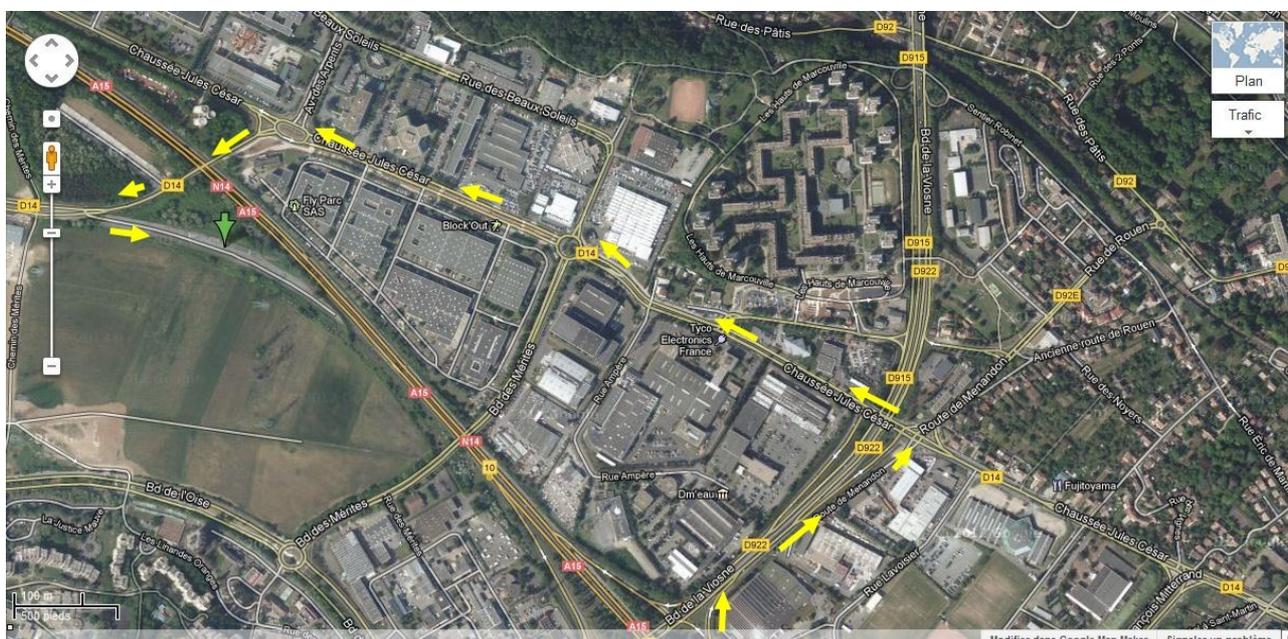


JOURNEE PERFECTIONNEMENT À LA CONDUITE MOTO

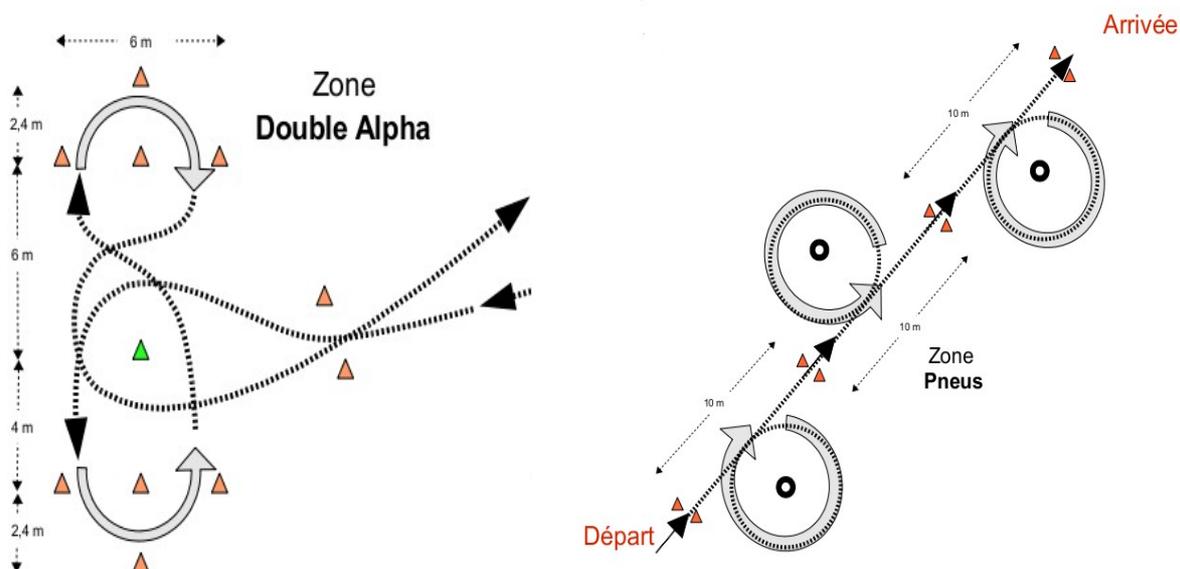


MATIN - Plateau moto Arrivée des stagiaires prévue 08H30



	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 4
09h15-10h00	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4
10h05-10h50	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4	Atelier 1
10h55-11h40	Atelier 3	Atelier 4	Atelier 1	Atelier 2
11h45-12h30	Atelier 4	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3
STATIQUE				
DYNAMIQUE				

ATELIER N°1 MANIABILITE DOUBLE ALPHA + DEPART DANS DEMI TOUR + ZONE PNEUS



Les distances entre les cônes ne sont pas figées et restent évolutives en fonction des difficultés rencontrées

Mise en place de 2 zones « double alpha » et de 2 « zones pneus ». Le départ dans un demi tour se fait à l'entrée de la zone pneu. Cette répartition permet de faire évoluer 3 stagiaires par atelier.

Encadrement:

- | | |
|---|--------------|
| - Jean-François GLATRE (Moniteur moto-école) + 1 motocycliste gendarmerie | 3 stagiaires |
| - Patrick LE PARC (Moniteur moto-école) + 1 motocycliste gendarmerie | 3 stagiaires |
| - 1 Motocycliste gendarmerie + 1 Moniteur CASIM | 3 stagiaires |
| - 1 Motocycliste gendarmerie + 1 moniteur CASIM | 3 stagiaires |

EFFECTIF MOTOCYCLISTE GENDARMERIE ENGAGE: 4

ATELIER N°2 POSITION SUR LA MOTO ET EQUILIBRE SANS MOTEUR 3X4 stagiaires

- Bonne position sur la moto
- Béquillage, débéquillage
- Pousser sa moto de chaque coté en la retenant par le guidon.
- Pousser sa moto en avant en ligne droite puis la reculer pour la mettre en place.
- Pousser sa moto dans un slalom en S puis la reculer dans le même slalom.

Encadrement:

- | | |
|---|--------------|
| - 1 Motocycliste gendarmerie + 1 Moniteur CASIM | 4 stagiaires |
| - 1 Motocycliste gendarmerie + 1 Moniteur CASIM | 4 stagiaires |
| - 1 Motocycliste gendarmerie + 1 Moniteur CASIM | 4 stagiaires |

EFFECTIF MOTOCYCLISTE GENDARMERIE ENGAGE: 3

ATELIER N°3
PARCOURS APPRECIATION DE LA VITESSE EN CIRCULATION + ALCOO/STUP

ATELIER APPRECIATION VITESSE ET DISTANCE DE SECURITE (20 Mins)

Départs successifs d'un motocycliste gendarmerie et d' 1 stagiaire.

Exercice d'appréciation des distances de sécurité au départ.

- Les motos roulent à faible allure en ligne droite et en quinconce en direction de la sortie du plateau en utilisant la piste PL.
- Le stagiaire roule derrière et à droite de la moto « ouvreuse » en respectant la distance de sécurité qu'il estime correcte
- La moto ouvreuse freine
- Le stagiaire doit s'arrêter sans franchir l'arrière de la moto ouvreuse.

Exercice d'appréciation de la vitesse en circulation (Parcours d'environ 5kms)

- Préparation de la moto: compteur et compte tour masqués.
- Départ du stagiaire en moto suivi du formateur.
- Arrivée. Debriefing. Sensibilisation sur les infractions relevées par l'élément suiveur et sanctions encourues.

ATELIER ALCOO/STUP (20 Mins)

6 stagiaires ne participant pas à la première rotation.

EFFECTIF MOTOCYCLISTE GENDARMERIE ENGAGE: 7 (6+1)

ATELIER N°4
MECANIQUE + EPI

Association Team6avenue

Mécanique.

« JOJO » Team6 Avenue

- Préparation de la moto.
- Vérification des organes de sécurité (pneus, freins, niveau)
- Nécessité et importance de ces vérifications eu égard à la sécurité

EPI.

- Présentation des équipements EPI.

12h45

DEPART PAR RAMES DE 6 STAGIAIRES
BOUFFEMONT

13H15 - 14h15



14h30 – 15h15



Présentation en salle:

- De la circulation en rame
- De la trajectoire de sécurité

15h30 – 17h00



Mise en application sur les routes du Val d'Oise