



**ETAPE DE SYNTHESE 1 :  
MAITRISER LA MOTO A ALLURE LENTE (HORS CIRCULATION)**

- a) Phénomène moto : connaissances.
- b) Connaître les principaux organes de la moto, les principales commandes et le tableau de bord.
- c) Maîtriser le poids de la machine (sans l'aide du moteur).
- d) Se positionner sur la moto
- e) Démarrer et s'arrêter
- f) Tenir l'équilibre, être stable et guider la moto
- g) Utiliser la première et deuxième vitesse
- h) Ralentir et freiner à faible allure

**ETAPE DE SYNTHESE 2 :  
MAÎTRISER LA MOTO A ALLURE NORMALE (HORS CIRCULATION)**

- a) Monter et rétrograder les vitesses.
- b) Freiner à allure normale
- c) Incliner pour virer et tourner. Avoir des notions sur la dynamique de la moto
- d) Être stable avec passager. Freinage de précision - Technique d'inclinaison
- e) Maîtriser la moto en situation d'urgence. Savoir freiner d'urgence - Savoir éviter un obstacle

**ETAPE DE SYNTHESE 3 :  
CHOISIR LA POSITION SUR LA CHAUSSEE, FRANCHIR  
UNE INTERSECTION OU Y CHANGER DE DIRECTION**

- a) Connaître et respecter les règles de circulation
- b) Respecter la signalisation.
- c) Rechercher les indices utiles
- d) Utiliser toutes les commandes. Avoir automatisé cette coordination et cet enchaînement
- e) Adapter sa vitesse aux situations

- f) Choisir la voie de circulation
- g) Maintenir les distances de sécurité
- h) Franchir les différents types d'intersection et y changer de direction

**ETAPE DE SYNTHESE 4 :  
CIRCULER DANS DES CONDITIONS NORMALES SUR ROUTE ET EN  
AGGLOMERATION**

- a) Évaluer les distances et les vitesses
- b) Evaluer les distances d'arrêt
- c) S'arrêter, stationner
- e) Croiser, dépassé, être dépassé
- f) Négocier un virage
- g) Savoir se comporter à l'égard des diverses catégories d'usagers
- h) Suivre un itinéraire

**ETAPE DE SYNTHESE 5 :  
CONNAITRE LES SITUATIONS PRÉSENTANT DES DIFFICULTÉS PARTICULIÈRES**

- a) S'insérer dans une circulation rapide
- b) Conduire en agglomération, dans une circulation dense
- c) Conduire dans une file de véhicules
- d) Adapter la conduite à des conditions où la visibilité est réduite, notamment la nuit
- e) Adapter la conduite à des conditions où l'adhérence est réduite.
- f) Conduire en montée et en descente
- g) Avoir des notions sur les effets de la fatigue.
- h) Avoir des notions sur les effets de l'alcool
- i) Avoir des notions sur le comportement en cas d'accident
- j) Savoir entretenir le véhicule, diagnostiquer une panne et éventuellement la réparer