

<https://ciras.ac-normandie.fr/spip.php?article211>



ACADÉMIE
DE NORMANDIE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Comité d'Initiation Régional à l'Aéronautique
et au Spatial

Décollage vers l'ISS de Sophie ADENOT, astronaute française !

- Actualités -



Date de mise en ligne : mardi 17 février 2026

Copyright © Comité d'Initiation Régional à l'Aéronautique et au Spatial de
Normandie - Tous droits réservés

De la voilure tournante à la micropesanteur : l'espace au présent.

Futurs pilotes et passionnés du BIA, levez les yeux ! Ce n'est plus un projet, c'est une réalité : Sophie Adenot est actuellement à bord de la Station Spatiale Internationale (ISS). Elle est la deuxième Française de l'histoire, après Claudie Haigneré, à habiter et travailler à 400 km au-dessus de nos têtes.



L'expertise de la pilote d'essai au service de la science

Avant de dompter le vide spatial, Sophie ADENOT a maîtrisé l'atmosphère. Pour vous qui étudiez l'Étude des aéronefs, son parcours est une mine d'or. Ancienne lieutenant colonelle et première femme pilote d'essai d'hélicoptères en France, elle applique aujourd'hui en orbite la rigueur apprise aux commandes du Caracal.

- De l'hélico au vaisseau : Si le pilotage d'un hélicoptère demande une coordination parfaite (pas cyclique, collectif, palonniers), la gestion des systèmes de l'**ISS** exige une discipline scientifique absolue.
- Mécanique du vol spatiale : Sophie ne navigue plus en **VFR** (vol à vue) ! Elle évolue à 28 000 km/h. À cette vitesse, on ne parle plus de portance mais de mécanique orbitale et de force centrifuge pour rester en équilibre autour de la Terre.



Une mission au-delà des nuages

Depuis son arrivée, Sophie ADENOT enchaîne les expériences scientifiques. Sa mission est cruciale pour préparer les futures étapes de l'exploration humaine, notamment vers la Lune (programme Artemis).

Ce que cela peut vous apporter pour vos révisions et approfondissement du **BIA** :

- Météorologie : Alors que vous étudiez les fronts et les nuages, Sophie les observe d'en haut, offrant une vue globale sur les phénomènes thermodynamiques de notre atmosphère.
- Navigation : Pour elle, le "nord" n'a plus la même définition. Son positionnement repose sur des calculs de trajectoires balistiques complexes.



Le message pour la génération **BIA**

Sophie Adenot prouve que la passerelle entre l'aviation légère, l'Armée de l'Air et le spatial est bien réelle. Les bases que vous apprenez aujourd'hui - portance, traînée, météo, navigation - sont les fondations mêmes de son métier d'astronaute.

"Le cockpit d'un avion est une excellente école pour le siège d'une capsule spatiale."

Carnet de bord de la mission :

Localisation : Orbite terrestre basse (LEO)

Altitude : Environ 400 km

Vitesse : 7,6 km/s (soit un tour de Terre en 90 min)

Statut : Opérationnelle - Expériences en micropesanteur

Voici le lien pour revoir à loisir le décollage :

<https://cnes.fr/evenements/mission-crew-12-sophie-adenot-route-vers-liss>

Crédit photos ESA.