

Interaction

Ex 3 Se croiser dans un couloir de 1,50m de large

Sur du plat

On démarre avant le couloir, on prend un peu de vitesse et on regarde devant soi au moment du croisement. Puis progressivement on cherche à regarder le cycliste au moment du croisement.

On regarde LOIN. On freine avec les DEUX FREINS.

L'exercice est bien fait si ...

L'élève adapte son allure pour quelle soit ni trop lente, ni trop élevée.
L'élève arrive à garder sa trajectoire même lors du franchissement quand son regard se pose sur l'autre cycliste.

Objectifs pédagogiques

Mieux gérer l'environnement. Être capable de dissocier regard et direction du vélo