

J'apprends la moto et je 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

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

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.



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
- Être 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 ?