

Recyclage maîtrise – Eco-Conduite – (1 journée)

Objectif de la formation : d'avoir une conduite éco-responsable

Timing :

08h30 : Accueil du groupe
08h45 : Café/viennoiseries
09h00 : Apports théoriques
10h00 : Ateliers de conduite sur la piste
12h00 : Débriefing de la matinée
12h30 : Pause Déjeuner
13h45 : Apports théoriques
14h45 : Conduite sur route ouverte
16h45 : Débriefing de la journée
17h00 : Fin de formation

Ce qui est compris dans l'offre :

> Apports théoriques en salle
> Ateliers de conduite sur circuit
> Ateliers de conduite sur route ouverte
> Privatisation du circuit asphalte
> Véhicules : Citroën DS3 et Mégane 4
> Moniteurs diplômé BPJEPS

Pour plus d'informations :

www.teampilotage.fr

Contact : 04 77 55 47 27

E-mail : contact@teampilotage.fr

Circuit Paddock 42 - 3A Formation

Parc de l'Orme - Les sources

42160 Andrézieux-Bouthéon

Programme du matin :

- **Installation / La gestuelle du volant**
 - Position de conduite
 - Calage du pied gauche
 - Gestuelle du volant et contrôle du véhicule
 - Projection du regard et anticipation
- **Le Freinage et la maîtrise de l'adhérence**
 - Etude de la physique automobile liée au freinage
 - Le freinage progressif et le freinage dégressif
 - Freinage en fonction de l'adhérence (précaire-haute)
 - Le freinage et les évitements d'obstacles
- **Les trajectoires :**
 - Étude de la physique automobile liée aux trajectoires
 - Étude des trajectoires en courbe, virage et épingle
 - La trajectoire idéale et la trajectoire sécuritaire
 - Adapter sa trajectoire sur sa voie de circulation
- **La gestion de la motricité :**
 - Le dosage de l'accélérateur
 - Le risque de patinage

Prérequis :

- Permis B obligatoire
- En cas de handicap, nous pouvons vous diriger vers des organismes adéquates
- Organisation des formations du lundi au vendredi sous 1 mois
- Evaluation : questionnaires individuel début et fin de journée

Programme de l'après-midi :

- Les fondamentaux de la conduite Eco-responsable
- Le conditionnement à une conduite responsable
- Adapter sa conduite aux conditions environnementales
- La conduite anticipative et la conduite intuitive
- Notions de régime moteur / couple / puissance
- Influence de la gestion des rapports (BVM/BVA)
- Les trains roulants et la liaison à la route
- Les aides électroniques et l'Eco-conduite
- Les véhicules connectés au secours de l'Eco-conduite
- **Parcours de synthèse**
 - Vérification des acquis
 - Débriefing de la journée

Débriefing de la journée :

Échange avec les stagiaires et l'équipe pédagogique, chaque participant aura un résumé de sa progression et acquisition des techniques enseignées ainsi que les points sur lequel il devra rester vigilant.

Tarif :

400€ HT / stagiaire

