



Largeur de deux doigts entre le casque et le sommet du nez.



Serrer les jugulaires de manière uniforme; place pour un doigt entre le menton et la jugulaire !



Parfait! Bonne route!

**Faire du vélo!**  
**+ Qui roule prudemment, roule bien !**  
**= Circuler à vélo avec plaisir !**

## Indispensable pour votre sécurité!

- Veillez à ce que votre vélo soit muni de l'équipement obligatoire !
- Portez un casque cycliste bien adapté à votre tête !
- Soyez particulièrement attentif en obliquant ou lorsque d'autres usagers de la route obliquent !
- Circulez de front seulement en formation de plus de dix cyclistes ou sur les pistes cyclables, les chemins de randonnée pour cyclistes signalés et les routes secondaires.
- Respectez les distances de sécurité ! Roulez à environ 70 cm du bord de la route et gardez une longueur de vélo avec le cycliste qui vous précède.
- Observez attentivement le trafic pour ne pas devoir freiner d'urgence !

