Notre guide pour faire du parapente à Lanzarote

Depuis que j'ai volé pour la première fois en parapente en Colombie, je regarde souvent les possibilités de faire du parapente dans les destinations que je visite. C'est un moyen accessible et très paisible de découvrir le paysage de manière sensationnelle. Alors quand je suis arrivée aux Canaries, je n'ai pas dérogé à la règle et j'ai vite chercher un prestataire pour faire du parapente à Lanzarote.

Car Lanzarote regroupe selon moi les meilleurs spots de parapente des Canaries. Dans ce ce guide, je vous livre les plus beaux lieux de décollage, et les meilleurs prestataires pour un baptême de parapente à Lanzarote.

J'aime la sensation d'humilité que le parapente procure, l'impression durant un instant de tutoyer le ressenti des oiseaux. Il y a aussi comme une sorte de magie mystérieuse qui opère quand j'observe le pilote sentir les courants et jouer avec.

Pourquoi faire du parapente à Lanzarote ? Quelle est la meilleure période pour voler à Lanzarote ?

Lanzarote est une ile des Canaries qui jouit d'une belle météo tout au long de l'année, avec une température agréable autour de 22 à 25 °. Cette douceur est apportée par les vents alizés qui nous intéressent tout particulièrement pour la pratique du parapente.

Ils offrent en effet des opportunités là encore toute l'année pour voler en différents endroits de Lanzarote. Sur un petit territoire, il y a une diversité de spots pour tous les niveaux, que vous souhaitiez faire un baptême de parapente à Lanzarote, voler en biplace ou en autonomie.

Pour les débutants, il y a des spots avec des départs très faciles où il n'y a pas besoin de s'élancer ou de courir beaucoup, le vent vous soulève tout en douceur.

Pour les plus expérimentés, les thermiques de l'île permettent de faire des vols très longs en suivant la côte. Je ne suis pas experte mais mon instructeur de parapente trouvait ça super cool et assez unique.

En été, les vents peuvent être un peu forts, les conditions optimales pour faire du parapente à Lanzarote se situent donc entre septembre et avril.

Quels sont les meilleurs spots de parapente à Lanzarote ?

Je le disais plus haut, il y a de nombreux spots de parapente à Lanzarote. Avant d'en faire la liste, je tiens d'abord à vous préciser que si vous venez pour voler en biplace (en tandem), vous ne pourrez pas choisir le spot. Ce sera le pilote qui décidera en fonction du degré de difficulté et des conditions météorologiques. Si vous volez en autonomie et que vous faites appel à un guide, il y aura peut être plus de lattitude sur le choix du spot.

J'ai classé les spots de vol en parapente à Lanzarote selon le niveau croissant de difficulté :

- Mirador del rio : site facile à une altitude de 430 mètres qui offre des panoramas incroyables sur l'œuvre de Cesar Manrique et la Graciosa
- Mala : sur la côte est, possible pour différents niveaux, grande piste de décollage et plusieurs options pour atterrir

- Chimidas : orientation ouest-nord-ouest / Départ rochers de Famara / Paysages de falaises / Atterrissage sur la plage de Famara. Un des spots très plébiscités de parapente à Lanzarote et on comprend vu la beauté du cadre.
- Famara (plusieurs spots)
- Las Nieves : proche de Famara, avec des vols au dessus des falaises, magnifique aussi et de niveau facile

- La asomada : à côté de la Geria, des vols qui donnent un aperçu des paysages volcaniques du parc national de Timanfaya
- Tenesar : vol au dessus du parc de Timanfaya avec vue sur la mer
- El cuchillo : pour voler au-dessus de paysages volcaniques.
- Playa Quemada : au sud-est de l'île, c'est le spot que j'ai testé. On part d'une petite colline proche de la plage et on survole une étendue aride ainsi que la mer et le littoral. On peut épier ceux qui se dorent la pilule en contrebas. Très impressionnant de voler au dessus de l'eau.
- Playa de Orzola : un site pour les parapentistes plus expérimentés. De beaux panoramas sur l'île de la Graciosa.
- Femes : spot de parapente à Lanzarote très technique réservé aux parapentistes avancés.

Comment choisir son prestataire pour un vol en parapente ? Nos recommandations

Bien choisir son prestataire

La parapente reste une activité sûre si elle est pratiquée par des prestataires sérieux. On peut cependant avoir des appréhensions légitimes, c'est donc très important de choisir un prestataire qualifié et avec qui on se sentira à l'aise.

Si vous réservez à l'avance (presque indispensable), je vous recommande :

- De bien lire ce qui est proposé par le prestataire
- De privilégier une plateforme de réservation telle que getyourguide pour regarder la note et les commentaires des anciens clients – Cela vous donnera une idée du comportement des pilotes et leur ressenti

Si vous réservez sur place :

- Rendez-vous au bureau du prestataire pour avoir des informations

- Posez toutes les questions nécessaires – un prestataire engagé prendra le temps d'y répondre et de vous rassurer – Il doit aussi vous fournir des informations claires
- Privilégiez le hors saison, sinon vous risquez de vous retrouver devant un carnet de vol déjà complet…

Mon expérience de vol en parapente en tandem à Lanzarote

J'ai eu la bonne surprise lors de mon voyage à Lanzarote de découvrir que l'île était propice à la pratique du parapente. Selon les saisons et la direction du vent, les instructeurs choisissent des spots différents. Pour les baptêmes en parapente, Tenesar et la playa Quemada sont les sites les plus fréquents.

Pour moi, il ne s'agit pas d'un baptême de parapente car j'ai déjà eu l'occasion de voler, je connais les sensations et je sais un peu ce qui m'attend. Je rejoins donc Miguel de Abubila paragliding sans appréhension particulière. La communication en amont s'est bien passée, Miguel m'a communiqué toutes les informations nécessaires pour que je sois à l'aise. Je le rejoins à la playa Quemada (habituellement, c'est plutôt Tenesor). Une fois la voiture garée, je n'ai pas beaucoup à marcher pour rejoindre le sommet d'une petite colline au bord de la mer.

Il ne s'agit pas d'une falaise mais plutôt d'un point élevé arrondi. Il n'y a donc pas à sauter dans le vide pour décoller ce qui peut grandement rassurer les débutants. Pour mon premier vol en Colombie, j'avais du courir quelques pas avant de sauter dans le vide et c'était tout de même impressionnant.

Là c'est complètement différent, car une fois équipés et les voiles bien disposées, nous n'avons eu que quelques pas à faire pour que le vent s'engouffre dedans et nous soulève délicatement.

Dès lors, une large étendue pelée et orange s'est dévoilée sous mes yeux. Puis, nous avons longé le littoral, contemplant ses moindres reliefs.

Depuis le ciel, nous découvrons des petites criques bien cachées appréciées des naturistes. J'ai trouvé cela insolite d'apercevoir des monsieurs tous nus en parapente, une sorte de voyeurisme aérien.

Passé ce moment incongru, je retrouve les mêmes sensations de sérénité ressenties lors de mon premier vol. J'apprécie le calme et la communion avec le vent. Le pilote est pour moi un magicien, il lit le vent, s'allie avec lui pour nous faire voler. Cette lecture du vent me fascine et je profite des moindres secondes du vol.

Miguel est un passionné, durant tout le vol il a pu m'expliquer les manœuvres et partager avec moi son amour du parapente. C'était très agréable d'échanger avec lui et je me suis sentie complètement en sécurité avec lui.

Informations et réservations parapente à Lanzarote avec Abubila – vol découverte 20 min ou adrenaline 45 min (disponible selon meteo et période de l'année) – guide francophone

---

NB : le lieu du vol peut varier selon la météo, il s'agit généralement de caserio tenesor, avec de magnifiques paysages sur le parc de Timanfaya, plus beaux encore que le vol que j'ai fait.

Quel est le coût d'un vol en parapente à Lanzarote ?

En 2026, les tarifs sont les suivants

- Vol découverte (20 min) : 120 € (photos/vidéos en option – guide francophone) – départ Caseiro Tenesar

- Vol adrénaline (25 min) : 170 € – vol avec manœuvres acrobatiques (photos/vidéos en option) – départ Tenesar

Ces tarifs incluent bien entendu tout le matériel (harnais, casque) ainsi que la prise de photos et vidéos qui vous seront remises à l'issue du vol.

Les différents prestataires de parapente proposent aussi des stages pour apprendre à voler en autonomie. Lanzarote offre un magnifique cadre pour s'initier à cette pratique.

Mes conseils pratiques pour bien préparer votre vol en parapente à Lanzarote (accompagné en biplace)

Si vous volez en biplace, vous n'aurez pas à vous soucier de grand chose. C'est l'instructeur qui vérifiera les conditions météo, les vents disponibles et choisira en conséquence le spot pour votre baptême de parapente à Lanzarote (premier vol) ou vol accompagné.

Comment s'équiper pour son vol en parapente ?

Pour le vol, je vous recommande de porter une tenue de sport confortable. On évite de venir en maillot de bain direct de la plage. Il est important de pouvoir se protéger du vent (pour ne pas avoir froid) ainsi que du soleil. Je vous conseille donc des vêtements couvrants (manches longues) en plusieurs couches (pour pouvoir adapter votre tenue selon la température). Un coupe vent ou un pull sont à prévoir au dessus de votre tee shirt. Prenez aussi des lunettes de soleil et des baskets (utiles pour le décollage et l'atterrissage).

Si vous souhaitez prendre votre appareil photo ou téléphone, vérifiez avec votre instructeur que cela ne pose pas de problème et que vous avez les accessoires nécessaires pour ne pas le perdre en cours de route.

La tête de Seb, presque rassuré pour son premier vol en Colombie…

Faut-il être sportif pour faire du parapente ?

Il n'y a pas besoin d'avoir une forme particulière pour faire du parapente. Le décollage et l'atterrissage peuvent se faire tout en douceur et ne nécessitent pas d'aptitudes particulières.

Quid du vertige en parapente

Si vous êtes sujet au vertige, sachez que ce n'est pas incompatible avec le parapente. Seb a le vertige, mais celui-ci n'est pas du tout présent en parapente, car les pieds ne touchent pas le sol et on est assis, bien harnaché. Certes, une fois dans les airs ça reste impressionnant, mais pas plus que pour quelqu'un qui ne souffre pas du vertige.

Parapente et mal des transports, que faire ?

En vol, vous pouvez aussi avoir des sensations de mal des transports qui apparaissent si le vol dure longtemps ou s'il est un peu mouvementé. Si vous avez tendance à avoir le mal des transports, n'hésitez pas à le signaler en amont ou lors du vol au pilote, il pourra adapter sa conduite en fonction voire écouter le vol si nécessaire. Vous pouvez également prendre un médicament pour le mal de mer en amont du vol.

Quelle durée pour un premier vol ?

Pour un premier vol, je conseille de ne pas dépasser 20 min en l'air ! Ce n'est pas si court quand on est dans les airs pour la première fois. Cela vous permettra déjà de vous familiariser avec la discipline et de dompter vos sensations.

Bien rester en communication avec votre accompagnateur

Le pilote est là pour vous faire vivre une belle expérience, il est donc primordial de rester en communication avec lui, de lui poser toutes les questions nécessaires ou de lui signaler toutes vos sensations ou craintes. Il ne faut pas hésiter à verbaliser sa peur ou un mal des transports par exemple.

Cela permettra au pilote d'adapter sa conduite. Idem, si votre accompagnateur vous propose de faire des acrobaties (petite vrille etc…) sentez vous libre d'accepter ou de refuser selon vos envies. Il n'y a rien d'obligatoire.

Restez flexible !

Soyez flexible et conscient qu'un vol en parapente dépend des conditions météo, le prestataire vous préviendra 1 ou 2 jours à l'avance pour confirmer ou reporter le vol. C'est donc bien d'être assez souple dans son itinéraire pour pouvoir reporter si le vent ne se pointe pas au bon moment. Ne prévoyez donc pas votre vol le dernier jour de votre séjour.

Profiter du moment présent

Une fois en l'air, le temps va passer vite alors profitez de chaque instant, respirez à fond tout en contemplant le paysage qui se dévoile différemment. Vous serez peut être tenté de vouloir tout capturer en faisant des photos ou vidéos, mais ne passez pas tout votre vol à cela, au risque de passer à côté de l'expérience.

De plus, de nombreux prestataires proposent de fournir photos et vidéos de la séance. Faites leur confiance, ils ont l'habitude et vous permettront d'avoir un souvenir tout en profitant à fond de l'instant.

Réserver un vol découverte en parapente (20 min)
Réserver un vol avec moniteur en tandem (40 min)

Ces vols peuvent s'effectuer avec un moniteur francophone

Mes conseils si vous volez en parapente à Lanzarote en indépendant

Se renseigner sur les conditions locales de vol

Si vous venez pour faire du parapente par vous même en indépendant, même si vous êtes expérimenté dans la discipline et que vous avez repéré des spots, il est nécessaire de se rapprocher tout de même de parapentistes locaux pour qu'ils puissent partager leurs expériences sur les conditions singulières de l'île de Lanzarote et les écueils à éviter.

Faire appel à un guide pour optimiser ses vols

Même si vous volez en autonomie, il peut être utile d'être guidé par un pilote local et bénéficier également de la logistique (matériel éventuel, système de navette) qui peut grandement faciliter votre organisation et vous permettre de voler dans les meilleures conditions. Si vous êtes accompagnés par un prestataire, l'assurance est en général incluse (pensez à vérifier).

Renseignez-vous aussi sur les réglementations locales. Certains spots peuvent être interdits selon les périodes afin de respecter la tranquillité de certaines espèces.

Ne pas négliger l’assurance spécifique liée à la pratique du parapente

Si vous faites du parapente complètement en autonomie sans guide, il est indispensable que vous soyez assuré spécifiquement pour ce genre d’activité. Vérifier dans donc que l’assurance choisie pour votre voyage inclus ce type de pratique considérée à risque.

Pour préparer votre séjour à Lanzarote et aux Canaries, lisez nos différents guides :

Notre itinéraire à Lanzarote
Louer une voiture à Lanzarote
Observer les dauphins à Lanzarote
Découvrir Fuerteventura, l’île voisine de Lanzarote
Quelle île des Canaries choisir ?