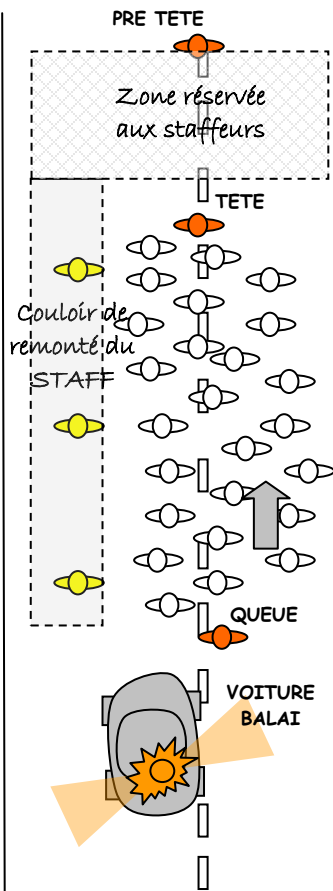


Je ne dépasse pas  
La personne  
de tête en gilet  
ORANGE

Toujours laisser  
un passage sur  
la gauche pour  
la remontée des  
staffeurs

C'est pour cela  
que vous  
entendez  
souvent  
"Serrez à droite"  
ou  
"Staff à gauche"



## Pour participer à la Rando du vendredi, vous devez :

- Avoir un minimum d'endurance,
- Savoir freiner,
- Avoir du matériel en état,
- Avoir **+ de 16 ans** ou être accompagné d'un adulte,
- Randonnées sur route : trottoirs interdits, réservés aux vrais piétons pour une fois !

Participation libre  
mais si vous souhaitez  
soutenir l'association,  
adhérez !



## 2 rendez-vous hebdomadaires

### ➤ Le Mercredi

19h45 à la Fosse aux Ours  
Rando Trottoirs pour initiés

### ➤ Le Vendredi

20h45 Place de l'Europe,  
Lyon 6<sup>ème</sup> Prox. La Part-Dieu  
Rando en groupe sur la chaussée

Association loi 1901 n° 06991042763  
33, rue Bossuet 69006 Lyon



## LA RANDO du vendredi

Rendez-vous 20h45

Place de l'Europe  
Angle Rue Garibaldi Rue Vauban

Gratuit et ouvert à tous



Pour tous renseignements vous pouvez  
nous contacter :

06 23 41 72 19



[www.macadamroller.com](http://www.macadamroller.com)

[macadamroller@macadamroller.com](mailto:macadamroller@macadamroller.com)

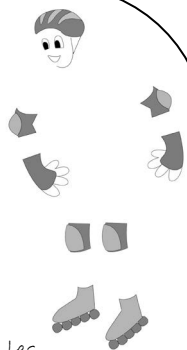
Rouler autrement !

## Pour ma sécurité

Je mets mes protections  
et je m'habille de couleurs  
claires pour être visible,  
sauf jaune car c'est la couleur  
du staff



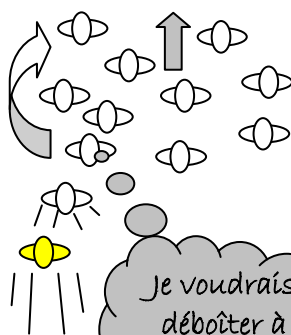
Je respecte les  
consignes données  
par le Staff



## Je ne fais pas de queue de poisson



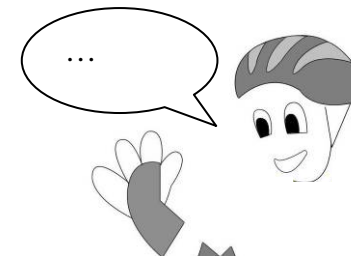
Je pense à  
jeter un  
coup d'œil  
au dessus  
de mon  
épaule,  
pour savoir  
si la voie est  
libre



Je voudrais  
déboîter à  
gauche

En cas de danger j'avertis oralement les  
personnes qui suivent

- Plaque !
- Trou !
- Câble !
- Rails !



ON S'ARRETE  
ON RALENTIT

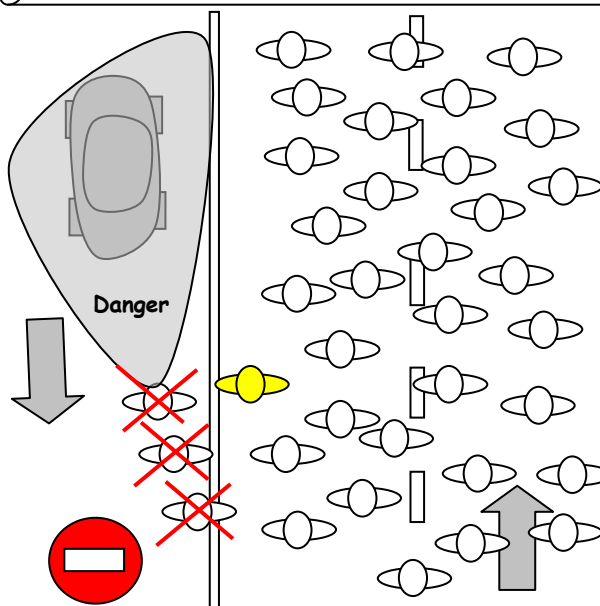
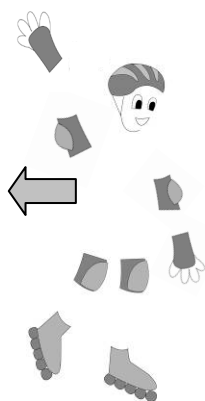
JE LEVE LES BRAS  
Jusqu'à l'arrêt total

Pour prévenir les personnes  
derrières moi et leur permettre  
de s'arrêter à temps



ON PREND UN VIRAGE

JE LEVE LE BRAS  
du côté où je tourne  
et  
J'INDIQUE LA DIRECTION



Ne pas doubler le staff par la  
gauche !

Respecter le code de la route

Les staffeurs sont là pour votre sécurité,  
mais aussi en cas de besoin.  
N'hésitez pas à demander de l'aide

J'ai peur  
de ne pas maîtriser  
ma vitesse dans la  
descente !



Si vous voyez quelqu'un en  
difficulté, n'hésitez pas à lui  
proposer votre aide

C'est l'esprit...

