**Bureau :**

Place du 9 Juin 1944

53100 MAYENNE

**Piste privée :**

262 Rue de la Peyennière

53100 MAYENNE

02.43.04.37.77

06.07.36.43.04

Agrément n° E1705300020

du 17 Février 2017

**LES BONNES POSITIONS A ADOPTER**

**LES PIEDS :**

La partie la plus large du pied sur le repose-pied pour avoir un bon équilibre

**LES GENOUX :**

Ils doivent être bien collés et serrés contre le réservoir pour faire corps avec la machine

**LE DOS :**

Il doit être bien droit pour éviter un tassement des vertèbres

**LE CORPS :**

Il doit être légèrement penché en avant

**LES BRAS:**

Ils doivent être légèrement fléchis pour pouvoir tourner, manœuvrer avec aisance, et amortir les à-coups

**LES POIGNETS**

Ils doivent être dans l’alignement des avant-bras, pas trop haut car en cas de chocs à l’avant, je risque de passer par-dessus la moto, ni trop bas car je risque de les casser

**LA TETE:**

Elle doit être droite, le regard loin et large, voir vite et juste

**IMPORTANT :**

Je dois être inscrit dans un triangle de sécurité, pour ne pas modifier le centre de gravité



***TRIANGLE DE SECURITE :***

*Axe de roue avant*

*Axe de roue arrière*

*Sommet du casque*

*Centre de gravité*