

RÈGLEMENT DU TOUR

Sécurité sur la route

Pendant le rallye-vélo (Biketour) vous roulez toujours individuellement ou en petit groupe. Cela signifie donc aussi qu'il n'y a pas de piste fermée. Vous roulez dans le trafic et devez respecter le code de la route. Assurez-vous du parfait état de votre vélo : pneus impeccables, freinage irréprochable. Portez un casque de vélo. Portez toujours un gilet de sécurité fluorescent pour la visibilité. Soyez très attentifs dans la circulation ! Vous êtes l'usager de la route le plus faible et beaucoup d'automobilistes ne sont pas habitués aux cyclistes et ne les respectent donc pas. Utilisez de préférence les pistes cyclables. Faites attention lors que vous traversez, veillez à la distance entre vous et les voitures avant de traverser. Attention aux obstacles sur la route (petits poteaux, bordures de trottoir,....)

Les accompagnateurs du rallye-vélo (Biketour) sont reconnaissables à leur gilet de sécurité bleu.

Règles de circulation

Respectez toujours le code de la route ! Vous n'avez aucune priorité sur les autres usagers de la route sauf indication contraire.

Contrôle de la sécurité des participants

Afin d'être en mesure de contrôler la sécurité des participants à tout moment, on vous demandera de cocher votre nom sur la liste de présence qui vous sera présentée à chaque ravitaillement en casse-croûte pour les pique-niques. L'organisation saura ainsi quand un participant est en difficulté durant le rallye-vélo. N'oubliez donc pas svp ! Si votre nom n'est pas coché, l'organisation saura qu'il faudra aller à votre recherche.

Navigation GPS

L'utilisation d'un GPS est prévue durant tout le rallye-vélo. En cas de perte ou de dommage, cet appareil sera facturé. La valeur du GPS est de 119 euros. Mais peut-être n'êtes-vous pas habitué à utiliser avec un GPS pour le vélo ? Vous pouvez aller à la table d'enregistrement pendant le petit-déjeuner pour vous en faire expliquer le fonctionnement. Économisez la batterie, ou les piles ! Ne mettez pas le rétro-éclairage à 100%. Éteignez votre GPS pendant le pique-nique et le ravitaillement. Le GPS redémarrera automatiquement sur le bon itinéraire. Éteignez certains appareils si vous roulez en groupe. Vous pouvez demander de nouvelles piles ou, le cas échéant, une batterie, aux points de ravitaillement ou à tout

accompagnateur-cycliste, quand elles sont épuisées. Attendez que le GPS soit complètement épuisé avant de remplacer la batterie. Avec une batterie faible, vous pouvez continuer pendant 1 ou 2 heures. Si nécessaire demandez de nouvelles batteries au ravitaillement ou à un accompagnateur-cycliste (gilets bleus) mais ne les remplacez pas immédiatement. À l'arrivée à l'hôtel dans la soirée, placez le GPS dans le chariot à bagages. Le GPS pourra alors être équipé de nouvelles batteries (le cas échéant) et l'itinéraire sera réglé pour le jour suivant. Vous préférez utiliser votre propre GPS ? Envoyez-nous un courriel et nous vous fournirons l'itinéraire.

Itinéraire

Une liste d'itinéraires vous sera distribuée au début. Vous trouverez sur cette liste toutes les informations nécessaires à propos du rallye-vélo, des pique-niques, des ravitaillements, ainsi que les numéros de téléphone importants.

Ravitaillement et pique-nique

Lorsque vous aurez roulé un quart du voyage, un ravitaillement ou un pique-nique vous sera fourni. Nous essayons de répondre à tous vos souhaits; nous fournissons l'eau, les boissons sportives et de petits snacks. Les pique-niques se composent de petits pains garnis et de légumes. Par temps froid nous prévoyons de la soupe pendant la pause-déjeuner. Nous vous fournissons régulièrement des snacks, mais nous vous conseillons également d'apporter des snacks, des barres et des boissons énergisantes au cas où vous auriez des difficultés.

Toilettes en route

Il y a toujours une toilette proche à midi pendant le pique-nique. Ce n'est pas toujours le cas aux étapes du matin et de l'après-midi. Sur le chemin du rallye-vélo, il y a en outre de nombreux cafés et parfois même des toilettes publiques. N'hésitez donc pas à boire un café ou autre chose et à utiliser les toilettes publiques. Les points de ravitaillement avec WC sont indiqués sur l'itinéraire du rallye.

Réparation de vélos, dépannage et matériel de réparation

En cas de panne, vous pourrez compter sur un service de réparation mobile. Nous n'avons pas toutes les pièces détachées pour tous les types de bicyclettes, bien entendu. Il est possible que nous devions nous rendre ensemble chez un réparateur de vélos. Nous ferons tout pour vous aider à récupérer votre vélo au plus vite après une panne. Chaque matin entre 8 et 9 heures, vous pourrez aller au point de réparation de vélos. Il se trouvera dans le véhicule de dépannage à côté de la voiture à bagages. Le

point de réparation du vélo peut effectuer de petits réglages ou des petites réparations, mais il ne faudra pas en attendre une intervention majeure. Nous vous conseillons de faire vérifier votre vélo par un réparateur professionnel avant le rallye-vélo. Apportez du matériel pour réparer un pneu dégonflé, car cela ne peut être exclu pendant ce long trajet. Equipez-vous de 2 chambres à air de rechange, des rustines, et d'une pompe à vélo. L'un des participants pourra peut-être vous aider. Le numéro du service de dépannage est répertorié sur la feuille de route. Enregistrez-le également dans votre téléphone.

Médecin et soins médicaux

Les accompagnateurs ont un sac de premiers secours. En cas d'accident ou d'état grave, vous devrez appeler les services d'urgence au numéro 112. En cas de petite blessure, vous pourrez compter sur l'un des accompagnateurs ou sur un médecin. Le médecin suit les cyclistes toute la journée dans une voiture de surveillance. Chaque soir, le médecin sera aussi disponible pour des soins et des consultations. Souffrez-vous de l'une ou l'autre maladie et prenez-vous des médicaments ? Informez-en l'organisation à l'avance afin que le médecin puisse en tenir compte. Vous trouverez le numéro de téléphone du médecin sur la feuille de route :

Liste des bagages

- 2 shorts de vélo (de préférence avec traitement antibactérien)
- Chemises de sport (portez la chemise de l'organisation)
- Des vêtements confortables pour le soir
- Gilet de sécurité fluorescent, casque de vélo, une pompe à vélo, rustines, 2 chambres à air de la bonne dimension pour votre vélo
- Bidon ou poches d'hydratation d'au moins 1 litre
- Snacks énergisants
- Médicaments personnels
- Sac-à-dos ou sac de bicyclette pour transporter vos affaires.

Gardez vos bagages aussi compacts que possible. Tous les bagages doivent être placés dans les véhicules.

Comptez un sac par personne jusqu'à 8 kilos. Nous séjournons dans des hôtels trois étoiles avec toutes les commodités habituelles (serviettes, draps de lit).

À bientôt!