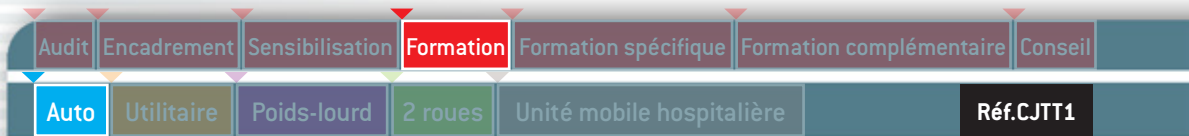




Conduire Juste 4x4



Savoir utiliser un véhicule 4 roues motrices sur tout type de terrain

Objectifs et Contenu

→ S'approprier les 4 grands thèmes du référentiel Conduire Juste : « se préparer à la conduite », « Voir », « Prévoir » et « Anticiper » afin d'évoluer en sécurité sur tout type de terrain et savoir diriger une manœuvre de franchissement d'obstacle.

→ Connaître les différents types de 4x4

- Théorie : les 4x4 débrayables, permanents, les SUV.

→ Connaître les principales difficultés

- Théorie : manœuvres de sécurité, montée et descente, dévers, croisements de ponts, ornière, gué.

→ Savoir adopter la bonne attitude

- Théorie : calme et maîtrise de soi, étude de la trajectoire, précision maximale de l'exécution, choix du confort et de l'efficacité au poste de conduite.

→ Savoir prendre en compte le véhicule avant de partir

- Vérifications de sécurité, installation au poste de conduite.

→ Maîtriser les exercices de base

- Exercices de calage en montée, manœuvre de sécurité, les montées, les descentes.

→ Savoir franchir un dévers

- Exercices : analyse de la zone (nature et inclinaison), recherche de l'équilibre, utilisation de l'inclinomètre.

→ Savoir franchir les obstacles transversaux

- Exercices : croisements de ponts, marches en montée et en descente, cuvettes, utilisation des éventuels blocages manuels.

Pré-requis

Tout conducteur possédant le permis de conduire en état de validité.

Votre activité

Vous êtes conducteur de véhicule léger 4 roues motrices tout terrain à titre personnel et/ou professionnel.

Documentation remise

- Référentiel Conduire Juste 4x4
- Diplôme de l'école



| Durée | Effectifs | Lieux | Véhicules |
|---|---|----------------------------------|---|
| → Une journée. → 70 % exercices pratiques. → 30 % d'apports théoriques. | → 8 personnes. → 1 formateur pour 4 personnes. | → Rambouillet (site du Cormier). | → Véhicule 4x4 du client ou véhicules de l'école. |

Recommandé par

