RAPPORT D'ACTIVITE

SAISON 2011 – 2012

Historique

Depuis 1981, la **CASIM** (Chaîne d'Amitié pour la Sécurité et l'Information des Motards) s'attache à améliorer la formation et la sécurité des motards, quelle que soit la cylindrée de leur machine.
Fondée à Nantes en Loire-Atlantique en 1981, la CASIM a d'abord « essaimé » dans le Grand Ouest, en Pays de Loire et en Bretagne, puis au fil des années, en Bourgogne.
En 2009, ce fut au tour de Paris et de l'Île-de-France (CASIM75)
Une équipe de motards franciliens a mis en place les structures nécessaires aux activités d'une association départementale, membre de la CASIM-France.

La CASIM 77 est une association régie par la loi du 1er juillet 1901.
Association : CHAINE D'AMITIE POUR LA SECURITE ET L'INFORMATION DES MOTARDS DE LA SEINE ET MARNE – CASIM 77.
Identification WALDEC : W772002569
No de parution : 20110027
Département (Région) : SEINE-ET-MARNE (Île-de-France)
Lieu parution : Déclaration à la préfecture de Seine-et-Marne
No d'annonce : 936
Paru au Journal Officiel des Associations du : 02/07/2011

La CASIM 77 est née de la scission de la CASIM75 qui a donné naissance à la CASIM77 et la CASIM78. Cela a été nécessaire au vu de l'affluence de motards désirant bénéficier de la formation CASIM.
La CASIM77 voit son influence s'étendre sur les départements de Paris, Seine et Marne, Seine Saint Denis, Essonne et Val de Marne.

La CASIM 77 est le seul organisme à proposer dans cette région d'influence :

- des formations post-permis de perfectionnement de conduite moto ;
- tout au long de l'année, au moins une fois par mois ;
- ouvertes à toutes les motos de 125 cm3 et plus ;
- ouvertes à tous les motards, parisiens, franciliens et provinciaux ;
- à prix associatif (55 euros par an) ;
- encadrées par des formateurs bénévoles.

Ces cours de perfectionnement moto (CPM) constituent un cursus complet de formation sur deux ans.
La première année de formation débouche sur un examen appelé « Visa pour la Vie » de niveau 1, la seconde sur le Visa 2.
A l'issue de ces deux ans, l'adhérent peut, s'il le souhaite, suivre une troisième année de formation spécifique qui débouche sur l'examen du CAMABC (Certificat d'Aptitude de Moniteur-Animateur Bénévole de la Casim), lui permettant de devenir à son tour formateur pour la CASIM.

Les objectifs de la CASIM

L'information

L'information auprès des motards est un souci permanent de la CASIM, en participant à des salons, forums ou autres initiatives locales ou régionales, mais aussi en publiant des plaquettes, en participant à des émissions (radios / télévision) ou encore grâce à ses relations privilégiées avec la presse écrite.

La CASIM développe de plus en plus son impact médiatique, valorisant ainsi ses actions lui permettant de se faire connaître et reconnaître.
L'exemple le plus récent est le développement des sites Internet.

L'éducation

Chaque Association a mis en place des Cours de Perfectionnement Moto (CPM). Ces séances sont encadrées par des bénévoles compétents, tels que professionnels de la conduite (Directeurs et Moniteurs de moto écoles), Pilotes, Membres adhérents ayant passé avec succès les examens prévus, ainsi que par des Policiers, des Gendarmes motocyclistes appartenant aux Brigades motorisées des départements concernés.

S'étalant à raison d'environ 10 séances d'Octobre à Septembre, les stages permettent aux participants d'approfondir leurs connaissances pratiques et théoriques de la moto : maniabilité, freinage, contre-braquage, mais aussi mécanique, secourisme et orientation. Ils sont validés par un contrôle intitulé « Visa pour la vie » afin de vérifier les acquis de chacun pour rendre possible l'accès à un niveau supérieur.

En effet, la progression des CPM est prévue sur **trois ans**, pendant lesquels la difficulté va croissante. Les stagiaires de 3ème année peuvent, s'ils le souhaitent, devenir Aide Moniteur et après un stage pratique, théorique et pédagogique, passer à l'issue de cette 3ème année, le CAMABC (Certificat d'Aptitude Moniteur Animateur Bénévole CASIM).

Les activités dites de « Détente et de Loisirs »

Chaque CASIM peut organiser des sorties à thèmes, des séances d'initiation à d'autres sports, des rallyes, randonnées, balades, mini-raids…, et participer à des journées inter – CASIM. Il s'agit, au cours de ces activités, de redécouvrir le plaisir de rouler tous ensemble, tout en respectant les règles de sécurité et en mettant en pratique les acquis des séances « CPM »

Adhésion à une association CASIM

- Membre actif, CA, Bureau, Moniteurs : 25,00 €
- Membre actif + Stages (CPM) : 55,00 €

Le bureau

Président : Maxime M.

Membre fondateur et ancien secrétaire de la CASIM 75 (première CASIM en Île-de-France), Maxime remplit les fonctions de président de la CASIM 77, de secrétaire adjoint et de vice-président de la CASIM-France.

Détenteur du CAMABC (**C**ertificat d'**A**ptitude de **M**oniteur-**A**nimateur **B**énévole de la **C**asim), Maxime participe activement aux CPM en tant que **Moniteur** et à l'encadrement des balades.

Secrétaire : Cédric A.

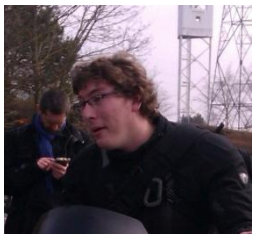
Il prend en charge la gestion des adhésions et le travail administratif de l'association.
Il est motocycliste de la Police Nationale et ancien renfort moniteur à l'école moto de la Préfecture de Police de Paris.

Trésorière : Muriel B.

Membre fondateur et ancienne trésorière de la CASIM 75, ancienne secrétaire et responsable du dossier Fondation Norauto de la Casim-France, Muriel est déléguée auprès de la Casim-France.

Les commissions

Commission Formation



L'organisation des cours est assurée par **Félix M.**

Félix est membre adhérent depuis la 1ère saison de la CASIM 75 et officie en qualité d'aide-moniteur. Il est devenu moniteur en cours de saison 2011-12 en passant avec succès le CAMABC.

Il est assisté par **Frédéric M.** et **Cédric A.**

Membre adhérent de la CASIM 75 depuis la 1ère saison, Frédéric officie également en qualité d'aide-moniteur.

Commission Loisirs

Les balades sont organisées par **Raymond P.**

Après une saison passée à la CASIM 75, Raymond rejoint les rangs de la Casim 77.

Commission Communication

La communication interne et externe de l'association est assurée par **Muriel B.**

Elle est assistée par **Noël G.** et pour la communication numérique par **Thomas M.**.

Noël adhère à la Casim 77 après une année passée à la CASIM 75 en tant que stagiaire et responsable de la commission communication.

Thomas, adhère également à la CASIM 77 après une année passée à la CASIM 75.

Le conseil d'administration

Il est composé de Maxime, Cédric, Muriel, Félix, Frédéric, Raymond et Noël.

Les moniteurs

Détenteur du CAMABC (**C**ertificat d'**A**ptitude de **M**oniteur-**A**nimateur **B**énévole de la **C**asim), **Maxime** participe activement aux CPM en tant que Moniteur et à l'encadrement des balades.

Motocycliste de la Police Nationale, ancien renfort moniteur à l'école moto de la Préfecture de Police de Paris, **Cédric**, participe tant aux CPM qu'à l'encadrement des balades.

Félix a officié en qualité d'aide-moniteur jusqu'en Avril 2012, date à laquelle il a réussi son examen du CAMABC.

Christophe P., détenteur du BEPECASER et moniteur moto-école, est également intervenu sur quelques CPM.

Les aides moniteurs

Félix M., Daphnis L., Antonio M. et Frédéric M. ont assisté les moniteurs cette saison

Les Cours de Perfectionnement Moto

7 types de CPM existent à la CASIM 77.

CPM Maniabilité

Pour rouler en sécurité le pilote doit savoir manier son véhicule. Lors des CPM de maniabilité nous nous exerçons à contrôler notre véhicule sans l'aide du moteur (pour les manœuvres), à allure lente (pour slalomer entre les obstacles), à allure normale (pour avoir en permanence le contrôle de la moto).

Ces exercices sont réalisés sur des terrains d'entraînement fermés sur lesquels nous disposons différents parcours de difficultés croissantes : slalom, le carré, le huit, l'escargot…

Les compétences à développer sont :

- le placement du regard,
- la maîtrise du point de patinage,
- la position sur la moto et les appuis.

CPM Freinage

Bien que nous considérions qu'il vaut mieux éviter un obstacle que de freiner n'importe comment, lorsque la circulation est très dense, le freinage est bien souvent la seule solution. Cependant, il faut savoir freiner, ni trop fort (blocage) ni pas assez (collision).

Le CPM freinage a pour objectifs de comprendre les concepts théoriques d'un freinage, des distances d'arrêt et de s'exercer au freinage le plus court possible et au freinage/évitement. Nos aires d'exercices sont des grands parkings déserts ou les aires d'entraînements de moto-écoles.

Les compétences acquises sont :

- connaissance théorique de la distance d'arrêt (et donc de sécurité) et de ses paramètres,
- le freinage dégressif,
- la répartition avant/arrière,
- le transfert de masse.

CPM Virages : positions et trajectoires

Les virages sont une source importante de plaisir à moto. Par contre c'est une situation à risques: manque de visibilité, trajectoire et adhérence aléatoire …

Nous proposons de découvrir la théorie et la pratique de la prise de virages :

- La force centrifuge et l'effet gyroscopique
- La position sur la moto
- La trajectoire de sécurité (adoptée par les motocyclistes de la Gendarmerie)
- L'importance du regard
- Les étapes de la prise de virage (**E**ntrée, **D**écouverte, **S**ollicitation, **R**eprise de stabilité)

Lorsque nous le pouvons, nous organisons un CPM sur circuit, cadre idéal pour la mise en pratique dans des conditions optimales de sécurité.

CPM Conduite en groupe

Rouler en groupe fait partie des nombreux plaisirs de la moto. Cependant, rouler à plusieurs dans de bonnes conditions de sécurité pour nous et pour les autres, nécessite de fixer des règles et de s'exercer.

En effet rouler en « paquet » sans respecter les distances de sécurité est tout aussi dangereux que de rouler en file indienne avec un groupe s'étalant sur une centaine de mètres.

Lors des CPM de roulage en groupe, nous partageons les bonnes pratiques de cette activité (quinconce, rouler dans sa demi-voie, signification des signes, organisation dans le groupe, …) et nous nous exerçons à les mettre en pratique.

Les compétences acquises sont :

- Maintenir sa position sur la chaussée
- être attentif devant et derrière
- rouler en quinconce
- anticiper les changements d'allure et de trajectoire
- communiquer dans le groupe

Nous pratiquons les exercices sur des parkings fermés ou des routes peu fréquentées et les balades sont l'occasion de mettre en pratique nos acquis.

CPM Règlementation

Lorsqu'on roule souvent en région parisienne, il devient évident qu'un rappel de la réglementation s'impose, certains ayant tendance à oublier les règles.

Lors de cet atelier théorique, nous proposons une explication de texte des principaux articles du code de la route régissant la pratique de la moto.

Les objectifs sont de :

- rappeler les interdictions et expliquer leur utilité (une règle comprise est mieux acceptée),
- comprendre les zones « d'ombres » du code de la route et leur interprétation,
- rappeler les risques physiques, judiciaires et financiers liés aux infractions courantes à moto.

CPM Mécanique et entretien

La maîtrise du véhicule et la sécurité à son guidon passent aussi par la connaissance de son fonctionnement. De plus la plupart des entretiens courants ne nécessite pas de compétence particulière.

Cependant se lancer seul dans la maintenance d'une moto peut s'achever avec un véhicule inutilisable ou dangereux. Nous proposons donc de découvrir les principes de fonctionnement de la moto, les opérations de maintenance simple et les vérifications des éléments de sécurité.

Les opérations présentées sur la moto de l'association sont :

- Entretien de la chaîne secondaire (nettoyage, graissage, tension),
- Vidange huile moteur (y compris que faire de l'huile usagée),
- Remplacement des éléments filtrants (huile et air),
- Remplacement des bougies,
- Purge du liquide de frein,
- Vérification des éléments de freinage (plaquettes, disques),
- Vérification de la partie cycle.

CPM Secourisme

Malheureusement les motards sont souvent victimes d'accidents corporels.

Cependant la proportion de la population formée au secourisme en France est faible.

Nous proposons d'apprendre les bons réflexes et les techniques de base permettant d'éviter de se mettre soi-même en danger et de sauver des vies :

- **P**rotéger (soi-même et les autres)
- **A**lerter
- **S**ecourir (théorie et pratique)

Cet atelier est animé par un professionnel de la formation au secourisme ou un professionnel de l'urgence (SAMU, Pompier, …)

Activités année 2011-2012

L'association ayant été créée en Juin 2011, elle a démarré ses activités au mois d'Octobre 2011. Les inscriptions ont été ouvertes en Août 2011.
Avec la présence initiale de seulement deux formateurs, un effectif maximal de 50 stagiaires a été décidé par le bureau. Ce quota a été atteint dès le mois d'Septembre 2011. De nombreuses inscriptions n'ayant pu être acceptées. Il est à noter que nous recevons de nombreuses demandes d'inscription en cours d'année (la liste d'attente à fin Juin 2012 est de 30 personnes).

Entre octobre 2011 et Juillet 2012, dans le cadre des formations de conduite post-permis moto, 9 cours de perfectionnement ont été organisés, soit un volume de formation de quatre-vingt dix heures.
Sur la même période se sont tenues 7 balades et une session d'examen organisée par la Casim 77 elle-même.
Les stagiaires ont pu participer à plusieurs journées de formation organisées par des partenaires extérieurs pour lesquels nous sommes relais:

- la journée de sensibilisation organisée le 21 Avril 2012 par les Red Knigts.
- la journée organisé par l'EDSR Oise à Beauvais les 12 et 13 Mai
- les journées moto de sensibilisation aux risques routiers organisées par la gendarmerie moto de la Marne sur le site de formation de Mourmelon (Marne) les 23 et 24 juin 2012
- La journée « 2 roues » organisée par la police du Val d'Oise le 26 Juin 2012

L'équipe de formation de la Casim 77 a animé, conjointement avec la Casim 78, 7 ateliers de sécurité moto sur les sites du constructeur automobile Renault.
La Casim 77 est également l'interlocuteur de la Direction Départementale des Territoires de Seine et Marne lors de réunions de concertation sur la sécurité routière.

Ces actions ont été possibles grâce à l'aide de plusieurs partenaires :.
1. Grâce aux premiers versements d'une subvention de fonctionnement accordée par la **Fondation Norauto** (et plafonnée à 4.000 euros), nous avons pu acquérir une moto d'occasion de type ER5 munie des protections d'auto-école ainsi que d'un ensemble de plots et de piquets, des talkie-walkie, un ordinateur portable et un vidéoprojecteur.
2. Parallèlement, l'association s'engage en Juin 2012 dans une procédure administrative de reconnaissance d'intérêt général auprès des services des impôts.
3. La société **ALLOMAT** pour l'utilisation sur certains CPM de son réfectoire.
4. La Direction Départementale des Territoires 77 qui nous a permis de trouver un site d'entrainement.

Une commande groupée de gilets airbag a été organisée avec la CASIM 78 en partenariat avec la société Hit Air.

Les Cours de Perfectionnement Moto

Octobre 2011 : CPM 1 : Maniabilité

Ce 1er CPM s'est déroulé à Réau, dans le 77 le 1er Octobre 2011. Le rendez-vous était fixé à l'ARCOTEL de l'aire de repos La Galande/La Sablière (sur l'A5b)

Ce CPM sera dirigé par Maxime et Cédric en tant que moniteurs ainsi que par 2 moniteurs de la Casim78 venus en renfort. 3 policiers motocyclistes assisteront nos moniteurs ainsi que 3 aides moniteurs.

Le président, Maxime, a présenté, à l'aide d'un PowerPoint, l'historique de la Casim-France, des Casim départementales et celui de la 1ère Casim en IDF… la C75 qui, forte de son succès et parce qu'elle a maintenant des moniteurs internes, s'est scindée en deux afin d'accueillir plus de stagiaires et a donc donné naissance à la Casim 77 et à la Casim 78.

Ensuite, plus de 40 motos se sont rendues sur la piste de formation. Cette piste sert de lieu de formation moto et mesure 6,80 m de large et 300m de long sur un bitume super entretenu. Le CPM de la matinée a démarré par un échauffement qui a consisté à rouler tout au long de la piste en conduisant d'une main, les 2 pieds levés, debout sur les 2 repose-pieds, une jambe posée sur la selle, les 2 pieds sur le même repose-pied afin que chaque participant se rende compte des points d'appuis nécessaires à la conduite d'une moto. Nous avons ensuite poursuivi par une course de lenteur qui permet de commencer à rechercher le « point de patinage » qui sera un point clé de la maniabilité à basse vitesse.

L'après-midi, cinq ateliers ont été montés, avec une graduation de complications : faire des ronds dans un carré, deux « huit » simple et plus complexe. Ces exercices permettent de placer le regard lors de demi-tours.

Novembre 2011 : CPM 2 : Maniabilité à vitesse lente et moyenne + Conduite en groupe

Ce dimanche 6 novembre, le premier CPM commun des CASIM d'Ile de France s'est déroulé sur les parkings de l'ancienne cité administrative de Bobigny

Pour la journée, 2 thèmes sont prévus :

- Conduite en groupe
- Maniabilité a vitesse lente & moyenne

Une soixantaine de stagiaires (62 motos) se sont retrouvés sur place accompagnés d'une dizaine d'encadrants internes CASIM (Moniteurs, Visas 2) et externes (Motards de la Police Nationale).

2 groupes sont formés : d'un côté les plus expérimentés ou les plus à l'aise en maniabilité, de l'autre, les nouveaux adhérents des 2 CASIM de cette saison.

Chacun des groupes exécutera toutes les activités prévues.

En ce qui concerne la maniabilité, les encadrants mettent en place les différents exercices, les stagiaires pourront s'entrainer sur un slalom alternant vitesse moyenne et lente, faire des cercles à l'intérieur d'un carré, faire des 8 entre les plots et sur un parcours en double 8.

Pour aider les moins expérimentés, un atelier de travail du point de patinage se met rapidement en place en parallèle des autres.

Pour les stagiaires dont c'est la première fois, la découverte des parcours de maniabilité se fait avec plus ou moins d'aisance.

Pour les plus expérimentés, les encadrants augmentent la difficulté en réduisant l'écart entre les plots.

Pour la partie Conduite en groupe, les encadrants commencent par un cours théorique sur le comportement à tenir.

Une mise en situation est organisée par avec les motos des policiers présents pour que tout le monde se rende compte de l'intérêt de rouler en formation « quinconce ».

Des petits groupes de stagiaires sont mis en place, encadrés par 2 moniteurs.

Le premier exercice pratique consiste à un aller-retour, 2 motos en parallèle, bras gauche tendu afin de rouler en confiance avec un binôme et d'apprendre à réguler sa vitesse sur un partenaire.

Un focus est également fait sur la technique de stationnement dans le cas d'une arrivée en groupe sur un parking. Cela afin de limiter le temps de parking et d'augmenter la sécurité de tous.

Après une pause permettant de vérifier que tout le monde à bien retenu la technique de stationnement en nombre, les groupes partent pour un parcours en ville et dans la circulation.

Le parcours alterne zone urbaine, succession de ronds-points, changement de files et entrées et sorties d'autoroute.

Décembre 2011 : CPM 3 : Virages (théorie) + Freinage + Maniabilité

Rendez-vous est donné le 4 Décembre dans une salle communale de Maisons-Alfort face aux locaux de la Gendarmerie Nationale. Une trentaine de Casimirs participent à cette journée

Christophe, ancien casimir qui depuis a passé son BEPECASER mention moto assistera Maxime. Le cours du matin portera sur la théorie sur la prise de virages. Le principe retenu par la CASIM77 est celui de la trajectoire de sécurité utilisé par la Gendarmerie Nationale.

L'après-midi est consacré pour les VISA1 à des exercices de freinage

Le parcours de mania permet aux stagiaires de première saison d'appréhender un peu plus les techniques et aux stagiaires détenant le Visa 1 de s'améliorer.
Un « manège » permet à tous de prendre bien conscience qu'une moto ne se conduit pas qu'avec les mains.

Janvier 2012 : CPM 4 : Règlementation routière + Freinage + Maniabilité

Rendez-vous le 8 Janvier 2012 à Maisons-Alfort. 18 participants ont participé à cette session. Des questions sur la règlementation routière ont été posées au préalable sur le forum de la CASIM ce qui a permis à Cédric, moniteur et motocycliste de la police nationale de préparer les réponses.

L'après-midi est décomposée en trois plateaux : maniabilité moteur coupé, maniabilité lente et rétrogradage. Elle débutera par des exercices d'aisance sur la moto.

Le plateau maniabilité a pour but de déplacer son véhicule moteur coupé entre des plots. Partir côté gauche et pousser en marche avant. Arrivé au bout, faire le tour de sa machine, passer à droite et repartir en marche arrière jusqu'au point de départ initial. Cet exercice permet de se rendre compte du poids de la machine, de la répartition des masses, de l'importance du regard, d'anticiper le trajet à prendre et enfin de ne pas avoir peur de faire le tour de sa machine.

Le plateau maniabilité se fait sur deux exercices : un carré de 4 sur 4 et un 8. Le but étant d'apprendre à bien se placer sur sa machine, toujours regarder l'endroit où l'on désire aller, incliner sa machine tout en faisant contre poids avec le corps à l'opposé et le point de patinage.

Le dernier plateau concernait le rétrogradage. Passer de troisième en première en rétrogradant sans freiner dans un premier temps et en donnant le coup de gaz au moment adéquat pour ne pas donner d'à-coups. Technique utile pour éviter que son passager(ère) ne vienne vous heurter le casque à chaque rétrogradage, mais aussi très utile sous la pluie pour éviter les blocages de roue arrière. Egalement en arrivée de zone de découverte pour les virages.

Nous finissons la journée par le démarrage à la « poussette » afin de pouvoir pallier à une panne électrique.

Février 2012 : CPM 5 : Secourisme

Pour le CPM de secourisme, rendez-vous était le 5 Février à Maisons-Alfort dans la salle de l'association des sports.

Le cours était assuré par Guillaume (secouriste SAMU et formateur secourisme) et Frédéric (Chef de Cabine Air France et secouriste).

Guillaume et Frédéric ont expliqué en théorie à l'aide du projecteur les bases du secourisme, les gestes à faire, les réactions à avoir, l'attitude à tenir et la grande règle : **P**rotéger, **A**lerter, **S**ecourir.

En pratique les gestes à faire pour le bouche à bouche et le massage cardio-respiratoire.
Les règles de balisage d'un accident ont été rappelées ainsi que les numéros d'appel à conserver précieusement, les bons réflexes à avoir en face du centre d'appels, les gestes spécifiques face à un accident de moto et les statistiques qui leur sont propres.

Mars 2012 : CPM 6 : Conduite en groupe et Virages

Le 11 Mars, 20 motos participeront à ce CPM qui sera mené par Maxime, Cédric et Félix.

La matinée sera consacrée au roulage en groupe et l'après-midi aux trajectoires et à la position sur la moto en virage. Les cours théoriques seront assurés par Félix en préparation de son CAMABC.

Nous commençons par détailler en statique en quoi consiste le roulage en groupe et les préceptes régissant cette activité. Ceci afin de prouver visuellement que le roulage en quinconce adopté par la police et la gendarmerie améliore la sécurité des motards.

Afin de bien comprendre les explications théoriques qui sont données, 2 groupes sont formés qui effectueront 2 sessions : la première consistant à rouler sans respecter les consignes, la seconde en les respectant. Le respect des consignes entrainant un groupe plus compact et donc plus sécurisant pour tous. La matinée s'achèvera par des exercices où chacun prendra la tête du groupe afin d'apprendre à rouler en tête en se préoccupant d'un groupe.

L'après-midi sera consacré aux virages et à la position sur la moto. Les différentes trajectoires seront abordées tout en privilégiant la sécurité. Les différentes positions et leurs avantages/inconvénients seront également explicitées par les moniteurs.

Avril 2012 : CPM 7 : Maniabilité rapide et freinage

Le CPM se tient à Réau (77) sur un plateau de moto-école le 1er Avril !

Ce CPM sera dirigé par Cédric, Maxime ainsi que 2 motards de la police nationale et Félix en tant qu'aide moniteur.

Le matin sera consacré au freinage, l'après-midi à la maniabilité lente et rapide.

3 ateliers de freinage sont mis en place afin que tous les stagiaires pratiquent autant qu'ils le souhaitent :

- Un atelier de freinage-retrogradage

- Un atelier de freinage « surprise » pour entraîner à freiner le plus court possible lorsque celui qui est devant freine brusquement lors des roulages en groupe.

- Un atelier d'évitement dont le principe est le même qu'au permis.

L'après-midi les ateliers de maniabilité sont installés : un slalom en 2 ou 3ème, un demi-tour puis retour pour un évitement et freinage. Le contre-braquage et le placement du regard sont travaillés.

Le deuxième atelier est un parcours de maniabilité lente : slalom serré suivi d'un huit. Afin de travailler le point de patinage, les appuis, le regard et son placement.

Un troisième atelier constitué d'un slalom rapide est installé. Il permet de travailler les trajectoires, l'inclinaison et le regard.

Mai 2012 : CPM 8 : Maniabilité et virages sur circuit

Le lundi 7 mai le rendez-vous était fixé pour tous les participants au circuit de l'Ouest Parisien à Dreux pour un CPM commun entre Casim 77 et 78 et organisé par Pascal, président de la C78.

Le tracé du circuit offre une belle variété de virages allant de la courbe rapide, à l'épingle à cheveux et aux virages qui peuvent avoir des rayons de courbures variables.

Vers 9h00, l'ensemble des participants se transporte dans la salle de briefing, ou Pascal, Olivier et Remi, moniteurs de la Casim 78, pour un briefing sécurité, en compagnie de nos deux bénévoles, Christophe et Stéphane de la Croix rouge, qui sont là à titre privé pour intervenir en cas de chute, et faire les gestes de première urgence dans l'attente d'éventuels secours

La pédagogie :

Apprendre à bouger son corps sur la moto, utiliser le placement du regard pour lire les virages et les trajectoires, prendre confiance dans l'adhérence et la prise d'angle en moto. Accessoirement mettre en pratique des phases de freinage plus appuyées que lors des roulages quotidiens.

La sécurité sur circuit :

- interdiction absolue de s'arrêter sur le circuit pour quelque raison que ce soit (même une chute…d'un autre participant)
- interdiction absolue de se doubler
- signaler en levant le bras que l'on va regagner l'allée des stands
- roulage avec les rétros repliés pour se concentrer exclusivement sur ce qui se passe devant.
- les secouristes seront l'un en alerte dans l'allée des stands, l'autre roulera avec les stagiaires et à ce titre sera le seul à avoir l'autorisation de s'arrêter en cas de chute pour intervenir rapidement, la session étant immédiatement stoppée, tout le monde devra sortir du circuit.
- Les pauses entre les séries sont préconisées pour éviter les chutes de fatigue.

En pratique, 3 groupes sont constitués en fonction des niveaux annoncés sur les formulaires d'inscription, le premier groupe tourne sur circuit, le second groupe joue le rôle de commissaire de piste et le troisième fera de la maniabilité lente sur un air plane situé sur le côté du circuit. Pour des raisons pratiques chaque moto d'un groupe, est identifiée par un marquage au scotch (rouge, vert bleu) positionné sur les optiques, les rétros ou les carénages.

Ces trois groupes vont alterner les rôles, tout au long de la journée par sessions de 40 mn.

Pour les sessions de roulage 2 moniteurs, prennent en charge individuellement un stagiaire avec un tour de circuit moniteur-stagiaire pour la découverte des trajectoires à appliquer, puis le suivant stagiaire- moniteur pour visualiser l'assimilation des conseils donnés avant le roulage. Ensuite chaque stagiaire travaille individuellement les enseignements délivrés par le moniteur.

Les commissaires de pistes :

- un responsable de la sécurisation de l'entrée en piste, placé à la sortie des stands, c'est lui qui autorise l'entrée en piste en sécurité en fonction du trafic.
- 3 scrutateurs répartis à l'intérieur de différents virages du circuit, surveillent le bon déroulement sans incidents du roulage, ils sont tous équipés de talkies walkies pour donner l'alerte en cas de chute.
- un responsable du temps qui contrôle le respect du créneau de roulage de 40mn et indique la fin de session.

La maniabilité : le troisième moniteur réalise des ateliers de maniabilité lente qui reste le gros sujet technique à travailler encore et encore pour s'améliorer dans le contrôle de sa moto.

17h00 fin de la journée, nous retournons en salle de cours pour le débriefing de la journée, Pascal remercie l'ensemble des casimirs présents, pour leur discipline qui a été exemplaire, les consignes ont été respectées au pied de la lettre, ce qui a permis une excellente ambiance et a contribué au plaisir de tous.

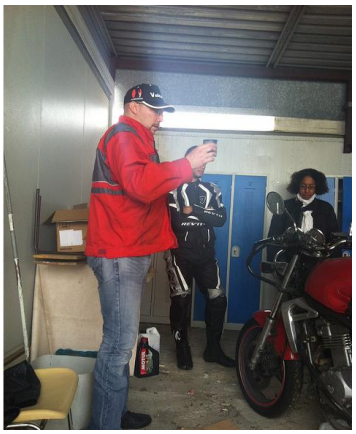
Ce CPM aura réuni 28 participants (20 de la Casim78 et 8 de la Casim77) ainsi que 2 secouristes bénévoles et une photographe professionnelle.

Juin 2012 : CPM 9 : Mécanique, maniabilité et freinage

Le CPM se tient à Valenton le 3 Juin. 20 participants répondront présent. L'encadrement composé de Maxime, Félix et Raymond pour la partie mécanique a prévu de découper le CPM en 2 :

- Mécanique et entretien sur l'ER5 de la Casim ou sur sa moto personnelle.
- Maniabilité et freinage en vue du passage de Visa en juillet.

2 groupes sont formés qui intervertiront les activités l'après-midi.



La partie mécanique consistera à :

- Réviser les freins (changement du liquide, des plaquettes),
- Controler les bougies (vérification et changement),
- Contrôler la garde de l'embrayage et des freins.
- Controler les filtres (air, essence)
- Réaliser une vidange.
- Controler la tension de chaine et l'alignement de la roue arrière.

La partie Maniabilité et Freinage sera différente en fonction des niveaux des casimirs. Pour les adhérents préparant le VISA2, la partie freinage consiste à réaliser des freinages d'urgence à 60 Km/h, pour les autres à 40 Km/h. Les participants sont corrigés en direct sur la position, le regard, le blocage des roues

La partie freinage est poursuivie par un slalom serré suivi d'un huit. Les exercices diffèreront dans l'après-midi afin de démontrer l'impact du temps de réaction sur la distance de freinage. Une partie évitement est même intégrée à l'exercice.

Les balades

7 balades ont été organisées pour cette première saison. Les balades ont pour objectif d'appliquer les théories ou exercices vus en CPM :

- Conduite en groupe
- Trajectoires de sécurité
- Positions sur la moto
- Regard

Les balades sont organisées par Raymond Pinto. Elles sont ouvertes aux gros cubes comme au 125 cm3. En général, le kilométrage effectué est d'environ 200 kilomètres dans la journée.

Des groupes de niveaux sont parfois constitués (lent, moyen) afin de satisfaire tout le monde et de ne pas mettre en danger les participants. Le roulage en quinconce est systématiquement adopté. L'ouvreur et le fermeur d'un groupe sont munis d'un gilet jaune fluo. Des haltes sont organisées toutes les heures environ.

L'examen

01 juillet 2012 : après 10 mois d'existence, 8 CPM organisés et 7 balades, une première session de passage de VISA est organisée par la Casim 77. Les adhérents de la Casim 78 peuvent s'y inscrire également, celle-ci organisant une session en Septembre.

21 candidats se sont inscrits pour cette session :

- 8 candidats au VISA1
- 13 candidats au VISA2

L'examen comprend :

Un examen théorique sous forme de QCM composé d'une quarantaine de questions pour les VISA1, d'une cinquantaine pour les VISA2.

Un questionnaire sous forme d'un entretien sur la partie secourisme. Cet examen, mené par Olivier, moniteur à la Casim78, fera réagir les candidats à la description d'un cas réel vécu le matin même.

Une épreuve de maniabilité constituée d'un enchainement d'épreuves vues lors des CPM. Cette épreuve est chronométrée pour les VISA 2 qui doivent la passer en moins de 60 secondes. Tout pied par terre ou refus d'obstacle retire 5 points des 20 acquis. Toute chute est éliminatoire.

Une épreuve de freinage à 40km/h pour les VISA1, 60km/h pour les VISA2. La vitesse étant contrôlée par un radar !

La journée sera animée par Maxime, Cédric, Félix et Olivier venu prêter main-forte. Muriel s'occupera des examens théoriques.

Nous noterons la présence de Xavier M., vice-président de la Casim22 et président de la Casim France venu le matin même de Bretagne

Une fois les épreuves terminées, le jury se retire pour compiler les résultats des différentes épreuves.

Les résultats sont excellents :

- sur les 8 candidats au Visa 1, 7 sont reçus.
- sur les 13 candidats au Visa 2, 11 sont reçus et 1 candidat en première année obtient le Visa 1.

Les adhérents 2011/2012

Michèle	Patrice
Rodolphe	Emmanuelle
Cédric	Sylvie
Muriel	Philippe
Frédéric	Thomas
Badre	Antonio
Tuyet	Maxime
Stéphane	Félix
Nicolas	Frédéric
Kévin	Nicolas
Erwan	Anne-Françoise
Noël	Thierry
Eva	Raymond
Jean	Jérôme
Antonio	Daniel
Bertrand	Fabrice
Davy	Frédéric
Mylène	Nathalie
Pierre	Maximin
Martial	Claude
Henri	Jacques Lucien
Christian	Jean-François
Célia	Isabelle
Paul-Henri	Jérôme
Daphnis	Guénaëlle
Andrzej	Frédéric
Jean-Claude	Jean-Baptiste
Jean-Robert	