



KTM  
Duke 125



Honda  
125 PCX

# Programme de formation 125 L5e

## La formation de 7 heures en détail :

L'objectif de cette formation est de familiariser le futur conducteur avec la moto. La formation met en avant l'importance de la prise de conscience des risques et la nécessité de respecter les règles. Elle insiste également sur les avantages qu'il y a à adopter une conduite apaisée, respectueuse des autres et de l'environnement.

## 2 heures de théorie

Sur les 7 heures de formation, 2 heures sont attribuées à un enseignement théorique. L'enseignement comprend :

- L'analyse des accidents les plus caractéristiques impliquant les motocyclettes légères et les tricycles à moteur
- des conseils qui permettent d'appréhender les pièges de la route : conduire sous la pluie ou de nuit, se rendre visible auprès des autres usagers , s'équiper en vêtements protecteurs de qualité, connaître les manques d'adhérence (gravillons, ralentisseurs, peintures au sol etc.) ;
- les conséquences physiques et physiologiques des chocs sur les aménagements de la route, y compris à petite vitesse.

## 2 heures de pratique hors circulation :

Ces deux heures sont consacrées à la prise en main du véhicule et aux vérifications indispensables : huile, pression et usure des pneumatiques, poignée de gaz, système de freinage, etc.

La personne en formation apprend :

- à démarrer en toute sécurité ;
- à monter et à descendre les vitesses ;
- à anticiper les manœuvres de freinage et d'évitement ;
- à s'arrêter.

Le futur usager est particulièrement sensibilisé à la position sur la moto : bien positionner son regard avant de virer ou de tourner, tenir l'équilibre à petite vitesse avec et sans passager, en ligne droite et en virage et à bien positionner son corps pour assurer un meilleur équilibre grâce à une juste répartition du poids.

## 3 heures de pratique en circulation

À l'issue des 3 heures hors-agglomération, le conducteur doit être capable :

- d'adapter sa vitesse aux circonstances de la circulation ;
- de choisir la bonne voie et de bien se placer sur la chaussée en fonction notamment des angles morts des véhicules lourds ;
- de franchir une intersection, de changer de direction et de dépasser en toute sécurité en tenant compte du phénomène d'aspiration ;
- de savoir négocier un virage en toute sécurité.

[La formation de 7 heures en détail](#) sécurité routière.gouv.fr