



Pourquoi un capitaine de route ?

Courtoisie, prudence, comportement sur la route et avec les autres , contribuent à former l'esprit de groupe.

Nommer un capitaine de route , c'est désigner un membre du groupe , capable de rappeler un certain nombre de règles , mais également de générer une harmonie et une convivialité au sein de ce groupe.

Dans chaque groupe, le capitaine de route sera choisi par les membres de son groupe.

Il n'a pas de responsabilité juridique vis à vis du groupe qu'il anime . Il est bénévole , ses compétences et son autorité font en sorte que les règles soient bien comprises et admises par ses camarades de route. Il faut en déduire que chacun est responsable de ses actes.

Les groupes ne devront pas dépasser 15 cyclistes.

Deux groupes peuvent être constitués avant le départ (niveau 1, niveau 2)

1er groupe (niveau 1) allure plus soutenue,

2 ème groupe (niveau 2) allure un peu moins soutenue

Afin de garder le maximum d'homogénéité dans chaque groupe, il est souhaitable que les départs soient décalés de quelques minutes.

Chaque cyclo est tenu de choisir son groupe en fonction de sa forme du moment pour ne pas être une gêne pour le reste du peloton.

Si un membre du groupe souhaite rentrer plus tôt, il devra prévenir le capitaine de route pour éviter des inquiétudes inutiles .

Le capitaine de route suit le circuit planifié .

Chaque capitaine de route devra veiller au respect du code de la route : arrêt aux stops, rouler à 2 de front au maximum , sur une file sur les routes à grande circulation ou quand une voiture veut nous dépasser c'est le code de la route qui le stipule .

Au sein du peloton :

Chaque changement de direction ou d'arrêt doit être signalé .

Signaler tous les obstacles en pointant du doigt : les trous, les cailloux, les graviers et tout ce qui peut représenter un danger.

Faire suivre les informations venues de l'avant ou de l'arrière .

S'assurer que les cyclistes en arrière sont toujours là.

S'assurer qu'aucun cycliste n'est distancé : le rôle du capitaine de route est de regrouper tout le monde si le groupe se disperse , on attend en haut des côtes .

Le cycliste qui choisit un groupe doit respecter la vitesse du groupe et ne pas imposer un rythme plus important.

La tête du peloton doit maintenir une vitesse la plus régulière possible qui convienne à tous (ne pas confondre cyclotourisme et compétition)

En cas de crevaison , arrêt pip , incidents techniques ou autres causes , l'arrêt du peloton doit se faire dans une zone judicieusement choisie qui ne gêne pas la circulation .

Dans chaque groupe, le capitaine devra s'assurer qu'on dispose du matériel pour réparer :

Un pneu de rechange par groupe

Un dérive chaîne et une attache rapide

Les gilets de sécurité devront être utilisés par temps sombre ou brumeux .

Refuser tout cycliste qui se porterait pas un casque.

S'assurer qu'il existe toujours plusieurs tél. au sein du groupe.

En cas d'accident, le capitaine de route évalue immédiatement la gravité de la situation.

Lui-même ou ses assesseurs doivent, en cas d'accident:

- Porter assistance auprès de ou des blessés éventuels.
- Prévenir ou faire prévenir les secours en cas de besoin.
- Sécuriser en amont et en aval (au moins 150m) le lieu de l'accident.
- Eviter les attroupements et écarter toute personne ne participant pas aux opérations de secours.
- Les numéros de téléphone des services d'urgence sont les suivants :

15 SAMU, 17 police, 18 sapeurs-pompiers, 112 numéro européen d'urgence

Je respecte la nature et son environnement en ne jetant pas papiers, emballages ou autres détritux

En Résumé :

Le capitaine de route a un rôle important qui doit permettre au groupe de rouler en toute sécurité dans une ambiance conviviale pour faire de chaque sortie une réussite et un plaisir tout en donnant une bonne image du club en toutes circonstances .

Merci de bien vouloir respecter ces quelques règles.

Le responsable Sécurité

Bernard BAUDET



Le Président

Claude Padavan
le 26 Sept 2015

