



Pour les trajets de moins de dix kilomètres, le vélo est souvent le moyen le plus rapide de voyager. Découvrez la liberté et l'indépendance que le vélo peut offrir aux personnes de tous âges!

Soyez actif aujourd'hui en utilisant votre vélo pour aller au travail ou pour aller faire vos courses. Faire de l'activité physique tous les jours aide à maintenir votre niveau de forme physique et peut aider prévenir les maladies cardiaques et le diabète.

Obtenez des itinéraires à vélo sur Google Maps.

Planifiez votre itinéraire en cliquant sur « Itinéraires », puis sur l'icône du vélo. Cela vous permettra de trouver les sentiers, les trajets et les pistes cyclables situés dans votre région.

Aucun short de vélo n'est requis. Le vélo, c'est pour tout le monde! Vous pouvez rouler à votre rythme et dans vos vêtements de tous les jours.

Tous les autobus du GRT disposent d'un porte-vélos. Si le porte-vélos est plein, deux vélos peuvent aussi entrer dans l'autobus si l'espace le permet. Allez sur www.grt.ca pour apprendre comment utiliser le porte-vélos des autobus.

Apportez votre vélo sur le réseau ION. Les vélos sont autorisés dans les trains ION si l'espace le permet. Veuillez tenir votre vélo en tout temps.

En vertu du code de la route

de l'Ontario, les vélos sont des véhicules et les cyclistes ont les mêmes droits et devoirs que les conducteurs de voiture.

Pour de plus amples renseignements, visitez la page sur la sécurité à bicyclette du ministère des Transports à : www.mto.gov.on.ca.

Pour permettre aux enfants de développer les compétences nécessaires à la conduite sur la route, les vélos dont le diamètre des roues est égal ou inférieur à 50 centimètres peuvent rouler sur le trottoir, mais il faut descendre de son vélo pour traverser un passage pour piétons.



Pour bâtir la confiance de votre famille, suivez un cours de conduite à vélo BÉCANE!

Visitez www.canbikecanada.ca pour trouver un cours près de chez vous.

Pour plus de détails, veuillez visiter la page sur le cyclisme de la Région de Waterloo :

www.regionofwaterloo.ca/cycling
519-575-4400



Conseils et règles pour la conduite d'un vélo sur la route

Le port du casque est recommandé pour les adultes et est obligatoire pour les enfants de moins de 18 ans.

Une clochette est requise.

Portez des vêtements appropriés aux conditions météo et privilégiez les vêtements multi-couches.

Les protège-ailes vous aideront à rester au sec.

Utilisez des sacoches de vélo pour les objets lourds.

Un porte-bidon peut être utile lorsque vous avez soif.

Votre vélo doit être muni d'un feu blanc à l'avant et d'un feu rouge ou d'un réflecteur à l'arrière lorsque vous roulez en soirée.

Rouler sur la route

- Roulez en file indienne et avec le flux de la circulation, sauf si une signalisation indique le contraire.
- Roulez à un mètre du trottoir pour éviter les grilles et les débris.
- Votre vélo doit être muni d'un feu blanc à l'avant et d'un feu rouge ou d'un réflecteur à l'arrière lorsque vous roulez en soirée.
- Soyez prévisible : conservez votre trajectoire et signalez vos mouvements.
- Vous devez respecter tous les panneaux de signalisation et les feux de circulation.

Rouler sur les sentiers

- Roulez sur le côté droit du sentier.
- Cédez le passage aux piétons et signalez votre présence avec votre clochette.
- Vous devez descendre de votre vélo avant de traverser un passage pour piétons.

Faire du vélo à proximité du train léger ION

- Regardez dans les deux sens et ne traversez la voie ferrée qu'aux endroits désignés.
- Traversez toujours la voie à angle droit pour éviter les chutes.
- Les voies ferrées sont faites pour les trains; ne roulez jamais le long d'une voie ferrée.
- Faites preuve d'autant de prudence avec les trains ION qu'avec les autres véhicules.

