

CHARTRE DU JEUNE CYCLISTE



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME



ÉCOLE
FRANÇAISE
DE VÉLO

N° FÉDÉRAL :
01045

NOM DU CLUB :
CYCLO SPORT PAYS D'AIX EN
PROVENCE

COMITÉ RÉGIONAL :
12 - COREG PACA

COMITÉ DÉPARTEMENTAL :
013 - CODEP BOUCHES-DU-
RHONE

LABEL
N° EFV25-01045
ACCORDÉ POUR UNE SAISON SPORTIVE.

Mini vélo Team vélo
 Team vélo excellence

Fait à Ivry-sur-Seine, le 13/01/2025
Lydie Chénat, présidente de la Fédération Française de CycloTourisme



Ce document obtenu par le club concerné au moment de l'adhésion à la Fédération Française de CycloTourisme, à travers ses licenciés, les licenciés qualifiés pour exercer réglementairement l'encadrement d'adultes dans le cadre des activités de son club, l'association de vélo en club ou avec les clubs de la région pédagogique.

Jean-Claude MAGGIORE

PRESENTATION

I CHARTE

II ANNEXES

ANNEXE 1: Règles liées au code de la route

ANNEXE 2: Codes à l'usage des cyclistes

ANNEXE 3: Restrictions dues à l'âge du cycliste

III AUTORISATIONS PARENTALES

Pour la pratique du cyclisme en club

Pour l'utilisation des photos

I CHARTE

1. Je m'engage à respecter les règles de prudence liées à la circulation routière. [\(voir annexe 1\)](#)
2. Je m'engage au respect de l'environnement à travers mon activité de pleine nature.
3. J'adopte la gestuelle "le code des cyclistes" devant tous les dangers situations pouvant affecter ma sécurité et celle de mes collègues. [\(voir annexe 2\)](#)
4. Je prends les précautions nécessaires pour ma sécurité et je m'équipe d'un casque homologué et parfaitement ajusté à mon tour de tête **(il est important de considérer la durée d'efficacité d'un casque, 5 années d'utilisation à partir de sa première mise en service)**
 - D'une tenue adaptée à la saison et prévue à la pratique du cyclisme
 - D'une paire de chaussures adaptées à mes pédales pour la pratique du cyclisme
 - D'une paire de gants est vivement conseillée même en période estivale
 - D'une paire de lunettes me protégera des rayons de soleil, du vent et des insectes aux différentes saisons.
5. Je m'engage à avoir une attitude respectueuse envers mes pairs et autres licenciés quelles que soient les fonctions qu'ils occupent au sein du club. L'honnêteté, la loyauté et la tolérance forment le socle du bien vivre ensemble. J'opterai pour la même attitude envers les autres cyclistes que nous pourrons côtoyer lors des sorties. Le respect n'altère nullement les confrontations et magnifie le sport que nous pratiquons.
6. Je m'engage à respecter et honorer les initiatives festives, administratives et autres..... prévues par l'équipe dirigeante tout au long de l'année.
7. Je possède un vélo en bon état d'usage prévu pour le cyclisme sur route, adapté à mes mensurations et m'engage à le maintenir en bon état de fonctionnement.
8. J'adopterai les bases nutritionnelles solides et liquides avant et pendant les sorties en vélo qui nécessiteront une certaine durée d'effort physique et je respecterai un minimum de 6 heures de sommeil durant la nuit qui précède la sortie.
9. J'adapterai les périphériques de mon vélo et mes principes d'entraînement en fonction du but recherché et de mes capacités physiques dues à mon âge. [\(voir annexe 3\)](#)

10. Je prendrai certaines précautions d'usage avant d'enfourcher mon vélo tel que la vérification et l'ajustement de la pression des pneus, le bon fonctionnement de mon système de freinage et le blocage de mes roues. Je m'équiperai du nécessaire de dépannage notamment pour une éventuelle crevaison de mon train roulant.

11. J'aurai la **possibilité** de participer à des ateliers **techniques** sur le bon **réglage de ma position** sur le vélo qui apportera confort et efficacité tout en évitant les pathologies, **les constituants d'un vélo et les principes d'utilisation** ainsi que les **petites réparations et réglages**.

II ANNEXES

ANNEXE 1: Règles liées au code de la route

Il est **interdit de rouler à contre sens** sur une voie de circulation routière. Toutefois le **double sens cyclable** est **autorisé dans les zones où la vitesse est limitée à 30 km/h**. Le début de cette zone est généralement matérialisée par un traçage au sol représentant un vélo et appuyé d'un panneau de signalisation routière.

Au niveau d'un rond point, le cycliste est prioritaire si celui-ci circule sur une bande cyclable selon le point III de l'article R415-4 du code de la route.

Feu tricolore: devant **un feu rouge**, le cycliste se doit de respecter les règles de signalisation comme tous les usagers de la route soit "**l'arrêt**". Cependant un panneau spécifique sous le feu tricolore peut indiquer que le cycliste a **le droit de passer** dans la direction indiquée par une flèche. Néanmoins il doit le considérer comme un **cédez le passage aux piétons et aux véhicules**.

Il est **interdit de rouler sur les trottoirs**, si l'accès à la route est impossible, le cycliste doit descendre de son vélo et parcourir la section concernée à pieds en poussant son vélo.

Il est **interdit d'utiliser un dispositif** dans les oreilles (casque, écouteurs etc...)

Il est **interdit d'utiliser un téléphone** en roulant.

Il est **interdit de rouler** sous l'emprise de substances psychoactives comme (l'alcool, la cocaïne, le cannabis etc.....).

Le respect des "**stop**" et des "**feux rouges**" doit s'effectuer en posant au moins un pied au sol.

Rouler à deux de front est autorisé, toutefois lorsque les conditions de circulation l'exigent notamment lorsqu'une voiture annonce son arrivée ou lorsqu'elle s'apprête à nous dépasser **il faut impérativement se remettre en file**.

Le changement de direction doit se matérialiser en tendant le bras à l'horizontal **du côté concerné** et le maintenir le temps qu'il soit perçu par l'éventuel véhicule suiveur.

L'utilisation des pistes cyclables **reste facultative** suivant la forme du panneau délimitant le début de la piste.

Précision: lorsque le panneau sur fond bleu est de forme carré ou rectangulaire, l'emprunt de la piste est seulement conseillé, **en revanche**, lorsque le panneau sur fond bleu est de forme ronde l'emprunt de la piste **est obligatoire**.

ANNEXE 2: Codes à l'usage des cyclistes

Le changement de direction se signale en tendant le bras à l'horizontal du côté concerné.

Le ralentissement se signale par un mouvement du bras droit à l'horizontal et en oscillant de bas en haut.

L'arrêt se signale en levant le bras droit à la verticale et en criant "STOP" cet arrêt peut être pour signaler un problème ou un danger imminent.

La pause: pour un besoin de confort, le cycliste déchausse une jambe droite et la tend.

Signalement d'une **détérioration de la chaussée** (trou, bosse, trottoir etc...) : le cycliste qui constate la détérioration tend le bras et le doigt vers l'endroit concerné, le suiveur en fait de même et ainsi de suite.

Signalement d'un **obstacle fixe ou mobile** obligeant à un écart: le cycliste qui le constate tend son bras droit à l'horizontale et le ramène derrière ses fesses, le suiveur en fait de même et ainsi de suite.

Signalement d'un dos d'âne: le cycliste qui approche en premier du dos d'âne secoue les deux coudes en les écartant comme pour simuler une envolée.

Passage d'un relais: le cycliste qui souhaite céder sa place en tête de la file secoue son coude gauche ou droit pour inviter le cycliste suiveur à passer à gauche ou à droite.

III AUTORISATIONS PARENTALES

AUTORISATION PARENTALE pour la pratique du cyclisme en club

Nom du club: **Cyclo Sport du Pays d'Aix**

N° F.F.C.T. **1045**

Je, soussigné(e) (1)

Nom:

Prénom:

Demeurant:

Code Postal:

Ville:

Tel domicile:

Tel professionnel:

Autorise (2)

Nom:

Prénom:

- A participer aux activités organisées par le Cyclo Sport du Pays d'Aix.
- Mon enfant à rentrer seul à l'issue de la sortie ou pendant la séance si l'itinéraire passe près de notre domicile.

Recommandations des parents (médicales ou autres)

L'enfant suit-il un traitement particulier ?

OUI

NON

Si oui, joindre la prescription médicale.

Je soussigné(e) (1)

Nom:

Prénom:

Père, mère ou tuteur légal, autorise les responsables à prendre toutes dispositions concernant les soins d'urgence ou l'hospitalisation, sur avis médical, concernant le jeune: (2)

Nom:

Prénom:

Je déclare sur l'honneur, l'exactitude des renseignements fournis, et je m'engage à signaler toute modification concernant l'état de santé de mon enfant, et **accepter les règlements en vigueur concernant les activités pratiquées au sein du club.**

Fait à:

le:

signature:

(précédée de la mention manuscrite << lu et approuvé >>).

AUTORISATION PARENTALE pour l'utilisation des photos

Nom du club: **Cyclo Sport du Pays d'Aix**

N° F.F.C.T. **1045**

Tout au long de l'année, des photos de jeunes sont prises régulièrement au cours des activités du club. Ces photos peuvent être ensuite déposées sur le site du C.S.P.A. Le but étant tout simplement de faire découvrir notre activité.

Il vous est donc demandé en tant que parents, tuteurs ou responsables légaux de compléter le formulaire d'autorisation parentale sur les photographies.

je soussigné (e): **(1)**

Nom:

Prénom:

Demeurant:

Code postal:

Ville:

- autorise le C.S.P.A. par la présente à utiliser les photos de mon enfant prises au cours des activités du club durant la saison.
- n'autorise pas

Nom: **(2)**

Prénom: **(2)**

Cette autorisation pourra être révoquée à tout moment par courrier adressé au C.S.P.A. les photos où apparaissent les enfants dont les parents auraient refusé la diffusion seraient retirées du site.

Fait à:

le:

signature:

(précédée de la mention manuscrite << lu et approuvé >>).

(1) Nom, prénom du père ou de la mère ou du tuteur légal.

(2) Nom et prénom de l'enfant