

Les GUIDONS FUTÉS

LA SÉCURITÉ DES CYCLISTES

Octobre 2026



Comment rouler
en sécurité

COMMENT ROULER EN TOUTE SECURITE

QUELQUES CONSIGNES POUR LES CYCLOS DEBUTANTS

... ET POUR LES CONFIRMES

1. Avant de venir au rendez-vous, vérifier l'état de son vélo :
gonflage des pneus, état des freins, présence d'une sonnette, et si possible d'un rétroviseur, éclairage avant et arrière.
2. En groupe, respecter une distance d'un vélo entre 2 cyclos.
3. Ne pas rouler de front en présence de véhicule arrivant par l'avant ou l'arrière.
4. Signaler par le geste et la voix tout obstacle (chicane, bordure, poteaux, î, etc...)
5. Répéter les informations de sécurité transmises par le leader
6. A une intersection, indiquer si la voie à gauche et/ou à droite est libre
7. Rester vigilant et responsable de sa propre sécurité même au sein du groupe.
8. En cas d'arrêt d'urgence, le signaler
exemples : « stop je m'arrête » ou « crevaison » ;
S'écarter du groupe avant de stopper ;
Veiller à ce que le groupe se gare en toute sécurité

Et bien entendu, ne pas oublier son casque, de l'eau (ou une autre boisson !), ses gants, un en-cas et...sa bonne humeur !

BONNE ROUTE