

## PROGRAMME FORMATION 125 - L5E



Arrêté du 17/12/2010 relatif à la conduite des motocyclettes légères et de la catégorie L5E par les titulaires du permis B.

### PUBLIC ET PRE REQUIS :

- Pour la 125 : permis B depuis + de 2 ans valide
- Pour la L5E : permis B depuis + de 2 ans valide (+ 21 ans)

### DATE – DUREE – EFFECTIF - LIEU :

- à définir
- 7 h (2 h théorie / 5 h pratique)
- 3 élèves maximum en circulation
- Piste FTSR - Châtelleraut

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- THEORIE : équipement, accidentologie, conduite pluie, nuit etc.
- PRATIQUE HORS CIRCULATION : le véhicule, vérifications, manipulation.
- PRATIQUE CIRCULATION : vitesse, virages, dépassements, partage de la route, autres usagers.

### MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT :

- Moto 125 du centre (homologuée)
- DVD du programme avec schémas de l'enseignant
- Piste moto privée (phase hors circulation)
- Phase circulation : matériel liaison radio (gilet "moto école")
- **Intervenants** : enseignant BEPECASER (option MOTO)
- EQUIPEMENTS OBLIGATOIRES NON FOURNIS : casque, gants (norme CE)-Blouson manches longues, pantalon résistant abrasions, chaussures montantes.

### SUIVI ET EVALUATION DES RESULTATS :

- Délivrance si positif de l'attestation (à procurer à l'assurance et à joindre au permis lors de la présentation des documents aux forces de l'ordre
- document de satisfaction.

## PROGRAMME

### SEQUENCE 1 : THEORIE (2 h)

- analyser les accidents les plus caractéristiques
- appréhender les situation d'utilisation de ce véhicule
- conduire sous la pluie, la nuit
- anticiper et détecter les dangers
- connaître l'expérimentation et les règles de circulation
- se rendre détectable
- équipements protecteurs utiles et obligatoires
- rôle de l'infrastructure
- risques concernant l'adhérence
- conséquences physiques et physiologiques.

### SEQUENCE 2 : HORS CIRCULATION 2 h) SUR PISTE

- découvrir le véhicule, effectuer les vérifications (huile, pression, usure, poignée gaz, freinage)
- démarrer et s'arrêter
- position de conduite
- équilibre et répartition du poids du corps
- monter et rétrograder les vitesses
- savoir freiner à allure faible
- appréhender les manoeuvres de freinage et d'évitement
- tourner en inclinant le véhicule- Le regard
- tenir l'équilibre à allure lente et normale
- avec et sans passager en ligne droite et en virage.

### SEQUENCE 3 : CIRCULATION (3h)

- rechercher les indices utiles
- adapter sa vitesse aux situations. Respect des distances de sécurité latérales et longitudinales.
- choisir la voie de circulation
- savoir pratiquer la circulation inter-files
- franchir les différents types d'intersections et y changer de direction
- dépasser en sécurité (phénomène d'aspiration)
- l'accélération d'une motocyclette et d'un véhicule L5E.
- négocier les virages.

### **BILAN**

- **10 mn sont consacrées au bilan pour chaque élève, accompagné de conseils en lien avec la conduite.**

### DELIVRANCE DE L'ATTESTATION