



ESPACE VTT FFC
**PROVENCE
LUBERON
LURE**

©dessin B. NICOLAS

À VTT, VTTae, J'adopte la Luberon attitude !

Protégeons tous ensemble les richesses des espaces naturels en suivant quelques règles élémentaires du pratiquant responsable.

Je suis cool et j'évite le 112 !

Je suis prudent, je respecte le code de la route. En toutes circonstances, je ne surestime pas mes capacités, je maîtrise ma vitesse, ma trajectoire et mon équilibre. Je porte et j'attache bien mon casque. En roulant, je fais attention aux engins agricoles et forestiers. Urgence secours: 112. Pompiers : 18.

Pratiquer oui, disparaître non !

Face au risque lié au Covid-19, je veille à ne pas m'exposer ou exposer les autres à un risque de contamination. Je respecte les règles de distanciation physique en vigueur, j'applique les gestes barrières essentiels, les recommandations sur le port du masque, l'utilisation du gel hydroalcoolique et le port des lunettes. Je m'informe au préalable de chaque sortie, sur l'assouplissement et/ou le renforcement des mesures, zonages et distances maximales de déplacements liés au [CoronavirusCovid-19 en France](#).

Je suis de sortie... les tiques aussi !

Je vérifie en rentrant de balade que je n'ai pas été piqué par une tique, très active au sortir de l'hiver et responsable de nombreuses pathologies, dont la maladie de Lyme (68.000 cas en 2018 selon Santé Publique France). Je signale sur l'appli mobile [Citique](#) toute piqûre de tiques afin d'aider la recherche à vaincre des maladies cutanées, musculaires, neurologiques et articulaires très invalidantes.

L'été, l'accès aux massifs est réglementé !

Chaque année, pendant la période estivale (1er juillet au 15 septembre), l'accès à certains massifs forestiers est réglementé en fonction des conditions météorologiques et du risque incendie. Balade, randonnée, bivouac mais aussi circulation et stationnement des véhicules

sont limités ou interdits selon les arrêtés préfectoraux en vigueur dans chaque départements. Je me renseigne avant de partir sur les [conditions et réglementations d'accès aux massifs forestiers](#) des Alpes de Haute-Provence et du Vaucluse.

Borne vocale Vaucluse +33 (0)4 28 31 77 11.

Le feu est l'ennemi de la forêt... et du vététiste !

Je ne fume pas en forêt et n'y allume pas de feu. Quelle que soit la saison, c'est interdit !

Pas de couac en bivouac !

Je sais que le bivouac est interdit sur l'ensemble des massifs du Luberon en période de risque feux de forêt (1er juillet au 15 septembre), et qu'il peut être toléré le reste de l'année. J'entends par bivouac, le fait de passer une nuit (avec ou sans tente, ou bien sous un abris naturel), en m'installant au coucher du soleil et en quittant les lieux au petit matin. Au préalable de l'occupation des lieux, je m'assure de l'accord du propriétaire ou à défaut je veille à l'absence de contre-indication particulière signalée sur zone. Dans tous les cas, je laisse le site très propre et je ne piétine pas un champ en herbe ni une pelouse naturelle.

Bien vivre en roulant c'est possible !

J'utilise un équipement adapté et en bon état. Jamais je ne néglige la préparation de mon itinéraire ; [cheminsdesparcs.fr](#) et [sitevtt.fr](#) sont là pour m'aider. Toujours je m'assure des conditions météo avant de partir. Je ne pars jamais trop tard et je n'oublie pas ma trousse de premier secours, téléphone portable, carte, eau, vivres, kit de réparation. Si je pars seul, je laisse au préalable mon itinéraire à mon entourage. Au préalable, je lis les bons [conseils sécurité](#).

Je ne sors pas des sentiers battus !

Je ne roule en aucun cas dans la Réserve Biologique Intégrale du Petit Luberon ou le cœur du site classé du Colorado de Rustrel, interdits aux VTT.

Je ne traverse pas à VTT les espaces naturels protégés en dehors des voies, chemins et sentiers ouverts à la circulation du public.

Je montre l'exemple.

J'emprunte en priorité les itinéraires VTT balisés de l'espace VTT Provence Luberon Lure® et je respecte le sens de progression des circuits. J'honore l'état des sentiers. Je n'abuse pas du dérapage et je ne coupe pas les virages afin de ne pas créer de nouvelles traces, surtout si la pente est raide ou si le terrain est humide.

On me laisse passer, alors je respecte les propriétés !

Je reste sur le bon tracé et je respecte les propriétés privées. Je referme les portillons des clôtures après mon passage. Je préserve également les ouvrages en pierre sèche, témoins de notre passé. Je suis toujours courtois avec les autres usagers et les propriétaires des lieux.

Je roule... avec l'art de vivre !

Les itinéraires balisés VTT ne sont pas exclusivement réservés à la pratique du VTT ! Je suis courtois avec les piétons, cavaliers, trailers qui sont toujours prioritaires. Je ralentis et je me signale par un "bonjour", puis je les croise ou les dépasse avec précaution, quitte à m'arrêter si besoin.

Nous sommes tous des invités de la nature !

Les animaux ont des oreilles... alors chut ! Une bête effrayée peut abandonner son petit... Je respecte le calme des grands espaces naturels, en étant le plus discret possible. J'évite la cueillette des plantes sauvages, je préserve ainsi les espèces réglementairement protégées. J'évite d'écraser les insectes au sol et les laisse vivre et interagir entre micro habitats. Je ne vole pas les minéraux et les fossiles, je les laisse à terre !

Un déchet n'est heureux que dans une poubelle !

Je ramène tous mes déchets et je les trie dans les conteneurs poubelles appropriés. Je fais attention de ne pas échapper un papier de mes poches ou perdre mon bidon en roulant.

Je me gare sur les parkings... comme en ville !

Je pense à ne pas entraver les secours éventuels, ni le travail des agriculteurs, exploitants forestier et autres. Je respecte les propriétés privées et les zones de cultures.

Zone pastorale = chien de protection !

En présence du chien de protection venu à ma rencontre, je m'arrête, je descends du vélo et j'attends calmement la fin du "contrôle" (le déplacement rapide, le bruit des roulements et de la chaîne énerve le "patou"!). Puis je contourne au mieux le troupeau en poussant mon vélo. Avant de partir en balade, je me renseigne sur l'ensemble des [bons réflexes](#) à adopter face aux chiens de protections. Si je suis victime d'un incident avec un chien de protection, je renseigne une [fiche incident](#).

La chasse : loisir traditionnel en Luberon.

En période de chasse (de septembre à février), je porte une tenue de couleur vive, je suis attentif aux panneaux qui signalent les battues en cours et je me renseigne auprès des chasseurs en poste sur un itinéraire de contournement éventuel. Pour toutes informations complémentaires, je contacte les fédérations de chasse des [Alpes de Alpes-de-Haute-Provence](#) ou du [Vaucluse](#).

Je veille, je signale, je participe...

Je signale directement et facilement sur [sportsdenature.fr](#) les problèmes que je peux rencontrer en chemin ; une erreur de balisage, un panneau défectueux, un problème de pollution, un besoin de sécurisation, un conflit avec un propriétaire ou un autre usager... J'applique les conseils du Centre régional de sauvegarde de la faune sauvage lors de la découverte d'un animal sauvage en détresse.

Je filme, mais dans les règles de l'art !

Je me renseigne au préalable sur les obligations réglementaires, les contraintes de survol de drone, les possibilités de tournage sur les terrains privés.