

# Freestyle – Bike: Level 1 – Comportement

Durant une excursion en VTT, des règles sont à respecter à l'égard de l'environnement et des autres usagers, afin de ne pas écorner l'image des bikers.

1. Respecte les promeneurs lorsque tu les dépasses ou les croises. De nombreuses pistes de VTT sont aussi des pistes de randonnée. D'une manière générale, les randonneurs ont toujours la priorité.
2. Referme les barrières et les portes des enclos une fois que tu les as traversées, pour que le bétail ne s'échappe pas.
3. Fais attention à la faune et à la flore. Reste bien sur les pistes balisées. En faisant des virées sauvages dans la forêt et les champs, tu ne fais pas seulement du mal aux animaux et aux plantes, tu nuis aussi à l'image des autres amoureux de BMX.
4. Ne freine pas en bloquant tes roues. C'est mauvais pour la piste comme pour ton matériel.
5. Fais attention à ne pas laisser de débris derrière toi. Chaque village possède des points de collecte des ordures qui te permettront de protéger la nature et les montagnes.
6. Un bon équipement est essentiel. Casque, gants, protection contre la pluie et contre le soleil appartiennent à l'équipement de base. Dans les montagnes, le temps peut changer très rapidement. Il est donc important de bien planifier ta virée à vélo.
7. Inscris quelque part le numéro d'urgence 112.

---

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**