

Guide des conseils et de la pratique du quad

Consignes :

Les quads ne sont pas des jouets. Des blessures graves peuvent être provoquées par une utilisation incorrecte des quads, mais avec une bonne préparation et de l'entraînement, vous pouvez développer et améliorer en toute sécurité vos compétences de conduite. La conduite de quads peut être une forme agréable de divertissement de plein air lorsqu'elle est effectuée correctement.

Les quads se conduisent différemment des autres véhicules, comme par exemple, les motos et les voitures.

Pour conduire en toute sécurité, veuillez lire et suivre les conseils pour piloter un quad.

Conseils pour le pilote du quad :

Les informations qui vont suivre ont pour but de vous aider à piloter d'une manière sûre votre quad.

- **Le casque :** Votre casque est l'équipement de protection le plus important pour une conduite en toute sécurité. Un casque permet d'éviter des blessures graves à la tête. Il doit être ajusté avec précision et être fixé solidement. La protection des yeux doit être assurée quel que soit le type de casque.

- **La position de conduite :** Une position de conduite correcte vous facilite l'utilisation des commandes et vous permet de réagir plus rapidement lors du changement de position du poids de votre corps. Une position correcte en ligne droite est obtenue de la façon suivante :

- § La tête et les yeux levés, le regard bien en avant.
- § Les épaules détendues, les coudes légèrement pliés vers l'extérieur, éloignés de votre corps.
- § Les mains sur le guidon.
- § Les genoux entrés vers le réservoir d'essence.
- § Les pieds sur les repose-pieds, les orteils pointant droit en avant.

Posez toujours les deux mains sur le guidon et les deux pieds sur le repose-pied de votre quad pendant la conduite. Le fait d'enlever même une main ou un pied peut réduire votre aptitude à contrôler le quad ou pourrait vous faire perdre votre équilibre ou vous faire tomber. Si vous enlever un pied du repose-pied, votre pied ou votre jambe risque d'entrer en contact avec les roues arrière, qui pourraient vous blesser ou provoquer un accident.

Les pilotes de quad sont des pilotes actifs ; pour améliorer la performance de votre quad, vous devez changer de position du poids de votre corps. Ceci est particulièrement vrai au cours de manœuvres, par exemple, lors de virages, des montées, des descentes et le franchissement d'obstacles.



- **Le principe des virages :** Les principes suivants de la technique de virage s'appliquent au quad piloté à des vitesses faibles à modérées.

§ Déplacer votre corps en avant et vers l'intérieur du virage.

§ Tournez le guidon tout en regardant dans la direction du virage.

Lorsque vous augmentez la vitesse ou que votre virage est raccourci, déplacez le poids de votre corps plus loin vers l'intérieur du virage afin de maintenir votre équilibre.

Si votre quad commence à basculer pendant le virage, inclinez votre corps plus loin dans le virage tout en réduisant progressivement l'ouverture des gaz et en faisant un virage plus grand si possible.



- **La conduite en côte :**

Grimper une côte : Le fait de grimper une côte incorrectement pourrait provoquer une perte de contrôle ou un renversement de votre quad.

La clé pour grimper une côte est de maintenir votre poids vers le haut en permanence.

Lorsque vous approchez une montée, vous devez :

§ Maintenir vos pieds fermement sur le repose-pied.

§ Accélérer avant de grimper une côte, de sorte que vous puissiez maintenir votre élan.

§ Lorsque vous vous approchez de la montée, relevez-vous en avant sur la selle ou mettez-vous debout et positionnez votre torse par-dessus les roues avant.



Si vous commencez à reculer :

§ Maintenir votre poids en montant et appliquez le frein avant uniquement pour éviter le basculement du quad en arrière.

§ Lorsque vous vous êtes arrêté complètement, appliquez le frein arrière puis ensuite le frein de stationnement et descendez du côté montant ou vers un côté si vous êtes pointé dans le sens de la montée.

Descendre une côte : Vérifier toujours soigneusement le terrain avant de commencer la descente. Choisissez un parcours aussi droit que possible pour la descente, avec un minimum d'obstacles. Déplacer le poids de votre corps vers l'arrière.

Pour la descente :

- § Déplacer le poids de votre corps vers l'arrière dans le sens de la montée.
- § Maintenez un bas régime.
- § Freinez progressivement du frein arrière.
- § Regardez devant vous.



Traverser une pente : Lorsque vous traversez une côte au lieu d'aller directement en montant ou en descendant, il s'agit d'une traversée. Parfois lorsqu'une côte est raide, il est nécessaire de monter ou de descendre en traversant.

La traversée d'une côte demande une attention particulière. Evitez des pentes dont les surfaces sont excessivement glissantes, rugueuses ou meubles.

Voici certaines consignes de base pour traverser :

- § Maintenez vos deux pieds fermement sur les repose-pieds.
- § Inclinez votre corps supérieur en montant
- § Lors de la conduite sur terrain meuble, vous pouvez être amené à maintenir vos roues avant légèrement en montée afin de maintenir votre quad sur une ligne droite à travers la côte.
- § Si votre quad commence à basculer, tournez les roues avant en descendant si le terrain le permet.
- § Evitez de faire des changements brusques des gaz.

- Lire le terrain :

Un pilote expérimenté n'aura pas de problème pour bien manier le quad et éviter des situations dangereuses. Apprenez à lire la piste pendant votre balade. Un pilote expérimenté regarde bien en avant de la piste. Sachez ce qui va arriver ; soyez préparé longtemps avant d'y arriver. Soyez constamment vigilant des dangers. N'utilisez jamais un quad à des vitesses excessives. Allez à une vitesse appropriée au terrain, à la visibilité, aux conditions d'utilisation et à votre expérience. Soyez toujours prudent lorsque vous utilisez un quad, en particulier lors de l'approche de côtes, virages, obstacles, et lors de la conduite sur un terrain inconnu.