

Mai à vélo

**UN MOIS POUR LE FÊTER
TOUTE L'ANNÉE POUR L'ADOPTER**

CHALLENGES LUDIQUES

COURSES SPORTIVES

INITIATIONS

...



Brest
métropole
en mode
vélo

Mai à vélo

**UN MOIS POUR DÉCOUVRIR
LE VELO SOUS TOUTES
SES FORMES...**

**LE RESTE DE L'ANNÉE
POUR L'ADOPTER!**

Durant le mois de mai, et plus si affinités, Brest métropole et ses partenaires vous proposent une série d'animations autour de la pratique du vélo, qu'elle soit sportive ou quotidienne.

Entre challenges ludiques, courses sportives et séances d'initiations, profitez d'une multitude d'événements, dédiés aux plus jeunes comme aux vétérans.

L'occasion parfaite pour vous mettre en selle et découvrir toutes les facettes de la petite reine!

Et si on passait en mode vélo ?



L'agenda

EN UN COUP D'ŒIL

25/04 > 08/05	Tour de chauffe du Challenge « tout à vélo »	Dans toute la métropole	
01/05 - 09H	Courses FSGT « La gouesnousienne »	Rue du Stade, Gouesnou	P. 4
08/05 - 8H30	Randonnée La Mucopompier 2022	Club Pompiers pour le souffle, Brest	
09/05 > 10/06	Challenge « tout à vélo »	Dans toute la métropole	
11/05 - 13H > 17H	Village des Mobilités Événement gratuit / ouvert à tous	Autour du centre social de Kerangoff, Brest	P. 5
14/05 9H30 > 13H30	Le Relecq-Kerhuon à vélo	Maison municipale des associations (MMA), Le Relecq-Kerhuon	
15/05	Balades à vélo pour l'inauguration de l'espace naturel sensible de Bodonou	Brest : Brest Bussiness School / 13h30	P. 6
		Brest : Station Tram Vally Hir / 13h30	
		Mairie de Plouzané / 14h	
		Place de la Libération / 14h > 16h	
15/05 - 10H > 17H	Fête du vélo de Plougastel-Daoulas	Centre bourg, Plougastel-Daoulas	
16 > 20/05	Challenge « Bougeons autrement à l'école »	Dans toute la métropole	
21/05 - 10H > 16H	Village de la nature	Devant la Bibliothèque Universitaire du Bouguen, Brest	P. 7
24/05 - 20H	Documentaire « Les échappées »	Cinéma Les Studios, Brest	
01/06 - 19H	Course fédérale cycliste NAVALEO	Quai de la Douane, Brest	
04/06 - 13H > 19H	La Ty Zef	Parc à Chaînes, Brest	P. 8
05/06 DÉPART À 9H	Rando Guip'VTT 2022	Salle Jean Monnet, Rue Cdt Challe, Guipavas	
11/06 - 12H	Remise des prix Challenge « tout à vélo »	Salle Richelieu, Hôtel de Ville de Brest	

Programme 2022

DU 25 AVRIL AU 8 MAI

TOUR DE CHAUFFE DU CHALLENGE « TOUT À VÉLO »

DANS TOUTE LA MÉTROPOLE

Faites chauffer vos cuisses et vos mollets lors de vos trajets utilitaires à partir du lundi 25 avril et jusqu'au dimanche 8 mai. Challenge en équipes, bonne humeur, bon pour le moral, bon pour la santé, diminution du trafic automobile, amélioration de la qualité de l'air... Que du bonus!

INFORMATIONS :

Inscriptions sur brest.challenge-velo.bzh
contact@bapav.org

DIMANCHE 1^{ER} MAI

COURSES FSGT « LA GOUESNOUSIENNE »

GOUESNOU - RUE DU STADE

Courses cyclistes sur route proposées par la FSGT en lien avec le club local Amicale Cycliste de Gouesnou.

INFORMATIONS :

acgouesnou.fr

DIMANCHE 8 MAI / 8H30

RANDONNÉE LA MUCOPOMPIERS 2022

BREST

Randonnées cyclotouristes et VTT au profit de la recherche contre la mucoviscidose. Depuis 1993, les sapeurs-pompiers de Brest et l'association « avec les pompiers pour le souffle » organisent, tous les 8 mai, une manifestation cyclotouriste et VTTiste dont le but est de collecter des fonds au profit de l'Association bretonne d'étude et de recherche contre la mucoviscidose (ABER-M) qui finance les recherches du Professeur FEREC et de son équipe de l'INSERM, à Brest. Départ à 8 h 30 du Club Pompiers pour le souffle Brest Kerallan.

INFORMATIONS :

Club Pompiers pour le souffle
Sébastien Salaun
Tél. 06 22 59 01 12





DU 9 MAI AU 10 JUIN

CHALLENGE « TOUT À VÉLO »

DANS TOUTE LA MÉTROPOLE

Les entreprises, écoles, associations ou collectivités de Brest métropole entrent dans une compétition pour faire le buzz autour du vélo, se connaître entre cyclistes, et faire du vélo!

5 semaines de défi avec beaucoup de bonne humeur.

INFORMATIONS :

Inscriptions sur brest.challenge-velo.bzh
contact@bapav.org

MERCREDI 11 MAI / 13H > 17H

VILLAGE DES MOBILITÉS

BREST

Un évènement convivial pour découvrir ce qui existe sur le territoire en matière d'aide aux mobilités, et poursuivre la réflexion sur les nouveaux services de mobilité sur le quartier. Vous aurez la possibilité de « tester » et vous initier à de nouveaux moyens de déplacements (vélo à assistance électrique, triporteur, trottinettes, etc.). Évènement gratuit. Ouvert à tous, autour du centre social de Kérangoff à Brest.

INFORMATIONS :

Centre social de Kérangoff
 Tél. 02 98 45 16 96

SAMEDI 14 MAI

LE RELECQ-KERHUON À VÉLO

LE RELECQ-KERHUON

LE PROGRAMME :

- De 9 h 30 à 13 h 30 : Un évènement vélo organisé à la maison municipale des associations (MMA) axé sur l'aménagement cyclable de la ville en plusieurs temps : discussions autour d'une carte de la ville, une balade pour visualiser différents points, un débrief-collation près de l'eau pour poursuivre les échanges.

INFORMATIONS :

www.lerelecqkerhuon.bzh

DIMANCHE 15 MAI**BALADES À VÉLO POUR L'INAUGURATION DE L'ESPACE NATUREL SENSIBLE DE BODONOU****BREST MÉTROPOLE**

Tous en selle pour participer en mouvement à l'inauguration de cet espace naturel sensible, récemment restauré!

Plusieurs circuits vélos accompagnés au départ de Brest et des communes de Plouzané et de Guilers.

DEPUIS BREST AVEC BAPAV

2 départs à 13 h 30 de Brest Bussiness School et à la station de tram Valy Hir. Retour accompagné à 17 h ou retour libre (parcours fléché).

Durée du trajet : 1 h. Parcours de 7,5 km à 10 km.

INFORMATIONS :

Nombre de places limitées. Inscription jusqu'au 30 avril.

Réservation via la plateforme téléphonique de Brest métropole au 02 98 33 50 50.

DEPUIS PLOUZANÉ AVEC L'AL PLOUZANÉ VTT

Départ à 14 h de la Mairie de Plouzané.

Retour accompagné à 17 h ou retour libre (parcours fléché).

Durée du trajet : 1 h. Parcours 6,5 km ou 12,5 km.

INFORMATIONS :

Nombre de places limitées. Réservation via la plateforme téléphonique de Brest métropole au 02 98 33 50 50.

DEPUIS GUILERS AVEC GUILERS VTT NATURE

Départs à 14 h et 16 h à la Place de la Libération.

Retour accompagné ou retour libre (parcours fléché).

Ouvert à tous, sans réservation. Parcours famille facile.

DIMANCHE 15 MAI / 10H > 17H**FÊTE DU VÉLO****PLOUGASTEL-DAOULAS**

La ville de Plougastel-Daoulas vous invite à sa fête du vélo ! Ce rendez-vous festif et familial rassemblera au centre bourg de multiples acteurs locaux sous forme d'un village vélo. De nombreuses animations vous attendent pour être accompagnés dans votre passage aux mobilités douces : stands ludiques et informatifs, essais de vélo électrique, contrôle technique des vélos, prévention routière, circuit de remise en selle, circuit familial de découverte du territoire, animations festives...

INFORMATIONS : www.ville-plougastel.bzh

DU 16 MAI AU 20 MAI

CHALLENGE « BOUGEONS AUTREMENT À L'ÉCOLE »

DANS TOUTE LA MÉTROPOLE

Dédié à toutes les écoles de Brest métropole, ce challenge incontournable revient mettre les élèves à l'épreuve! Une façon active et ludique de mobiliser les classes sous la forme d'une compétition ludique entre écoles participantes.

Organisé par Brest métropole en partenariat avec l'association Bapav (Brest à pied et à vélo).

INFORMATIONS :

Inscription par mail à contact-bougeonsautrement@brest-metropole.fr

SAMEDI 21 MAI

VILLAGE DE LA NATURE

BREST - BOUGUEN

Dans le cadre de la fête de la nature, la PepSE organise un village de la nature de 10h à 16h, avec différents stands dont un dédié aux mobilités durables animé par Brest métropole.

INFORMATIONS :

Rendez-vous devant la bibliothèque universitaire du Bouguen.
contact@pepse-brest.fr

MARDI 24 MAI

PROJECTION DU DOCUMENTAIRE « LES ÉCHAPPÉES »

BREST - LES STUDIOS

Présentation et rencontre autour du documentaire « Les échappées » : road-movie à vélo à la rencontre de celles qui roulent, travaillent et luttent pour ouvrir la voie.

INFORMATIONS :

Gratuit – Séance à 20h – Organisé par BaPaV.



Pour les mordus

LE PROGRAMME CONTINUE!

MERCREDI 1^{ER} JUIN

COURSE FÉDÉRALE CYCLISTE

BREST - QUAI DE LA DOUANE

Course organisée par le club Kiclos Brest Métropole Cyclisme.
Départ du quai de la douane à 19h à Brest.

INFORMATIONS : Club Kiclos Brest Métropole Cyclisme

SAMEDI 4 JUIN

LA TY ZEF

BREST - PARC À CHAÎNES

L'édition 2022 de la fameuse Ty Zef aura lieu le 4 juin prochain de 13h à 19h au parc à chaînes avec notamment des randonnées cyclotourismes vers la presqu'île de Crozon, des balades et des animations découvertes!

INFORMATIONS : [Page Facebook de l'événement](#)
[Inscriptions sur latyzef@yahoo.fr](mailto:latyzef@yahoo.fr)

DIMANCHE 5 JUIN

RANDO GUIP'VTT 2022

GUIPAVAS - SALLE JEAN MONNET - RUE ODT CHALLE

3 parcours proches de 25-30 km, 35-40 km, 45-50 km, avec un peu de technique et de fun sur toutes les distances, autour des rives de l'Élorn, paysage « signature ».

INFORMATIONS : Club AL Guipavas – Randonnée VTT
Inscription de 7h30 à 9h

SAMEDI 11 JUIN

CÉRÉMONIE DE CLÔTURE CHALLENGE « TOUT A VÉLO »

BREST - HÔTEL DE VILLE

La remise des prix du challenge « tout à vélo » se tiendra dans le salon Richelieu de l'hôtel de ville à 12h.

INFORMATIONS : Organisé par BaPaV



Les astuces

VALABLES POUR TOUTE L'ANNÉE!



SUBVENTION POUR L'ACHAT D'UN VÉLO ÉLECTRIQUE

Vous résidez à Brest métropole et souhaitez passer au vélo électrique ?

Brest métropole propose à ses résidentes et résidents une aide sous forme de subvention allant jusqu'à 500 € selon le type de véhicule et des conditions de ressources.

Pour en bénéficier, le vélo devra avoir été acquis auprès d'un professionnel distributeur/réparateur du territoire.

INFORMATIONS :

Pour en savoir plus, rendez-vous sur brest.fr à la page « Demander la subvention vélo à assistance électrique ».

ROULEZ RASSURÉS AVEC COVELOTAF

Vous souhaitez vous mettre au vélo pour aller au travail mais n'arrivez pas à franchir le cap ?

Vous hésitez par sentiment d'insécurité ?

Afin de vous donner confiance, le dispositif Covélotaf met en relation non-initiés et habitués des déplacements urbains du quotidien, pour les aider à se lancer en partageant les premiers trajets.

Bénéficiez des expériences et du savoir rouler des plus avisés !

Tous les âges et tous les niveaux sont bienvenus.

INFORMATIONS :

www.bapav.org/covelotaf rubrique Ressources > Co-velotaf

Zoom sur LE TRIPORTEUR VÉLO&CO

Vélo&Co est un service de transport à la demande pour effectuer des trajets de porte à porte, être conduit à un rendez-vous, faire ses courses, rendre visite à quelqu'un... Ce nouveau service de déplacement est porté par l'association Bapav en collaboration avec Bibus et Brest métropole.

POUR QUI : Les personnes de plus de 60 ans, autonomes, pour qui marcher jusqu'à un arrêt de bus ou de tram reste compliqué.

OÙ : Dans le centre-ville de Brest.

INFORMATIONS : Bapav – Tél. 09 81 62 70 20

Quelques rappels

POUR ROULER EN SÉCURITÉ

**VÉRIFIEZ VOTRE VÉLO ET NE DOUTEZ
JAMAIS DE L'UTILITÉ DES ÉQUIPEMENTS
CONSEILLÉS OU OBLIGATOIRES :**



CASQUE



**AVERTISSEUR
SONORE**



**FREINS
EFFICACES**



ÉCLAIRAGE

AVANT & ARRIÈRE



RÉFLECTEURS

**À L'AVANT, À L'ARRIÈRE
& SUR LES CÔTÉS**



N'oubliez pas, voir n'est pas être vu !

UN VÊTEMENT HAUTE VISIBILITÉ

EST OBLIGATOIRE

hors agglomération lorsque vous roulez la nuit
et lorsque la visibilité est réduite,

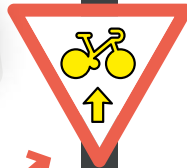
EST RECOMMANDÉ

en agglomération afin de vous rendre plus visible.

**POUR UN PARTAGE APAISÉ DE L'ESPACE
 PUBLIC, RESPECTEZ LE CODE DE LA ROUTE
 MAIS AUSSI CELUI DU BONS SENS !**

Quelques rappels :

VOIE VERTE
 Réservée aux piétons
 et aux cyclistes

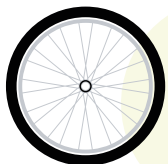


CÉDEZ-LE-PASSAGE CYCLISTE AU FEU
 Autorisation pour les cyclistes de passer et tourner
 à droite (ou d'aller tout droit) au feu rouge,
 en cédant le passage aux autres usagers.

**ACCÈS INTERDIT
 AUX CYCLES**



**DOUBLE-SENS
 CYCLABLE**
 Indication d'une voie
 à contre-sens réservée
 aux vélos. Vigilance
 aux intersections.



Retrouvez des informations pratiques, conseils et itinéraires
 vélo de Brest métropole sur **brest.fr**

Pour plus d'infos sur la sécurité à vélo, rendez-vous
 sur **securite-routiere.gouv.fr**

Mai à vélo

**UN MOIS POUR LE FÊTER
TOUTE L'ANNÉE POUR L'ADOPTER**

Bonne route !



CONTACTS UTILES

Brest
MÉTROPOLE

Direction des mobilités
Tél. 02 98 33 50 50
brest.fr



bibus

33 avenue Clemenceau
29200 Brest
Tél. 02 98 80 30 30
bibus.fr



Association Brest À Pied & À Vélo
19 rue Bruat, 29200 Brest
Tél. 09 81 62 70 20
bapav.org