

## La vitesse en cyclo

samedi, 29 mars 2014

---

Lorsque l'on est jeune et que l'on vient d'avoir à son anniversaire un [cyclomoteur](#) flambant neuf la tentation est grande de faire quelques bêtises, tout simplement car l'on pense tout savoir et tout contrôler, or conduire est une action sérieuse !

Conduire est une activité qui fait intervenir trois éléments :

- ▶ le [véhicule](#).
- ▶ l'environnement( route, conditions atmosphériques, autres usagers...)
- ▶ le conducteur.

Conduire c'est :

- ▶ percevoir des informations
- ▶ analyser des situations
- ▶ prévoir ce qui va se passer et anticiper les déplacements des autres usagers
- ▶ décider de ce qu'il faut faire
- ▶ agir sur les commandes du véhicule

Conduire un deux roues nécessite donc le respect d'un certain nombres de règles fondamentales de comportements.

Conduire vite, c'est :

- ▶ réduire son champ visuel
- ▶ devoir anticiper davantage car la [distance d'arrêt](#) augmente
- ▶ avoir moins d'[adhérence](#) et donc moins de contrôle du cyclo

### Le contrôle de la vitesse

Il faut toujours rester maître de son véhicule cela signifie respecter les limitations de vitesse et surtout adapter sa vitesse aux circonstances ( météo, état de la route, densité de circulation).

La vitesse est limitée par la [signalisation](#). Un panneau de limitation est implanté quand il existe un danger potentiel et permettre de s'adapter à un espace de circulation partagé : il faut respecter la signalisation et ne pas dépasser la vitesse inscrite sur le panneau.

- ▶ En agglomération la vitesse la vitesse à cyclomoteur est limitée à 45 km/h (même si la signalisation indique 50), car le cyclomoteur est plus fragile que les autres véhicules à moteur. A une vitesse supérieure à 45 km/h, la perte de contrôle et l'augmentation du risque pour le conducteur est plus importante.

Certains quartiers peuvent être limités à 30km/h. C'est un espace partagé avec d'autres usagers, plus vulnérables comme des cyclistes et des piétons. Même si l'on est tenté de rouler à 45km/h (vitesse autorisée pour un cyclo) mieux vaut respecter la signalisation, pour sa sécurité et celle des autres !

- ▶ La vitesse doit aussi être adaptée aux situations :

**Transport en commun** : lorsque l'on croise ou dépasse un bus à l'arrêt ,il faut ralentir, car des piétons peuvent déboucher rapidement.

**Piétons** : ralentir aux abords des passages pour piétons et en général en ville et être attentifs notamment aux enfants et personnes âgées.

**Cyclistes** : ralentir pour gérer un éventuel écart de leur part.

**Ralentir aussi :**

- ▶ aux intersections
- ▶ en présence d'un véhicule prioritaire
- ▶ à proximité de travaux
- ▶ en présence d'animaux
- ▶ par manque de [visibilité](#)
- ▶ sur une route glissante
- ▶ avant un [passage à niveau](#)

▶ Lorsque l'on sort d'une *agglomération* le panneau l'indique , la vitesse est alors limitée à 45 km/h maximum car c'est la vitesse maximum autorisée en cyclo.

Le vitesse doit être adaptée par le tracé de la route : il faut ralentir dans les situations suivantes car elles sont potentiellement dangereuses :

- ▶ sommet de côte : visibilité est réduite.
- ▶ descente abrupte : risque de se laisser emporter par la descente
- ▶ route déformée et présence de gravillons : risque de perte d'adhérence
- ▶ virage : anticiper l'effet de force centrifuge et la réduction de la visibilité.

La vitesse est limitée par les conditions atmosphériques difficiles, il faut alors adapter sa conduite car l'adhérence et la visibilité sont diminués par rapport à un temps sec.

- la pluie : il faut réduire son allure, augmenter les distances de sécurité, adopter une conduite souple et éviter de rouler dans les flaques d'eau, sur les plaques d'égouts. et le marquage au sol.
- le brouillard : il empêche de voir mais aussi d'être vu. Il faut donc réduire sa vitesse, augmenter les distances de sécurité et se rendre visible( feux allumés, vêtements clairs avec des bandes réfléchissantes).
- la neige et le verglas : il faut réduire sa vitesse, bien se couvrir, et être vigilant dans les zones potentielles de verglas( ponts, bois...). Il est conseillé d'éviter tout [déplacement](#), quand cela est possible.
- le vent : les deux roues sont très sensibles au vent. Pour diminuer les [risques](#), il faut tenir ferme le guidon, être vigilant lors des croisements et des dépassements (surtout avec des camions) et réduire son allure.

Attention en cas de danger ne pas oublier :

▶ le [temps de réaction](#) : c'est le temps qui s'écoule entre la perception d'un évènement ou un signal et l'action qui y répond : la durée moyenne du temps de réaction dans des conditions normales est évaluée à une seconde environ : à 50km/h on parcourt 15 mètres en une seconde !

- la [distance de freinage](#) : c'est à dire le parcours parcouru par le cyclo entre le début et la fin du freinage, est à prendre en compte : pour arrêter le véhicule il faut le débarrasser de l'élan qu'il a emmagasiné en prenant de la vitesse. Attention le blocage des roues use les pneus et allonge les distances de freinage : on risque aussi de déraper et de perdre la maîtrise du cyclo !

La distance de freinage sera plus importante si l'on transporte un [passager](#) ou des bagages, car la masse est plus grande.

L'état du cyclo est très important.

Les suspensions et les freins en mauvais état allongent les distances de freinage.

Les pneus d'un cyclo ont peu de surface de contact avec la route, il faut donc veiller à leur état : un pneu usé possède moins d'adhérence qu'un pneu neuf !

▶ En effet, il ne faut pas oublier qu'en cyclo il n'y a que **deux-roues** pour garantir la sécurité c'est pourquoi l'adhérence doit être prise en compte. Plus l'adhérence est faible plus les roues se bloquent facilement . Un véhicule qui glisse perd son adhérence et échappe au contrôle de son conducteur. Les pneus adhèrent mieux sur une route sèche que sur une route humide !

▶ la [distance de sécurité](#) : pour avoir le temps de s'arrêter il faut conserver une distance avec le véhicule qui nous précède.

Pour plus d'informations, [le site de la Sécurité routière](#).

Afin de mieux se rendre compte des dangers liés à la vitesse ne pas hésiter à visionner les vidéos ci-dessous :

- [Les dangers de la route \(vidéo ZéroTracas\)](#)
  - [Évitement d'urgence \(vidéo ZéroTracas\)](#)
  - [Freinage d'urgence \(vidéo ZéroTracas\)](#)
-