Annexe 2

Thème 2: position de conduite et position du siège moto

Objectifs d'apprentissage	➢ Technique de conduite correcte, conduite en ligne droite sûre, virage correctement abordé. ➢ Grâce à une position détendue sur son siège, le conducteur doit être en mesure d'atteindre le volant et tous les éléments de commande.
Contenus du cours	➢ **Technique de conduite:** En principe, les deux mains doivent toujours se situer sur le guidon. Ce n'est que de cette manière qu'on peut réagir rapidement aux influences soudaines telles qu'un vent latéral, des rochers ou autres éléments sur la chaussée. ➢ **Principe du contre-braquage:** En dehors d'une conduite lente, l'amorce de chaque changement de direction s'effectue selon le principe de contre-braquage. Une courbe est amorcée par un bref mouvement du guidon, dosé selon la vitesse et le poids effectif du véhicule dans la direction opposée au sens de la marche envisagé. ➢ **Positions inclinées:** Les positions inclinées sont nécessaires pour une conduite sûre dans les arcs de courbe. On peut conduire en position inclinée à la limite sur une piste, mais cela reste toutefois à éviter dans la circulation routière. Il faut adopter plutôt un style de conduite tout en souplesse, fluide avec des marges de sécurité. ➢ **Position du siège:** Montrer la bonne position du siège.
Méthode / Instruction	➢ Slalomer ou godiller selon différentes variantes (de manière étroite, large, resserrée, ouverte, en quinconce, libre) est un excellent exercice pour la suite de la formation en matière de technique d'observation et de maîtrise du véhicule. Il s'agit ici d'une conduite qui recèle cependant un aspect sportif évident, qui est admissible et appréciée durant le cours, mais sur laquelle on ne doit pas trop mettre l'accent. ➢ Le thème de l'équipement et des vêtements doit aussi être abordé en lien avec la position du siège et les différents types de motos. Durant le cours, l'équipement de protection doit être porté conformément aux dispositions légales.
Conditions-cadres Infrastructure	➢ Part théorique: 40 %, part pratique: 60 % ➢ **Technique de conduite:** L'écartement des pylônes doit être choisi de sorte qu'ils puissent être contournés le plus étroitement possible. Les caractéristiques des différents types de motos doivent être traitées attentivement. ➢ **Contre-braquer:** Afin de montrer le principe du contre-braquage, l'écartement doit être important, faute de quoi on peut tout à fait se passer de pylônes. Si possible sur une route en anneau. ➢ Démonstration avec différents types de véhicules. Slalom ou huit avec une mauvaise posture (par ex. sans zones d'appui des genoux) et avec une bonne posture.