



ASSOCIATION VÉLOCITÉ RODEZ AVEYRON

LA MOBILITÉ DOUCE AU
SERVICE DE TOUS,
AU COEUR DES ENTREPRISES

LA FABRIQUE
À CYCLISTES

SOMMAIRE

01

Présentation de l'association

02

Formations proposées

03

Contact



* Possibilité de location de vélo à assistance électrique pour les formations (20€/vélo/session)

* Le port du casque est obligatoire pour toutes les sessions pratiques de vélo



VÉLOCITÉ RODEZ AVEYRON

En selle vers une
mobilité simple, saine
et durable.



ÉCOLOGIQUE

Pour des déplacements plus respectueux



SOLIDAIRE

Pour une mobilité accessible à toutes et tous



LOCALE

Ancrée sur le territoire de Rodez et de l'Aveyron



Nôtre rôle

Vélocité Rodez Aveyron agit comme un **facilitateur de transition** pour les entreprises souhaitant intégrer le vélo dans leurs pratiques.

Au-delà de la formation, l'association apporte un regard extérieur et concret sur les usages, en aidant à identifier les freins, à valoriser les leviers existants et à engager progressivement les équipes.

Elle permet ainsi de **transformer une intention en démarche réelle**



Nos valeurs

L'association défend une approche **accessible, progressive et bienveillante** de la pratique du vélo.

Elle place l'accompagnement des personnes au cœur de ses actions, avec la volonté de rendre le vélo ouvert à tous, quels que soient le niveau ou les appréhensions de départ.

Elle s'inscrit également dans une démarche de promotion de **mobilités durables, responsables** et adaptées aux enjeux actuels.



Promouvoir le vélo au quotidien



Former et sensibiliser tous les publics



Accompagner les entreprises, collectivités et territoires



Créer une dynamique locale autour du vélo

FORMATION PRISE EN MAIN D'UN VAE

(VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE)

Découvrir et prendre en main de nouveaux usages



Description

Cette formation permet de découvrir les vélos à assistance électrique ou bien les vélos spécifiques (cargo, longtail...). Elle s'adresse aux personnes souhaitant tester ces équipements et comprendre leur fonctionnement avant de les intégrer dans leur quotidien.

Elle offre un cadre rassurant pour une première prise en main.



Contenu de la formation



fonctionnement du vélo à assistance électrique



utilisation des niveaux d'assistance, de la batterie, etc



prise en main et maniabilité



spécificités des vélos cargo et longtail



Modalités



espace sécurisé (parking) ou
Maison du Vélo de Rodez



1h



5 personnes max (selon
matériel dispo)



Objectifs



se familiariser avec différents types de vélos



découvrir les spécificités des VAE



répondre aux questions d'usage du quotidien



Tarif

150 €
/ session

FORMATION LA ROUTE VUE DU GUIDON

Comprendre les règles et les enjeux



Description

Cette formation théorique permet d'acquérir les connaissances nécessaires pour circuler à vélo au quotidien. Elle s'adresse à toute personne souhaitant mieux comprendre son environnement et adopter une pratique plus sécurisée.

Contenu de la formation



équipements obligatoires et conseils ; bonnes pratiques



règles du code de la route spécifiques au vélo



situations à risques : analyse et anticipation



Modalités



en salle (entreprise ou Maison du Vélo de Rodez)



2h



12 personnes maximum



Objectifs



mieux comprendre la circulation à vélo



anticiper les situations à risques



adopter une pratique sécurisée



Tarif

300 €

/ session

FORMATION REMISE EN SELLE

Retrouver confiance à vélo
pour se déplacer au
quotidien



Description

La formation « remise en selle » s'adresse aux adultes souhaitant retrouver confiance et autonomie à vélo.

Elle permet de se réapproprier la pratique dans un cadre bienveillant et sécurisé, afin de gagner en aisance et de (re)prendre les bons réflexes à vélo pour ses déplacements au quotidien.

Contenu de la formation



travail en espace fermé sécurisé



acquisition des gestes techniques simples



maitrise du vélo



exercices progressifs adaptés au niveau



Modalités



espace sécurisé (parking) ou
Maison du Vélo de Rodez



2h



5 personnes maximum



Objectifs



retrouver confiance et plaisir à vélo



acquérir les bons réflexes pour rouler en sécurité



être autonome à vélo



adopter une mobilité active, saine et économique



Tarif

300 €

/ session

FORMATION CIRCULER À VÉLO

Se déplacer en sécurité au
quotidien

Description



Cette formation s'adresse aux personnes déjà à l'aise à vélo souhaitant l'utiliser dans leurs déplacements du quotidien, notamment domicile-travail.

Elle permet d'apprendre à circuler en conditions réelles, accompagné, afin d'adopter les bons réflexes et rouler sereinement au milieu des autres usagers.

Contenu de la formation



rappel des règles de circulation



régages de bases du vélo



positionnement sur la chaussée



mise en situation sur route et
conseils pratiques



découverte des aménagements
cyclables et itinéraires



Objectifs



adopter les bons
réflexes à vélo



changer son regard sur
la pratique du vélo au
quotidien



circuler en sécurité en
conditions réelles



découvrir les
aménagements dédiés
au vélo



Tarif

300 €

/ session



Modalités



espace sécurisé + sortie sur
route proche du lieu de travail



2h



4 personnes maximum
(public à l'aise à vélo)



FORMATION ATELIER MÉCANIQUE

Entretien son vélo
simplement

Description



Cet atelier permet aux participants d'apprendre les bases de l'entretien courant de leur vélo. Il s'adresse à toute personne souhaitant gagner en autonomie et rouler en toute sécurité.

L'approche est pratique et centrée sur des gestes simples à reproduire facilement.



Objectifs



entretenir son vélo au quotidien



anticiper et éviter les pannes



améliorer sa sécurité à vélo grâce à l'entretien



Tarif

300 €

/ session

Contenu de la formation



vérification des éléments de sécurité



utilisation des différents outils



régages de base du vélo



identification des problèmes courants



Modalités



dans vos locaux ou Maison du Vélo de Rodez



2h



8 personnes maximum

STAND DE SENSIBILISATION

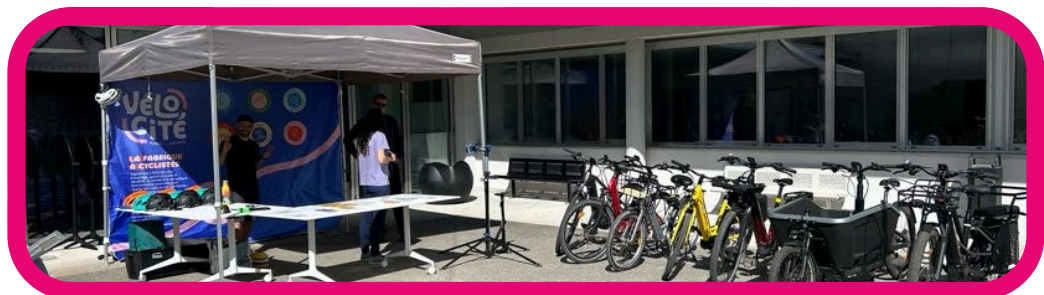


Description

Le stand d'information est une solution souple permettant de sensibiliser un grand nombre de personnes. Il s'intègre facilement dans un événement interne ou une action ponctuelle.

Il favorise les échanges et permet de répondre aux questions de manière informelle.

Découvrir et prendre en main de nouveaux usages



Contenu à définir ensemble



conseils personnalisés



quiz et animations



supports pédagogiques



tests de vélos à assistance électrique



Modalités



installation dans un lieu de passage



horaires à définir



adaptable selon vos besoins



Objectifs



informer et sensibiliser



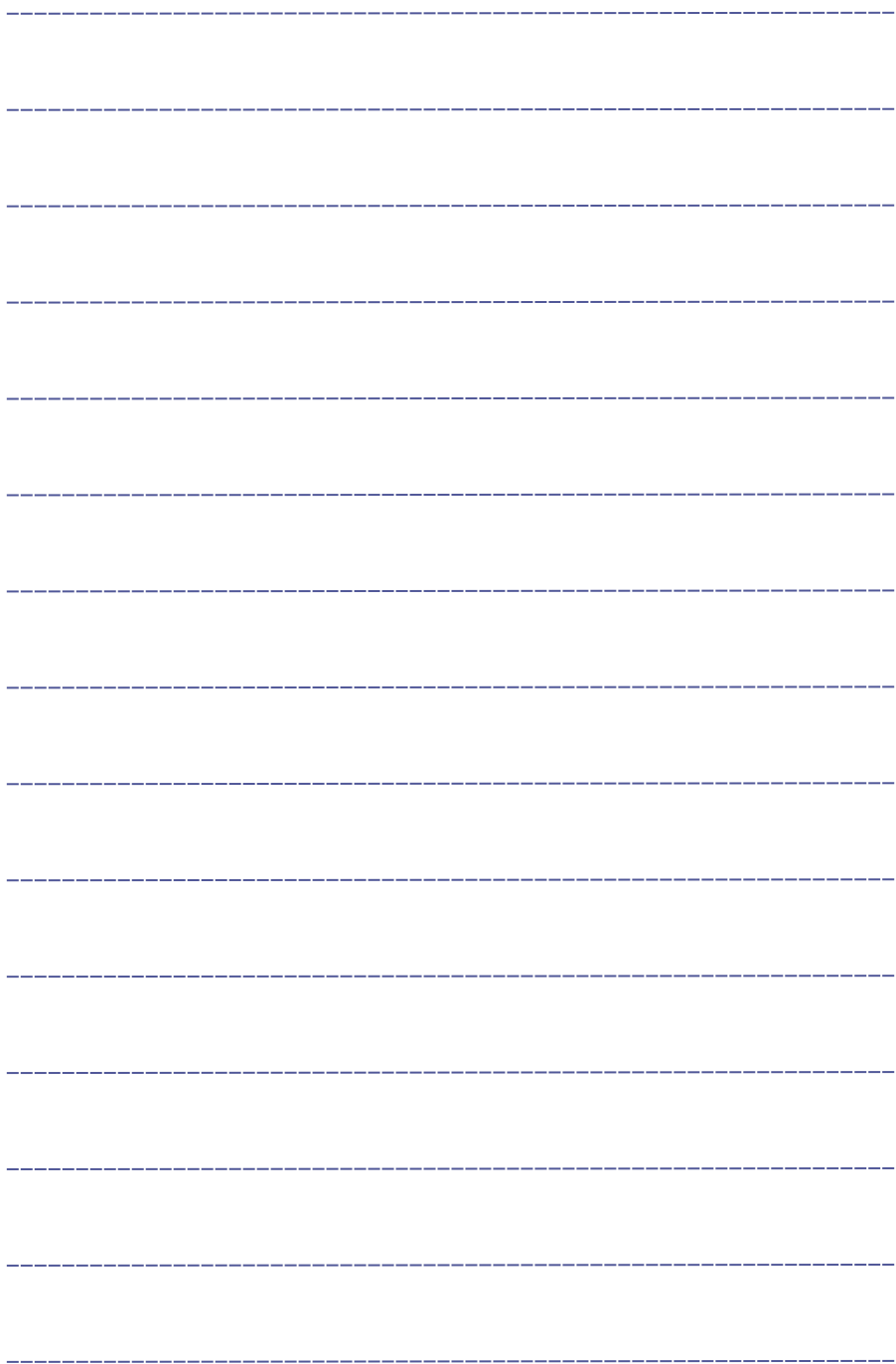
lever les freins à la pratique



encourager le passage à l'action



Tarif
sur devis







VÉLOCITÉ RODEZ AVEYRON

MAISON DU VÉLO DE RODEZ
Rue Eugène Loup, Haras de Rodez
12000 Rodez

velociterodezaveyron.fr
06 67 35 00 73



LA FABRIQUE
À CYCLISTES