

Parmi toutes les utilisations que l'on peut faire d'une moto, voyager demeure son usage le plus mythique. Plus on engrange les kilomètres et plus nos tracés quotidiens s'éloignent, pour ne laisser de place qu'à la route, aux paysages et au temps qu'il fait. Néanmoins, pour mieux profiter de ce sentiment d'évasion et ne pas laisser un oubli gâcher votre périple, il est important de se préparer à l'avance.

### Préparation physique

Conduire une moto est une activité exaltante, mais fatigante. Quelle que soit la condition physique du pilote, il doit connaître ses limites et se préparer en conséquence. Parmi les mesures d'avant-balade, il est recommandé de se ménager la veille (privilégier une bonne nuit), préparer son itinéraire, adapter son équipement à la saison et aux conditions météorologiques et de manger léger avant d'enfourcher votre moto. Durant la balade, nous vous conseillons de faire des pauses régulières et surtout de savoir identifier les signes de somnolence ou fatigue : bâillements, vision trouble, position de conduite inconfortable, douleurs dans le dos ou les reins, besoin d'étirer les jambes, conduite à une main pour laisser l'autre se reposer, tête lourde, regard figé sur l'avant, etc.

### Les conseils indispensables pour le pilote et le passager

Assurez-vous de posséder un [équipement complet et conforme à la législation](#).

Préparez vos papiers : permis de conduire, carte grise, carte verte, certificat d'assurance (vignette). Cela vous épargnera le désagrément d'une amende en cas de contrôle.

Rouler trempé peut gâcher une balade. Afin de vous équiper en conséquence, vérifiez l'étanchéité de votre équipement et complétez-le par une combinaison anti-pluie. Facile à enfiler, celle-ci doit pouvoir s'équiper par-dessus votre équipement. Complétez aussi vos bottes de sur-bottes et vos gants de sur-gants.

Afin d'économiser de la place, privilégiez les sous-vêtements thermiques, pour éviter de transporter des vêtements encombrants, tels que des pulls, grosses chaussettes ou écharpes.

Pour garder une visière propre, prenez avec vous un chiffon en microfibre.

### Les vérifications indispensables pour la moto

Si votre voyage vous entraîne au-delà de la France, vérifiez vos conditions d'assurance à l'étranger.

Assurez-vous de l'état de vos pneus, des plaquettes de freins, du kit chaîne et de vos ampoules de phares, du niveau de liquide de frein et d'huile moteur.

Vérifiez que les outils du constructeur soient complets. Ils sont en général suffisants pour régler les petits soucis que vous pourriez rencontrer sur la route.

Contrôlez la présence des accessoires suivants :

Un petit bidon d'huile pour faire l'appoint.

Une bombe anti-crevaison ou un kit de réparation.

De la graisse pour la chaîne.

Des chiffons.

### Les bonnes pratiques de chargement

Si vous possédez des valises latérales, chargez les objets les plus lourds au fond. Cette mesure vous aidera à garder un bon équilibre durant les manœuvres.

Afin d'éviter la prise au vent, évitez de charger en hauteur. N'oubliez pas qu'une moto chargée est une moto qui se conduit différemment !

Si vous devez utiliser des sangles, rangez bien les surplus. En roulant, celles-ci pourraient se libérer et se coincer dans la roue ou la chaîne.

Veillez à ce que votre chargement ne cache pas vos clignotants arrière ou plaque...  
une amende n'est jamais agréable.

Pour votre confort, évitez de porter un sac à dos.

Une sacoche de réservoir peut être un bon investissement pour conserver à portée  
de main vos moyens de paiement (carte bleue, espèces).

Cette liste de conseils est non exhaustive. Pour plus d'informations, renseignez-vous  
auprès de la sécurité routière de votre département.