



Programme de formation REMC tel que livret d'apprentissage (Référentiel pour l'Education à une Mobilité Citoyenne)

1 MAITRISE LE MANIEMENT DE LA MOTO A VITESSE PLUS ELEVÉE, HORS CIRCULATION	2 APPREHENDER LA ROUTE ET CIRCULER DANS DES CONDITION NORMALES	3 CIRCULER DANS DES CONDITIONS DIFFICILES ET PARTAGER LA ROUTE AVEC LES AUTRES	4 PRATIQUER UNE CONDUITE AUTONOME, SURES ET ECONOMIQUE
1. Connaître et adopter les comportements sécuritaires en matière d'équipement du motard.	13. Connaître respecter les règles de circulation.	21. Evaluer et maintenir les distances de sécurité.	30. Suivre un itinéraire de manière autonome.
2. Connaître la conception de la moto, ses principaux organes, les principales commandes et le tableau de bord.	14. Rechercher la signalisation, les indices utiles et tenir compte (notamment ceux spécifiques à la conduite des deux roues).	22. Croiser, dépasser, être dépassé.	31. Préparer et effectuer un voyage longue distance en autonomie.
3. Maitriser et déplacer la machine (sans l'aide du moteur).	15. Positionner le véhicule sur la chaussée et choisir la voie de circulation.	23. Négocier les virages de la façon la plus sécurisante.	32. Connaître les principaux facteurs de risque, ceux plus pacifiques à la conduite des motos et les recommandations à appliquer.
4. Adopter une position de conduite sécuritaire sur la machine – Descendre de la machine en sécurité.	16. Adapter l'allure aux situations.	24. Communiquer avec les autres usagers.	33. Connaître les comportements à adopter en cas d'accidents : Protéger, Alerter, Secourir.
5. Démarrer et s'arrêter en toutes circonstances.	17. Être en mesure de s'arrêter ou de stationner et de repartir en sécurité.	25. Connaître les caractéristiques des autres usagers et savoir se comporter à leur égard avec respect et courtoisie.	34. Connaître les dispositifs d'aide à la conduite du véhicule (ABS, aides à la navigation, régulateur, limiteur de vitesse).
6. Monter et rétrograder les rapports de vitesse.	18. Tourner à droite et à gauche.	26. Connaître les particularités des véhicules lourds et savoir se rendre visible.	35. Avoir des notions sur l'entretien, le dépannage de la moto.
7. Maîtriser la réalisation d'un freinage.	19. Détecter, identifier et franchir les intersections suivant le régime de priorité.	27. S'insérer, circuler et sortir d'une voie rapide.	36. Pratiquer l'écoconduite.
8. Connaître les incidences du regard sur la trajectoire et la stabilité.	20. Franchir les ronds-points et les carrefours à sens obligatoires.	28. Conduire dans une file de véhicule et dans une circulation dense.	
9. Tenir l'équilibre, maintenir la stabilité et guider la moto (sans et avec passager).		29. Conduire quand l'adhérence et la visibilité sont réduite	
10. Maîtriser l'utilisation de l'embrayage (sauf transmission automatique).			
11. Maîtriser les techniques d'inclinaison.			
12. Maîtriser un freinage d'urgence.			