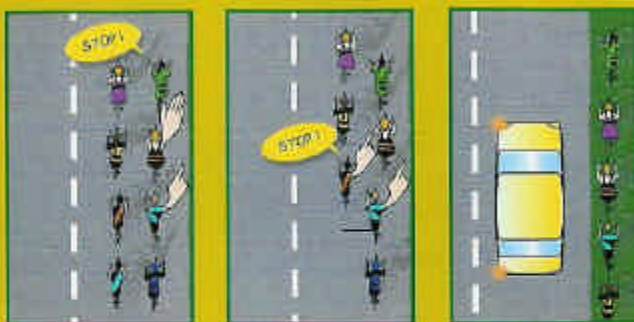


En cas d'incident mécanique



Crevaison, dérailage... Lever le bras et crier «stop, problème !» Tendre le bras à droite pour signaler l'arrêt. Les autres font passer le message. Réparer la panne sur le bas-côté.

Lors d'une randonnée VTT ou cycliste



Avant de repartir après un contrôle ou ravitaillement, s'assurer que la voie est libre et tendre le bras pour indiquer sa direction.

Lors d'une randonnée VTT ou cycliste



Lever le bras.
Crier «Stop !».
Regarder de
chaque côté avant
de repartir.

La charte du cyclotouriste

1. J'applique le Code de la route.
2. J'utilise un vélo équipé réglementairement et en parfait état mécanique.
3. Je suis correctement assuré.
4. J'adapte mon comportement aux conditions de circulation.
5. Je maintiens un espace de sécurité avec le cycliste qui me précède.
6. Je vois et je prends toutes les dispositions pour être vu.
7. Je choisis un parcours convenant à mes capacités physiques.
8. Je route sans mettre en cause ma propre sécurité et celle des autres usagers de la route.
9. J'observe les consignes des organisateurs quand je participe à une manifestation de cyclotourisme.
10. Je connais la procédure d'appel des secours en cas d'accident corporel.
11. Je respecte la nature et mon environnement.
Le port du casque est vivement recommandé.

Réalisé d'après une initiative
de la ligue Haute-Normandie

Fédération française de cyclotourisme

site Internet : www.ffct.org

e-mail : info@ffct.org

numéro : 3615 FFCT, VTT, VELO (1.29 F. la minute)

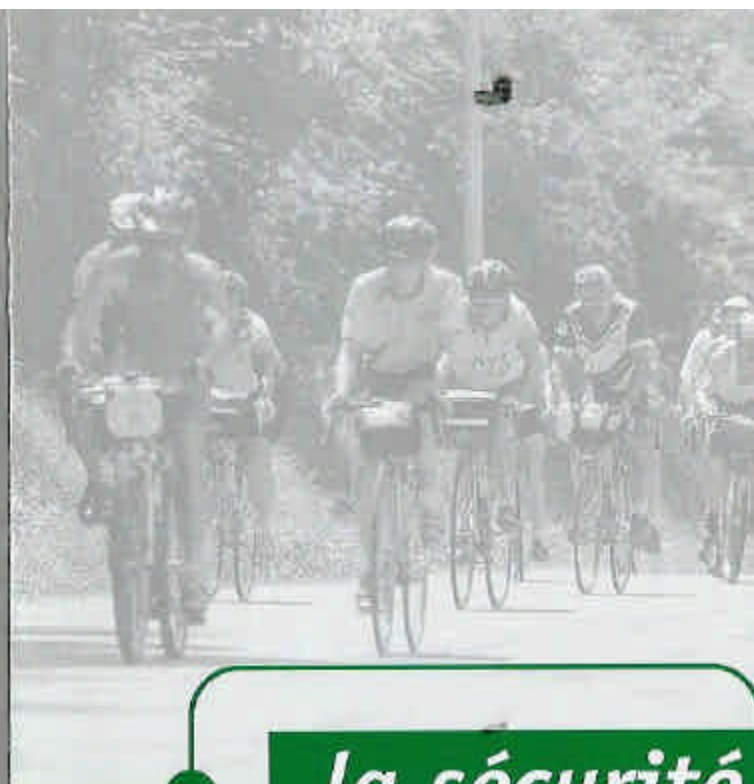
Reconnue d'utilité publique

Agréée ministère Jeunesse et Sports n°19909

Agréée ministère du Tourisme n°AG 075 96 000 4



la sécurité à vélo

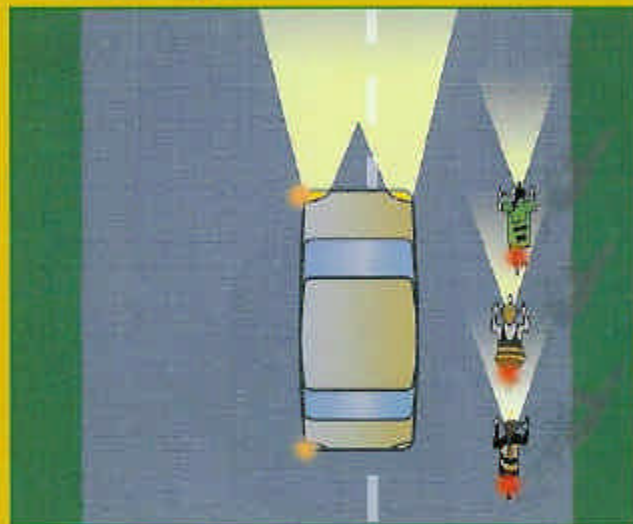


Ne jamais rouler à plus de deux de front sur la chaussée



Obligation de se mettre en simple file dès la chute du jour ou en entrée en agglomération (extrait de l'article 189 du Code de la route).

Plein feu !



Tout cycle doit être muni d'éclairage avant et arrière dès la chute du jour ou lorsque les circonstances l'exigent (extrait de l'article R 195 du Code de la route).

Au stop, balise, feu rouge - orange



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.

En situation de tourner à gauche



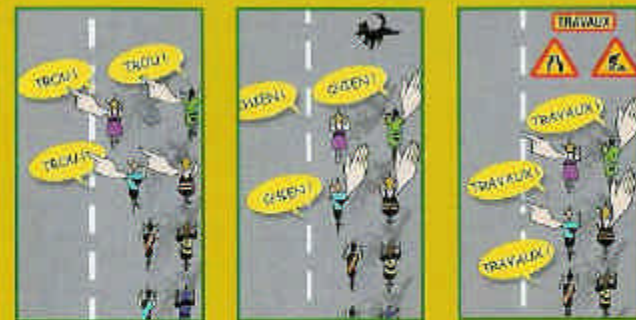
Le 1^{er} de la file tend le bras et crie «à gauche». Les suivants passent le message. Après un coup d'œil en arrière, le groupe se déporte à gauche, tout en laissant la voie libre sur la droite pour les voitures.

Au franchissement d'un carrefour



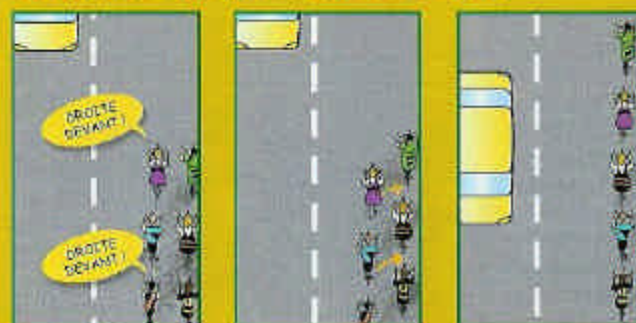
S'arrêter, même en groupe. Chacun doit s'assurer que la voie est libre avant de traverser.

Lors de traversées inattendues ou de travaux



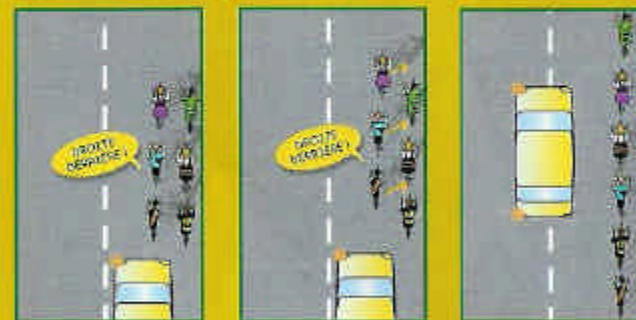
Des travaux, un chien qui traverse, un trou dans la chaussée... Lever le bras du côté d'où vient le danger.

Quand le danger vient de devant



Le 1^{er} 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 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 ainsi s'intercaler.