

# Savoir démarrer et s'arrêter:

## Savoir démarrer :

### Démarrage en première vitesse et passage de la seconde.

**I :** Je me suis bien installé au poste de conduite et suis prêt à démarrer.

**II :** Je vérifie que mon levier de vitesse est au **point mort** et met le **moteur en marche** en finissant de tourner la clef. Dès que le moteur tourne je relâche la clef pour ne pas abîmer le démarreur.

**III :** Je **débraye à fond pied gauche** et enclenche la **première vitesse**, mon pied droit est sur le frein.

**IV :** J'enlève le frein à main et place mon **pied droit sur l'accélérateur**. Je commence à **relever en douceur la pédale d'embrayage** pied gauche.

**V :** Je fais attention de laisser mon **talon au sol en remontant l'embrayage**. Au point de patinage (dès que le véhicule commence à avancer) je retiens l'embrayage et peut **accélérer progressivement**. Je fini de remonter en douceur l'embrayage toujours en gardant le talon au sol.

**VI :** Je prend de l'élan en **accélérant un court moment** sur la première vitesse.

**VII :** Je **relâche l'accélérateur et débraye à fond** pied gauche pour enclencher la **seconde vitesse**.

**VIII :** Dès que j'ai mis la seconde j'**accompagne l'embrayage talon au sol**. A la fin de la remontée de l'embrayage **je reprend l'accélérateur** pied droit.

## **Savoir s'arrêter: Je suis en seconde et m'arrête.**

**I:** Pour m'arrêter je relâche l'accélérateur et positionne mon pied droit au dessus du frein et le pied gauche au dessus de la pédale d'embrayage. Mes talons doivent être au sol, la point des pieds au dessus du pédalier.

**II :** Je freine tout doucement au début pied droit et complète en douceur le freinage.

**III :** Je débraye à fond pied gauche juste avant de finir mon freinage.

**IV :** Je garde le pied gauche à fond sur la pédale d'embrayage et le pied droit sur le frein.

J'enclenche le point mort sur la boîte de vitesse.

**V:** Je peux remonter l'embrayage et enclenche mon frein à main. Je relâche la pédale de frein.