



LA SECURITE VELO SUR LA ROUTE

PETIT GUIDE DES BONNES PRATIQUES

Hubert Piot & Alain Convard, le 03 juin 2022

***La sécurité, c'est d'abord l'affaire de tous
et donc, de chacun.***

*Merci d'être vigilant et d'avoir en
permanence un comportement routier sans
risque pour vous-même et ... pour les autres*



***Vous êtes responsable de votre
comportement sur la route***

Alain CONVARD

Ce guide n'est pas un référentiel ni un règlement; il n'a pas la prétention d'être exhaustif.

Sa vocation est simplement de rappeler quelques règles élémentaires de bonnes pratiques lors des sorties cyclotourisme de l'association



Alain CONVARD

LA SECURITE EN VELO, SEUL ET EN GROUPE C' EST L' AFFAIRE DE TOUS

Source : F F C T (site « ffvelo.fr », onglet « randonner à vélo »)

Quelques règles simples et surtout de bon sens

- 1 Un vélo en bon état et bien équipé
- 2 Etre vu en vélo
- 3 Respecter le code de la route
- 4 Rouler en groupe

1 Un vélo en bon état et bien équipé

- Les pneumatiques : en bon état et pression adaptée
- Des freins efficaces : patins et plaquettes en bon état
- La transmission : chaîne en bon état, si doute la faire vérifier
- Le changement de vitesse plateau et pignon bien réglé
- Un entretien régulier de son vélo avec huilage de la chaîne
- Sonnette et rétroviseur pour prévenir et voir (**important**)

Rappel : le port du casque est obligatoire à la CBL

2 Etre vu en vélo

- Vêtements clairs et réfléchissants
- Eclairage arrière et avant, à LED ou classique

Ils sont indispensables à la tombée de la nuit et à faible visibilité (responsabilité en cas d'accident)

3 Respecter le code de la route

**Intégrer dans la décision de franchir une intersection,
que nous sommes un groupe de 4 à 8 cyclistes à passer**

- Respecter les feux de circulation
- Respecter les STOP
- Respecter les priorités

Prendre les pistes cyclables pour notre sécurité

Attention à celles en ville avec la présence des autres usagers

4 Rouler en groupe

- Recommandation FFCT : groupe de 4 à 8 cyclos maxi avec un espacement suffisant entre chaque groupe pour doublement par un camion avec remorque
- Rouler à 2 de front est autorisé mais le passage en simple file s'impose lors de croisement et doublement par un véhicule, obligatoire de nuit et sur route à fort trafic
- Je roule et me rabat à droite lors de doublement, je double toujours par la gauche
- Communiquer au sein du groupe et appliquer le langage verbal et la gestuelle pour :
 - Signaler un obstacle (poteau, barrière, ralentisseur, bouche d'égout, etc...) ou un animal en liberté sur la voie
 - Signaler des dangers de revêtement de route : pierres, nids de poule, gravillons, etc....
 - Signaler les usagers sur piste cyclable et s'écarter de 1,5 m pour doubler une voiture à l'arrêt
 - S'arrêter en groupe ou individuellement
 - Changer de direction à une intersection surtout à vitesse élevée
 - Changer de file pour doubler un cycliste et autre
 - Signaler la présence de véhicule prioritaire et danger aux intersections

4 Rouler en groupe (suite)

- Adapter la distance entre cyclistes en fonction de la vitesse (dont descente)
- Etre concentré, vigilant et anticipé d'éventuels dangers
- S'arrêter hors virage et intersection en dégagant la route pour les autres véhicules
- Respecter l'environnement et les autres usagers
- Rester en groupe, responsabilité de l'animateur qui désigne un serre-file équipé si possible d'un éclairage arrière

Pour les animateurs de groupe, s'assurer que les nouvelles recrues ont déjà pratiqué des sorties en groupe et disposent d'un vélo et d'une tenue adaptés, dont le casque