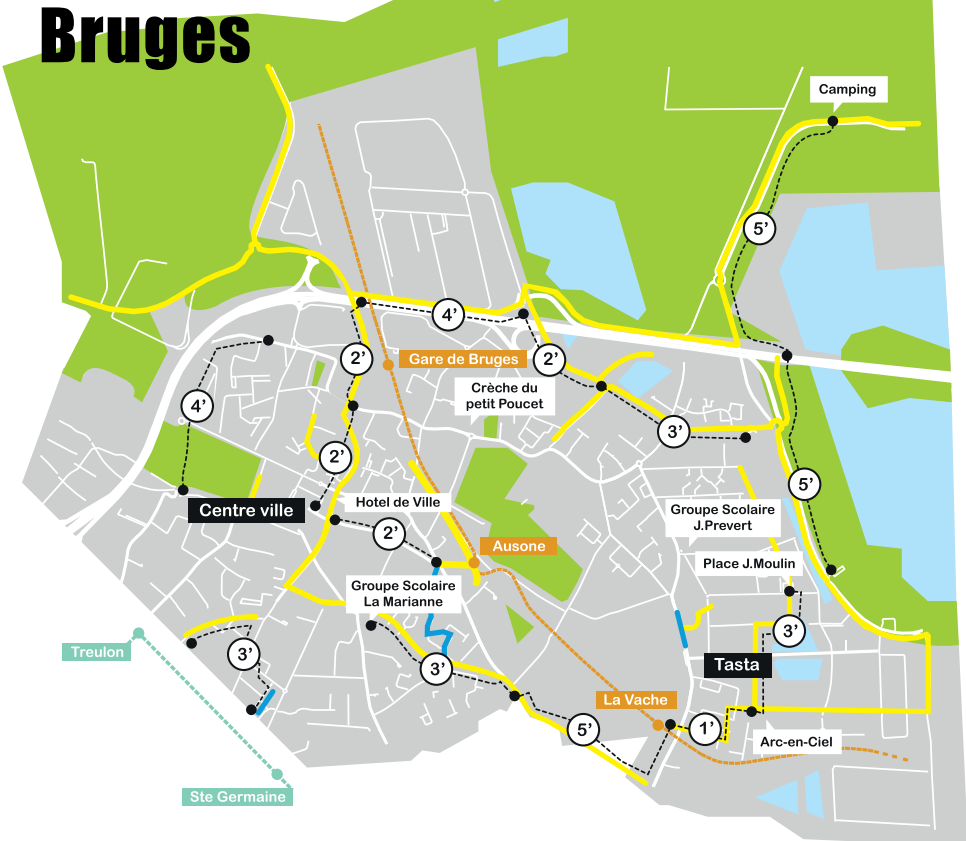


Temps de trajets à vélo sur Bruges

- 13' Bruges centre > Place Jean Moulin
- 5' Place J.Moulin > La Vache
- 10' Bruges centre > Arc-en-Ciel
- 5' Gare de Bruges > Route du Médoc



- Aménagements cyclables (pistes, bandes et contre-sens)
- Tronçons faciles (Traffic routier réduit)
- - - Réseau Tram C
- - - Réseau Tram D (à venir)
- 6' Temps à vélo

LES AMBASSADEURS SE METTENT AU VÉLO



ET VOUS ?

En partenariat avec Bordeaux Métropole et Unis cité, Bruges accueille 4 ambassadeurs du vélo jusqu'en juin 2017 afin de promouvoir l'usage du deux-roues et tous ses bienfaits

* Accédez à un plan plus détaillé sur www.mairie-bruges.fr



Faire du vélo mais pourquoi ?



Pour ma santé

- Diminution du stress.
- Activité physique régulière.
- Amélioration du volume pulmonaire et de la capacité respiratoire.
- Meilleure oxygénation et irrigation des muscles et des organes.
- Solidité du squelette renforcée.

Pour l'environnement

- Énergie du corps humain non polluante.
- Aucune émission de polluants pour un air plus sain à respirer.

Pour mes économies

- Le coût moyen d'entretien est de 135 euros par an, contre 1500 euros par an pour une voiture.

Parce que c'est pratique

- Vous n'avez pas de problème pour vous garer ; le stationnement vélo peut se faire facilement et à proximité.
 - Vous êtes autonome, rapide et indépendant !
- Vous n'avez pas besoin de prendre en compte la circulation, vous savez exactement le temps qu'il vous faut !

Les conseils des ambassadeurs

- Respectez le code de la route
- Prenez votre place sur la route
- Roulez avec un vélo bien équipé
- Restez visible en toute circonstance
- Utilisez au maximum les voies cyclables
- Port du casque fortement conseillé
- Rouler sur les trottoirs est interdit sauf pour les enfants de moins de 8 ans
- Stationnez votre vélo avec un antivol U
- Utilisez une cape anti-pluie pour pédaler par tout temps



Circulez à vélo en toute sécurité : <http://www.securite-routiere.gouv.fr>

La signalisation vélo



Air piétonne, autorisée aux cyclistes circulant au pas



Double sens cyclable



Zones de rencontres :
Les cyclistes peuvent circuler



Voie verte



Piste et bandes cyclables
conseillées aux cyclistes



Piste et bandes cyclables
obligatoires pour cyclistes



Tourne à droite cycliste



Autorisation d'aller tout droit



Voie réservée transports en
commun et vélos



Sens interdit sauf vélo



Accès interdit au vélo

Les contacts utiles

Les Ambassadeurs du Vélo sont présents jusqu'en juin 2016.

Pour obtenir des conseils mobilité, contactez-les à l'adresse suivante : adv.bruges@gmail.com

Vélocité propose des stages de remise en selle. **16 rue Ausone 33000 Bordeaux - 05 56 81 63 89**

La Ressourcerie Récup'r met à disposition des outils et matériaux pour réparer votre vélo. **4 rue des terres de Borde 33800 Bordeaux - 05 35 40 18 73**

Rustine et Cambouis vous aide à réparer vos vélos. **Allée de l'ancienne Poste 33290 Blanquefort - 05 56 05 72 48**

La Maison du vélo prête des vélos gratuitement et dispose d'un atelier pour réparer votre vélo. **69 cours pasteur 33000 Bordeaux - 05 56 33 73 75**

Bordeaux Métropole peut vous aider à financer un vélo à assistance électrique, votre vélo cargo, votre vélo pliant... avec une aide qui peut atteindre 25% du prix d'achat
<http://sedeplacer.bordeaux-metropole.fr>