

Conseils avant de prendre la route

Vérifiez systématiquement:

1. la pression des pneus (à froid) et leur usure



2. les niveaux d'huile (moteur et freins) et du liquide de refroidissement



3. le graissage et la flèche de votre chaîne de transmission



4. l'état de vos plaquettes de freins



5. les phares, clignotants et feux stop



6. la position des rétroviseurs

7. la propreté de votre visière

Conseils de conduite

1. Les automobilistes ne vous voient pas toujours et ne connaissent pas les dangers auxquels vous êtes confrontés.



2. Roulez défensivement, sachez anticiper, vous éviterez des situations dangereuses.



3. Adoptez une conduite responsable et consciente.



4. Il est obligatoire de rouler avec vos feux de croisement allumés.

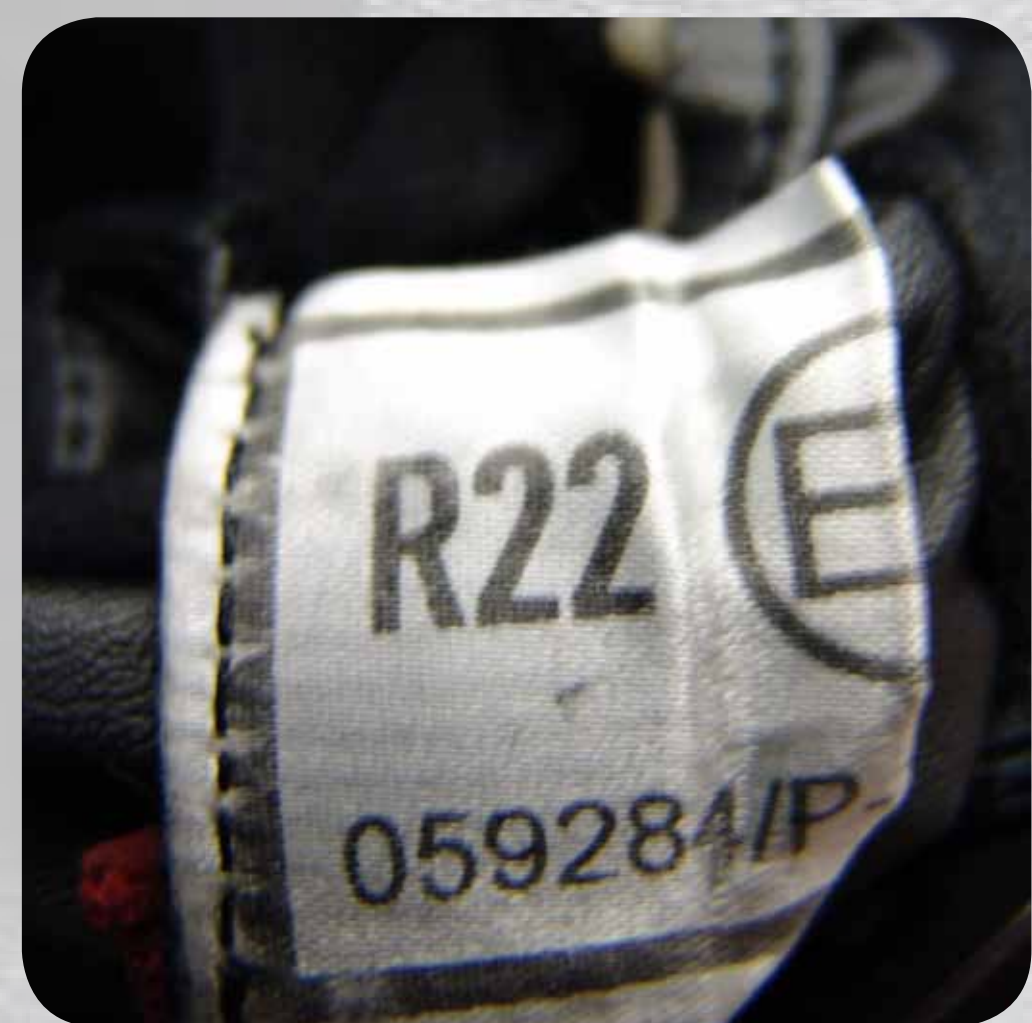
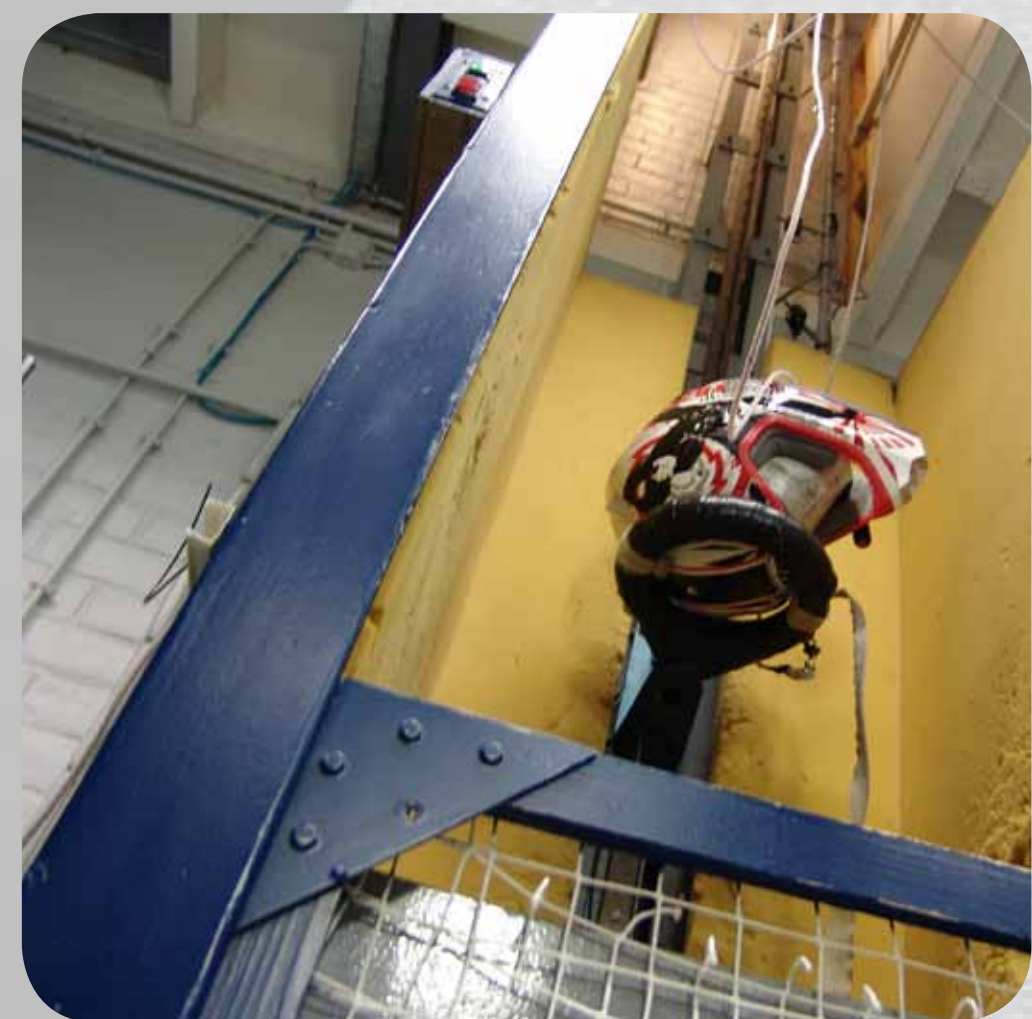


5. Des stages de perfectionnement de conduite sont régulièrement organisés et parfois partiellement remboursés par votre mutuelle ou compagnie d'assurance, renseignez-vous !



A propos du casque

1. **Le casque doit être adapté à votre tête (mesurez votre tour de tête).**
2. **Privilégiez les couleurs vives, vous serez mieux vu dans le trafic. Avec une bande réfléchissante vous serez encore plus visible.**
3. **Réglez correctement la jugulaire (il faut pouvoir glisser 2 doigts entre la jugulaire et le menton).**
4. **Le label CE est un gage de sécurité.**
5. **En cas d'utilisation intensive, changez de casque tous les 3 ans. Sinon, tous les 5 à 7 ans.**
6. **OBLIGATOIRE pour tout conducteur et passager d'un véhicule à 2 roues motorisé.**
7. **Eviter les visières teintées. Mieux vaut opter pour des lunettes solaires.**



A propos des pneus

1. Ils sont les SEULS points de contact entre le motard et le sol. Leur bon état est primordial !
2. Vérifiez régulièrement la pression des pneus, avec le temps un pneu perd toujours un peu de pression.
3. Vérifiez l'usure et l'état général. La profondeur des pneus doit être supérieure à 1,6mm.
4. Faites toujours monter des pneus adaptés au type de jante (voir instructions du constructeur).
5. Attention, un pneu neuf est glissant, il faut le roder (durant une centaine de km).
6. Neuf, le pneu arrière doit avoir une profondeur de rainures entre 4 et 6 mm. Un pneu avant entre 4 et 5 mm.



A propos de la VISIBILITE et de l'EQUIPEMENT

1. **Soyez le plus visible possible, c'est vital à moto car aucune carrosserie ne vous protège !**
2. **Utilisez un casque et un équipement de couleurs vives ainsi que des bandes rétro-réfléchissantes.**
3. **Veillez à protéger vos extrémités (tête, mains, pieds), surtout lorsqu'il fait froid !**
4. **Choisissez un équipement qui protège chaque partie du corps, en cuir ou en cordura®.**
5. **Portez de « bons » gants, c'est essentiel !
En cas de chute, le 1er réflexe est de se reprendre sur les mains !**
6. **Choisissez des chaussures ou des bottes montantes en cuir.**
7. **Préférez une tenue comportant des protections au niveau du dos, des coudes et des genoux.**

