commencé à me mettre toute cette pression. Et au lieu de prendre du recul et de me dire : « Oh là là, qu'est-ce que j'ai fait cette semaine qui a marché ? Et qu'est-ce qui n'a pas marché ? », je me focalisais sur chaque petite décision.

[00:41:06] Et c'est ce qui m'a conduit à me mettre trop de pression. Il ne me restait plus aucune force mentale pour simplement aller voler parce que je m'obsédais. Oh, est-ce le bon choix ou le mauvais ? Est-ce une option à forte ou faible probabilité ? Et avec ce genre de décomposition, en me sentant super déconnecté du vol puis en y replongeant, j'ai eu de bons résultats aux Mondiaux, mais j'étais fragile. Chaque jour, je me demandais :

[00:41:42] **Galen Kirkpatrick:** Est-ce que j'ai envie de voler aujourd'hui ? Vous savez, est-ce que j'ai ma place ici ?

[00:41:45] **Gavin McClurg:** Et je veux dire, j'étais, j'étais juste

[00:41:47] **Galen Kirkpatrick:** en étant si indulgent avec moi-même et en me concentrant simplement sur les liens que j'avais avec mes coéquipiers et sur le côté amusant, cette expérience de voir ce qui se passait, de rendre ça ludique et de simplement aller performer m'a permis de croire en moi. Et même dans les moments à Chelan et à Red Rocks, quand j'étais seul ou que j'avais fait une erreur, au lieu de, vous savez, en gros, je m'en fichais. Je me disais : « Purée, bon, j'ai bien fait aux mondiaux. J'ai eu de bons vols. Je suis un bon pilote parfois et j'aime ça. Alors je vais juste continuer. » Et

ça a libéré tellement d'énergie mentale pour, vous savez, simplement rester dans une bonne position.

[00:42:38] Et, c'est comme si ce processus s'auto-renforçait parce que si je m'amuse et que j'essaie de faire une belle fin, la meilleure façon de le faire est de rester dans une bonne position, sans stress, sans être abattu, en choisissant des options à forte probabilité et en ayant simplement confiance en moi. Et je pense que même si on essaie de, je ne sais pas, il y a tellement de sentiments et d'intuition impliqués dans le pilotage, la chasse aux cœurs et le test d'idées ou d'hypothèses que je suppose que je me suis dit, ou je me dis maintenant, que je ne pense pas qu'on puisse être créatif et — les artistes pourront probablement le confirmer — je ne pense pas qu'on puisse être créatif si on a vraiment peur de produire quelque chose de mauvais.

[00:43:26] Je ressens ça avec ma propre écriture : je commence à mettre des choses sur la page et là, je me dis « oh, c'est affreux ». Et au lieu de m'en foutre et de continuer à écrire, je m'arrête ou je me sens découragé à l'idée de continuer à être créatif. C'est vulnérable. Alors, même si c'est un type de créativité complètement différent qui est requis en vol, je pense que la même philosophie s'applique : il faut que ce soit, comme tu l'as dit, un espace émotionnellement sûr pour essayer d'échouer ou d'essayer de réussir. Et oui, ça a vraiment bien fonctionné. Tu sais, je fais toujours des erreurs. J'ai eu une fin sur la Menarca où je me suis juste posé et j'étais super frustré parce que j'avais un peu lutté avec Manuel toute la journée et je m'étais coincé au sud de Mordor.

[00:44:15] Et puis, à la fin de la journée, toi et quelques autres, Farmer, vous êtes juste venus et vous avez survolé ma tête et j'étais juste épuisé émotionnellement. Je ne me mettais pas trop de pression, mais c'était cet épuisement émotionnel non seulement dû au vol, mais aussi au fait de se battre, d'essayer vraiment de gagner. Donc je ne vois pas ça comme un échec, mais j'ai atterri et j'ai été très ému et frustré. Alors j'ai dû me dire, d'accord, cool. Eh bien, tu as quand même eu une super fin, tu t'es amusé et tu as pu pratiquer ces choses. Et, tu sais, il y avait toujours une implication émotionnelle et j'étais encore vraiment frustré, mais je ne me suis pas du tout culpabilisé. Je me suis juste dit, d'accord, cool. Laisse tomber, réinitialise, tu sais, demain j'essaierai encore.

[00:45:01] Et oui. Tu pars d'ici sous peu pour la Superfinal, que nous allions voir et que nous avons décidé d'aller voir. J'adorerais savoir, tu as maintenant eu quelques répétitions avec Chelan, Wide Open, Menarca, tous de très bons résultats. Quel est l'attrait qui te guide maintenant pour aller à la Superfinal ? Comment trouves-tu cet espace ? Comment trouves-tu cet espace émotionnel qui fonctionne si bien ? Comment est-ce que tu... comment est-ce que tu répètes ça ? J'ai trouvé ça difficile de... ça marche vraiment bien. Refais juste la même chose. Ce n'est pas tout à fait, au moins pour moi, ce n'est pas tout à fait aussi facile. Je veux dire, quand tu dis, tu sais, j'adore quand tu t'amuses, les choses fonctionnent. Alors c'est une chose de dire, je vais juste faire ça.

[00:45:47] Je vais juste m'amuser. Parfois, notre ego nous en empêche. Enfin, c'est le cas pour moi. Absolument. Eh bien, je veux dire, la seule chose qui me fait réfléchir avant de répondre à ta question, c'est, tu sais, quel est ton niveau de conscience de soi quand tu as un très bon résultat ou une bonne performance ? Je l'ai ressenti à Chelan ; je me remettais simplement au voyage émotionnel que j'ai vécu en mai, en abandonnant un, tu sais, en souffrant, et puis en revenant, en étant vraiment doux avec moi-même, en étant capable de bien performer aux mondiaux. Tout cela était dans une mémoire très récente. Et je me suis dit : d'accord, eh bien, je vais juste faire de mon mieux pour reproduire ça.

[00:46:32] Et si j'avais été, je suppose, je pense probablement au Brésil, je n'étais pas particulièrement consciente de moi-même. Alors, quand je suis repartie voler, malgré quelques excellents résultats récents, je n'ai pas pu reproduire mes performances, ni même voler. Alors, avoir ce niveau de conscience de soi plus élevé que j'avais aux Mondiaux, comme me comprendre, je me suis juste appuyée là-dessus et je l'ai un peu reproduit. Vous savez, je pense que nous apprenons tous à être plus conscients de nous-mêmes, surtout en vol de compétition, sur notre prise de décision, sur notre niveau de compétitivité, sur la façon dont nous interagissons avec tous les autres pilotes et sur la version de nous-mêmes que nous y apportons. Vous savez, on fait ça un jour à la fois et on réalise que c'est un très long chemin et qu'on pardonne les petites erreurs.

[00:47:22] J'ai fait la même chose à Monroe. Je me disais : « Oh là là, est-ce que je suis capable ? » Parce que je me disais qu'il y avait une possibilité de gagner le championnat national. Tu sais, je dois battre cette personne et être assez performant, mais est-ce que c'est seulement possible ? Et je me suis dit : « OK, bon, je vais juste être indulgent avec moi-même, rester vraiment conscient de mes capacités, et jouer le jeu. » J'ai eu la même chose à Menarca. Je me disais :

« Oh là là, bon, j'ai eu quelques bons résultats, mais est-ce que je peux continuer ? » Et je me rappelle juste ce truc : sois indulgent avec toi-même. Tu as ta place ici. Tu sais ce que tu fais. Et donc, tu sais, ce sont tous des niveaux nationaux.

[00:48:02] **Gavin McClurg**: compétitions. Je pense qu'il y a une part d'abandon des attentes qui est peut-être plus facile à la Superfinal. J'ai fait ma première Superfinal, j'ai été vraiment bien chaque jour et puis j'ai eu des problèmes à la fin. Et je me souviens être parti sans aucune attente. Je pense que j'étais à 40 minutes de retard le premier jour, puis 30 minutes pendant quelques jours, et ensuite 20 minutes. Et là, je commençais, en fait, à construire sur ce que j'avais vécu. Alors pour ça, j'ai l'impression d'avoir six, huit ou dix mois de vol sur lesquels m'appuyer.

[00:48:49] J'ai été vraiment doux et attentif envers moi-même, tout en restant conscient de mes limites pendant ce vol,

[00:48:54] **Galen Kirkpatrick**: mais je pars aussi avec, vous savez, 120 pilotes qui volent plus vite ou aussi vite que les leaders sur n'importe laquelle des compétitions auxquelles j'ai participé cette année. Donc, les attentes sont au plus haut, allez juste vous amuser, sentez-vous privilégiées d'être là et faites confiance à la Galen qui m'a menée ici, qui m'a qualifiée pour la Superfinal. Elle sera, elle sera, vous savez, là pour vous et vous allez juste sortir et vous amuser. Mais j'y pense énormément chaque jour. Je me visualise ce genre de processus mental, genre, vous savez, je suis là. J'ai la chance d'être ici. Alors allez juste vous amuser et ne soyez pas compétitives.

[00:49:39] On va faire un show spécifiquement avec vous tous, avec toi, Violetta, Alexia et Jenny, idéalement avant la Superfinal. Donc pour ceux qui écoutent, j'y ai fait allusion. On va essayer de faire ça avant que vous ne commenciez cette course. On en apprendra plus à ce sujet, mais deux choses dont je veux parler, c'est cet élan que vous avez en tant que femmes en ce moment, et ce qui l'a déclenché. J'ai dit qu'on ferait un show entier là-dessus, mais j'aimerais que tu en parles parce que c'est vraiment passionnant. Et l'autre chose que j'aimerais, c'est que je te vois comme le membre pivot de notre communauté qui a déclenché tout ça. Je suis assez nouvelle sur le plan de nos compétitions aux États-Unis et Violetta est à remercier pour ça, et que ce ne soit pas cette dernière, mais celle d'avant, mais il se passe quelque chose d'incroyable, du moins de mon point de vue, avec la scène compétitive américaine.

[00:50:43] Et, vous savez, on l'a vu clairement à Menarca, avec neuf des dix premiers qui sont des pilotes américains. C'est assez incroyable. J'aimerais que vous parliez de ces deux points autant que vous le voulez pour l'instant, parce qu'il se passe quelque chose de vraiment passionnant au sein de notre communauté. Et je pense que vous en êtes un peu la leader. C'est vous qui avez rendu ça possible. Je veux dire, bien sûr, c'est un effort collectif, mais c'est vraiment... c'est une chose magnifique. Et je veux dire, magnifique de bien des façons, ce mot englobe beaucoup de choses, mais c'est une chose magnifique d'en faire partie, d'en être témoin et de voir ce genre de changement radical dans notre communauté.

[00:51:30] Ouais. Enfin, je ne me qualifierais pas de membre pivot de quoi que ce soit, ce serait de l'arrogance. Tu es une 4,8 sur 5. Je ne sais pas. Pour l'équipe féminine, je suis plutôt une 3 sur 5. C'est vraiment Violetta qui, tu sais, a été un immense soutien pour moi. C'est une personne incroyable. C'est une pilote incroyable. Et après la pandémie, on a toutes les deux commencé à faire énormément de compétitions. On a pratiquement pu se qualifier pour les Webcups. On est donc devenues très proches et on s'est soutenues mutuellement pour trouver comment voler au mieux de nos capacités. Et puis aussi avec Alexia et Jenny, qui sont un peu plus récentes ou qui ont fait moins de courses, mais qui se sortent aussi incroyablement sur la scène mondiale et donnent peut-être un peu de réputation aux femmes américaines, ce dont j'ai entendu parler.

[00:52:31] C'est vraiment cool. Et je pense qu'à ce stade, alors que nous commençons à nous organiser et à travailler ensemble — et c'est encore à ses débuts — nous sommes tous, vous savez, on en parle tout le temps dans l'émission, du travail d'équipe et de la camaraderie des Français, et vous avez fait beaucoup d'allusions à ça. C'est juste une réalité : il y a un côté un peu "cow-boy" dans le pilotage américain, dans la compétition et chez les pilotes. Alors j'ai l'impression qu'au moins Violetta et moi, on est passées par là.

[00:53:03] **Gavin McClurg**: un système où chacun était un peu livré à lui-même. Il n'y avait pas cette insistance sur le travail d'équipe. Et alors que les cinq ou dix meilleurs pilotes au monde, tous les autres et le vol de compétition en général, c'est qu'il faut travailler ensemble. C'est votre capacité à collaborer qui fera la réussite ou l'échec de votre pratique en compétition. On est passés par là. Et je pense qu'Alexia et Jenny sont aussi devenues des pilotes incroyables

individuellement. Indépendamment, on a trouvé cette veine de performance que nous sommes capables d'exploiter. Alors, ce qu'on essaie de faire, c'est de ne pas simplement répliquer ce que font les Français ou n'importe quelle autre équipe, parce que la Macédoine a une cohésion d'équipe incroyable, les Allemands aussi, vous savez. On essaie de se dire : « Eh bien, si on en est arrivés là par nous-mêmes, qu'est-ce qu'on pourrait faire si on travaillait ensemble ? »

[00:54:03] Ou si on se soutient ? Vous savez, si on veut se voir ou si on veut partager un podium ensemble, le podium général, en fait, qu'est-ce qu'on peut faire pour favoriser ça ? Comment peut-on s'élever et se soutenir les uns les autres ? Et encore, c'est encore à ses débuts, on a fait quelques jours de vol ensemble, on apprend à communiquer et à se faire confiance. Ouais, c'est vraiment passionnant, parce que chaque femme apporte quelque chose de vraiment différent à l'équipe, on a toutes lutté de différentes manières pour devenir bonnes vraiment vite. Et on a toutes fait face à des défis différents dans notre vie au sol qui nous ont permis de faire ça. Et on a toutes beaucoup d'amour et de respect les unes pour les autres. Alors, c'est comme, purée, si on s'intègre et qu'on se soutient, qu'est-ce qui est possible ?

[00:54:51] Et on a l'impression que, vous savez, c'est juste passionnant. Ouais. Et on est ravis d'être sur le podcast. Et ensuite

[00:54:58] **Galen Kirkpatrick:** J'ai la deuxième question que vous avez posée, c'était à propos des équipes ou du genre de scène compétitive américaine qui est

[00:55:07] **Gavin McClurg:** plus soudée d'une

[00:55:08] **Galen Kirkpatrick:** la communauté ? Peut-être même plus que ça. Ouais. On dirait qu'il y a quelque chose qui a changé dans notre communauté, quelque chose qui a aspiré et inspiré les résultats, la performance, l'enthousiasme et le désir. Et, tu sais, pour la première fois depuis longtemps, il y a de jeunes gens qui arrivent dans le sport et qui sont vraiment bons, vraiment rapides. Et, tu sais, il me semble que le seul élément qui fait office de ciment, de colle, ce sont les fêtes à la fin de la compétition. Vous partagez cette expérience assez radicale pendant la semaine. Tu sais, vous vous donnez tous un peu à fond, et puis vous pouvez vous serrer dans les bras toute une nuit.

[00:55:55] Et je ne sais pas, est-ce que j'en fais trop ou est-ce que ça me semble être une grande partie du succès collectif ? Ouais. Je pense qu'on parle beaucoup de travailler ensemble en vol de compétition ou en manche. Et surtout, avant de partir pour prendre vos propres décisions, vous travaillez avec un groupe de personnes. Je vois le vol de compétition ou la manche comme un jeu social. Principalement, presque tout le monde a un ensemble de connaissances et de compétences similaires. Il y a très peu de choses qui les distinguent, mais il y a votre capacité à interagir avec les autres. Je pense donc que savoir que vous allez passer du temps avec vos amis et vous serrer dans les bras lors de la dernière nuit de la compétition, ou avoir cette expérience d'affection pour les gens avec qui vous faites la course et les soutenir, cela ne fera que vous rendre meilleurs en vol.

[00:56:57] Vous savez, c'est comme faire partie d'une communauté et avoir des objectifs communs. Et il y a aussi, je pense, ce genre de... mais il y a aussi le fait que beaucoup de pilotes américains ont participé à de nombreuses compétitions de haut niveau à travers le monde ces dernières années. Et je pense que c'est... vous savez, on se connaît beaucoup mieux, on connaît le genre de choix que nous allons faire et on se sent soutenus. Vous savez, si vous volez dans un groupe et que vous vous battez contre chacun d'entre eux, c'est beaucoup d'énergie supplémentaire, et on ne peut atteindre qu'un certain niveau avec, vous savez, une compétitivité égocentrique et impitoyable. Et peut-être que c'est ce qu'il faut pour être champion du monde ou pour voler au plus haut niveau, ou pour y parvenir.

[00:57:44] Prendre la première place chaque jour. Je ne sais pas, mais certainement pour piloter vraiment, vraiment bien, vous ne voulez pas gaspiller de l'énergie en étant en conflit avec les autres. Et je pense que rester soi-même et, vous savez, assumer ses particularités est vraiment important. Je sais que vous êtes un grand fan de ça. Et s'il y a bien une chose dont je suis un exemple pivot, c'est peut-être simplement de se reconnaître pleinement et d'être soi-même face aux voix dissidentes ou, ou simplement d'exister, vous savez, d'exister comme un art et de vivre la vie, la vie est un art. Alors, j'hésite à dire ça sur moi-même, mais je pense aussi, ou j'ai entendu des gens dire qu'ils m'admiraient pour être moi-même et qu'ils se sentaient autorisés à être eux-mêmes aussi, ce qui, si vous sortez pour vous exprimer ou pour vous exprimer, vous ne pourrez pas vous exprimer.

[00:58:44] Et donc, je pense que l'ensemble de compétences que vous possédez est vraiment important. J'ai admiré beaucoup de pilotes qui sont très authentiques. Ouais. Je ne sais pas. Je pense que c'est un amour et un respect mutuels que nous avons pour

[00:58:54] **Gavin McClurg:** l'un l'autre. Et c'est une très belle conclusion. Galen, tu es un trésor. Merci beaucoup d'avoir partagé tout ça. Je vous souhaite bonne chance pour le Superfinal avec les filles. J'ai hâte de regarder, ça va être vraiment passionnant. Vous êtes tous en train d'atteindre un sommet incroyable en ce moment, ce qui était vraiment sympa, mais merci. Merci beaucoup, Gavin. Ouais. Vous allez nous manquer là-bas, mais on a hâte de reparler avec vous. Parfait. Si vous trouvez le chaos de Cloud-based mayhem utile, vous pouvez nous soutenir de bien des façons. Vous pouvez nous donner une note sur iTunes ou Stitcher, ou peu importe comment vous écoutez votre podcast, ça aide beaucoup à faire connaître l'émission. Vous pouvez en parler sur votre propre blog ou le partager sur les réseaux sociaux. Vous pouvez en discuter en allant au 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.

[00:59:40] Cette émission prend beaucoup de temps, demande énormément de montage, d'espace de stockage, de musique et de tous les frais logistiques en coulisses. Donc, si vous pouvez nous soutenir financièrement, tout ce que nous avons toujours demandé, c'est un dollar par épisode. Vous pouvez le faire via un don unique sur PayPal, ou vous pouvez mettre en place

[00:59:55] **Galen Kirkpatrick:** un service d'abonnement qui vous facture chaque épisode qui sort. On publie un nouvel épisode toutes les deux semaines. Donc, par exemple, si vous donnez un dollar par épisode toutes les deux semaines, ça reviendrait à environ 25 \$ par an. C'est 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 plusieurs fois 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 vous appréciez ça. Vous pouvez nous soutenir. Si vous allez sur cloudbasedmayhem.com, vous trouverez les différents moyens de nous soutenir.

[01:00:41] Vous pouvez le faire via patreon.com/cloud-based-mayhem. Si vous voulez un abonnement récurrent, vous pouvez aussi le faire directement sur le site web. On a essayé de rendre ça vraiment simple et ça vous donnera accès à tout le contenu bonus, au petit videocast qu'on fait et aux petits extra qu'on trouve dans les conversations et qui n'entrent pas dans l'émission principale, mais qu'on pense que vous devriez entendre. On ne met rien de tout ça derrière un paywall. Si vous ne pouvez pas nous soutenir financièrement, dites-le-moi simplement. Et je vous créerai un compte. Bien sûr, ce sera pour la vie et j'espère que vous serez en mesure de nous soutenir un jour. 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 qui ont acheté du merchandising Cloud-based Mayhem, des t-shirts, des casquettes ou n'importe quoi, vous devriez déjà être prêts. Vous devriez avoir un compte.

[01:01:26] 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 retrouve au prochain épisode. Merci.

[01:01:34] **Gavin McClurg:** vous.

Deutsch

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

Show notes

Galen Kirkpatrick stieg in sieben Jahren von einer Anfängerin zur US National Paragliding Champion 2023 auf und wurde damit zur ersten weiblichen Championin. Ihr Weg von der Flugangst bis zum Gipfel des Sports beinhaltete intensives Training, das Überwinden einer großen Angst und einen mentalen Wandel, um Spaß und Kreativität zu priorisieren. Ihr Erfolg war eine Mischung aus persönlichen Bestleistungen und dem Lernen, Fluglektionen auf das Leben anzuwenden, was einen wegweisenden Moment für Frauen in diesem Sport markiert und Kameradschaft sowie emotionale Sicherheit unter Piloten inspiriert hat.

Der Beitrag #214, Galen Kirkpatrick und Creating New Lore erschien zuerst auf CLOUDBASE MAYHEM.

Transcript

[00:00:00] **Gavin McClurg:** Hallo zusammen. Willkommen zu einer weiteren Episode von Cloud-Based Mayhem. Ich habe heute eine tolle Show für euch mit Galen Kirkpatrick, einer guten Freundin von mir, die schon eine Weile in diesem Sport dabei ist und sich über verschiedene Bereiche hochgearbeitet hat – SIV, Towing, Instruktion und jetzt Guiding. Außerdem war sie auf dem Wettkampfcircuit ziemlich hart im Kampf. Sie hat vor nicht allzu langer Zeit ihren ersten World Cup mit mir in Axaray in der Türkei bestritten, hatte dort einen ziemlich verrückten Midair, aber tatsächlich einige tolle Ergebnisse erzielt. Und dieses letzte Jahr ist einfach explodiert. Sie ist gerade auf dem Höhepunkt. Sie schneidet bei diesen Wettbewerben so gut ab, beginnend mit ein paar Wettkämpfen kurz vor den Worlds letztes Jahr in Brasilien bei den Pan Ams, und ich denke, die Briten hatten dort einige großartige Tasks.

[00:00:57] Und dann gab es einen ziemlich interessanten Vorfall, nicht in der Luft, sondern am Boden bei den Vorbereitungen für die Worlds – sie würde es als eine Art Nervenzusammenbruch bezeichnen. Wir sprechen darüber und über die Folgen, über die Zusammenarbeit mit Maxine Belleman als Coach bei den Worlds und wie sie ein völlig neues Paradigma geschaffen hat, eine ganz neue, wie sie es nennt, Ausstrahlung in ihrem Flug. Und die Ergebnisse waren beeindruckend. Seitdem war sie in Chelan Gesamtsiegerin auf dem dritten Platz hinter Russ Ogden und Matt Henzey. Sie hat das Red Rocks Wide Open gewonnen, womit sie auf Platz eins landete. Sie ist unsere neue US-Meisterin, ein neues Präzedenzfall dort.

[00:01:42] Und dann war sie letzten Monat bei den Menarca wieder auf dem dritten Platz, also in der Gesamtwertung. Sie hat also einige erstaunliche Ergebnisse erzielt und fliegt gerade richtig gut – es war wirklich beeindruckend und inspirierend zuzusehen. Wir gehen also auf das alles ein. Wie alles in Santa Barbara anfang, wie sie mit dem Fliegen begann, dann zum Instruieren kam und dann zu SIV und acro und all den Dingen, die sie dorthin gebracht haben, wo sie jetzt steht. Aber vor allem geht es um den mentalen Schalter, und darüber sprechen wir viel. Ein tolles Gespräch mit einer tollen Frau. Ich hatte viel Spaß dabei und ich weiß, dass du das auch haben wirst. Viel Vergnügen. Galen, sag mal, wie lange versuchen wir das schon? Seit vier, fünf, sechs Jahren? Davor. Davor. Bevor du überhaupt berühmt warst.

[00:02:29] Ja, wir versuchen uns seit vier oder fünf Monaten zusammenzutun, seit den Red Rocks. Ja, seit den Red Rocks. Wir haben viel zu besprechen, besonders wegen deines letzten Jahres mit der neuen Nationalmeisterin. Du trägst deine Medaillen dabei. Ich liebe es. Also werden wir darüber sprechen, wie

[00:02:46] **Galen Kirkpatrick:** du an diesen Punkt gekommen bist, aber lass uns zuerst ein wenig in den Hintergrund eintauchen. Wie bist du hierhergekommen? Erzähl mal.

[00:02:54] **Gavin McClurg:** ...die Lebenslauf-Version von Galen.

[00:02:56] **Galen Kirkpatrick:** Was war

[00:02:56] **Gavin McClurg:** Gavin McClurgs Flugkarriere bis zu diesem Jahr? Ja, ich habe vor etwa sechs oder ich schätze jetzt sieben Jahren in Santa Barbara angefangen. Ich habe tatsächlich eine eintägige Lektion mit Andy McRae oben in Bozeman gemacht und meinte zu ihm: Andy, wann komme ich wieder hierher und lerne richtig fliegen? Und er

sagte: Weißt du was? Du solltest einfach nach Eagle gehen.

[00:03:18] **Galen Kirkpatrick:** Es ist nah an deinem Wohnort. Und zwei Wochen später war ich für das P2-Programm angemeldet. War das der sofortige Impuls? Was war der Auslöser? Warum wolltest du überhaupt anfangen? War es nur das Schauen in den Himmel oder war das etwas, das du schon immer machen wolltest? Weißt du, ich wollte schon immer fliegen und ich war ein paar Mal kurz davor, meinen Privatpilotenschein zu machen, und ich habe immer vom Segelfliegen geträumt. Ich dachte einfach, das wäre das Coolste, aber ich...

[00:03:45] **Gavin McClurg:** ich war in meinem Leben und finanziell nie an der richtigen Stelle. Ich war also 27 Jahre alt und es war einfach so, als wäre...

[00:03:53] **Galen Kirkpatrick:** das ist der Moment, jetzt ist die Zeit gekommen. Ich musste. Ich war nicht besonders glücklich im Leben. Ich habe in Downtown LA gelebt und war kaum draußen. Und es war einfach eine Möglichkeit, mit diesem neuen Medium in Kontakt zu kommen, in der Natur zu sein und es war total aufregend. Und als du die ersten Sachen in Santa Barbara gemacht hast, was ein schöner Ort zum Lernen ist, weißt du, es ist wunderschön mit dem Ozean und den Bergen und die Community ist toll. Da war sofort, ich liebe das, oder war es beängstigend? Wie Erinnerst du dich an diese ersten Tage? Ja, nein, es war sofort unglaublich. Ich war so, ich habe gearbeitet wie

[00:04:28] **Gavin McClurg:** einen ziemlich stressigen Job mit hoher Verantwortung. Also hatte ich das Gefühl, dass ich im Leben total unter Strom stand, ja. Und das war für mich einfach ein Ort, um diese Energie zu nutzen, und ich hatte unglaubliche Instrukturen und ja, es war einfach sofort. Ich dachte mir, wow, das ist

[00:04:45] **Galen Kirkpatrick:** unglaublich. Am Anfang gab es nicht wirklich viel Angst, weil ich nicht wusste, was ich nicht wusste, aber das kam dann mit der Zeit. Ich kenne die Antwort darauf, weil wir gerade vor ein paar Wochen in Columbia darüber gesprochen haben, diese Show zu machen. Aber irgendwann hast du den Übergang gemacht. Du bist einer der wenigen – ich denke, es gibt nicht viele Leute in diesem Sport, die auch ihren Lebensunterhalt daraus bestreiten. Du bist einer dieser Leute. Wann ist das passiert? Wann hast du...

[00:05:15] **Gavin McClurg:** dein altes Leben hinter dir und ein neues begonnen? Das geschah nach etwa einem Jahr. Ich habe in Santa Barbara gelernt und ein paar Monate lang an meinen zwei freien Wochenenden im Monat nach Santa Barbara gereist und versucht, thermische Flüge zu machen. Und dann landete ich in meinem ersten Winter, etwa drei oder vier Monate nach Beginn des Fliegens, auf einer Columbia-Tour mit Eagle Gleitschirmfliegen. Und ich war...

[00:05:40] **Galen Kirkpatrick:** wie, wow, das ist unglaublich. Ich war definitiv sehr verängstigt und ich muss da zum Experten werden. Dein Podcast war echt hilfreich, während ich im Stau in LA feststeckte. Also habe ich mir den Plan gemacht, mein erstes Jahr in Columbia zu arbeiten, dann zu kündigen und etwa fünf Wochen in Columbia zu verbringen. Und es ist passiert. Ja. Etwa ein Jahr, ein Jahr und ein halbes. Und du bist voll reingestoßen. Ja. Und du hast angefangen, am Trainingshügel zu unterrichten, oder? Du bist ins Unterrichten gekommen und dann ins Schleppen und hast mit Dylan gearbeitet. Lass uns über ein bisschen davon reden, weil ich weiß, dass das viel damit zu tun hatte, zu dem Piloten, der du geworden bist. Du weißt schon, du bist.

[00:06:25] Du hast viel Zeit damit verbracht, immer noch acro zu machen, weißt du, und acro zu trainieren und all das. Ja, ich,

[00:06:31] **Gavin McClurg:** na ja, ich hatte wirklich das Glück,

[00:06:33] **Galen Kirkpatrick:** unglaubliche P2-Instrukturen haben,

[00:06:35] **Gavin McClurg:** Mitch Riley und Dylan Benedetti, auch Brian Howell und Kevin und ein paar andere Typen, aber besonders Mitch und Dylan als solche Experten waren super inspirierend, weil ich sehen konnte, was im Sport alles möglich ist. Also ja, ich habe angefangen für Rob am Trainingshang zu arbeiten, einfach nur zum Fahren. Und ich hatte große Angst davor, zu unterrichten, weil ich nicht...

[00:06:58] **Galen Kirkpatrick:** wirklich nichts wissen. Und ich dachte mir, oh Gott, wenn ich jemandem etwas Falsches sage, könnte das für ihn, weißt du, verheerend sein. Und schließlich hat mich Dylan quasi dazu gezwungen, mit dem Unterrichten anzufangen, und er hat mich gebeten, zum See zu kommen, und ich habe etwas Erfahrung mit Booten.

Also bin ich gut in den Job als Tow Tech eingestiegen und habe all die Zeit am See damit verbracht, den Leuten zuzusehen, wie sie sich die Köpfe zerbrechen. Und einfach von Gleitschirmfliegen umgeben zu sein, ich war voll drin. Es war also wirklich hilfreich. Es war nicht unbedingt Flugzeit, aber es war Zeit, über Gleitschirmfliegen nachzudenken, zuzusehen, zu visualisieren und sich Dinge vorzustellen. Ich habe schon einige gefragt, wir hatten über die Jahre eine ganze Reihe von SIV-Instruktoren in der Show, Dylan und Jockey und viele andere.

[00:07:48] Und ich würde gerne deine Meinung dazu hören, sowohl aus der Perspektive vom Boot aus – also zu sehen, wie so viele Leute die Sequenzen und Systeme durchlaufen und daraus lernen – als auch deine eigene Sichtweise, weil ich weiß, dass dein eigenes Fliegen stark davon beeinflusst wurde,

[00:08:10] **Gavin McClurg:** acro und das Überwinden von Angst. Und bevor wir zum letzten Jahr übergehen, war das in deiner Wettkampfsaison phänomenal. Ich würde gerne deine Meinung dazu hören, weil es für mich immer noch – es war wirklich interessant für mich zu hören – ich habe das von mehreren SIVs gehört, dass es nicht unbedingt für jeden ist. Und ich finde das ziemlich interessant, besonders für das Fliegen von cross country. Weißt du, ich kann diesen Aspekt nachvollziehen, dass es nicht für jeden ist. Ich denke darüber so, dass jeder seine eigene persönliche Risikotoleranz hat oder die Risikotoleranz als Ausdruck des Selbst hat. Und deshalb sind manche Leute damit komfortabel, wissen nicht wirklich, was sie tun müssen, und fliegen vielleicht einen passiv sicheren Schirm unter einer wirklich begrenzten Auswahl an Flugbedingungen.

[00:09:02] Das ist völlig in Ordnung. Ich persönlich,

[00:09:05] **Galen Kirkpatrick:** Ich habe das Gefühl, dass ein standardisiertes Set an Regeln wichtig ist – das kommt wahrscheinlich daher, dass Dylan mein Mentor ist –, aber ein standardisiertes Set an Dingen, die die Leute kennen, bringt meiner Meinung nach eine gewisse Kontrolle in einen Sport, der sonst eher wie ein „Yahoo“ oder eine unberechenbare Angelegenheit wirkt. Und ich denke, das ist wertvoll, vor allem bei meinen eigenen Kunden. Ich möchte wissen, mit wem sie SIV gemacht haben und was sie in ihrer SIV-Erfahrung so erlebt haben. Und ich selbst hatte über eine wirklich lange Zeit große Angst. Deshalb habe ich die Idee, ein acro Pilot zu sein, gemieden, aber ich dachte mir: Ich muss all diese Zeit hier verbringen, um ein Pilot zu werden.

[00:09:55] Ein sicherer cross country Pilot. Weil ich, ich habe wirklich Angst. Also muss ich diese Erfahrung sammeln, damit ich mir selbst vertrauen kann und nicht all diese mentale Energie verbräuche, während ich versuche, cross country zu fliegen, um mich mit dem mangelnden Vertrauen in meine Fähigkeiten auseinanderzusetzen. Also, die ganze Zeit am See zu verbringen, da gab es ein paar Vorfälle, die ich erlebt habe, die hätte in einem Rettungsschirm-Wurf enden können, aber nicht. Und deshalb, äh, verdanke ich all meine Zeit am See dafür, weißt du, Dylans Mentorenschaft. Und das Beobachten all dieser Schirme und das Beobachten, was die Leute falsch gemacht haben, Leute aus dem Wasser holen, nachdem sie das Falsche getan hatten. Und durch diese Erfahrungen, wo, äh, die Dinge nicht super liefen, mein Schirm nicht offen blieb und ich dann richtig damit umgegangen habe, oder die Midair, in die ich geraten bin, war ein weiteres gutes Beispiel dafür.

[00:10:44] Wisst ihr, ich habe einfach das gemacht, was ich mir unzählige Male im Kopf geübt habe. Und diese Erfahrung hat mir das Vertrauen gegeben, dass ich in Zukunft, wisst ihr, das Richtige tun würde, falls etwas passiert. Galen hat den Midair erwähnt, dazu werden wir später Details liefern. Das war es. Ich glaube, das war dein erster Weltcup, korrekt? In der Türkei, in Aksaray? Das war es. Ja. Ja, das war eine wirklich gute Woche. Und ich weiß nicht, ob das der letzte Tag war, der vorletzte oder so etwas, aber es war wild und jemand hat es auf Video festgehalten. Es war ziemlich heftig und wirklich windig. Es war nicht vorbei, als du aufgeschlagen bist. Ich glaube nicht, dass ich jemals ein so schmutziges Gurtzeug gesehen habe. Das war wirklich beeindruckend. Dieser Cannibal war braun. Ja, meine Wasserblase ist an dem Tag einfach so geplatzt.

[00:11:29] Ich habe versucht, mein Gewicht in meinem Gurtzeug zu verlagern. Also habe ich das Trinkwasser unter den Sitz gelegt. Und als ich aufgeschlagen bin, sind drei Liter

[00:11:36] **Gavin McClurg:** Wasser ist überall explodiert. Als wir dann über das Feld gezogen wurden, wurde alles zu Schlamm. Also ja, ich war also im Schlamm, während ich versuchte zu...

[00:11:44] **Galen Kirkpatrick:** die Schnalle öffnen und

[00:11:45] **Gavin McClurg:** Hör auf damit. Das war, ja, das war irgendwie eine ganz andere Sache. Ich bin mir nicht sicher, ob das perfekt passt, aber du hast gerade ein paar Dinge gesagt, die mich an etwas erinnert haben. Ich habe in einem früheren Podcast, den du mit einem meiner Kunden gemacht hast, damals, als ich das Bootsgeschäft leitete, gehört. Aber erzähl mir mal von...

[00:12:05] **Galen Kirkpatrick:** vorsätzliche Ignoranz. Du hast in dieser Show wirklich gute Dinge dazu gesagt, die ich für das, was wir tun, sehr anwendbar fand. Vorsätzliche Ignoranz. Ja. Mal sehen. Also, ich fühle mich gerade etwas in die Enge getrieben. Ich meine, ich denke, die Leute wollen nicht unbedingt darüber nachdenken, was sie nicht gut können. Zum Beispiel, das ist etwas Riskantes, was wir hier machen, genau wie bei Booten oder Bergsteigen oder wann immer

[00:12:32] **Gavin McClurg:** du bringst dich in eine unversöhnliche Umgebung, du bist bis zu einem gewissen Grad vorbereitet und hoffentlich bist du sehr gut vorbereitet. Du denkst wahrscheinlich, dass du sehr gut vorbereitet bist, und natürlich ist das Selbstvertrauen in dieser Umgebung wirklich wichtig, aber ich, ich weiß nicht. Ich schätze, wir, wir reden uns ein, dass die Dinge so sein werden

[00:12:57] **Galen Kirkpatrick:** Okay. Und wir neigen wahrscheinlich weniger dazu, uns unsere Schwächen oder Dinge anzusehen, die wir verbessern könnten, weil das das Selbstvertrauen untergraben könnte. Klingt das plausibel oder hast du... ich habe in letzter Zeit viel darüber nachgedacht, weil eine meiner Lieblingspersonen, denen ich auf Social Media folge – obwohl ich versuche, nicht zu viel Social Media zu konsumieren –, ist Will Gadd. Ich folge ihm wirklich gerne, weil es nicht nur „Hey, schau mich an“ bei jedem seiner Posts ist. Dahinter steckt immer eine technische Fertigkeit zum Erlernen beim Eisklettern, und obwohl ich kein Eiskletterer bin, finde ich es trotzdem faszinierend. Aber er spricht immer über Risiko, und das habe ich in der Show schon mal gesagt. Eine Sache, die er mir buchstäblich beigebracht hat, ich meine, am Tag vor unserer Rocky's Traverse mit dem Red Bull-Film oben in Kanada, ich wusste es nicht.

[00:13:45] Nun, wir haben uns am Tag vor unserer Tour getroffen. Und er war, weißt du, beim ersten Start so der Art nach: Wer ist dieser Typ? Er möchte wissen, mit wem er zusammenarbeitet. Und deshalb hat er...

[00:13:57] **Gavin McClurg:** er hatte mich sofort als jemanden abgestempelt, der viel zu optimistisch ist, und das hat er an mir gehasst. Er sagte: „Weißt du, Gavin, ich bin nicht mal der Typ, der denkt, das Glas sei halb voll. Ich suche nach dem, was das verdammt Glas zum Splittern bringt.“ Und ich dachte: „Wow, Mann, du bist echt negativ.“ Aber es ist nicht negativ. Es ist das Gegenteil von vorsätzlicher Ignoranz. Er schaut sich diese Orte an – wie du gesagt hast, bringst du dich in Umgebungen, die Risiken und Gefahren in sich tragen. Und er schaut sich an, was hier schiefgehen wird. Was könnte mich möglicherweise umbringen? Was kann ich aus dieser Gleichung eliminieren, um meine Chancen zu verbessern?

[00:14:46] Was wird das Glas zum Zerschlagen bringen? Und das war ein riesiger mentaler Umbruch für mich, mit dem ich immer noch kämpfe, aber ich denke, es ist ein wichtiger Umbruch. Weißt du, diese ganze Sache – ich glaube, als du im Podcast darüber gesprochen hast, hast du über dieses Denken gesprochen, dass es dir nicht passieren wird, als schlechtes Denken. Ja. Nun, es ist auch selbstschützend. Ich meine, ich kann meinen Instruktor, Dylan und Mitch, das zuschreiben, besonders das Wissen oder das Hören von Geschichten darüber, dass man sterben oder sich schwer verletzen kann, wenn man nicht vorsichtig ist. Und ich bin bei meinem ersten Bergflug im Parma Park in einen Baum gestürzt. Also, bis ich am Flughafen war, an der LZ, war ich total aufgelöst. Ich hatte einfach nicht mehr die Kapazität, vernünftige Entscheidungen zu treffen.

[00:15:30] Und ich habe mich auf einen Baum fixiert, bin dagegen geflogen, bin quasi durch den ganzen Baum gefallen und auf dem Boden gelandet, mit meinem Schirm über mir. Und mir ging es gut. Ich hatte nicht mal einen blauen Fleck. Ich hatte nur eine kleine Schramme am Arm und bin direkt neben einem Stacheldrahtzaun gelandet. Und das war diese Erfahrung, die mich direkt, also, als ich von dem...

[00:15:52] **Galen Kirkpatrick:** das Adrenalin davon – ich dachte mir: Oh, das hätte schrecklich enden können und ich hätte sterben können. Und also, ich habe darüber ziemlich viel nachgedacht und es hat mich über mein Leben am Boden nachdenken lassen, und es hat mich wirklich objektiv über meine eigenen Flugfähigkeiten und darüber, wer ich als Person bin und wie ich Risiken eingehe, nachdenken lassen. Das war also eine prägende Erfahrung für den Weg zur Expertise, mich in den Sport zu vertiefen. Und ich ermutige meine Kunden, jeden, P2-Schüler, wen auch immer, darüber

nachzudenken, ich denke, das wird oft nicht direkt angesprochen. Es ist so wie: Oh, wenn du gerade eine Trennung hattest, geh nicht fliegen.

[00:16:38] Ich denke, es lohnt sich, ein bisschen herauszuzoomen und darüber nachzudenken, was in deinem Leben passiert ist – welche Dinge hast du in der Vergangenheit getan, die dich besser darin machen, Risiken zu managen? Was sind deine Erfahrungen damit? Gab es Momente in irgendeinem Lebensbereich, in denen du einfach unvorsichtig warst? Weil du das beim Fliegen hoffentlich nicht willst. Ja, in diesem Gespräch, in dem ich einen Pfeil nach unten habe, führt dich diese Art von Denken zu zwei Dingen. Erstens, das Risiko so weit wie möglich zu reduzieren. Und bei dir war das also, dich in die Instruktion, SIV, zu vertiefen, das zu deinem Leben zu machen, so viel wie möglich zu lernen und zu versuchen, einen Griff zu bekommen.

[00:17:24] Und bei dir war das also, du hast dich in die Instruktion, SIV, hineingestürzt, hast das zu deinem Leben gemacht, so viel wie möglich gelernt und versucht, einen Griff zu bekommen. An diese Angst, vielleicht durch den Ausbau deiner Fähigkeiten. Habe ich das richtig verstanden? Ja. Und dann das Zweite, du sagtest, man sollte im Leben glücklich sein. Du machst das sehr oft. Du ziehst Parallelen vom Fliegen und vom Sport auf dein eigenes Privatleben, und das liebe ich an dir, dass du das alles miteinander verknüpfst. Ich denke, oft halten wir es eher getrennt. Manchmal bewahren wir es in zwei verschiedenen Schubladen auf. Wir alle verfolgen das, ich hoffe, weil es Spaß macht. Und es macht uns glücklich. Und deshalb sollten wir es tun. Aber selbst in meinem

[00:17:59] **Gavin McClurg:** In meinem Kopf sind das oft zwei getrennte Dinge. Weißt du, das eine ist ziemlich intensiv und ich habe oft das Gefühl, dass ich es als Flucht nutze, und ich weiß, dass dich das dazu bringt zu sagen: Nein, das sollten wir nicht tun. Ich habe dich schon sagen hören, dass wir das nicht als Flucht nutzen sollten. Lass uns darüber reden. Da steckt einiges Lustiges drin. Ja, ich meine, ich will es nicht erzählen – es sei denn, du bezahlst mich –, ich will anderen Leuten nicht vorschreiben, was sie zu tun haben. Ich denke einfach, die Leute werden einfach sie selbst sein und ich möchte mich da nicht zu sehr damit beschäftigen. Ich muss das Rauschen von dem, was die Leute denken, dass man tun sollte, ausblenden, aber ja, ich denke, für jeden ist es anders. Aber für mich schien es offensichtlich, die Lektionen, die man im Leben lernt, auf das Fliegen anzuwenden und ebenso die Lektionen aus dem Fliegen auf das Leben zu übertragen, mit gewissen Einschränkungen natürlich.

[00:18:54] Natürlich. Aber wenn du einfach schnell gut werden willst oder wenn es dir wichtig ist, exzellent zu sein, weiß ich nicht, ob es der richtige Weg ist, es als Flucht aus dem Leben zu sehen. Klar, ich habe da einen Witz, nach dem jeder, der wirklich schnell gut im Fliegen geworden ist, vor etwas wegläuft oder irgendwie etwas vermeidet.

[00:19:19] **Galen Kirkpatrick:** auf dem Boden. Und ich denke, das war in gewisser Weise bei mir definitiv der Fall. Und vielleicht auch bei dir. Aber ich glaube nicht, dass es das eine oder das andere ist. Ich meine, Fliegen ist für mich immer noch irgendwie eine Flucht. Es gab Momente in meiner Karriere, in denen ich das Gefühl hatte, Fliegen sei einfach und unkompliziert, während das Leben am Boden oder das Leben an sich schwierig ist. Und dann gibt es andere Male, in denen das Leben am Boden und das Leben an sich wirklich einfach ist, und es extrem schwierig ist, sich in diesen Zustand der Präsenz zu versetzen und eine Fertigkeit abzurufen. Und ja, ich denke, es ist einfach gut, sich dessen bewusst zu sein. Und die Basis für wirklich gutes Fliegen ist meiner Meinung nach Selbstreflexion.

[00:20:06] Es ist nicht so schwer. Nun, du weißt ja, beim Fliegen eines Gleitschirms gibt es nur drei Steuerungen. Du drückst den Beschleuniger, du ziehst die rechte oder die linke Bremse, aber all das, was man braucht, um cross country zu fliegen oder acro zu fliegen oder auch nur sicher am Grat zu fliegen, das ist schwierig. Und deshalb muss man, ich denke, sich seiner selbst sehr bewusst sein – welche Muster man hat, wann man abschaltet, was man tut, wenn man gestresst ist, und sogar wie man zu anderen Menschen steht. Wann bist du mit Wettbewerben angefangen haben? Ähm, ich habe mit Wettbewerben angefangen, vielleicht zwei bis drei Jahre nach Beginn des Fliegens, so mit acro, ich habe nicht versucht, ein...

[00:20:54] Ich dachte mir nur, das wäre der effizienteste Weg, um cross country zu lernen. Und ja, im ersten Jahr habe ich ein Sprintrennen beim Applegate gemacht. Das war einfach aufregend. Chris Garcia und ich haben zusammen bei Eagle gearbeitet und sind hochgegangen, um die Demo-Tage mitzumachen. Und dann haben wir, ja, das Sprint-Comp gemacht und es war absolut ein Kick. Ein guter Ort zum Anfangen. Und wann hast du dich entschieden, war das eine Art natürliche Entwicklung? Wann hast du dich entschieden, Nationalmeister zu werden? Weißt du, ich habe die

Angewohnheit, mich ständig selbst zu hinterfragen. Und vielleicht das Problem, dass mir das Selbstvertrauen fehlt.

[00:21:40] Und da gab es etwas, das Rob Sporer vor etwa einem Jahr, als ich mit dem Wettkampffliegen angefangen habe, zu mir gesagt hat. Er meinte so, weißt du, du könntest sein

[00:21:51] **Gavin McClurg:** unglaublich, äh,

[00:21:53] **Galen Kirkpatrick:** irgendwann. Er hat vielleicht gesagt, du könntest Nationalmeister oder Weltmeister oder so werden. Und er meinte, aber du musst anfangen, ein Ego für mich zu entwickeln, und das war irgendwie riskant. Ich dachte mir so: Oh nein, nein, weißt du, ich bin nicht arrogant. Ich habe kein Ego, aber ich glaube, das kam durch wirklich gute Leistungen manchmal und Tasks. Und dadurch ermutigt zu werden, weiterzumachen und das Gefühl zu haben, mir selbst etwas beweisen zu müssen, dass ich es kann. Ja. Das hat irgendwie dazu geführt. Und realistisch gesehen habe ich mir wohl gesagt, dass ich könnte.

[00:22:29] **Gavin McClurg:** nach den Weltmeisterschaften letztes Jahr nationaler Champion zu werden. Weil ich die besten Flüge meiner Karriere gemacht habe. Ich war nicht super konstant, aber ich habe an ein paar Tagen...

[00:22:42] **Galen Kirkpatrick:** Ich bin den ganzen Tag mit der vorderen Gruppe mitgegangen. Und sogar bei der, ich glaube, es war Task acht, als Maxime und Honoren entkamen und der Rest der vorderen Gruppe zwischen Stromleitungen und einer großen Baumreihe abstürzte. Ich war direkt bei diesen beiden Typen und sie sind immer weiter abgetrieben. Und ich habe einfach eine kleine Entscheidung getroffen, die falsch war, aber ich dachte mir: Okay, ich kann mit ihnen mithalten. Ich schaffe das. Wenn ich das hier schaffe, dann schaffe ich es. Also habe ich mir einfach gesagt, dass es möglich ist. Ich habe jemandem einen Witz gemacht. Ich sagte: „Tja, ich werde jetzt einfach die nationale Meisterschaft gewinnen.“ Und dann habe ich es vergessen. Und dann hat er mir geschrieben, nachdem ich fertig war, und meinte: „Oh, sieht so aus, als hättest du es geschafft. Gute Arbeit.“ Und ich dachte: „Oh mein Gott, ich hatte diese Einbildung, dass es möglich ist.“

[00:23:30] Und ich denke, das ist wichtig. Wir haben das unten in Columbia besprochen, dass du findest, es ist wichtig, sich ab und zu ein bisschen einzureden, dass es geht. Das ist völlig okay. Wenn du nicht glaubst, dass etwas möglich ist, dann ist es definitiv nicht. Man will nicht einen Haufen Erwartungen darum haben. Aber bei meinem ersten Task-Abschluss, als ich zum ersten Mal das Ziel erreichte – das war in Applegate beim Sprint – hatte ich diese große Kaskade direkt über dem Berg und ich war mit der führenden Gruppe und bin etwa 1800 Fuß oder so nach unten gekaskadiert und habe es geschafft, meinen Rettungsschirm nicht zu ziehen. Und dann war ich zurückgefallen und völlig aus der Ruhe gebracht und dachte mir: Was mache ich jetzt? Und dann flog ich in die Thermik, die mich gewaltsam etwa 2000 Fuß nach oben geschleudert hatte. Und ich fing wieder an zu thermen.

[00:24:16] Und ich dachte mir so, weißt du, ich dachte mir, na ja, es ist immer noch möglich für mich, aufzuholen. Und eigentlich – und vielleicht habe ich mir das gar nicht gesagt – ich dachte mir einfach nur, na ja, ich bin hier, um die Task zu fliegen. Und da war ich ein paar Minuten hinterher und sah, wie die Lead Gaggle diese schlechte Entscheidung traf. Also konnte ich höher kommen und einfach geradeaus zum Ziel gleiten. Und ich glaube, ich wurde an dem Tag Zweiter oder so, nachdem ich in den letzten 70 oder in den letzten 25 % des Rennens fünf Minuten zurückgelegen hatte. Und da wurde mir klar, dass es möglich war, weißt du, es ist möglich, und genau das hat es für mich zu so einem spannenden Spiel gemacht, weil etwas passieren kann...

[00:24:54] **Gavin McClurg:** passieren kann, was nicht ideal ist, wenn man aus der Führungsgruppe rausfällt, und dann ist es immer noch

[00:25:00] **Galen Kirkpatrick:** möglich für dich, die Task zu gewinnen. Du hattest eine wirklich interessante Erfahrung, in die ich gerne eintauchen würde, die in gewisser Weise, zeitlich gesehen, zumindest den Erfolg, den du dieses Jahr hattest, vorausgesetzt hat. Du bist dieses Jahr vor der Weltmeisterschaft nach Spanien geflogen. Das war also quasi vor einem Jahr. Richtig. Und, äh, du wolltest dich bei der, ich weiß nicht, ob das vor der PWC oder die PWC oder was auch immer es war, bei irgendeinem Event in Spanien aufwärmen, du bist dorthin geflogen, um dich aufzuwärmen und von da aus weiterzumachen. Äh, du hattest eine ziemlich interessante Erfahrung. Ich war am Aufwärmtag dort. Es war eine Weltmeisterschaft und, äh, ich habe die Submarine trainiert. Ich habe mir eigentlich gesagt, dass ich dieses Rennen laufen muss, um mich an die Submarine zu gewöhnen, bevor ich so richtig für die Weltmeisterschaft trainiere.

[00:25:51] Und, ähm, also fühlte ich mich verpflichtet. Und außerdem kam ich von den zwei Wettkämpfen in Brasilien letzten April, bei denen ich die besten Flüge meiner Karriere abgeliefert hatte, aber ich war inkonsistent. Im Grunde habe ich bei jedem Wettkampf zwei oder zweieinhalb Drop-Tage genutzt, und besonders beim zweiten, dem World Cup, war ich am letzten Tag in einer wirklich guten Position in der Gesamtrangliste. Und ich habe mir einfach so viel Druck gemacht, dass ich es total vermässelt habe. Und ich war so hart zu mir selbst, wisst ihr, ich bin gelandet und habe geweint und mich einfach schrecklich gefühlt. Und also waren diese Erfahrungen im Grunde,

[00:26:32] **Gavin McClurg:** das letzte Mal, als ich versucht habe, mein Bestes zu geben, habe ich mich aber auch so unter Druck gesetzt, dass das hat den Flug am Trainingstag in Spanien beeinflusst. Ich bin gestartet und war in dieser neuen Position und die Unterwasserwelt war ganz verwirrt und da war nur ein Meer aus Bäumen, nicht viele Landeplätze und ich habe im Grunde...

[00:26:53] **Galen Kirkpatrick:** Ich war in dieser neuen Position und die Unterwasserboje war ganz zusammengeknaut, und da war nur ein Meer aus Bäumen, kaum Landeplätze, und ich...

[00:26:53] **Gavin McClurg:** konnte einfach nicht fliegen. Ich meine, ich konnte Kreise fliegen. Und ich glaube, ich habe den ersten oder zweiten Wendepunkt markiert. Und dann dachte ich mir nur: Ich kann das nicht mehr. Und ich bin gelandet und bin einfach komplett zusammengebrochen. Ja.

[00:27:07] **Galen Kirkpatrick:** Ich meine, ich hatte einen Nervenzusammenbruch, aber ich weiß nicht, Leute, die andere Arten von Nervenzusammenbrüchen haben, würden vielleicht sagen, das sei kein Nervenzusammenbruch, aber ich konnte es im Grunde einfach nicht mehr halten. Ja. Ich habe mir Rückflugtickets angesehen. Ich dachte mir, ach du meine, ich kann nicht Teil des World-Teams sein. Ich will nicht mal mehr fliegen. Ich wollte nicht mal einen Gleitschirm ansehen. Ich habe mein Leben so lange um das hier herum organisiert und ich kann es nicht mal mehr. Es war schrecklich. Also ja, einige Freunde kamen und haben mich beruhigt, und ich blieb in einer Höhle, so einer Airbnb-Höhle, und ich konnte nicht aufstehen und es war dunkel und es gab kein Licht. Es gab keine Fenster. Und sie sagten, sie würden mich mitnehmen. So, du kommst zu uns bleiben. Also haben sie mich weggeholt und zu einem Haus auf einer Olivenplantage gebracht, in dem sie lebten.

[00:27:57] Und sie, und ich bin dort einfach vier Tage lang geblieben und bin nicht weggegangen. Ich bin vom Rennen zurückgetreten und habe zugesehen, wie es über uns hinwegflog. Ich erinnere mich, wie ich hochgeschaut und irgendwie gekichert habe und dachte: Oh, die Person da erkenne ich und die da auch. Aber ich hatte keine, ich war völlig entfremdet vom Konzept des Fliegens. Und ja, es war wirklich beunruhigend und, wissen Sie, irgendwie beängstigend, aber drinnen, auf der Couch sitzend, habe ich etwa ein Buch am Tag gelesen und ich konnte einfach nicht in einer Position sein, in der ich mich selbst unter Druck gesetzt hätte. Und ich hatte mir einen unangemessenen, ungerechten, unvernünftigen Druck gemacht. Ich hatte keinen Spaß. Und wie haben Sie, wie haben Sie die Kurskorrektur vorgenommen?

[00:28:44] Nun, weißt du, Evan und Emily, das waren die, die mich gerettet haben. Ich habe im Grunde mit Leuten aus dem Team gechattet. Ich habe versucht, trotzdem zur Weltmeisterschaft zu gehen, vielleicht ohne zu fliegen. Ich habe in dieser Zeit, in der ich nicht geflogen bin, eine Menge Selbstreflexion betrieben. Ich musste meinen Kopf erst mal wieder auf den Boden bringen. Wir hatten als Team Maxine Bellaman engagiert, der so eine Art Flug-Guru für mich ist. Ich liebe seine Bücher und einfach die Art der mentalen Vorbereitung, die er verfolgt. Also habe ich ihn angerufen und er hat mir ein paar Tipps gegeben, aber eigentlich war es das Öffnen gegenüber jemandem, den ich wirklich respektiere, und die Verletzlichkeit, die mich quasi dazu gezwungen hat, über mich selbst nachzudenken und zu sagen: Oh, ich bin ein guter Pilot.

[00:29:36] Ich mache das aus Spaß. Ich bin ein sicherer Pilot und setze mich selbst viel zu sehr unter Druck. Also muss ich realistisch mit mir sein. Ich hatte diesen Fragebogen ausgefüllt, den er uns vor unserer Zusammenarbeit geschickt hatte, und ich hatte mich bei einer Menge grundlegender Fähigkeiten ziemlich niedrig eingeschätzt, und er hat mich da ein bisschen herausgefordert. Er sagte: Du bist definitiv keine Drei von fünf bei der Thermik. Was, was soll das sein? Und er hat mich sogar als realitätsfern bezeichnet, weil ich mich selbst mit drei von fünf bewertet habe. Und das war super hilfreich, weil ich – ich meine, da ist die Realitätsverweigerung, zu glauben, man könne gewinnen, aber da ist auch die Realitätsverweigerung...

[00:30:21] **Gavin McClurg:** zu glauben, dass du nicht gut genug bist oder dass du nicht

[00:30:24] **Galen Kirkpatrick:** ...die Fähigkeiten habe. Und deshalb hat er mich darauf angesprochen. Er meinte so: Warum, warum hast du drei von fünf gesagt? Und ich war irgendwie wie: Mir ist nichts eingefallen und ich sagte: Weil ich noch viel mehr lernen muss. Weil ich Raum für Verbesserungen lassen will. Und er meinte: Wenn du bei drei von fünf wärst, würdest du, weißt du, das nicht sagen. Wenn du mit den Leuten mithalten kannst, mit denen du mithalten kannst, bist du keine drei von fünf. Du musst also realistisch sein, damit du da draußen rausgehen und dich ausdrücken und das tun kannst, wozu du fähig bist. Du musst an dich selbst glauben. Also habe ich mich für weitere vier Tage vor der Welt versteckt und mich in Interlocking zurückgezogen. Und dann habe ich mich mit dem World-Team zusammengeschlossen und ich habe im Grunde meine ganze Einstellung geändert, ich sagte: Weißt du was, ich werde da draußen rausgehen und fliegen.

[00:31:13] Ich habe all diese Arbeit investiert, um an diesen Punkt zu gelangen und mich für die Weltmeisterschaft zu qualifizieren. Und ich werde da draußen rausgehen und Spaß haben. Und ich werde mich an jedem Punkt fragen: Habe ich Spaß? Und wie könnte ich Spaß haben? Wäre es auf dem Boden lustiger? Das hat die größte Veränderung in meinem gesamten Fliegen bewirkt, weil ich gegenüber mir selbst verantwortlich sein und entscheiden musste: Ja, das macht Spaß. Ich möchte hier die Entscheidung für den Spaß treffen. Und nur einmal, ich meine, als ich diesen Prozess eingeführt habe, mich selbst zu fragen, ob es Spaß macht, dachte ich: Oh Gott, das könnte bedeuten, dass ich die Task einfach nicht fliege. Ich werde einfach landen. Und seitdem hatte ich eine Task, die war bei der Weltmeisterschaft, als ich in einer echt blöden Lage war.

[00:32:00] Ich hätte es nicht sein dürfen. Und der Typ direkt neben mir ist durch seinen Rettungsschirm geflogen. Und ich dachte mir so: Ah, weißt du, das macht keinen Spaß. Ich habe keinen Spaß. Und also bin ich einfach gelandet. Und das war eine wirklich großartige Erfahrung für mich, weil ich normalerweise, wenn ich in einer Task lande, weißt du, mich selbst fertig mache und denke: Ah, du hast diesen Fehler gemacht und diesen Fehler. Und ich würde mich obsessiv darüber ärgern, was ich anders hätte machen können oder wie ich meine Skillset besser hätte einsetzen können. Und da war ich einfach nur da. Und ich habe zu dem Piloten auf dem Berg und den Bäumen hochgeschaut. Und ich dachte mir: Nun ja, ich bin hier am Boden, aber mir geht's gut. Ich habe Spaß. Ich bin in Frankreich bei den Worlds und ich könnte dort sein, aber ich bin es nicht. Und also habe ich sozusagen diesen sicheren Raum für mich selbst geschaffen.

[00:32:47] Und ich dachte mir, na ja, das ist es eben. Und danach, ja. Seitdem kann ich das nicht mehr so aktiv tun, mir ständig zu fragen, ob es Spaß macht. Es ist einfach Teil meiner Vorbereitung. Ich habe einfach realisiert, was Spaß machen wird und was am Fliegen Spaß macht – es ist, mit all meinen Freunden zusammen zu sein, meine Fähigkeiten einzusetzen, mich auszudrücken und meine Sichtweise zu zeigen, und, äh, wissen Sie, ich muss mich nicht selbst fertigmachen. Fliegen muss sein, besonders das Wettkampffliegen, das Task-Fliegen. Es muss ein emotional sicherer Ort für mich sein.

[00:33:32] Weißt du, wenn das schlimmste Szenario ist, dass ich mich selbst fertigmache, weil das eigentliche schlimmste Szenario das ist, sich schwer zu verletzen oder zu sterben. Aber wenn das schlimmste Szenario ist, dass ich extrem hart zu mir selbst bin und nicht rausgehen kann, um kreativ zu sein, Spaß zu haben und meine Freunde anzusehen und ihnen ein Daumenzeichen zu geben oder sie anzufeuern. Also habe ich meine Einstellung komplett geändert und Maxime hat mich dazu ermutigt, jetzt ein gewisses Selbstvertrauen zu haben. Ich glaube, dass es möglich ist. Ich glaube, dass ich eine Task gewinnen oder mit den besten Piloten mithalten kann. Mich würde interessieren: Als er dich das gefragt hat und du dich mit drei von fünf zu niedrig eingeschätzt hast, war das, weil es arrogant gewesen wäre, dein wahres Ich zu zeigen, oder hast du wirklich nicht geglaubt, dass du das bist?

[00:34:30] Ich, ja, es wäre wahnwitzig gewesen zu sagen, dass ich drei von fünf bin, und im Grunde – und das ist so ein neues Konzept, aber es gibt da so ein Luftfahrt-Aphorismus: Selbstbewusstsein ist ein Vorteil und Arroganz ist eine Belastung. Und ich denke, ich denke tatsächlich, dass viele Menschen im Allgemeinen im Leben und beim Fliegen Selbstbewusstsein mit Arroganz verwechseln. Und deshalb werden sie nicht selbstbewusst sein. Also ja, ich hätte vier oder vier Komma fünf von fünf geantwortet, aber das hätte sich angefühlt, als würde ich mich selbst unter Wert verkaufen. Ich hätte mir gedacht: Oh, da gibt es nur diesen kleinen Fortschritt. Und manchmal bin ich nur drei von fünf, so wie bei der letzten Task in Brasilien, da war ich vielleicht eins von fünf.

[00:35:15] Ich konnte es einfach nicht durchhalten. Also ja, ich hatte das Gefühl, es wäre wahnhaftig oder entschuldige, vielleicht sogar arrogant gewesen und hätte unterschätzt, wie viel ich noch lernen musste. Aber ja, ich habe damit aufgehört. Ich habe aufgehört, Selbstvertrauen mit Arroganz zu verwechseln, weil ich keine arrogante Person bin, aber ich strebe danach, ein selbstbewussterer Mensch zu werden. Es klingt so, als gäbe es – ich meine, es gibt hier ein paar Dinge, die tatsächlich, und ein Teil davon ist nicht für mich, sondern von dir und vor anderthalb Wochen in Columbia, aber du, du hast dir sozusagen eine neue Geschichte erzählt. Eine neue, neue Lore. Ich liebe dieses Wort. Und du hast auch ziemlich oft von Sicherheit gesprochen, aber eher von emotionaler Sicherheit. Weißt du, dass du, ich glaube, du hast auch gesagt, dass du das Gefühl hast, Comp-Fliegen sei eigentlich wirklich sicher.

[00:36:05] Es ist eine wirklich sichere Sache für dich, wenn du, weißt schon, einmal diese neue Geschichte erschaffen hast – habe ich das richtig verstanden? Ja. Ich meine, ich möchte nur, weißt du, ich habe in den letzten paar Jahren viele Comp-Flüge absolviert und mich fühle zu Comp-Fliegen hingezogen. Ich denke, weil es irgendwie strukturiert ist und nicht...

[00:36:24] **Gavin McClurg:** besonders abenteuerlustig zu sein. Ich hatte in den letzten Jahren auf dem Boden und im Leben schon genug mit verschiedenen Dingen zu tun, dass ich lieber eine Art Fliegen mache, die nicht dieses Bedürfnis nach Abenteuer erfordert. Ich meine, ich...

[00:36:40] **Galen Kirkpatrick:** Ich liebe es. Ich habe in Columbia tonnenweise geflogen und ich freue mich darauf, mehr Adventure Flying zu machen, aber es war nicht das, was ich brauchte. Dass da eine Menge Leute um mich herum waren, dass alle die gleiche Route geflogen sind, dass Leute auf einen aufgepasst haben – das hat mir dieses Gefühl von Sicherheit gegeben und mich ermöglicht, mir keine Gedanken darüber zu machen, ah, was könnte passieren? Was könnte passieren? Also ja, mal sehen. Du hast da ein paar Fragen gestellt. Nun, ich wollte nur sichergehen, dass ich das richtig verstanden habe. Ich meine, ich liebe es, dass du so eine neue Lore für dich selbst erschaffen hast, eine neue, und ich habe immer das Gefühl, dass die Leute Maxine und Josh Cohn ehren und, weißt du, die haben irgendwie den Code geknackt, oder?

[00:37:28] Es gibt bestimmte Mythen, die man in Fakten verwandelt, und du hast, wie du sagtest, wenn du rennst, nun, das ist eigentlich ziemlich einfach. Wenn du in Position bist, triffst du nicht viele Entscheidungen. Du bist einfach im Flow. Du lächelst. Es ist einfach. Es läuft irgendwie gut. Und es schien so, als wäre das...

[00:37:54] **Gavin McClurg:** das Ereignis, das du in Spanien durchgemacht hast und die Zusammenarbeit mit Maxine, und wie du danach auf die andere Seite gekommen bist und dir quasi eine neue Geschichte für dich selbst erschaffen hast. Seitdem hast du bemerkenswerte Leistungen gezeigt, wir hatten einige bemerkenswert gute Tage bei den Weltmeisterschaften. Du hast den dritten Platz belegt, mit Shalan hinter Russ Ogden und Matt Hensley, die beide absolut fantastisch gefahren sind. Und du, ich habe die ganze Woche auf dich aufgeschaut. Ich meine, du warst einfach in Position und dann hast du den Wide Open gewonnen und dort einen unglaublichen Präzedenzfall geschaffen. Und du bist unsere neue

[00:38:28] **Galen Kirkpatrick:** nationale Meisterin dank dieser zwei unglaublichen Ergebnisse – was für ein verdammt starkes Jahr. Und eines, das die meisten Leute, die viel Zeit bei Wettkämpfen verbringen, nie erleben werden. Also, meine Frage war – es war ja gar keine Frage – es scheint so, als hättest du dieses neue Modell geschaffen, und je mehr du darüber teilen kannst, desto besser, es ist fantastisch. Ich meine, du hast es in gewisser Weise ziemlich schnell geschafft. Dein erster Weltcup war in der Türkei. Ich war dabei mit dir. Das war 2021, 2022. War das nicht erst vor kurzem? Ja.

[00:39:13] Ich glaube, es war, ja, es war 21. Also, ja, ich denke nur, ich meine, ich wusste, dass ich ein paar gute Task-Abschlüsse hatte. Ich hatte einen guten Task-Abschluss in der Türkei. Wir sind eigentlich den ganzen Tag zusammen geflogen. Also habe ich das Gefühl, dass in dem... in dem...

[00:39:31] **Gavin McClurg:** an Tag, ich glaube, ich war unter den Top fünf und da war ein Schirm der Serienklasse, aber ich glaube, ich bin da einfach so reingestolpert. Ich hatte einfach dieses Selbstvertrauen. Ich hatte keine Erwartungen an mich selbst und dachte mir, oh Gott, diese Leute wissen, was sie tun. Also werde ich ihnen folgen und nachahmen, aber nach den Regeln spielen, die ich, weißt du, aus den Büchern gelernt habe, und diesen Skillset abrufen.

Ich war irgendwie davon distanziert. Mein Ego war quasi weg und ich dachte mir einfach nur, okay, ich werde es einfach mal versuchen. Und dann hat es wirklich gut funktioniert. Und ich glaube, das hat mir dieses Gefühl von Selbstvertrauen oder Möglichkeit gegeben und die Einbildung verankert. Oh Gott, ich kann das eines Tages schaffen. Also kann ich das an einem halben oder fünf und einem halben von sieben Tagen.

[00:40:20] Und ich hatte ein paar wirklich gute Wettkämpfe in Brasilien, einen Weltcup und, äh, kurz darauf die Pan-Amerikaspiele, oder, ähm, nach diesem ersten Weltcup. Ich hatte keine Erwartungen an mich selbst. Ich war im Modus des Nachahmens. Ich vertraute mir selbst. Mein Ego war davon fast völlig losgelöst. Und ich flog wirklich gut, fast schon sehr beständig. Also hatte ich tolle Ergebnisse. Ich glaube, ich wusste, dass es möglich war, aber ich habe angefangen, mir all diese Erwartungen aufzuerlegen. Und anstatt das Ganze aus der Ferne zu betrachten und zu sagen: „Oh Gott, was habe ich diese Woche gemacht, was funktioniert hat? Und was nicht?“ Habe ich mich über jede kleine Entscheidung verrückt gemacht.

[00:41:06] Und genau das hat dazu geführt, dass ich mir zu viel Druck gemacht habe. Es blieb keine mentale Kraft mehr übrig, um einfach nur rauszugehen und zu fliegen, weil ich mich so verrannt hatte. Ooh, ist das die richtige oder die falsche Entscheidung? Ist das eine Option mit hoher oder niedriger Wahrscheinlichkeit? Und mit dieser Art von Analyse und dem Gefühl, mich vom Fliegen völlig entfremdet zu haben, und dann wieder einzusteigen – ich hatte zwar einige gute Ergebnisse bei den Weltmeisterschaften, aber ich war empfindlich. Jeden Tag dachte ich mir:

[00:41:42] **Galen Kirkpatrick:** Will ich heute fliegen? Weißt du, gehöre ich überhaupt hierher?

[00:41:45] **Gavin McClurg:** Und ich meine, ich war, ich war einfach nur

[00:41:47] **Galen Kirkpatrick:** indem ich so sanft mit mir war und mich einfach auf die Verbindungen zu meinen Teamkollegen und den Spaß daran konzentriert habe, hat mich diese Erfahrung – zu sehen, was möglich ist, es lustig zu machen und einfach rauszugehen und zu performen – dazu gebracht, an mich selbst zu glauben. Und selbst in den Momenten in Chelan und in Red Rocks, wenn ich allein war oder einen Fehler gemacht hatte, habe ich mir – also im Grunde – einfach egal gewesen. Ich dachte mir: „Mensch, gut, ich war bei den Weltmeisterschaften gut. Ich hatte ein paar gute Flüge. Manchmal bin ich ein guter Pilot und ich mag das. Also mache ich einfach weiter.“ Und das hat so viel mentale Energie frei gemacht, um einfach in einer guten Position zu bleiben.

[00:42:38] Und es fühlte sich wie ein Prozess an, der sich selbst verstärkt hat, denn wenn ich Spaß habe und ein schönes Finish anstrebe, ist der beste Weg dazu, in einer guten Position zu bleiben, nicht gestresst zu sein, nicht hängen zu bleiben, Optionen mit hoher Erfolgswahrscheinlichkeit zu wählen und einfach mir selbst zu vertrauen. Und ich denke, so sehr man es auch versucht, ich weiß nicht, beim Fliegen, beim Jagen von Cores und beim Ausprobieren von Ideen oder Hypothesen steckt einfach so viel Gefühl und Intuition drin, dass ich glaube – oder ich fühle jetzt –, man kann nicht kreativ sein, wenn man wirklich Angst davor hat, ein schlechtes Produkt zu erschaffen. Und Künstler werden das wahrscheinlich bestätigen, aber ich glaube nicht, dass man kreativ sein kann, wenn man wirklich Angst davor hat, etwas Schlechtes zu produzieren.

[00:43:26] Das spüre ich bei meinem eigenen Schreiben auch so: Ich fange an, Dinge aufzuschreiben, und dann denke ich mir: Oh, das ist schrecklich. Und anstatt es egal zu lassen und einfach weiterzuschreiben, hörst du auf oder du fühlst dich entmutigt, kreativ weiterzuarbeiten. Es ist verletzlich. Und obwohl beim Fliegen eine völlig andere Art von Kreativität gefragt ist, denke ich, dass die gleiche Philosophie gilt – du weißt schon, es muss, wie du gesagt hast, ein emotional sicherer Ort sein, um es zu versuchen und zu scheitern oder zu versuchen und zu bestehen. Und ja, das hat wirklich gut funktioniert. Ich mache immer noch Fehler. Ich hatte bei der Menarca einen Abschluss, bei dem ich einfach gelandet bin und super frustriert war, weil ich den ganzen Tag irgendwie mit Manuel gekämpft hatte und am Südende von Mordor feststeckte.

[00:44:15] Und am Ende des Tages bist du und ein paar andere, Farmer, einfach über mich hinweggefliegen und ich war emotional völlig erschöpft. Ich habe mich nicht zu sehr unter Druck gesetzt, aber es war diese emotionale Erschöpfung, nicht nur vom Fliegen, sondern vom Kämpfen und dem Versuch, wirklich zu gewinnen. Also sehe ich das nicht als Scheitern, aber ich bin gelandet und wurde richtig emotional und frustriert. Also musste ich mir einfach sagen: Okay, cool. Na ja, du hattest trotzdem ein tolles Finish, hattest Spaß und konntest diese Dinge üben. Und weißt du, es gab

immer noch eine emotionale Beteiligung und ich war immer noch richtig frustriert, aber ich habe mich überhaupt nicht selbst fertiggemacht. Ich war einfach nur so: Okay, cool. Weg damit, Reset, weißt du, morgen probiere ich es wieder.

[00:45:01] Und ja. Du gehst hier ja schon bald zum Superfinal, zu dem wir gehen wollten und uns dann auch dazu entschieden haben. Ich würde gerne wissen, du hattest jetzt ja einige Wiederholungen mit Chelan, Wide Open, Menarca – alles wirklich gute Ergebnisse. Was ist der Antrieb, mit dem du jetzt zum Superfinal gehst? Wie findest du diesen Raum? Wie findest du diesen emotionalen Raum, der so gut funktioniert? Wie, wie wiederholst du das? Ich habe gefunden, dass es schwer ist, das wirklich gut zu machen. Einfach das nochmal zu tun. Es ist nicht ganz, zumindest für mich, ist es nicht ganz so einfach. Ich meine, wenn du sagst, ich liebe es, wenn du Spaß hast, funktionieren die Dinge. Und es ist eine Sache zu sagen: Ich werde das einfach tun.

[00:45:47] Ich werde einfach Spaß haben. Manchmal steht unser Ego dem im Weg. Zumindest bei mir schon. Absolut. Also, die eine Sache, die mich vor der Antwort auf deine Frage nachdenken lässt, ist: Wie hoch ist dein Maß an Selbstreflexion, wenn du ein wirklich gutes Ergebnis oder eine gute Leistung erbringst? Bei Chelan habe ich das gespürt; ich dachte an die emotionale Reise, die ich im Mai gemacht habe, als ich aus der A-Klasse ausgeschieden bin, gelitten habe und dann zurückkam, sehr sanft mit mir selbst umging und in der Lage war, bei den Worlds gut abzuschneiden. Das war alles noch sehr präsent in meiner Erinnerung. Und ich dachte mir: Okay, nun werde ich einfach mein Bestes geben, das zu wiederholen.

[00:46:32] Und wenn ich in Brasilien war, war ich meiner Meinung nach wahrscheinlich nicht besonders selbstbewusst. Und als ich dann wieder geflogen bin, konnte ich trotz einiger toller Ergebnisse in der jüngeren Vergangenheit nicht nachlegen oder überhaupt fliegen. Und diese zusätzliche oder höhere Ebene der Selbstwahrnehmung, die ich bei den Weltmeisterschaften hatte – also mich selbst zu verstehen –, habe ich einfach mitgenommen und irgendwie wiederholt. Ich denke, wir lernen alle, selbstbewusster zu werden, besonders beim Cop-Fliegen, was unsere Entscheidungsfindung angeht, wie kompetitiv wir sind, wie wir mit allen anderen Piloten interagieren und welches „Ich“ wir dabei mitbringen. Man macht es einfach Tag für Tag und merkt, dass es ein sehr langes Spiel ist und man sich kleine Fehler verzeiht.

[00:47:22] Ich habe bei Monroe das Gleiche gemacht. Ich dachte mir so: „Gott, bin ich das?“ Denn da war die Möglichkeit, die Meisterschaft zu gewinnen. Ich weiß, ich muss diese Person schlagen und gut genug sein, aber ist es überhaupt möglich? Und ich dachte mir dann: „Okay, gut, ich werde sanft zu mir selbst sein, mir wirklich bewusst sein, wie ich in diesem Wettbewerb antrete.“ Und bei Menarca war es genauso. Ich dachte mir: „Gott, ich hatte zwar ein paar gute Ergebnisse, aber kann ich das beibehalten?“ Und ich halte da immer wieder an das Prinzip fest, sanft zu sich selbst zu sein. Du gehörst hierher. Du weißt, was du tust. Und das sind alles National-Niveau-Wettbewerbe.

[00:48:02] **Gavin McClurg:** bei diesen Wettkämpfen. Ich glaube, da gibt es einen Teil des Verzichts auf Erwartungen, der beim Superfinal vielleicht einfacher ist. Meinen ersten Superfinal habe ich jeden Tag wirklich gut absolviert und dann hatte ich irgendwie Probleme zum Ende hin. Und ich erinnere mich, dass ich ohne Erwartungen hineingegangen bin. Ich glaube, am ersten Tag war ich 40 Minuten zu langsam, dann zwei Tage lang 30 Minuten und dann 20 Minuten. Und dann fing ich an, im Grunde einfach auf das aufzubauen, was ich erlebt hatte. Und für das hier habe ich das Gefühl, dass ich sechs oder acht oder zehn Monate Flugerfahrung als Basis habe.

[00:48:49] Und ich war während dieses Fluges sehr sanft und achtsam mit mir selbst und mir selbst gegenüber bewusst,

[00:48:54] **Galen Kirkpatrick:** aber ich gehe auch mit, sagen wir mal, 120 Piloten, die schneller oder genauso schnell fliegen wie die Spitzenreiter bei allen Wettbewerben, die ich dieses Jahr bestritten habe. Also, die Erwartungen sind hoch, habt einfach Spaß, fühlt euch privilegiert, dort zu sein, und vertraut auf die Galen, die mich hierher gebracht hat, die mich für den Superfinal qualifiziert hat. Sie wird, sie wird, ihr wisst schon, für euch da sein, und ihr geht einfach raus und habt Spaß. Aber ich habe jeden Tag ununterbrochen darüber nachgedacht. Ich visualisiere diesen mentalen Prozess von einfach, wisst ihr, ich bin hier. Ich darf hier sein. Also habt einfach Spaß und werdet nicht zu kompetitiv.

[00:49:39] Wir werden eine Show speziell mit euch machen, mit dir, Violetta, Alexia und Jenny, hoffentlich vor dem Superfinal. Also, für diejenigen, die zuhören, habe ich das ja schon angedeutet. Wir werden versuchen, das zu schaffen, bevor ihr mit diesem Rennen loslegt. Wir werden mehr darüber erfahren, aber zwei Dinge, über die ich sprechen möchte, sind dieser Schwung, den ihr Frauen gerade habt, und was das ausgelöst hat. Ich habe gesagt, wir werden eine

ganze Show dazu machen, aber ich würde mich freuen, wenn du darüber sprechen würdest, weil es wirklich aufregend ist. Und das andere, was ich gerne wissen würde, ist, dass ich dich als eine Art Schlüsselperson in unserer Community sehe, die all das ausgelöst hat. Ich bin ziemlich neu auf der Party-Seite unserer Wettbewerbe in den USA, und Violetta hat dafür zu danken, und dass – nicht diese ganz offene, sondern die davor – da passiert etwas Erstaunliches, zumindest aus meiner Perspektive mit der US-Wettbewerbsszene.

[00:50:43] Und ihr wisst, wir haben es in Menarca ganz deutlich gesehen, dass neun der Top 10 US-Piloten sind. Das ist ziemlich beeindruckend. Ich würde mich freuen, wenn du jetzt einfach so viel wie du willst über diese beiden Dinge sprechen kannst, weil es – da passiert etwas in unserer Community, an dem es wirklich aufregend ist, teilzunehmen. Und ich denke, du bist da sozusagen die Anführerin. Du bist diejenige, die das möglich gemacht hat. Ich meine, natürlich ist es eine Gemeinschaftsleistung, aber es war – es war wirklich eine wunderschöne Sache. Und ich meine, „wunderschön“ in vielen verschiedenen Weisen, das Wort umfasst vieles, aber es war eine wunderschöne Sache, Teil davon zu sein, es zu erleben und diesen massiven Wandel in unserer Community zu sehen.

[00:51:30] Ja. Also, ich würde mich nicht als ein entscheidendes Mitglied von irgendetwas bezeichnen, das wäre arrogant. Du bist eine 4,8 von fünf. Ich bin mir nicht sicher. Ich bin eher eine Drei von fünf, was die Frauenmannschaft angeht. Es war wirklich Violetta, die, weißt du, eine riesige Unterstützerin von mir war. Sie ist eine unglaubliche Person. Sie ist eine unglaubliche Pilotin. Und nach der Pandemie haben wir beide angefangen, einfach wahnsinnig viele Wettkämpfe zu bestreiten. Wir konnten im Grunde die Qualifikation für die Webcups schaffen. Und so sind wir uns richtig nahegekommen und haben uns gegenseitig unterstützt, während wir herausgefunden haben, wie wir so gut wie möglich fliegen können. Und dann auch mit Alexia und Jenny, die etwas neuer sind oder weniger Rennen bestritten haben, aber auf der Weltbühne auch einfach unglaublich abliefern und den US-Frauen vielleicht ein kleines bisschen an Ruf verschaffen, wovon ich gehört habe.

[00:52:31] Es ist wirklich cool. Und ich denke, wo wir gerade stehen, ist, dass wir anfangen, uns zu organisieren und zusammenzuarbeiten – und das ist noch ganz am Anfang. Wir reden ja in der Show ständig über das Teamwork und die Kameradschaft der Franzosen, und du hast das auch oft angedeutet. Die Realität ist einfach, dass das US-Fliegen, das US-Wettbewerbsfliegen und die Piloten irgendwie eine gewisse Cowboy-Natur haben. Ich habe das Gefühl, dass Violetta und ich zumindest durch das hindurchgekommen sind.

[00:53:03] **Gavin McClurg:** ein System, in dem bisher jeder für sich selbst war. Es gab diesen Fokus auf das Zusammenarbeiten nicht. Und Mann, du weißt, die fünf oder zehn besten Piloten der Welt, alle anderen und das Comp-Fliegen im Allgemeinen – da musst du zusammenarbeiten. Deine Fähigkeit zur Zusammenarbeit wird dein Comp-Fliegen entweder zum Erfolg führen oder dich scheitern lassen. Wir sind da durchgegangen. Und ich denke, Alexia und Jenny sind auch zu unglaublichen Piloten geworden, auf ihre eigene Faust. Unabhängig haben wir diese Leistungsfähigkeit gefunden, auf die wir zugreifen können. Was wir also versuchen, ist nicht zu replizieren, was die Franzosen oder jedes andere Team haben. Mazedonien hat ein unglaubliches Teamgefüge, die Deutschen, du weißt schon – wir versuchen zu sagen: „Mann, wenn wir das alleine geschafft haben, was könnten wir erreichen, wenn wir zusammenarbeiten?“

[00:54:03] Oder wenn wir uns gegenseitig unterstützen? Wenn wir uns sehen wollen oder wenn wir uns gemeinsam auf das Gesamtranking, das Podium, bringen wollen – was können wir tun, um das zu unterstützen? Wie können wir uns gegenseitig aufbauen und unterstützen? Und wieder einmal, das steckt noch in den Kinderschuhen; wir haben ein paar Tage zusammen geflogen und lernen gerade, wie wir miteinander kommunizieren und uns vertrauen. Ja, es ist einfach total aufregend, weil jede Frau etwas ganz anderes ins Team einbringt; wir haben alle auf unterschiedliche Weise gekämpft, um wirklich schnell gut zu werden. Und wir standen alle vor anderen Herausforderungen in unserem Leben auf dem Boden, die dazu geführt haben, dass wir das hier machen können. Und wir haben alle viel Liebe und Respekt füreinander. Also ist es so: Wahnsinn, wenn wir uns integrieren und gegenseitig unterstützen, was ist alles möglich?

[00:54:51] Und es fühlt sich einfach, wisst ihr, aufregend an. Ja. Und wir freuen uns, hier im Podcast zu sein. Und dann

[00:54:58] **Galen Kirkpatrick:** Ich habe die zweite Frage, die du gestellt hast – ging es dabei um die Teams oder um die US-Comp-Szene, die eher...

[00:55:07] **Gavin McClurg:** zusammengehörigeren

[00:55:08] **Galen Kirkpatrick:** Gemeinschaft? Vielleicht sogar noch mehr. Ja. Es scheint, als hätte sich in unserer Community etwas verschoben, das Ergebnisse, Leistung, Begeisterung und den Ehrgeiz inspiriert und vorangetrieben hat. Und, wisst ihr, zum ersten Mal seit Ewigkeiten kommen junge Leute in den Sport, die wirklich gut und wirklich schnell sind. Und, wisst ihr, das ist, und es scheint mir, dass das eine verbindende Sache, der Kleber dabei, die Partys am Ende des Wettkampfs sind. Ihr teilt diese ziemlich radikale Erfahrung während der Woche. Wisst ihr, ihr gebt euch alle ein bisschen aus dem Weg und dann dürft ihr die ganze Nacht lang um euch kuscheln.

[00:55:55] Und ich weiß nicht, übertreibe ich das oder es scheint mir einfach, dass das ein großer Teil des kollektiven Erfolgs ist. Ja. Ich meine, ich denke, es wird im Wettkampf-Fliegen oder beim Task-Fliegen viel darüber gesprochen, zusammenzuarbeiten. Und besonders wenn, bevor du losziehst, um deine eigenen Entscheidungen zu treffen, du mit einer Gruppe von Leuten zusammenarbeitest. Und ich sehe das Wettkampf-Fliegen oder Task-Fliegen als ein soziales Spiel. Primär hat fast jeder ein ähnliches Wissen und ein ähnliches Set an Fähigkeiten. Es gibt nur sehr wenig, was das unterscheidet, aber es ist deine Fähigkeit, mit anderen zu interagieren. Und deshalb denke ich, dass das Wissen, dass du am letzten Abend des Wettkampfs mit all deinen Freunden abhängen und dich umarmen kannst, oder die Erfahrung, sie zu lieben, die Leute zu lieben, mit denen du antrittst, und sie zu unterstützen, dich nur noch besser im Fliegen machen wird.

[00:56:57] Weißt du, es ist wie Teil einer Gemeinschaft zu sein und gemeinsame Ziele zu haben. Und da ist auch, ich denke, da ist diese Art von, aber es gibt auch einfach die Tatsache, dass viele US-Piloten in den letzten paar Jahren viel High-Level-Racing auf der ganzen Welt gemacht haben. Und ich denke, das ist, ich denke, weißt du, und so kennen wir uns viel besser und wir wissen, welche Art von Entscheidungen wir treffen werden, und wir fühlen uns unterstützt. Weißt du, wenn du in einer Gruppe von Leuten fliegst und gegen jeden einzelnen von ihnen kämpfst, das ist viel zusätzliche Energie, und mit egoistischer, rücksichtsloser Wettbewerbslust kann man nur bis zu einem gewissen Grad etwas erreichen. Und vielleicht ist das das, was man braucht, um Weltmeister zu werden oder auf höchstem Niveau zu fliegen oder dorthin zu gelangen.

[00:57:44] Jeden Tag den ersten Platz belegen. Ich weiß nicht, aber um wirklich, wirklich gut zu fliegen, willst du keine Energie verschwenden, indem du dich mit anderen zerstreitest. Und ich denke, man selbst zu sein und einfach seine eigene Persönlichkeit zu zeigen, ist wirklich wichtig. Ich weiß, dass du ein großer Fan davon bist. Und wenn ich für irgendetwas ein wichtiges Beispiel bin, dann vielleicht einfach dafür, sich selbst voll und ganz anzunehmen und man selbst zu bleiben, selbst wenn es widersprüchliche Stimmen gibt oder wenn man einfach nur existiert – es ist eine Kunst zu existieren und das Leben zu leben, das Leben ist Kunst. Und ich zögere, das über mich selbst zu sagen, aber ich denke, oder ich habe von Leuten gehört, dass sie mich bewundern, weil ich ich selbst bin, und dass sie sich dadurch erlaubt fühlen, auch sie selbst zu sein. Denn wenn du vorhast, dich auszudrücken, wirst du es nicht tun können, wenn du es nicht tust.

[00:58:44] Und deshalb halte ich es für sehr wichtig, dass man über die entsprechenden Fähigkeiten verfügt. Ich habe viele Piloten bewundert, die sehr authentisch sind. Ja. Ich weiß nicht, ich denke, es ist eine gegenseitige Liebe und ein Respekt, den wir füreinander haben.

[00:58:54] **Gavin McClurg:** einander. Und das ist ein sehr schöner Abschluss. Galen, du bist ein Schatz. Vielen Dank, dass du das alles mit uns geteilt hast. Ich wünsche dir und den Mädels viel Glück beim Superfinal. Ich kann es kaum erwarten, zuzusehen. Es wird wirklich spannend. Ihr erreicht gerade alle so einen unglaublichen Höhepunkt, was wirklich toll war, aber danke. Vielen Dank, Gavin. Ja. Wir werden dich vermissen, aber wir freuen uns darauf, wieder mit dir zu sprechen. Perfekt. Wenn euch das cloud-basierte Chaos gefällt, könnt ihr uns auf viele verschiedene Arten unterstützen. Ihr könnt uns auf iTunes oder Stitcher – oder wo auch immer ihr euren Podcast hört – eine Bewertung geben, was sehr viel hilft und die Verbreitung fördert. Ihr könnt darüber auf eurer eigenen Website bloggen oder es in den sozialen Medien teilen. Ihr könnt beim Weg zum Launch mit euren Pilot-Freunden darüber sprechen. Ich weiß, dass so viele interessante Gespräche auf diese Weise entstanden sind. Und natürlich könnt ihr uns finanziell unterstützen.

[00:59:40] 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, haben wir nur jemals um einen Dollar pro Folge gebeten. Das

könnt ihr über eine einmalige Spende via PayPal tun oder ihr könnt einrichten...

[00:59:55] **Galen Kirkpatrick:** ein Abonnement-Service, der euch für jede Folge berechnet, die erscheint. Wir veröffentlichen alle zwei Wochen eine neue Folge. Wenn ihr also einen Dollar pro Folge zahlt, wären das alle zwei Wochen etwa 25 Dollar im Jahr. Das ist viel günstiger als ein Magazin-Abo. Und es macht das alles erst möglich. Ich möchte diese Show nicht durch Werbung oder Sponsoren finanzieren. Wir werden das ziemlich oft 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 dort die Möglichkeiten zur Unterstützung.

[01:00:41] Das geht über patreon.com/cloud-based-mayhem. Wenn ihr ein wiederkehrendes Abonnement wollt, könnt ihr das auch direkt über die Website machen. Wir haben versucht, es wirklich einfach zu gestalten, und das gibt euch Zugriff auf all die Bonusmaterialien, den kleinen Videocast, den wir machen, und die extra kleinen Schnipsel, die wir in Gesprächen finden, die nicht in die Hauptshow kommen, von denen wir aber finden, dass ihr sie hören solltet. Wir stellen nichts davon hinter eine Paywall. Wenn ihr euch den Support nicht leisten könnt, lasst es mich einfach wissen. Dann richte ich euch ein Konto ein. Natürlich wäre das lebenslang 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 oder Hüte oder irgendwas gekauft haben, sollten bereits eingerichtet sein. Ihr solltet ein Konto haben.

[01:01:26] Ihr solltet jetzt auf all diese Bonusinhalte zugreifen können. Vielen Dank fürs Zuhören. Ich schätze eure Unterstützung sehr und wir sehen uns in der nächsten Folge. Danke

[01:01:34] **Gavin McClurg:** Danke.