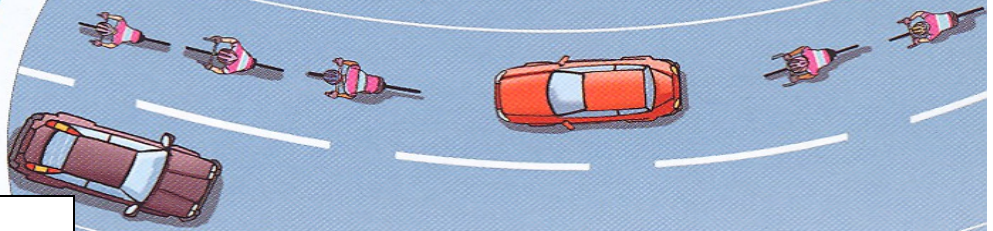


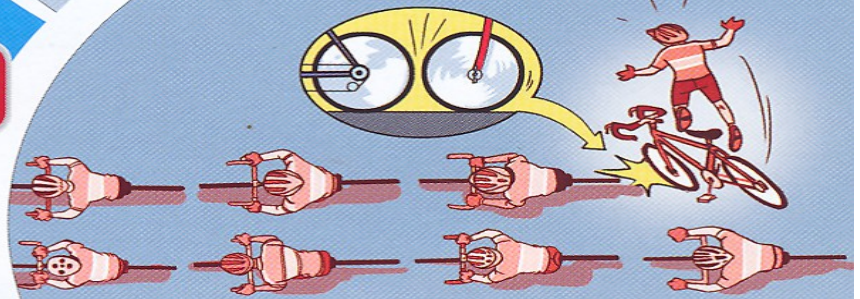
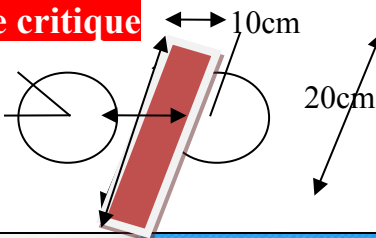
Se Positionner Dans le groupe



“ La bonne distance de sécurité entre chaque cycliste correspond à l'espace d'un demi-vélo...
Pensez-y ! ”



Zone critique



**70 % Des Chutes Proviennent
D'un manque De vigilance
Dans le groupe !**

3

- NB : 1- Garder **une distance constante** entre les vélos. Plus on roule vite, plus elle s'allonge.
2- Pour passer de deux de front à une file simple il convient de se placer derrière celui à son côté.
3- Garder les deux mains sur le guidon.
4- **Regarder au loin**, pas la roue arrière du vélo devant soi.
5- Anticiper.
6- Attention de ne pas rentrer dans la zone critique du vélo qui vous précède !