



LA CHARTE DU CYCLOTOURISTE

- Avoir sur soi, à chaque sortie, sa licence et un document mentionnant ses coordonnées et celles de personnes à contacter en cas d'accident.

SAMU : 15 POMPIERS : 18 GENDARMERIE : 17 /112

- Choisir son groupe en fonction de sa capacité et de sa forme du moment.

- Après une difficulté, on reconstitue le groupe, quitte à mettre pied à terre ; un copain qui rame mettra longtemps à rentrer alors qu'on ne perd pas grand-chose à attendre un petit moment.

Ce n'est pas une compétition.

- On ne laisse jamais seul un collègue sauf en cas de demande de celui-ci.

- La communication est importante dans un groupe, encore plus lors d'un incident.

- Le groupe doit rester solidaire, pas de décision individuelle.

- A l'approche d'une intersection on ne se comporte pas comme si on était seul, mais on réagit en pensant au groupe.

- En cas d'arrêt, on ne reste pas sur la voie ou piste cyclable.

- **Roulez à 2 de front maximum et en file indienne lorsque la voie est étroite, à l'approche d'un virage, lorsque la circulation est dense et quand un véhicule est annoncé à l'arrière.**

- Sur une voie à grande circulation, vous allez rouler par groupe de 6 maximums et créer un espace pour faciliter le dépassement.

- Article R431-7 du code de la route : un groupe de cyclistes ne doit pas dépasser 20 personnes ; au-delà il faut créer un autre groupe Le port d'un gilet fluorescent de sécurité doit être respecté lorsque les conditions de sécurité l'exigent

- **Respecter l'environnement, pas de papiers et emballages jetés sur la voie.**

- **Le Code de la Route s'applique aussi aux cyclistes (feux, stop, priorités, etc...).**

- Appliquez la courtoisie, le savoir-vivre (remerciements aux automobilistes respectueux, petit bonjour de la tête ou de la main aux cyclos que l'on croise, s'inquiéter d'un cyclo en panne au bord de la route etc...)

- L'utilisation des pistes cyclables est conseillée (panneau carré), **obligatoire (panneau rond)**

- Gardez la tête haute, ne fixez pas la roue directement en avant de vous.

- Soyez conscient de ce qui se passe loin en avant (déviation de la route, trous, trafic, lumières, etc.) et regardez au-dessus de l'épaule de la personne qui vous précède.

- Soyez régulier et prévisible : roulez régulièrement et évitez tous les gestes brusques (déviations, freinages).

- Un pédalage continu est apprécié par celui qui vous suit, pédalez « freiné » si nécessaire.

- Gardez votre ligne (trajectoire) : suivez la roue en avant, mais pas de trop près. Laissez-vous de la place pour réagir.

- Roulez carrément derrière ou à côté d'un autre cycliste, mais évitez d'engager votre roue avant à côté de sa roue arrière. Cette position vous laisse très vulnérable à une chute si celui qui vous précède change de ligne.

- Annoncez vos intentions à l'avance, de préférence par des gestes. Les cyclistes qui vous suivent ont la responsabilité de relayer vos intentions au reste du peloton.

- Annoncez les imperfections de la route ou autres dangers suffisamment à l'avance : parlez calmement et évitez de crier inutilement. Si vous n'avez pu voir un trou à temps, passez dedans sans ralentir : si vous changez brusquement de trajectoire pour éviter ce trou, il y a de grandes chances que les cyclistes derrière vous chutent!

- Les premiers de tête ont la tâche de prendre soin du peloton : ils doivent surveiller les mouvements suspects, les autos stationnées en bordure de la route, les animaux, etc. Ils doivent aussi vérifier que la voie est libre avant de changer de direction. Il est de bon aloi en tête de peloton d'annoncer les véhicules qu'ils rencontrent et à la queue du peloton, les véhicules qui vont dépasser.

- Roulez à une vitesse qui convient au plus faible du peloton. Si vous trouvez que la vitesse du peloton est trop élevée, n'hésitez pas à le faire savoir en demandant au peloton de modérer ses ardeurs. L'inverse est aussi vrai : si vous croyez vous être trompé de calibre, rétrogradez vers un peloton plus lent.

- Passez le relais avant d'être épuisé : on évite ainsi les risques d'accidents et on s'assure de pouvoir s'accrocher facilement à la queue du peloton.

- Prévoyez une quantité suffisante de boisson et alimentation.

- Buvez ou mangez dans un peloton seulement lorsque les conditions le permettent. De préférence se glisser en fin de peloton.

- Portez des vêtements adaptés à la météo, prévoyez un vêtement supplémentaire dans la poche du maillot ou dans 1 sac.

- Ayez un vélo en bon état, outre le matériel de crevaison soyez équipé de matériels mécaniques, (dérive chaîne, clé à rayon, clé allens etc...)

- Le port des couleurs du Club est exigé dans toutes les organisations officielles.

BONNE ROUTE

1934 - 2024