

Sois écolo, roule à vélo !

Parce qu'il permet d'associer activité physique et activité de loisir, le vélo a toujours su garder une belle place dans notre vie quotidienne. Depuis quelques années, il fait son grand retour ! En répondant efficacement aux problématiques actuelles relatives à l'écologie et à un mode de vie plus sain, le vélo est devenu incontournable.

→ Un plus pour la planète !

Le vélo est une alternative propre pour l'environnement : son utilisation permet de réduire les émissions de gaz à effet de serre, de réduire les micro-particules ainsi que les émanations toxiques. La qualité de l'air s'en trouve améliorée !

La pratique du vélo est une option « douce » dans un environnement urbain souvent bouillonnant, on parle alors de pollution sonore. Le vélo, lui, est silencieux et offre une atmosphère plus apaisée.

→ Le vélo : une pratique populaire

Plus économique que la voiture, le vélo mène doucement sa révolution dans le monde des moyens de transport. En 2016, 3 millions de vélos ont été vendus en France ! En ville, cela reste le moyen de transport le plus rapide pour les trajets de moins de 6 km. Très inspirés par les pays du Nord et leur culture du vélo, par exemple les Pays-Bas, une catégorie de travailleurs que l'on appelle les « vélotafeurs » est née il y a quelques années. Ces derniers font du vélo leur moyen de transport privilégié pour se rendre au travail. Au-delà du côté pratique et économique, le vélo relève désormais d'un véritable état d'esprit qui répond à un mode de vie.

→ Les vélos en ville : la bonne équation

Né de la volonté politique d'une ville, le vélo libre service est un système de mise à disposition au public de parcs à vélos pour promouvoir les déplacements urbains en vélo. Depuis 10 ans, toutes les grandes agglomérations proposent ce type de service : Paris avec les « Vélib' », Nantes avec les « Bicloo », ou encore la Rochelle avec les « Yelo ». Ce système a beaucoup de succès et dépasse largement nos frontières. En 2015, la mairie de Paris a même lancé son plan Vélo. L'objectif est de faire de Paris « la capitale du vélo 2020 » en offrant 80 kilomètres de pistes cyclables et 10 000 places de stationnement.



→ La Vendée en roue libre

Le Département de la Vendée offre aux cyclistes 1800 km d'itinéraires cyclables « vendée vélo ». Elles sont recensées dans le guide et sur le site Internet « Vendée Vélo ». Bocage, littoral, marais, les cyclistes sont à même de construire un itinéraire sécurisé selon leurs envies, avec des infrastructures adaptées, des aires de pique-nique, des parcs à vélo... www.vendeevelo.fr

Le saviez-vous ? En 2020, des itinéraires cyclables « Euro Vélo » dont l'ensemble fait 75 000 km seront opérationnels afin de voyager à travers l'Europe en toute sérénité. Cet itinéraire comportera 19 étapes de longue distance et traversera 43 pays.



Exercice

• Vous venez d'acquérir un nouveau vélo. Avec vos amis, vous souhaitez rejoindre par l'itinéraire cyclable l'île de Noirmoutier, en partant de Challans.

- Ceci correspond à une distance de 40 km.
- Vous êtes partis à 9h00 pour arriver à 12h00, sachant que vous avez fait une pause de 20 mn le long du parcours pour découvrir le paysage des marais au moulin de Rairé à Sallertaine.
- **Quelle est votre vitesse moyenne en km/h ?**
Indice ! Formule pour calculer la vitesse moyenne :
vitesse = distance / temps

→ Pédaler pour découvrir

Un nouveau type de vacances rencontre un succès grandissant ces dernières années : le « slow tourisme » (tourisme lent ou doux). L'objectif est de prendre le temps de la découverte pour mieux apprécier les choses. Dans cette tendance, le vélo se révèle être un moyen de transport très en vogue ! Pour preuve, de plus en plus de voies vertes et pistes cyclables sont créées pour répondre à un besoin grandissant.

La Fédération Française de CycloTourisme (FFCT) ainsi que des clubs locaux gèrent l'organisation et le développement de ce sport de loisir. On trouve également beaucoup d'ouvrages ou de sites Internet qui proposent des circuits thématiques : le Vélodyssée (dont 200 km empruntent le littoral vendéen), la Loire à Vélo, le canal de Nantes à Brest, ... Le vélo permet de découvrir un lieu tout en faisant du sport !



Le saviez-vous ?

Le respect de l'environnement est important pour l'organisation du Tour de France : plusieurs campagnes ont été mises en place pour sensibiliser les cyclistes, leurs managers et le public aux bonnes pratiques de collecte et de tri, pour limiter les emballages, faciliter le recyclage, contribuer au respect de la biodiversité, limiter la pollution de l'air liée aux transports... Par exemple, des zones de collecte de déchets sont mises en place après les zones de ravitaillement.

En savoir plus : www.letour.fr

→ Résultat

- Avant il faut convertir 2h40 en minutes = 2 h x 60 mn + 40 mn = 160 mn, soit 40/160 = ¼ km/minutes
- Le converti en heure : ¼ x 60 mn = 15 km/h
- Pour une distance de 40 km sur une durée de 2h40, vous avez roulé à une moyenne de 15 km/h.
- 40 / 2h40 : Vitesse moyenne