



Les Déjantés du Massif d'Uchaux

Ecole Française de Vélo - Critérium local du 4 février 2023

Test de connaissances générales

Cadets

Attention, une seule réponse par question !

Environnement et développement durable

Question n°1 : Lorsqu'ils sont recyclés, les flacons en plastiques et les bouteilles transparentes peuvent être transformés en :

- A Papier aluminium
- B Brique alimentaire
- C Fibre polaire
- D Sacs poubelles

Question n°2 : Citez 3 espèces de chênes que l'on rencontre dans la région

- A Chêne méridional, chêne kermès, chêne vert
- B Chêne blanc, chêne méridional, chêne vert
- C Chêne vert, chêne kermès, chêne blanc
- D Chêne parasol, chêne vert, chêne méridional

Mécanique

Question n°3 : Quelles sont les 2 différences entre un câble de frein VTT et un câble de dérailleur ?

- A Le câble de frein est plus long et plus gros
- B Le câble de dérailleur est plus gros mais plus court
- C Le câble de frein est plus gros et a une plus petite « tête »
- D Le câble de dérailleur est plus fin et a une plus petite « tête »

Question n°4 : Qu'appelle-t-on « croiser la chaîne » ?

- A Rouler sur le plus grand plateau et le plus petit pignon
- B Rouler sur le plus petit plateau et le plus petit pignon
- C Rouler sur le plus petit plateau et le plus grand pignon
- D Tordre la chaîne lorsque l'on déraille

Nom et Prénom du concurrent :

Orientation

Question n°5 : Sur une carte IGN au 1/25.000^{ème} quelle distance représente 3 cm ?

- A 300 m
- B 750 m
- C 1200 m
- D 3000 m

Question n°6 : Que représente ce type de pointillé - - - - - sur une carte IGN au 1/25000^{ème} ?

- A Une limite de département
- B Une courbe de niveau
- C Un chemin d'exploitation (genre DFCI)
- D Un sentier

Sécurité

Question n°7 : Sur la route, on peut rouler :

- A A 2 de front
- B En peloton tant qu'on ne dépasse pas la ligne centrale
- C A 2 de front s'il n'y a pas de voiture et qu'on voit loin
- D A 3 de front s'il n'y a pas de voiture et qu'on voit loin

Question n°8 : Quelle différence y a-t-il entre les 2 panneaux de droite ?

- A Il n'y a pas de différence
- B Le rond est une obligation d'utiliser la piste ou bande cyclable et le carré est un conseil
- C Le carré est une obligation d'utiliser la piste ou bande cyclable et le rond n'existe pas
- D Le carré est une obligation d'utiliser la piste ou bande cyclable et le rond est un conseil



Secourisme

Question n°9 : Dans les bois, un copain de ton groupe fait une grosse chute, s'allonge au sol et dit qu'il a très mal au dos :

- A Tu le tires par les bras pour le mettre à l'abri hors du chemin et tu alertes les secours
- B Tu le tournes sur le côté pour qu'il soit mieux et tu alertes les secours
- C Tu ne le touches pas, tu signales sa présence sur le chemin et tu alertes les secours
- D Tu alertes les secours et tu le remues de temps en temps pour ne pas qu'il s'endorme

Question n°10 : Sur la route, il y a un accrochage entre plusieurs vététistes, cela provoque une chute avec quelques égratignures :

- A Tu discutes avec les « blessés »
- B Tu restes sur place et tu fais signe aux véhicules de s'arrêter
- C Tu te places à 50 mètres pour faire signe aux véhicules de ralentir
- D Tu appelles le 112

Question n°11 : Sur un chemin, un de tes copain chute et se relève mais il a une plaie qui saigne beaucoup au bras. Tu le fais assoir et :

- A Tu places un tissu propre sur la plaie et tu appuies fermement dessus avec la main puis tu appelles les secours
- B Tu appelles les secours et tu attaches une ceinture ou une manche de veste (ou autre) très serrée en haut de son bras pour arrêter le sang.
- C Tu discutes avec lui en attendant que le saignement s'arrête
- D Tu lui dis d'appuyer sur la plaie avec sa main

La Fédération

Question n°12 : Comment s'appelle la fédération à laquelle notre club est affilié ?

- A La Fédération Française de VTT
- B La Fédération Française de Cyclotourisme
- C La Fédération Française de Cyclisme
- D La Fédération Française Cyclo sportive

Nom et Prénom du concurrent :

Pilotage

Question n°13 : En montée, assis sur la selle, pourquoi s'asseoir sur le bec de selle ?

- A Pour mettre « la tête dans le guidon »
- B Pour que ce soit plus facile de se mettre en « danseuse » si nécessaire
- C Pour augmenter l'adhérence de la roue avant et corriger le centre de gravité
- D Pour avoir plus de force pour appuyer sur les pédales

Question n°14 : Pour franchir une petite marche, je dois (entre autres) :

- A Mettre un coup de pédale énergique poussant sur le guidon
- B Mettre un coup de pédale énergique en basculant le buste en avant et en tirant sur le guidon
- C Mettre un coup de pédale énergique en basculant le buste en arrière et en tirant sur le guidon
- D Mettre les pédales à plat en basculant le buste en arrière et en tirant sur le guidon

Météorologie

Question n°15 : Dans notre région, quand le vent vient du sud, qu'apporte-t-il souvent ?

- A Le froid
- B La pluie
- C La neige
- D Rien de spécial

Question n°16 : Indiquez les 3 appareils (entre autres) servant à prévoir la météo

- A baromètre, hygromètre, anémomètre
- B thermomètre, hygromètre, multimètre
- C anémomètre, décamètre, baromètre
- D sismographe, hygromètre, baromètre

Pratique du VTT

Question n°17 : Quelle est la fréquence cardiaque au repos de la majorité des personnes dans des conditions normales ?

- A 60 à 120 bpm (battement par minute)
- B 40 à 55 bpm
- C 30 à 35 bpm
- D 50 à 85 bpm

Question n°18 : A VTT sur un chemin tu croises des cavaliers et plus loin des motards. Qui dois tu laisser passer ?

- A Les cavaliers
- B Les motards
- C Les cavaliers et les motards
- D Ni les uns ni les autres

Question n°19 : Tu pars pour une grande rando à 14h. Tu manges de préférence :

- A Un hamburger vers 13h
- B Des pâtes à 13h et un yaourt en partant dans la voiture
- C Des pâtes avant 11h
- D Que des légumes et des fruits pour ne pas être trop « lourd »

Milieu associatif

Question n°20 : Qu'est-ce qu'une « association à but non lucratif » (comme la nôtre par exemple) ?

- A Une association qui ne gagne pas d'argent
- B Une association qui ne fait pas de bénéfice
- C Une association dont les membres ne tirent pas de profit des éventuels bénéfices
- D Une association qui n'emploie pas de salarié

Nom et Prénom du concurrent :