# Risques inhérents à la pratique du cyclotourisme

### I. Risques inhérents aux conditions météorologiques

1. Malaises causés par le soleil (coups de soleil, coups de chaleur, déshydratation)
2. Malaises causés par le froid (hypothermie, engelures)
3. Blessures causées par une chute au sol due à une surface mouillée par la pluie
4. Blessures causées par une chute au sol due à une accumulation de sable
5. Chute causée par des bourrasques
6. Foudre
7. Précipitations (pluie, grêle)

### II. Risques inhérents à l’environnement

1. Collision avec un véhicule en mouvement
2. Collision avec un véhicule stationné
3. Collision avec des piétons
4. Piqûres d’insectes (abeilles, guêpes, moustiques, mouches à chevreuil, etc.)
5. Coupures causées par des bouteilles de vitre brisées (vandalisme)
6. Herbe à puce

### III. Risques inhérents à la pratique de l’activité

1. Bris mécaniques
   * Dérailleur
   * Chaîne
   * Freins
   * Pédalier
   * Crevaison
2. Collision avec un autre cycliste
3. Coincement des pantalons dans le dérailleur/pédalier
4. Chute à la suite d’une mauvaise manœuvre
5. Chute due à un nid-de-poule
6. Chute à la suite d’un bris d’équipement ou d’un manque d’entretien
7. Brûlure aux mains (ampoules)
8. Blessures à la tête après une chute
9. Blessures dues à un coup (ecchymoses)
10. Étirements musculaires
11. Manœuvres de dépassement (personnes pressées voulant passer devant)
12. Complications médicales causées par le stress ou la peur
13. Essoufflement chronique
14. Faiblesse musculaire (incapacité à monter les côtes ou à terminer le parcours)

**IV**. **Risques inhérents à la clientèle**

1. Manque de planification du matériel ou du parcours
2. Incompréhension des panneaux de signalisation
3. Risque de voyager dans un autre pays (modalités de l’assurance médicale)
4. Méconnaissance des signaux utilisés par les cyclistes
5. Méconnaissance du code d’éthique du cycliste sur les pistes cyclables et sur la route

Contenu élaboré en collaboration avec Marcelle Chénier et Serge Lacroix.

Cette liste a été élaborée à titre indicatif et ne prétend pas être exhaustive ou limitative.

Le contexte et la gestion du risque peuvent varier en fonction de différents facteurs.