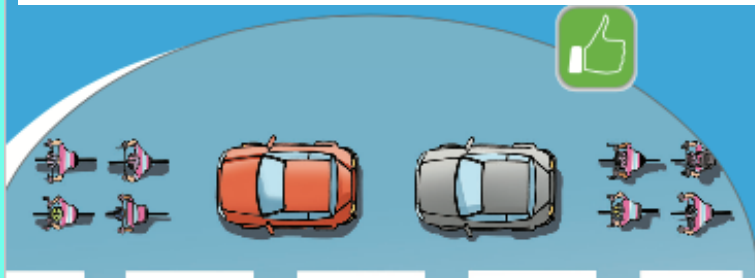




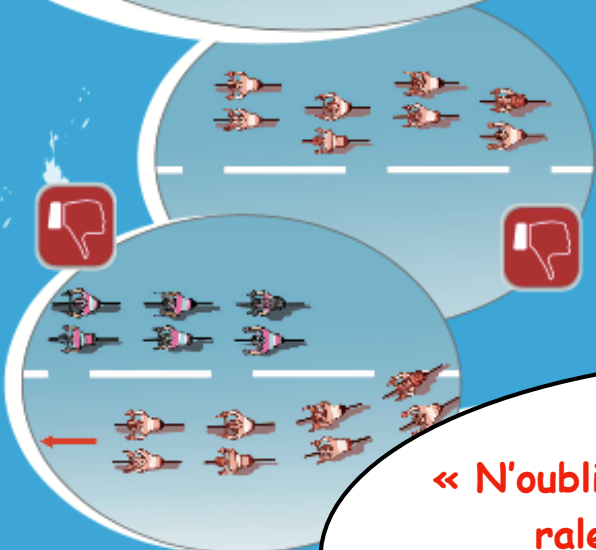
LES
BONS
REFLEXES
POUR
ROULER
EN
SECURITE

Savoir rouler en groupe

Rouler à deux de front est autorisé, mais le passage en simple file simple file s'impose



Scindez-vous en sous-groupes de 4 à 8 cyclistes



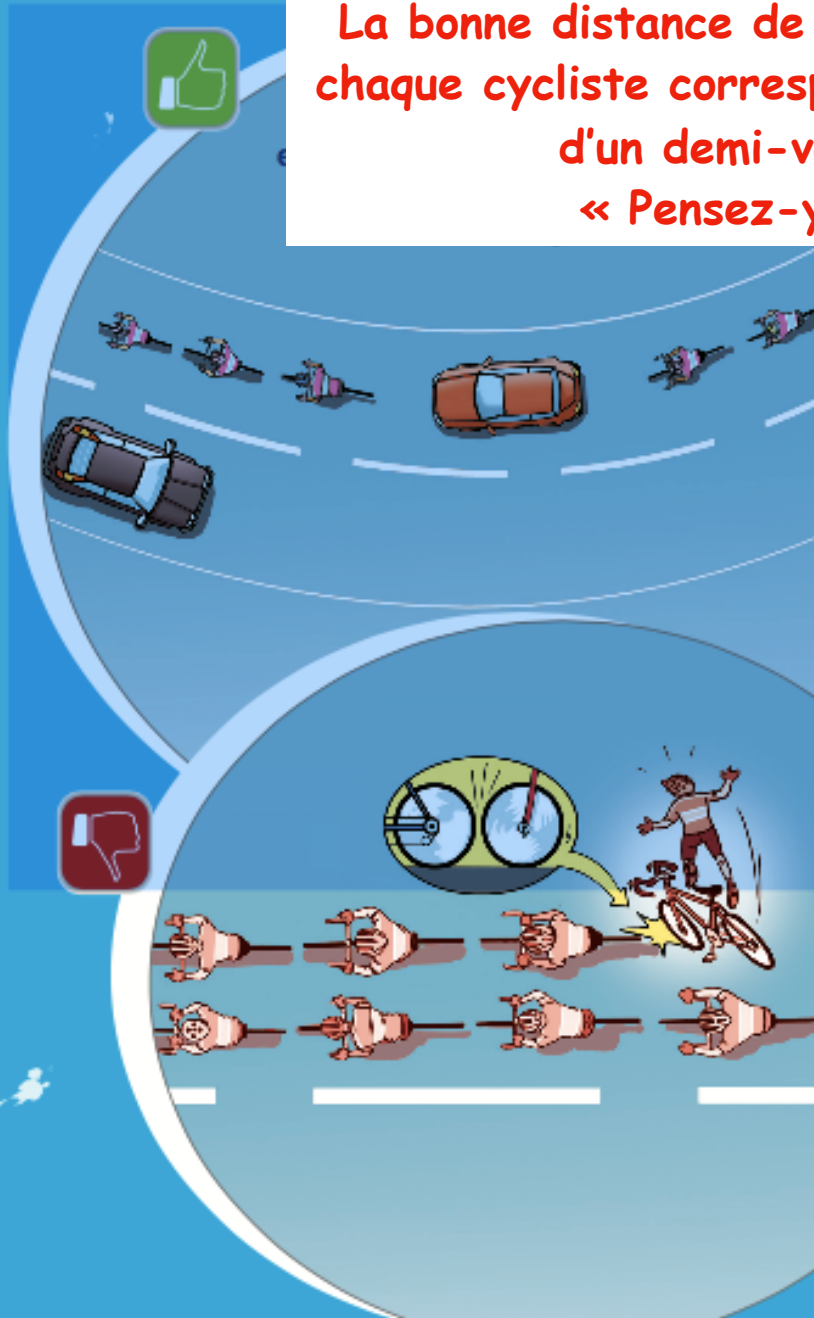
- A la tombée de la nuit ou par manque de visibilité.
- Lorsqu'un véhicule volant dépasser annonce son approche.
- Quand les conditions de circulation l'exige

- Laissez la place pour 2 voitures entre chaque groupes

« N'oublier pas de prévenir en cas de ralentissement, d'obstacles, de piétons, de cyclistes ou d'animaux venant de devant ou de derrière. »

Se Positionner Dans le groupe

La bonne distance de sécurité entre chaque cycliste correspond à l'espace d'un demi-vélo.
« Pensez-y »



70 % des chutes
proviennent
d'un manque de vigilance
dans le groupe.

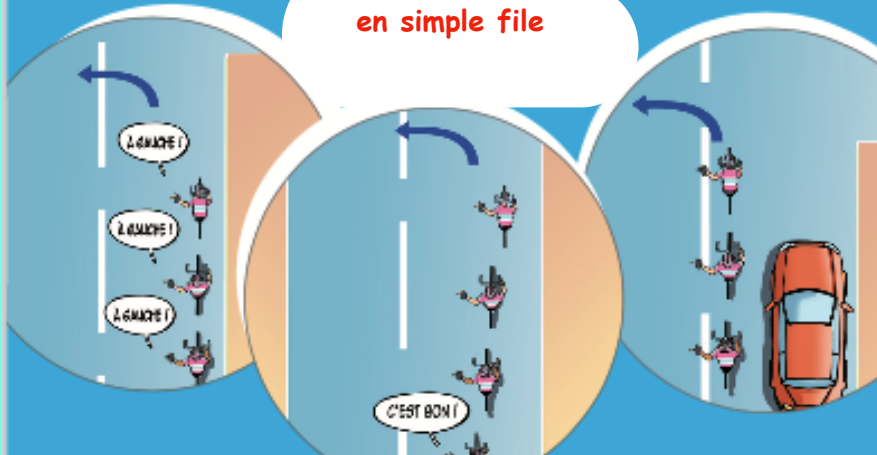
**APPLIQUER LE VERBAL
ET LA GESTUELLE**

**En situation de
« TOURNER A GAUCHE »**

**Le groupe
en double file**



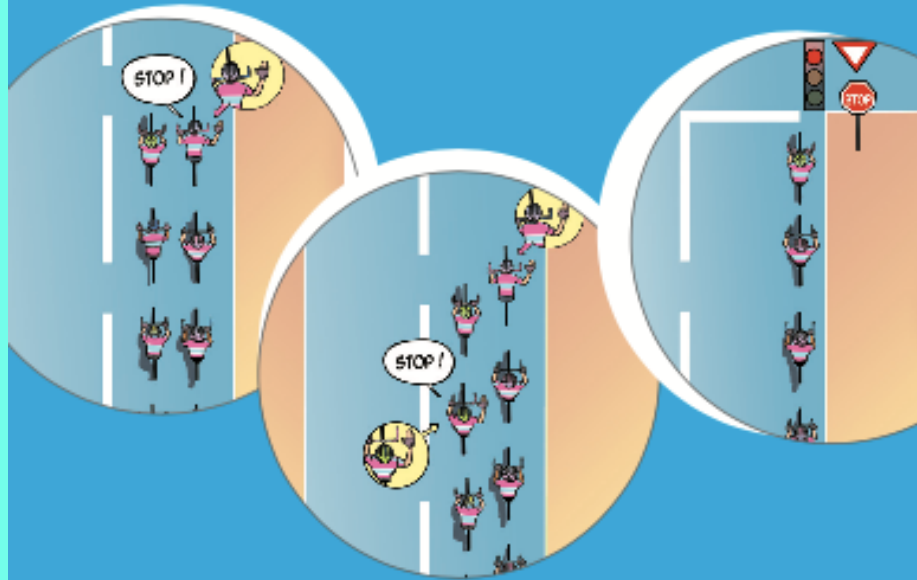
**Le groupe
en simple file**



**Le premier de la file tend le
bras et crie « A gauche ».
Les suivants passent le message.
Après un coup d'oeil 👁 en arrière, le groupe
se déporte à gauche, tout en laissant la
voie de libre pour les voitures.**

AU STOP, CÉPEZ LE PASSAGE, FEU ORANGE, FEU ROUGE

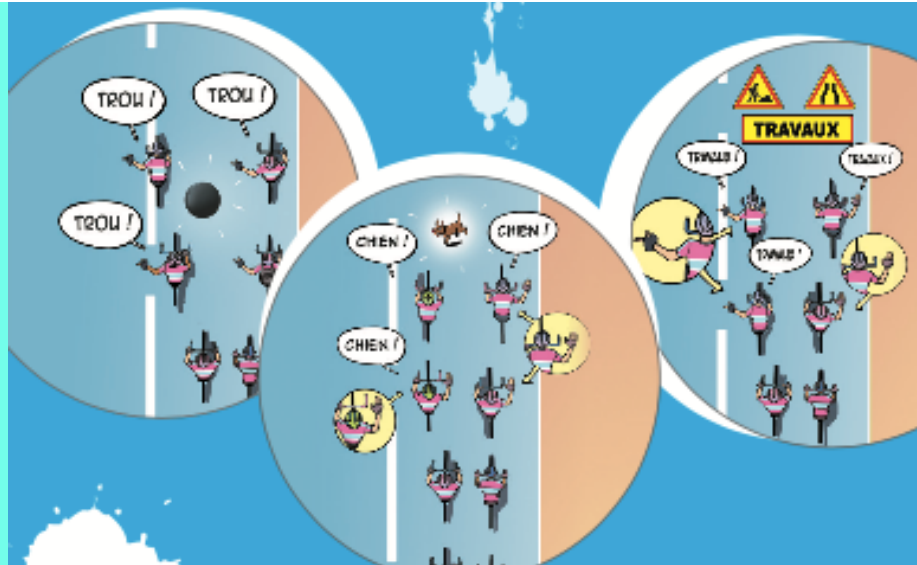
Le 1^{er} de la file lève le bras et crie « Stop ! ». Les suivants passent le message. Tous s'arrêtent sur la chaussée en file.



Le premier de la file lève le bras et crie « STOP ». Les suivants passent le message. Tous s'arrêtent sur la chaussée sur une seule file

LORS DE TRAVERSÉES INATTENDUES OU DE TRAVAUX

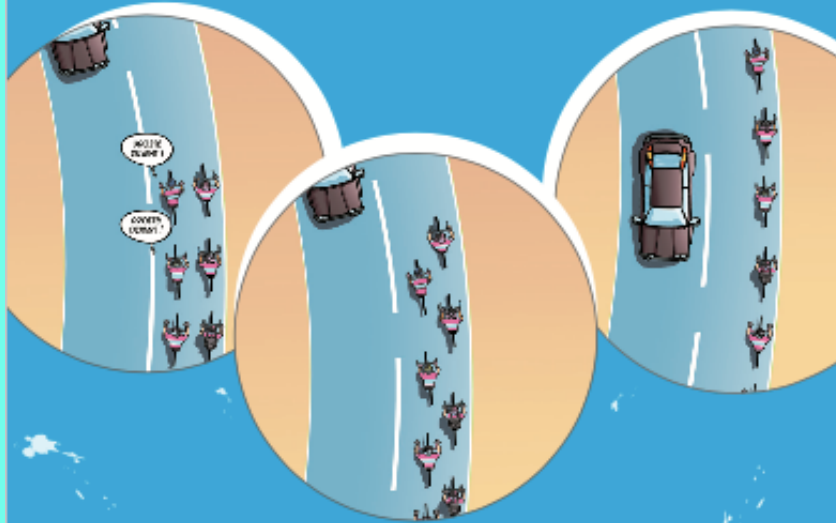
IL SUFFIT D'UN SIMPLE GESTE, D'UNE PAROLE POUR QU'UN ACCIDENT SOIT EVITE



Des travaux, un chien qui traverse, un trou dans la chaussée : Levez le bras du côté du danger

QUAND LE DANGER VIENT DE DEVANT EN FONCTION DU PROFIL DE LA ROUTE

(route étroite, manque de visibilité,
circulation importante)



Le 1er qui entend ou voit un obstacle crie
« Droite devant ».

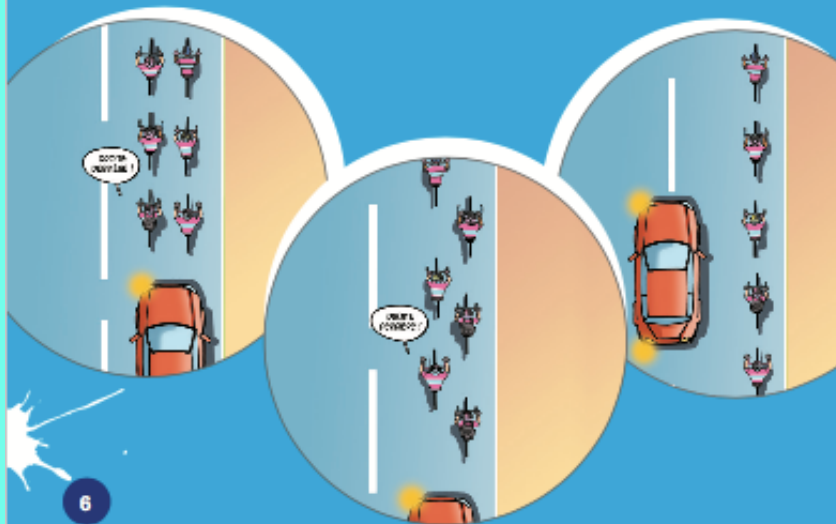
Il fait passer le message au suivant.
Le groupe se met sur une file.

La file de gauche ralentit. La file de droite
avance et laisse un espace.

La file de gauche peut ainsi s'intercaler.

QUAND LE DANGER VIENT DE DERRIÈRE

Le 1^{er} qui entend ou voit un obstacle crie « Droite derrière ! ». Le groupe se met sur une file. La file de gauche avance. La file de droite ralentit et laisse un espace. La file de gauche peut s'intercaler.



Le 1er qui entend ou voit un obstacle crie
« Droite derrière »

Le groupe se met sur une file.

La file de gauche avance.

La file de droite ralentit et laisse un espace.

La file de gauche peut s'intercaler.

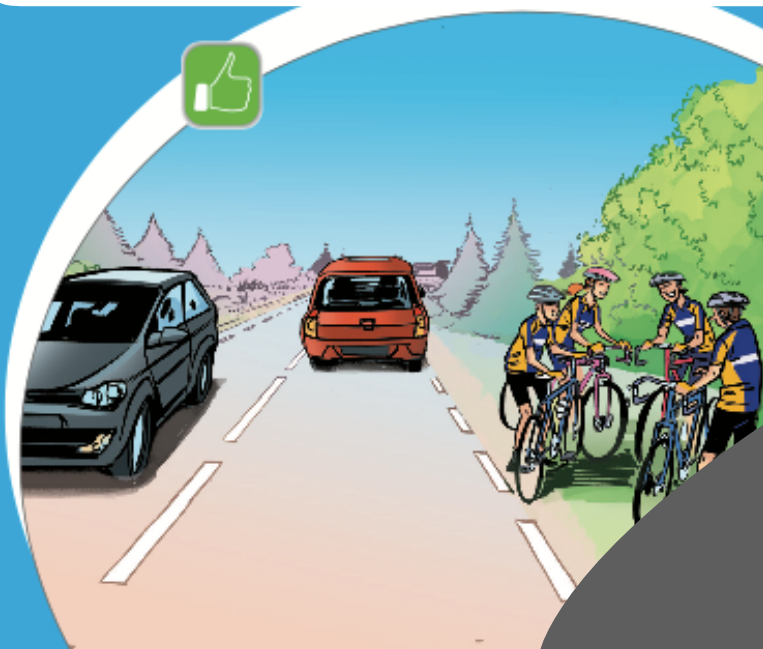
**LA SÉCURITÉ,
C'EST VOTRE PRIORITÉ !**

Pour une pratique durable
et pour un comportement citoyen :

- respectez le code de la route
- respectez les autres usagers
- respectez l'environnement
- respectez les consigne de l'organisateur

RAPPEL !

Aucun arrêt sur la chaussée, toujours sur le côté de la route



La

Sécurité

c'est notre

Priorité

