



## Quelques consignes pour la sortie cyclotourisme de loisirs

- Vérifiez l'état des pneus ainsi que le freinage de votre bicyclette.
- Prévoir 2 chambres à air de secours, une boîte de rustines et deux démonte-pneus.
- Respecter le code de la route en s'abstenant notamment de circuler à plus de deux de front sur la chaussée. Votre bicyclette doit être conforme au code de la route.
- Le port du gilet de haute visibilité est obligatoire. Les 2 capitaines de tête qui porteront un gilet jaune de sécurité comme les autres participants élèvera le bras pour indiquer l'arrêt du groupe (Exemple : pour l'arrêt à un stop). Le peloton sera fermé par un ou deux cyclistes portant un gilet jaune
- Roulez en respectant une distance de sécurité avec votre prédécesseur.
- La responsabilité personnelle du participant demeure pleine et entière au regard de ces dispositions
- Le port du casque à coque rigide est recommandé.
- N'oubliez pas d'indiquer un trou dans la chaussée par le bras tendu vers le bas dans sa direction.
- Ne vous arrêtez jamais à droite d'un poids-lourd ou d'un véhicule agricole (Angle mort)
- En cas de panne, se placer sur le bas côté de la chaussée et non sur la route.

***Bonne route !***