

# RECOMMANDATIONS

# LÉGENDE

## RECOMMANDATIONS POUR LES CYCLISTES

- › Respectez le Code de la Route
- › Restez vigilant
- › Ne circulez pas à plus de 2 de front
- › Choisissez un vélo en bon état adapté à votre taille
- › Utilisez un vélo comportant les équipements de sécurité obligatoires
- › Portez un casque
- › Prenez un matériel de secours
- › Soyez visible de loin
- › Sélectionnez un itinéraire adapté à votre condition physique
- › Emportez boissons et aliments
- › Respectez l'environnement



## RECOMMENDATIONS FOR CYCLISTS

- › Follow the Highway Code
- › Remain cautious
- › In a group, do not ride with more than 2 people side by side
- › Choose a roadworthy bike adapted to your height
- › Use a bike fitted with the compulsory safety equipment
- › Wear a helmet
- › Make sure you have a first aid kit
- › Be visible from a distance
- › Choose an itinerary adapted to your physical condition
- › Bring along food and drinks
- › On your stops, do not forget to respect the environment



## RAADGEVING VOOR DE FIETSERS

- › De verkeersregels respecteren
- › Alert blijven
- › In groep, nooit meer dan twee fietsers naast elkaar op de weg rijden
- › Een fiets kiezen die in goede staat is en aangepast aan uw gestalte
- › Een fiets gebruiken met de verplichte veiligheidsuitrustingen zoals :
  - een helm dragen
  - nooit zonder reserve materiaal vertrekken
  - zichtbaar zijn van veraf
  - een tocht kiezen die aangepast is aan uw fitheid
  - dranken en voedsel meenemen
- › Respecteer de Natuur !



Alimentation générale



Médecin



Observatoire astronomique



Office de Tourisme, informations



Distance parcourue



Patrimoine vernaculaire, patrimoine bâti



"Plus beaux Villages de France"



Pharmacie



Boulangerie



Aire de pique-nique



Café, bar



Pont



Château, vestiges de château



Point de vue, panorama



Estimation durée du parcours



Restaurant, hôtel-restaurant



Espace culturel, musée



Croix



Point de départ du parcours



Site religieux (église, chapelle,...)



Produits à la ferme



Table d'orientation



Végétation typique, arboretum, culture particulière...



Site naturel remarquable



Piste VTT/VTC, point de location VTT/VTC