



Cet enseignement permet la délivrance d'une attestation de suivi de formation

Elle se compose de 3 phases :

- 2 heures de théorie,
- 2 heures de pratique hors circulation (« sur plateau »)
- 3 heures de pratique en circulation.

► A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation de 7 heures est mise en place pour les titulaires du permis B depuis plus de 2 ans qui souhaitent conduire une motocyclette légère (de 50 à 125 cm³) ou un tricycle à moteur (L5e).

Cette formation de 7 heures n'est pas restrictive dans le temps. Elle concerne tous les titulaires du permis B souhaitant acquérir une motocyclette de cylindrée comprise entre 50 et 125 cm³ ou un tricycle à moteur L5e, quelle que soit l'année d'obtention du permis.

Pour prétendre à cette formation, il faut avoir obtenu le permis B depuis au moins deux ans mais néanmoins, elle peut être suivie un mois avant la date anniversaire des 2 ans d'obtention de la catégorie B du permis de conduire.

Les titulaires du permis B ayant assuré et utilisé une motocyclette légère ou un tricycle au cours des cinq années précédant le 1^{er} janvier 2011 sont exemptés de cette formation.

► L'équipement adapté et obligatoire :

- un casque homologué E,
- des gants homologués (avec les 2 pictos ci-contre présents),
- un blouson ou une veste à manches longues,
- un pantalon long solide (jogging refusé),
- des bottes ou des chaussures montantes couvrant la malléole



► La formation pratique et théorique de 7 heures en détail

L'objectif de cette formation est de familiariser le futur conducteur avec ce type de véhicule. Ces sept heures de théorie et de pratique sont également une occasion unique de réfléchir au comportement et à la place que chacun occupe au milieu de la circulation. La formation met en avant l'importance de la prise de conscience des risques et la nécessité de respecter les règles. Elle insiste également sur les avantages qu'il y a à adopter une conduite apaisée, respectueuse des autres et de l'environnement.

- 2 heures de théorie

Sur les 7 heures de formation, 2 heures sont attribuées à un enseignement théorique.

Son programme débute par une analyse des accidents les plus caractéristiques impliquant les motocyclettes légères et les tricycles à moteur. Il se prolonge avec des conseils qui permettent d'appréhender les pièges de la route, comme la conduite sous la pluie ou de nuit.

- 2 heures de pratique hors circulation

Ces 120 minutes sont consacrées à la prise en main du véhicule et aux vérifications indispensables :

Niveau d'huile, pression et usure des pneumatiques, poignée de gaz, système de freinage... La personne en formation apprend à démarrer en toute sécurité, à bien positionner son corps pour assurer un meilleur équilibre grâce à une juste répartition du poids, à monter et à descendre les vitesses, à anticiper les manœuvres de freinage et d'évitement et à s'arrêter. Le futur usager d'une motocyclette légère ou d'un tricycle à moteur est enfin sensibilisé à bien positionner son regard avant de virer ou de tourner. Il est ensuite formé à tenir l'équilibre à petite vitesse avec et sans passager, en ligne droite et en virage.

- 3 heures de pratique en circulation

Cette dernière partie de la formation de 7 heures se fait en et hors agglomération.

À l'issue des 180 minutes, le conducteur doit être capable d'adapter sa vitesse aux circonstances de la circulation, de choisir la bonne voie, de bien se placer sur la chaussée en fonction notamment des angles morts des véhicules lourds. Il devra savoir franchir une intersection, changer de direction et dépasser en toute sécurité en tenant compte du phénomène d'aspiration. Il doit enfin savoir négocier un virage en toute sécurité.