

# Règles De Bon Sens En Matière de Cyclotourisme

(A mettre en pratique par les cyclotouristes du BERCK CYCLOS RANDONNEURS)

- L'esprit club impose qu'aucun cyclo ne doit être oublié sur le circuit.
- Pour toutes les sorties, il est conseillé de respecter le parcours initialement prévu (Ceci permettant aux éventuels retardataires d'effectuer le parcours à l'envers pour nous retrouver).
- Aucun cyclotouriste ne devra quitter le groupe sans en avoir averti l'encadrement du club et, dans l'hypothèse d'un retour prématuré, il devra si possible être accompagné par un cyclo du club.
- Il est obligatoire d'attendre les membres du groupe, attardés sur crevaisons ou ennuis mécaniques.
- Nous vous rappelons que rouler deux par deux est toléré, mais dès l'avertissement d'un véhicule, il est obligatoire de rouler en file indienne.
- Le respect du Code de la Route est essentiel lors des sorties.

Ces règles ne sont pas restrictives,  
mais nécessaires à la sécurité de tous.

- Chacun étant conscient de son niveau, il est déconseillé de rouler au dessus de ses moyens.
- On peut alors considérer plusieurs allures :

## 1<sup>er</sup> Groupe

- Moyenne de 27/28 Km/h – Plutôt cyclotourisme.
- Moyenne de 24/25 Km/h – Plutôt cyclotourisme modéré.

## 2<sup>ème</sup> Groupe

- Moyenne de 21/22 Km/h – Plutôt cyclotourisme détente.
- Les moyennes sont données à titre indicatif et ne doivent pas être considérées comme un objectif, lors des sorties de groupe.
- Les parcours sont faits dans le but de satisfaire le maximum de cyclos, tout en essayant de panacher les circuits, facile, moyen, difficile.

## Conclusion

Le cyclotourisme est une philosophie, le vélo n'est qu'un accessoire.  
En cyclisme, on essaie de dépasser les autres.  
En cyclotourisme, on essaie de se dépasser avec l'aide des autres.

**Il est inutile de forcer ses capacités pour aller loin.**