Règlement : VTT

Bibliothèque BRK-EPS

Respecter les règles de sécurité et de conduite en VTT pour garantir une pratique responsable et performante en loisir et en compétition.

Règles de Sécurité Générales

Port du Casque Obligatoire

Le port du casque est obligatoire pour réduire le risque de blessures en cas de chute.

Vérification du Matériel

Avant chaque sortie, vérifier l'état des freins, des pneus et de la transmission pour éviter tout incident.

Respect des Limitations de Vitesse

Adapter sa vitesse en fonction du terrain, de la visibilité et des autres usagers.

Priorité aux Piétons et Autres Usagers

Les vététistes doivent respecter les autres usagers des sentiers et céder le passage aux piétons.

Règles en Compétition

Respect du Parcours Balisé

Il est interdit de couper à travers les chemins ou de sortir du parcours officiel.

Respect des Départs

Les départs doivent se faire dans les zones désignées et en respectant les consignes des organisateurs.

Interdiction d'Assistance Extérieure

Les coureurs ne peuvent recevoir aucune aide extérieure autre que celle des zones de ravitaillement officielles.

Dépassements Sécurisés

Les dépassements doivent être effectués en annonçant clairement son intention et sans mettre en danger les autres participants.

Comportement en Milieu Naturel

Respect des Espaces Naturels

Ne pas rouler en dehors des sentiers autorisés pour préserver la faune et la flore.

Interdiction de Jeter des Déchets

Tout vététiste doit conserver ses déchets jusqu'à un point de collecte.

Prudence en Descente

Garder le contrôle de sa vitesse et anticiper les obstacles pour éviter les accidents.

Respect des Zones Privées et des Réglementations Locales

Ne pas pénétrer dans des zones privées ou protégées sans autorisation.

Équipement Obligatoire et Recommandé

Port de Gants et Lunettes

L'usage de gants et de lunettes est recommandé pour améliorer le confort et la sécurité.

Présence d'un Kit de Réparation

Un vététiste doit être équipé d'un kit de réparation comprenant une chambre à air, une pompe et des outils.

Éclairage Obligatoire en Cas de Faible Visibilité

Rouler avec des lumières avant et arrière en cas de mauvaise visibilité ou de sortie nocturne.

Port de Protections Complémentaires en Descente

Les pratiques de descente et d'enduro nécessitent l'usage de genouillères et de coudières.

Comportement en Cas d'Accident

Aider un Vététiste Blessé

Tout participant témoin d'un accident doit porter assistance et alerter les secours si nécessaire.

Signaler un Danger sur le Parcours

Prévenir les autres vététistes et, si possible, les organisateurs en cas d'obstacle dangereux.

Interdiction de Continuer en Cas de Matériel Défectueux

Un vélo en mauvais état doit être réparé avant de poursuivre la course ou la sortie.

Évacuation et Communication

En cas d'urgence, suivre les consignes de sécurité et utiliser un téléphone pour appeler les secours.

Infractions et Sanctions

Non-Respect du Parcours

Tout vététiste coupant le parcours ou ne respectant pas les balises peut être disqualifié.

Comportement Dangereux

Tout vététiste mettant en danger les autres participants peut être exclu d'une compétition.

Absence d'Équipement Obligatoire

Un vététiste ne portant pas l'équipement obligatoire peut se voir refuser le départ d'une course.

Dopage et Comportement Anti-Sportif

Toute fraude, tricherie ou dopage entraîne une sanction pouvant aller jusqu'à l'exclusion.

Repères pédagogiques à adapter au contexte scolaire, au matériel et aux consignes de sécurité de votre établissement.