

Prévention des accidents en cyclisme sur piste



Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- veillent à ce que la piste soient propres et libres de tout obstacle.
- veillent à ce que tous les participants aient pris connaissance des règles de comportement de base à respecter sur la piste.

Sécurité personnelle

Les monitrices et moniteurs J+S

- contrôlent les vélos et l'équipement avec les participants.
- s'assurent que les protections nécessaires soient portées correctement (par exemple casque, gants).

Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et moniteurs J+S

- effectuent toujours un échauffement spécifique.
- veillent à adapter l'intensité d'entraînement, notamment après une pause (p. ex. suite à une blessure ou à une maladie).
- choisissent des formes d'organisation claires et adéquates.
- prévoient des pauses (apports énergétiques et liquidiens).
- veillent à ce que les règles en vigueur sur place soient respectées.

Sport des enfants

Les monitrices et moniteurs J+S

- vérifient notamment que les cadres des vélos sont adaptés aux enfants.