

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
- Etre 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 ? :

- Changement d'adhérence, je dois ralentir

