



J'apprends la moto et passe mes guidons FFM

GUIDON DE BRONZE

Pour le guidon de bronze le stage porte sur:

- Echauffement type avant de faire de la moto
- Connaître l'équipement obligatoire du pilote
- Savoir mettre et attacher son casque tout seul
- Manœuvrer sa moto pieds à terre moteur arrêté dans un slalom
- Savoir ouvrir, fermer l'essence et mettre le starter
- Démarrer sa moto tout seul
- Arrêter la moto à l'aide du coupe circuit
- Manœuvrer sa moto pieds à terre moteur allumé dans un slalom
- Effectuer un slalom (cônes espacés de 3m)
- Rouler droit dans un couloir large de 1m
- Assis, tenir le guidon d'une main et rouler droit dans un couloir large de 1m
- Rouler debout sur les repose-pieds
- Rouler debout sur les repose-pieds et lâcher une main
- Rouler debout sur les repose-pieds dans les lignes droites et assis dans les virages
- Freiner et s'arrêter à un point précis
- Rouler à une allure régulière (pas de coup de gaz violent)
- Doubler et se faire doubler sans gêner
- Effectuer un parcours d'adresse avec petites montées et descentes
- Décrire les différentes parties de la moto
- Respecter et écouter les consignes de l'éducateur

CONDITIONS D'ACCÈS AUX LICENCES SPORTIVES NATIONALES				
AGE DE PRATIQUE	ENTRAÎNEMENT		COMPÉTITION	
	Site de pratique fermé (circuit, terrain...)	Voie publique	Site de pratique fermé (circuit, terrain...)	Voie publique
A partir de 6 ans (Jusqu'à 7 ans inclus)	Découverte sportive : se renseigner auprès des ligues régionales ou comités	Non autorisé	Découverte sportive : se renseigner auprès des ligues régionales ou comités	Non autorisé
A partir de 7 ans	Autorisé		Conditions : Etre en possession du guidon d'argent ou d'or	
A partir de 10 ans				
A partir de 12 ans		Conditions : Etre titulaire du permis AM (ex BSR). Le CASM n'est pas obligatoire. (Cependant, certaines ligues imposent pour l'obtention de la licence ¹⁰).	Conditions : Etre titulaire du CASM.	Conditions : Etre titulaire du CASM et du permis AM (ex BSR).
Entre 14 et 15 ans révolus	Conditions : Le Permis et le CASM ne sont pas obligatoires. (Cependant, certaines ligues imposent le CASM pour l'obtention de la licence ¹⁰)			
A partir de 16 ans				
A partir de 18 ans		Conditions : Selon le véhicule piloté, être titulaire du permis AM (ex BSR), ou du permis correspondant. Le CASM n'est pas obligatoire. (Cependant, certaines ligues l'imposent pour l'obtention de la licence ¹⁰).		Conditions : Etre titulaire du CASM, et selon le véhicule, du permis de conduire correspondant ou du permis AM (ex BSR).

¹⁰ Se renseigner auprès de votre Ligue Régionale ou de votre Club.

Pour tout autre renseignement, (âge de pratique, cylindrées...) rendez-vous sur le site internet www.fffmoto.org ou contactez la Ligue moto de votre région.

GUIDON D'ARGENT

Pour le guidon d'argent le stage porte sur:

- Echauffement type avant de faire de la moto
- Connaître l'équipement obligatoire et conseillé du pilote
- Document administratif à présenter pour participer à une démonstration
- Connaître le rôle du directeur de course
- Connaître la signalisation des drapeaux dans ta discipline
- Connaître les éléments de sécurité à apporter sur la moto
- Savoir passer les vitesses en fonction du circuit
- Réagir et maîtriser sa moto face à un signal
- Maîtriser sa trajectoire lors d'un départ
- Savoir rouler en peloton
- Effectuer un slalom décalé (cônes espacés de 2,5m)
- Rouler droit en lâchant les 2 mains
- Passer dans 3 couloirs non alignés et sous 1 barre
- Maîtriser l'arrêt uniquement du frein arrière
- Maîtriser l'arrêt uniquement du frein avant
- Maîtriser un arrêt d'urgence des 2 freins
- Savoir relever sa moto seul
- Maîtriser l'arrêt la vitesse et la trajectoire en montée, descente, virage et bosses
- Effectuer un parcours d'adresse
- Vérifier le bon état des éléments de sécurité de sa moto
- Respecter les consignes des officiels et de l'éducateur

Sur quoi porte l'examen théorique du guidon d'argent?

- Connaître l'équipement obligatoire et conseillé du pilote
- Document administratif à présenter pour participer à une démonstration
- Connaître le rôle du directeur de course
- Connaître la signification dans ta discipline
- Connaître les éléments de sécurité à apporter sur la moto

QUESTIONNAIRE GUIDON D'ARGENT

1 : Quel est l'équipement obligatoire du pilote :

- Casque
- Maillot à manches longues
- Gants
- Pantalon
- Bottes
- Protection Dorsale Homologuée

2 : Quel est l'équipement conseillé du pilote :

- Lunettes
- Pare pierre
- Coudières
- Ceintures lombaire
- Genouillères

3 : Quels sont les papiers administratifs à montrer le matin d'une démonstration :

- Licence
- Confirmation d'engagement
- Livret du Guidon



4 : Quel est le rôle du Directeur de course :

- Diriger la course
- Donner le départ de la course
- Donner l'arrivée de la course
- Recevoir les réclamations
- Recevoir les déclarations d'accident

5 : Quelles sont les parties obligatoires de la moto pour le contrôle technique :

- Mousse de guidon
- Boules au bout de leviers de freins
- Embouts de guidon bouchés
- Coupe circuit
- accélérateur qui revient parfaitement
- Vérification des freins
- Protège pignon

6 : Que signifie le drapeau vert :

- que la piste est libre de rouler

7 : Que signifie le drapeau jaune et que doit-on faire ? :

- Qu'il y a un danger sur la piste, on doit ralentir et interdiction de doubler

8 : Que signifie le drapeau blanc et que doit-on faire ? :

- Qu'il y a les secours sur la piste, on doit ralentir et interdiction de doubler

9 : Que signifie le drapeau bleu et que doit-on faire ? :

- que le pilote en tête de course va me doubler, je regarde derrière moi et le laisse passer.

10 : Que signifie le drapeau rouge et que doit-on faire ? :

- l'arrêt immédiat de la course ou de la séance d'essai.

UTILISATION DES DRAPEAUX

Dans les disciplines Vitesse

Signaux d'injonction

DRAPEAU ROUGE (AGITÉ) OU FEU ROUGE (FIXE) : Arrêt de la course ou des essais. Le pilote doit rejoindre son stand à vitesse réduite. Ce drapeau est à disposition du Directeur de Course et des Chefs de Poste et ne peut être présenté que sur ordre du Directeur de Course.

NOIR AVEC UN DISQUE ORANGE (FIXE) : Le coureur doit quitter la piste le plus rapidement possible. Ce drapeau est à disposition du Directeur de Course et des Chefs de Poste. Il ne peut être présenté que sur ordre du Directeur de Course.

NOIR ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Signal d'arrêt pour le motocycle portant ce numéro. Le pilote doit rentrer aux stands et ne pourra plus repartir.

Signaux de danger

JAUNE (AGITÉ) : Danger sur cette section de la piste, les pilotes doivent ralentir et être prêts à s'arrêter. Il est interdit de dépasser sous le drapeau jaune. Lors du tour d'inspection, il doit être présenté par le signaleur à l'endroit où il opérera pendant la course.

JAUNE AVEC BANDES VERTICALES ROUGES (FIXE) : Changement d'adhérence. Surface glissante quelle qu'en soit la cause. En cas de chute, si la machine est tombée sur la piste, même si elle a continué sa course dans le bac à graviers, présentation du drapeau jaune à bandes rouges simultanément avec le drapeau jaune, il sera retiré dès que le Chef de Poste aura vérifié qu'il n'y a pas de changement d'adhérence dû à la chute.

BLANC (AGITÉ) : Le drapeau doit être présenté quand un véhicule lent emprunte la piste, le dépassement du véhicule lent est autorisé. Le dépassement entre pilotes est interdit.

ROUGE AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ BLANCHE (FIXE) : Le drapeau doit être présenté quand un safety-car emprunte la piste, le dépassement du safety-car est interdit. Le dépassement entre pilotes est interdit.

Signaux d'information

BLEU (AGITÉ) : Signal de dépassement. Un coureur plus rapide cherche à vous dépasser, laissez le passage. Ce drapeau est un signal d'information, dont la présentation ou la non présentation n'engage pas la responsabilité des Commissaires de Piste. Il peut être également présenté simultanément avec le drapeau à damier si le pilote de tête est sur le point de dépasser un pilote attardé lors de l'arrivée d'une course, il signale au pilote attardé qu'il a encore un tour à effectuer.

VERT (FIXE) : La piste est libre de tout danger. Ce drapeau doit être présenté lors du premier tour des essais, du tour de reconnaissance, du tour de chauffe ainsi qu'au poste suivant un drapeau jaune.

BLANC AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ ROUGE (FIXE) : Il est présenté sur ordre de la Direction de Course lorsqu'il commence à pleuvoir en un point du circuit, si la pluie s'intensifie il sera accompagné du drapeau jaune à bandes rouges.

NATIONAL PRÉSENTÉ DEPUIS LE VÉHICULE DE DIRECTION DE COURSE : Fermeture de la piste aux non-compétiteurs.

NATIONAL (AGITÉ) : Signal du départ de la course. Lorsqu'un circuit est équipé de feux de départ, le Directeur de Course doit impérativement les utiliser. Ce n'est qu'en cas de défaillance des feux ou lors des épreuves d'endurance que ce drapeau peut être utilisé.

A DAMIERS NOIRS ET BLANCS (AGITÉ) : Fin de la course ou des essais.

A DAMIERS NOIRS ET BLANCS PRÉSENTÉ DEPUIS LE VÉHICULE DE DIRECTION DE COURSE : Ouverture de la piste aux non-compétiteurs.

Dans les disciplines Motocross

Signaux d'injonction

DRAPEAU ROUGE : Signal d'interruption d'une course ou d'une séance d'essai.

NOIR ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Pour le concurrent portant ce numéro, signal d'arrêt à son stand au prochain tour.

NOIR AVEC UN DISQUE ORANGE ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Le pilote portant ce numéro doit immédiatement quitter la piste.

Signaux de danger

JAUNE (IMMOBILE) : Danger, ralentir et défense de dépasser. Pour ne pas risquer de lui faire perdre sa signification, l'usage du drapeau jaune immobile ne devra pas excéder le temps nécessaire au dégagement de la route ou de la piste.

JAUNE (AGITÉ) : Danger grave, soyez prêt à stopper. Défense de dépasser. Le drapeau jaune agité est utilisé lorsque l'accident vient de se produire et s'il présente un certain caractère de gravité ou d'encombrement important de la piste.

JAUNE AVEC BANDES VERTICALES ROUGES (FIXE) : Utilisé dans les courses mixtes (Supermotard). Attention ! piste glissante, changement d'adhérence.

BLANC : Informe les concurrents que des moyens de secours humains ou matériels sont sur la piste. Danger grave, soyez prêt à stopper. Défense de dépasser. Ce drapeau est utilisé pour appeler les secours.

BLANC AVEC UNE CROIX ROUGE (FIXE) Supercross : Présence d'un blessé ou de personnel d'urgence sur le circuit. Réduire votre vitesse. Les sauts et les whoops doivent être négociés séparément et enroulés jusqu'à la sortie de la zone concernée.

Signaux d'information

BLEU (IMMOBILE) : Un concurrent de la tête de course rattrape un concurrent attardé et le suit de près.

BLEU (AGITÉ) : Un concurrent de la tête de course cherche à doubler un pilote attardé. Ce dernier doit garder sa trajectoire et le laisser passer.

VERT : Piste libre

NATIONAL : Signal du départ d'une course.

A DAMIERS NOIRS ET BLANCS (AGITÉ) : Signal d'arrêt à la fin de course ou de fin de séance d'essai.

Spécifique aux disciplines des Courses sur piste (Speedway - Grass-Track)

JAUNE AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ NOIRE (FIXE) : Annonce le dernier tour.

Présentation des drapeaux



Drapeau fixe



Drapeau agité en 8



Drapeau agité de haut en bas

GUIDON D'OR

Pour le guidon d'or le stage porte sur:

- Echauffement type avant de faire de la moto
- Connaître le rôle des officiels
- Connaître la signification de tous les drapeaux
- Planifier sa journée en fonction des horaires
- Reconnaître le circuit à pieds et en analyser le tracé
- Garder sa trajectoire en tournant la tête à droite puis à gauche
- Tenir debout en équilibre sur sa moto à l'arrêt (être + de 30s en équilibre sur 20m)
- Savoir maîtriser l'embrayage -
- Soulever la roue avant
- Soulever la roue arrière -
- Suivre de très près un autre pilote
- Apprendre à dégager la piste rapidement en cas d'arrêt de sa machine -
- Maîtrise du saut
- Réagir et maîtriser sa moto face à un signal
- Savoir effectuer un départ
- Etre capable de rouler le plus vite possible en 10mn
- Réaliser un geste technique dans sa discipline
- Effectuer un parcours d'adresse
- Vérifier le filtre à air, l'état des freins, régler ses leviers
- Vérifier les différents niveaux (essence, huile, eau, liquide freins)

Sur quoi porte l'examen théorique du guidon d'or?

Pour le guidon d'or : sur quoi porte l'examen théorique?

- Connaître le rôle des officiels
- Connaître la signification de tous les drapeaux
- Planifier sa journée en fonction des horaires

QUESTIONNAIRE GUIDON D'OR

1 : Quel est le rôle du Directeur de course :

- Diriger la course
- Donner le départ de la course
- Donner l'arrivée de la course
- Recevoir les réclamations
- Recevoir les déclarations d'accident

2 : Quel est le rôle du Commissaire sportif :

- Juger les réclamations
- Faire appliquer le règlement

3 : Quel est le rôle du chronométrateur :

- Effectuer les essais chronométrés
- Etablir la grille de départ
- Comptabiliser les manches

4 : Quel est le rôle du Commissaire technique

- Vérifier l'équipement obligatoire du pilote
- Vérifier la moto

5 : Quel est le rôle du Commissaire de piste

- Assure la sécurité de la piste à l'aide de drapeaux
- Nettoie la piste

6 : Quel est le rôle du délégué :

- S'assure de la conformité de l'épreuve

7 : Que signifie le drapeau vert :

- Que la piste est libre de rouler

8 : Que signifie le drapeau jaune fixe et que DOIT-on faire ? :

- Qu'il y a un danger sur la piste, on doit ralentir et interdiction de doubler

9 : Que signifie le drapeau jaune agité et que DOIT-on faire ? :

- Qu'il y a un danger grave sur la piste, on doit être prêt à stopper et interdiction de doubler

10 : Que signifie le drapeau blanc :

- Qu'il y a les secours sur la piste, on doit ralentir et interdiction de doubler

11 : Que signifie le drapeau bleu fixe et Que DOIT-on faire ? :

- Que le pilote en tête de course va me doubler, je regarde derrière moi et le laisse passer

12 : Que signifie le drapeau bleu agité et Que DOIT-on faire ? :

- Que le pilote en tête de course va me doubler, je dois m'arrêter et le laisse passer

13 : Que signifie le drapeau rouge et que DOIT-on faire ? :

- L'arrêt immédiat de la course ou de la séance d'essai

14 : Que signifie le drapeau noir à fond orange et que DOIT-on faire ? :

- On doit sortir de la piste immédiatement

15 : Que signifie le drapeau noir avec un numéro de pilote et que DOIT-on faire ? :

- Le pilote portant ce numéro doit s'arrêter au stand au prochain passage

16 : Que signifie le drapeau bleu blanc rouge et que DOIT-on faire ? :

- Départ de la course

17 : Que signifie le drapeau à damiers et que DOIT-on faire ? :

Fin de la course

18 : Que signifie le drapeau jaune a bande rouge verticale et que doit-on faire ? :

- Changement d'adhérence, je dois ralentir

MX-34.COM



Dans les disciplines Vitesse

Signaux d'injonction



DRAPEAU ROUGE (AGITÉ) : Arrêt de la course ou des essais. Le pilote doit rejoindre son stand à vitesse réduite. Ce drapeau est à disposition du Directeur de Course et des Chefs de Poste et ne peut être présenté que sur ordre du Directeur de Course.



NOIR AVEC UN DISQUE ORANGE (FIXE) : Le coureur doit quitter la piste le plus rapidement possible. Ce drapeau est à disposition du Directeur de Course et des Chefs de Poste. Il ne peut être présenté que sur ordre du Directeur de Course.



NOIR ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Signal d'arrêt pour le motocycle portant ce numéro. Le pilote doit rentrer aux stands et ne pourra plus repartir.

Signaux de danger



JAUNE (AGITÉ) : Danger sur cette section de la piste, les pilotes doivent ralentir et être prêts à s'arrêter. Il est interdit de dépasser sous le drapeau jaune. Lors du tour d'inspection, il doit être présenté par le signaleur à l'endroit où il opérera pendant la course.



JAUNE AVEC BANDES VERTICALES ROUGES (FIXE) : Changement d'adhérence. Surface glissante quelle qu'en soit la cause. En cas de chute, si la machine est tombée sur la piste, même si elle a continué sa course dans le bac à graviers, présentation du drapeau jaune à bandes rouges simultanément avec le drapeau jaune, il sera retiré dès que le Chef de Poste aura vérifié qu'il n'y a pas de changement d'adhérence dû à la chute.



BLANC (AGITÉ) : Le drapeau doit être présenté quand un véhicule lent emprunte la piste, le dépassement du véhicule lent est autorisé. Le dépassement entre pilotes est interdit.



ROUGE AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ BLANCHE (FIXE) : Le drapeau doit être présenté quand un safety-car emprunte la piste, le dépassement du safety-car est interdit. Le dépassement entre pilotes est interdit.

Signaux d'information



BLEU (AGITÉ) : Signal de dépassement. Un coureur plus rapide cherche à vous dépasser, laissez le passage. Ce drapeau est un signal d'information, dont la présentation ou la non présentation n'engage pas la responsabilité des Commissaires de Piste. Il peut être également présenté simultanément avec le drapeau à damiers si le pilote de tête est sur le point de dépasser un pilote attardé lors de l'arrivée d'une course. Il signale au pilote attardé qu'il a encore un tour à effectuer.



VERT (FIXE) : La piste est libre de tout danger. Ce drapeau doit être présenté lors du premier tour des essais, du tour de reconnaissance, du tour de chauffe ainsi qu'au poste suivant un drapeau jaune.



BLANC AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ ROUGE (FIXE) : Il est présenté sur ordre de la Direction de Course lorsqu'il commence à pleuvoir en un point du circuit, si la pluie s'intensifie il sera accompagné du drapeau jaune à bandes rouges.



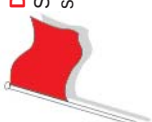
NATIONAL PRÉSENTÉ DEPUIS LE VÉHICULE DE DIRECTION DE COURSE : Fermeture de la piste aux non-compétiteurs.



A DAMIERS NOIRS ET BLANCS (AGITÉ) : Fin de la course ou des essais.
A DAMIERS NOIRS ET BLANCS PRÉSENTÉ DEPUIS LE VÉHICULE DE DIRECTION DE COURSE : Ouverture de la piste aux non-compétiteurs.

Dans les disciplines Motocross

Signaux d'injonction



DRAPEAU ROUGE : Signal d'interruption d'une course ou d'une séance d'essai.



NOIR ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Pour le concurrent portant ce numéro, signal d'arrêt à son stand au prochain tour.



NOIR AVEC UN DISQUE ORANGE ACCOMPAGNÉ D'UN NUMÉRO (FIXE) : Le pilote portant ce numéro doit immédiatement quitter la piste.

Signaux de danger



JAUNE (IMMOBILE) : Danger, ralentir et défense de dépasser. Pour ne pas risquer de lui faire perdre sa signification, l'usage du drapeau jaune immobile ne devra pas excéder le temps nécessaire au dégagement de la route ou de la piste.



JAUNE (AGITÉ) : Danger grave, soyez prêt à stopper. Défense de dépasser. Le drapeau jaune agité est utilisé lorsque l'accident vient de se produire et s'il présente un certain caractère de gravité ou d'encombrement important de la piste.



JAUNE AVEC BANDES VERTICALES ROUGES (FIXE) : Utilisé dans les courses mixtes (Supercross). Attention à la piste glissante, changement d'adhérence.



BLANC : Informe les concurrents que des moyens de secours humains ou matériels sont sur la piste. Danger grave, soyez prêt à stopper. Défense de dépasser. Ce drapeau est utilisé pour appeler les secours.



BLANC AVEC UNE CROIX ROUGE (FIXE) Supercross : Présence d'un blessé ou de personnel d'urgence sur le circuit. Réduire votre vitesse. Les sauts et les whoops doivent être négociés séparément et enroulés jusqu'à la sortie de la zone concernée.

Signaux d'information



BLEU (IMMOBILE) : Un concurrent de la tête de course rattrape un concurrent attardé et le suit de près.



BLEU (AGITÉ) : Un concurrent de la tête de course cherche à doubler un pilote attardé. Ce dernier doit garder sa trajectoire et le laisser passer.



NATIONAL : Signal du départ d'une course.



A DAMIERS NOIRS ET BLANCS (AGITÉ) : Signal d'arrêt à la fin de course ou de fin de séance d'essai.

Spécifique aux disciplines des Courses sur piste (Speedway - Grass-Track)



JAUNE AVEC UNE CROIX DE SAINT-ANDRÉ NOIRE (FIXE) : Annonce le dernier tour.

Présentation des drapeaux



Drapeau fixe



Drapeau agité en 8



Drapeau agité de haut en bas



FORMATION THEORIQUE

RÈGLEMENTATION SPORTIVE ET SÉCURITÉ EN COMPÉTITION (annexe I du décret du 14 déc. 88)

Elle porte sur :

- les règles de sécurité en compétition,
- la réglementation routière et sportive,
- la signification de la signalisation routière et sportive et notamment celle des drapeaux.

Remarques : les nouvelles dispositions en vigueur permettent à tous les élèves de collège de bénéficier d'une formation à la sécurité routière dans le cadre de la préparation au BSR (Brevet de Sécurité Routière). Il est conseillé de prendre connaissance du contenu proposé dans le cadre de l'ASSR (Attestation Scolaire de Sécurité Routière) afin de pouvoir répondre aux éventuelles questions sur la sécurité routière pour le CASM.

Validation : Le candidat devra répondre à 40 questions en 40 minutes.

Présentées sous forme de QCM (questionnaire à choix multiples), les questions pourront être illustrées par la projection de photos. Les QCM peuvent comporter plusieurs bonnes réponses...

Préambule :

L'obtention du Certificat d'Aptitude au Sport Motocycliste est obligatoire pour tout nouveau licencié (en compétition annuelle). Un minimum d'apprentissage de la machine et de connaissance de la réglementation sportive est de nature à permettre une diminution de l'accidentologie.

➤ Précisions sur les machines :

- ◆ Les machines exclusivement réservées à une utilisation en circuit fermé, ne sont pas homologuées pour un usage sur la voie publique (routes, chemins). C'est le cas du motocross ainsi que certaines machines de vitesse.
- ◆ Les motos de Trial et d'Enduro ainsi que certains modèles de quad sont homologués et immatriculés. Ils peuvent donc rouler sur la voie publique à condition que les pilotes soient titulaires du permis de conduire correspondant à la cylindrée de la machine pilotée (BSR pour les jeunes à partir de 14 ans) et respectent les règles du code de la route.

➤ Le sport moto respecte l'environnement :

Si vous souhaitez continuer à vivre votre passion, respectez les règles et les recommandations relatives à l'environnement prescrites par votre fédération et les organisateurs des manifestations sportives.

Bruit : Avoir une pratique respectueuse de l'environnement.
Avoir un système d'échappement conforme aux normes et en bon état.
Le bruit n'est pas synonyme de vitesse.

Pollution :

Maintenir sa machine en bon état et adopter les bons réglages afin d'éviter les émissions de fumée, les fuites d'huile,...
Ne pas déverser des produits pétroliers usagés.
Récupérer les emballages et conditionnements, même vides.
Respecter la nature et les autres, c'est le respect de soi-même.

➤ Le pilote, une mécanique humaine complexe :

- ◆ Le sport moto nécessite une bonne condition physique qui doit être entretenue.
- ◆ Avant de monter sur la moto, toujours penser à s'échauffer; cela diminue les risques de traumatismes articulaires et musculaires.
- ◆ La diététique améliore le rendement musculaire et la capacité de récupération.
- ◆ Se préparer psychologiquement améliore le self contrôle, la concentration et la motivation.
- ◆ Pratiquer un sport, c'est respecter les règles, les autres et soi-même. C'est rejeter la tricherie, la violence, le dopage.

N'oubliez pas que les éducateurs moto, Brevetés Fédéraux et Brevetés d'Etat ainsi que les dirigeants des clubs sont là pour vous renseigner et vous faire progresser techniquement et physiquement. N'hésitez pas à leur demander conseil.

1. Formalités à satisfaire le matin d'une épreuve

a. Le contrôle administratif :

Le pilote doit présenter :

- la licence en cours de validité,
- le CASM ou permis. Le permis de conduire ainsi que la carte grise et l'attestation d'assurance sont obligatoires pour les épreuves empruntant la voie publique (Trial, Enduro, Rallye Routier).

b. Le contrôle technique :

L'équipement du pilote et la machine doivent être conformes à la réglementation de la discipline.

* Eléments obligatoires selon les disciplines :
exemples

◆ la machine :

- freins en bon état de fonctionnement,
- béquille retirée,
- extrémités des guidons bouchées,
- leviers arrondis par des boules,
- récupérateur d'huile,
- retour correct de la poignée de gaz,
- coupe circuit,
- carter de protection de chaînes et de pignons,
- plaque numéro :
 - aux dimensions réglementaires,
 - couleurs conformes à la catégorie,
 - publicité interdite sur les plaques numéros.

Les conditions de délivrance de la licence sportive catégorie motocyclisme, pour les jeunes de 12 à 15 ans participants aux compétitions sont fixées dans les annexes 2 et 3 de l'arrêté du 14 décembre 1988 en fonction des disciplines et du véhicule utilisé. (voir tableaux ci-contre).

Attention : Ces règles constituent le minimum législatif à respecter.
Il convient, notamment pour la pratique en compétition au-delà de 15 ans, de se conformer aux règles techniques des manifestations, épreuves ou compétitions sportives motocyclistes.

Nota : le quad est intégré à la catégorie "Tout-terrain"

TYPES DE COMPÉTITIONS MOTOCYCLISTES	TYPE DE CYLINDRÉE EN FONCTION DE L'ÂGE DES PARTICIPANTS	
	12/13 ans	14/15 ans
TRIAL : épreuve de maniabilité	125cc maximum	250cc maximum
CIRCUIT : épreuve de vitesse	Cyclomoteurs de série (moins de 50cc)	Motocycles de série de 125cc maxi Cyclomoteurs améliorés (moins de 50 cc)
TOUT TERRAIN : enduro-motocross	Motocycles de série 90cc maxi ou cyclomoteurs améliorés (moins de 50cc)	Motocycles de série 125cc maxi Cyclomoteurs améliorés (moins de 50cc)

CATEGORIES D'ÂGE		TRIAL	CIRCUIT	TOUT TERRAIN
12/13 ans	Fréquence	12 zones maxi ; hauteur des obstacles : 70 cm maxi	3 courses maxi par jour avec 1 heure minimum d'arrêt entre chaque course	
	Longueur ou durée	12 km maxi, zones de 20m maxi	20 mn maximum	20 mn maximum
14/15 ans	Fréquence	15 zones maxi, pas de hauteur maxi des obstacles	3 courses maxi par jour avec 1 heure minimum d'arrêt entre chaque course	
	Longueur ou durée	15 km maxi, zones de 30m maxi	30 mn maximum	30 mn maximum



♦ l'équipement du pilote :

- casque homologué,
- bottes,
- gants,
- pantalon et pare-pierres (tout-terrain),
- maillot à manches longues (tout-terrain),
- cuir et protection dorsale (vitesse, supermotard, ...).

* Eléments conseillés pour le pilote en tout-terrain :

- lunettes, coquilles, genouillères, coudières.

Ces éléments sont obligatoires ou vivement conseillés pour la sécurité du pilote. Pour une épreuve organisée dans le cadre d'un championnat, il faut néanmoins vérifier que la machine et l'équipement soient conformes au règlement technique de ce championnat.

2. Le rôle des officiels

L'organisation d'une compétition officielle est confiée à un moto-club. Toute épreuve doit bénéficier d'une autorisation fédérale et préfectorale. Une équipe d'officiels veille au bon déroulement de l'épreuve et a un rôle bien précis.

a. Le Directeur de Course :

Il a tout pouvoir pour assurer la bonne gestion de la course et faire appliquer les décisions du jury, à ce titre il :

- peut interdire à un pilote de prendre le départ pour non conformité de la machine, suite au rapport du Commissaire Technique,
- donne le départ et l'arrivée de la course,
- décide de l'utilisation du drapeau rouge,
- peut à tout moment mettre en place toutes les mesures exceptionnelles de sécurité.

b. Le Commissaire Sportif : 3 par épreuve

- est chargé de faire appliquer le règlement,
- siège en jury et juge les réclamations.

c. Le Commissaire de Piste :

- est responsable de la signalisation (drapeaux) et de la sécurité sur le circuit.

d. Le Chronométrateur :

- établit les classements de l'épreuve en fonction soit des temps réalisés, soit de l'ordre d'arrivée.

e. Le Commissaire Technique :

- effectue les contrôles techniques des machines et de l'équipement du pilote avant l'épreuve et les vérifications en cas de réclamation ou sur demande du Directeur de Course.

f. Le Jury :

Composé d'au moins 3 membres, le jury détient tous les pouvoirs pour :

- contrôler l'application des règles sportives et de sécurité,
- statuer sur les réclamations sportives de la compétition,
- appliquer d'éventuelles sanctions (déclassement de l'épreuve, amendes...),
- approuver les résultats.

3. Les drapeaux en usage sur les circuits

Voir planche des drapeaux au dos du présent document.

4. Les arrêts sur circuits ou terrains

Seul le service de sécurité officiel peut intervenir (Commissaires de pistes, secouristes, médecin, safety-car).

En cas d'arrêt sur le circuit (panne, chute), il est strictement interdit de repartir en sens inverse de la piste, que ce soit à moto, en poussant ou à pied.

Si après un arrêt, la moto ne repart pas, il faut la dégager de la piste et la garer sur le côté.

Il est obligatoire de respecter les entrées et les sorties de piste.

5. Déclaration d'accident

- prévenir l'organisateur le jour de l'épreuve,
- prévenir l'assurance de la fédération au moyen du formulaire remis par l'organisateur dans les délais impartis ou par téléphone : 05. 56. 18. 12. 72 pour les licenciés FFM.



FORMATION PRATIQUE

MAÎTRISE DU VÉHICULE

Elle porte sur :

- le démarrage de la moto,
- la conduite en slalom,
- la montée et descente des vitesses,
- l'accélération et le freinage,
- la conduite en tours de circuit comportant des obstacles et autres difficultés d'une enceinte sportive.

L'examen pratique débute par une vérification technique de la machine et de l'équipement du pilote assimilable à un contrôle technique effectué sur la majorité des épreuves.

Si l'un de ces éléments (pilote moto ou quad) n'est pas conforme, le candidat ne pourra pas passer l'examen pratique.

Validation : Après cette vérification, le candidat participe à un échauffement d'une durée de 10 minutes sous la conduite de l'examineur. L'examen pratique débute alors sous forme de 5 ateliers.

Une note égale ou supérieure à 14 / 20 est nécessaire pour réussir la pratique.

Le niveau requis de maîtrise de la moto ou du quad pour passer la formation pratique du CASM nécessite une expérience de pilotage permettant la préparation aux 5 ateliers suivants.

Atelier 1 : Slalom lent décalé (4 points)

Atelier 2 : Couloir avec changement de trajectoire (3 points)

Atelier 3 : Equilibre (4 points)

Atelier 4 : Slalom rapide et test drapeaux (4 points)

Atelier 5 : Accélération / Freinage (5 points)

Nota : les personnes titulaires du permis "A" ou du guidon d'or FFM sont dispensées de la partie pratique.

Vous êtes titulaire du CASM

➡ Choisissez votre club : environ 1280 clubs sont affiliés à la FFM. Contact : Ligue Motocycliste Régionale ou www.ffmoto.org

➡ Le club vous aidera dans le choix de votre licence en fonction de votre âge, de la discipline, de votre niveau.

➡ Choisissez votre épreuve sur les conseils de votre club selon le calendrier du championnat.

➡ Prenez connaissance du règlement de l'épreuve choisie auprès du club organisateur.

➡ Retournez votre inscription au club organisateur dans les délais prévus.

➡ Présentez-vous le jour de l'épreuve aux vérifications d'usage (administrative et technique).

Fédération Française de Motocyclisme

74, avenue Parmentier 75011 PARIS

Tél. : 01.49.23.77.00 - Fax : 01.47.00.08.37

e-mail : ffm@ffmoto.com

Site Internet : www.ffmoto.org