BMC L'ECOLE DE PILOTAGE MOTO®

Stage Initiation & Perfectionnement

Se faire **Plaisir** en toute **Sécurité**

Circuit de DIJON PRENOIS

Stage **DIJON** MOTO SCHOOL

➜ 1er jour :

07h30-08h30 : Accueil, inscriptions et café

08h30-09h10 : Briefing sécurité, déroulement du stage et trajectoires

09h10-09h20 : Constitution des groupes et pression des pneus

10h00-10h20 : Confirmés = Run échauffement / Débutants = Atelier Position

10h20-10h40 : Débutants = Run échauffement / Confirmés = Atelier Position

10h40-11h00 : Confirmés = Run mise en rythme / Débutants = Atelier Trajectoire

11h00-11h20 : Débutants = Run mise en rythme / Confirmés = Atelier Trajectoire

11h20-11h40 : Confirmés = Run Prise de repère / Débutants = Atelier Trajectoire

11h40-12h00 : Débutants = Run prise de repère / Confirmés = Atelier Trajectoire

12h00-13h30 : Pause déjeuner

13h30-15h15 : Exercice 1 sur le circuit

15h15-17h00 : Exercice 2 sur le circuit

17h00 : Correction vidéo et atelier châssis

18h00 : Apéritif

➜ 2ème jour :

08h30 : Accueil café

08h45 : Briefing

09h00-09h20 : Run Confirmés

09h20-09h40 : Run Débutants

09h40-12h00 : Exercice 3 sur le circuit

12h00-13h30 : Pause déjeuner

13h30-13h50 : Run Confirmés

13h50-14h10 : Run Débutants

14h10-16h00 : Exercice 4 sur le circuit

16h00-16h30 : Run Confirmés

16h30-17h00 : Run Débutants

17h15 : Débriefing fin de stage et remise de diplôme

- Horaires à adapter en fonction des conditions météorologiques

Drapeau Vert
Piste Libre

Drapeau Jaune
Danger sur cette section de piste
Les pilotes doivent ralentir
Il est interdit de doubler

Drapeau Rouge
Arrêt de la séance
Les pilotes doivent rejoindre les stands à vitesse réduite
Il est interdit de doubler

Drapeau Jaune & Rouge
Changement d'adhérence
Redoubler de vigilance et faire attention

Drapeau à damier
Fin de séance
Retour aux stands

circuit dijon prenois
TECH SOLUTIONS SENA Bihr elf TCX FOCUS ON BOOTS
brembo SHARK MICHELIN ASSURANCE MOTO SERVICE 0 820 311 111 moto revue .com
SUZUKI