

Stage de vélo Comment ça marche ?

Il s'agit d'un ensemble d'ateliers collectifs ou individuels de vélo encadrés par un moniteur diplômé. Ouverts aux débutants et aux confirmés, ces ateliers ont pour finalité la circulation en autonomie des participants... dans la joie. 😊

L'objectif est de savoir se déplacer à vélo :



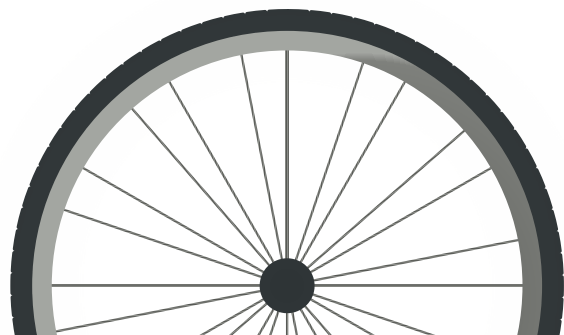
Efficacement



Avec sérénité



En tout sécurité



Je fais du vélo le weekend sur les sentiers mais j'ai un peu peur de rouler sur la route.

Je n'ai jamais appris à faire du vélo...

Je ne me sens pas à l'aise à vélo...

Quelles sont les règles de circulation à vélo?

Comment aborder les ronds-points ou un carrefour à sens giratoire à vélo?

Pour qui ?

Particuliers, salariés en entreprises, agents des collectivités locales, associations, collectifs d'habitants...

Contactez-nous

04 75 82 92 67 | 07 49 49 08 89
velo-ecole@dromolib.fr
30 Rue Archinard 26400 CREST

dromolib

Écomobilité en Drôme

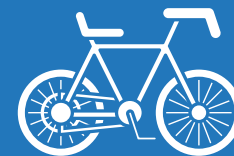


Stage de vélo

Séances adulte
enfant



Cours collectifs et particuliers





Code de circulation

Voir ou revoir

- Le code de la route et de la rue
- Les dispositifs propres aux cyclistes (cédez-le-passage cycliste au feu, double-sens cyclable...)
- Les bonnes pratiques de courtoisie
- Les bonnes pratiques de sécurité : positionnement sur la chaussée, emploi de matériel (phares, gilets, etc.)



Fondamentaux du vélo

S'exercer

- Tenir en équilibre
- Maîtriser sa trajectoire et son allure
- Manier le guidon
- Freiner progressivement et en urgence
- Changer de directions
- Contrôler son environnement
- Entretenir son vélo et faire des réparations élémentaires

Pratique de la circulation

S'entraîner

- Sur chaussée ouverte pour expérimenter les savoir-faire acquis

L'animateur choisit un itinéraire adapté aux besoins des participants.

