

## Calendrier des balades et autres activités pour la saison 2020/2021



### Une balade est proposée chaque mois.

Les thèmes et les dates des balades vous seront confirmés par courriel, ainsi que les modalités d'inscription.

Les dates pourront être modifiées durant la saison (mauvais temps, etc...), dans ce cas vous serez prévenus de ces changements.

Les autres événements spécifiques (journée Inter-Casim, balade sur 2/3 jours, etc...) feront l'objet d'une communication particulière.

### Lors des balades organisées par la CASIM, les règles sont les suivantes :

- 1 - Des groupes de 5 à 6 maximum avec à leur tête un moniteur, aide-moniteur ou motard le plus expérimenté.
- 2 - Chacun aura une carte ou un road-book de la balade.
- 3 - Le groupe devra rouler en quinquonce.
- 4 - Interdiction de se dépasser sauf en cas de danger.
- 5 - Le dernier de chaque groupe devra porter un gilet (chasuble) fluo que la CASIM pourra fournir.
- 6 - Lors de ces balades, on roule en respectant le code de la route.
- 7 - Partir en balade avec le plein fait, et lorsque l'on s'arrête en groupe dans une station merci de se ranger correctement.
- 8 - Lorsque l'on doit se garer sur le bord de la route durant la balade, le faire en étant le plus vigilant possible afin de ne pas gêner les autres usagers.

### Important, info assurance :

La CASIM est assurée en Responsabilité civile pour les activités qu'elle organise. Seules les motos qu'elle met à la disposition des adhérents sont assurées par son contrat, qui couvre également les dommages en cas de blessure du pilote.

L'adhérent qui utilise son propre matériel devra être assuré, tant pour les dommages pouvant être causés aux tiers, que pour ses propres dommages matériels ou corporels.



Les règles sanitaires en vigueur liées au COVID19 seront bien évidemment respectées lors de nos activités, que ce soit pour les cours en salle ou les sorties en extérieur. Pour les cours en salle, nous tiendrons à votre disposition des masques pour celles et ceux qui n'en auront pas. Du gel hydroalcoolique sera aussi à disposition et la salle sera aménagée de façon à respecter les règles de distanciation sociale.

### Chaîne d'Amitié pour la Sécurité et l'Information des Motards

CASIM 29 (club affilié à la CASIM-France) - Siège social : Mairie de Kernevel • 29140 KERNEVEL

Tél : 06 87 43 98 51 • Site Internet : [www.casim29.bzh](http://www.casim29.bzh) • E-mail : [communication@casim29.bzh](mailto:communication@casim29.bzh)

Association Loi 1901 - JO du 30/07/1981 - Agrément Jeunesse et Sports 44 S 572 du 13/08/1984



## Calendrier des Cours de Perfectionnement Moto (CPM) SAISON 2020/2021

Les CPM sont ouverts aux motocyclistes roulant sur des deux roues de 125 cm<sup>3</sup> et plus. Ils se déroulent à Kernével sur les pistes du permis moto. Ils se composent d'une partie théorique en salle et d'une partie pratique sur plateau ou sur le réseau routier.

Les horaires des cours sont les suivants : de 14h00 à 17h00. seul le CPM Orientation se déroule sur la journée de 10h00 à 17h00.

Les séances sont encadrées par des moniteurs animateurs bénévoles de la Casim, assistés par des aides-moniteurs. La CASIM met à disposition des adhérents quatre motos pour exécuter certains exercices lors des CPM sur plateau.

Le contenu des CPM diffère pour les adhérents de 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année. Nous proposons ainsi des exercices adaptés à leur niveau et tenant compte de leur progression : CPM Maniabilité, équilibre, virages et trajectoires...

À l'issue de la saison des CPM, le Visa pour la Vie 1<sup>ère</sup> ou 2<sup>ème</sup> année permet de valider vos acquis. **Il est vivement conseillé de participer à tous les CPM. Mais n'abandonnez pas votre saison si vous avez manqué une ou plusieurs séances : nous organisons des CPM de révision pour les thèmes de technique moto.**

Soyez persuadés que la technique se travaille à chaque kilomètre. Vos moniteurs roulent et s'entraînent tout au long de l'année, sinon ils ne pourraient prétendre vous conseiller. Seule la répétition des gestes techniques permet d'acquérir un certain niveau qui vous permettra de rouler sereinement et de vous faire plaisir. Les réussir une fois ne signifie pas que vous y êtes.

Vous ne vous voyez pas rouler. Un œil extérieur, si.

Vos moniteurs sauront vous conseiller et vous accompagner dans votre progression.



## **26 Septembre : Conduite en groupe**

---

Se déplacer en groupe à moto impose le respect et l'application de plusieurs règles essentielles. Le matin, nous vous les présenterons et expliquerons. L'après-midi, le cours se poursuivra par une mise en situation sur le réseau routier.

La présence à ce CPM est obligatoire pour participer aux balades de la CASIM 29, qui ne sont ouvertes qu'aux deux roues nécessitant le permis A.

## **17 Octobre : Maniabilité et équilibre (après-midi)**

---

Nous commençons l'année par des notions et exercices de base : position sur la moto, manipulation des commandes, béquillage-débéquillage, maîtrise du déplacement à la main de sa moto. Faire les bons gestes, adopter les bonnes attitudes et postures simplifie la vie quotidienne à moto.

Vous apprendrez à contrôler l'équilibre de votre machine à basse vitesse, en réalisant des exercices de maniabilité. Nous aborderons les premières notions relatives au travail du regard, primordial à moto que ce soit à basse vitesse ou à vitesse normale.

**Un conseil : ne venez pas à ce CPM avec le plein de carburant, surtout si votre réservoir a une grande contenance. Vous rajouterez du poids inutilement et cela compliquera les exercices.**

## **7 Novembre : Virages et trajectoires (après-midi)**

---

Nous étudierons les données techniques (effet gyroscopique, force centrifuge, braquage inversé, caractéristiques de la moto), la position du pilote, les trajectoires de sécurité, le regard, etc... lors de la présentation théorique du matin.

Nous disposerons de la totalité de l'après-midi pour une mise en pratique sur le réseau routier, avec des programmes différenciés pour les adhérents de 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année. Ce CPM est très important.

## **21 Novembre : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (date et conditions d'accueil à confirmer)**

---

## **5 Décembre : Le Freinage (après-midi)**

---

Quelques données techniques, ainsi que les conseils pour optimiser et sécuriser vos freinages seront présentés en salle. Le cours théorique se poursuivra par des exercices sur plateau. A l'issue de ce CPM, vous ne freinerez plus de la même façon. Il est également très important.

## **19 Équipement du motard et de la moto (après-midi)**

---

Nous nous apercevons chaque année que bien des motards roulent sans protection suffisante. Pourtant l'éventail de produits qui leur est proposé est très large. Nous vous aiderons à décrypter les normes européennes, qui vous informent sur le degré de protection des équipements, et ainsi à faire le bon choix.

## **16 Janvier : Révision (après-midi)**

---

Nous vous proposerons des exercices différents du premier CPM, adaptés à vos progrès.

## **6 Février : Mécanique et entretien (après-midi)**

---

Nous essaierons de vous présenter de la façon la plus simple et ludique possible les grandes lignes de l'entretien et des contrôles préliminaires de votre moto, que vous devez effectuer, même sans aucune notion de mécanique.

## **27 Février : Secourisme (après-midi)**

---

S'ils sont disponibles, les pompiers de Rosporden vous proposeront un cours de secourisme. En salle, ils vous présenteront des gestes de premier secours et certains spécifiques à l'accidentologie à moto. Une mise en situation pour maîtriser la sécurisation des lieux d'un accident, et le déclenchement des secours complètera l'après-midi.

## **20 Mars : Révisions virages et trajectoires (après-midi)**

---

Une deuxième séance dans l'année sur ce sujet inépuisable n'est pas superflue.

## **10 Avril : Partage d'expérience (après-midi)**

---

Nous aborderons différents thèmes sur un sujet également très vaste (conduite en ville, en campagne, infrastructures, accidentologie, équipements de protections...). Nous vous donnerons des conseils sur les pièges à éviter pour mieux vivre la moto au quotidien. Ce CPM peut aussi être l'occasion d'échanges sur les expériences de chacun, sur des sujets que vous souhaitez aborder.

## **1<sup>er</sup> Mai : Orientation (journée)**

---

À l'issue de ce CPM, vous saurez lire correctement une carte, vous orienter sans tourner en rond. Un exposé en salle vous présentera les notions théoriques. Un moniteur accompagnera un petit groupe, pour les expliquer sur le terrain en deuxième partie de matinée. L'après-midi, un rallye d'orientation vous permettra de vérifier vos acquis du matin.

## **22 Mai : Révision Visa (après-midi)**

---

Deuxième révision générale en vue du Visa pour la vie 1 et 2.

## **19 Juin : Visa pour la vie 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année (journée)**

---

Dans la détente et la bonne humeur, nous vous proposerons plusieurs épreuves à la fois pratiques et théoriques afin d'obtenir votre Visa pour la vie. Ces épreuves reprennent le contenu des CPM de l'année. Un rallye vous est proposé l'après-midi. N'oubliez pas d'amener votre casse-croûte

## **Le CAMABC**

Les titulaires du **Visa pour la Vie 2<sup>ème</sup> année** peuvent devenir moniteurs de la CASIM. Après une année en tant qu'aide moniteur, ceux qui le souhaitent peuvent se présenter au CAMABC (Certificat d'Aptitude de Moniteur Animateur Bénévole de la Casim).

L'examen se compose de deux épreuves de maîtrise de la moto, de deux épreuves de pédagogie et d'un QCM sur le monde de la moto, qui reprend les thèmes abordés lors des CPM. Le jury est composé de moniteurs de la CASIM, d'inspecteurs du permis de conduire, de gendarmes des brigades motorisées, et du Monsieur Moto du département dans lequel se déroulent les épreuves.

Les candidats sont préparés par les moniteurs de la CASIM 29.

La chaîne est ainsi préservée.

