

# 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](http://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**

