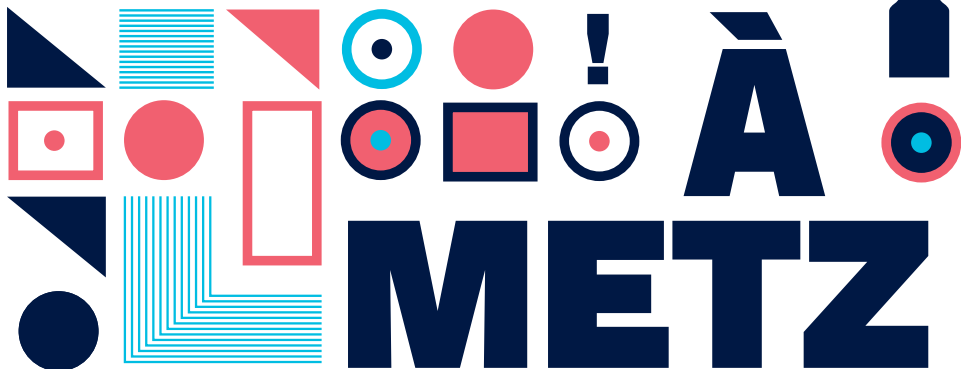
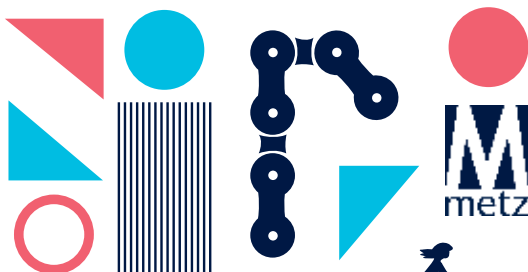


LE VÉLO



À

METZ



METZ, VILLE CYCLABLE



Désormais, le vélo en tant que moyen de locomotion trouve entièrement sa place à Metz, où l'espace urbain n'est plus réservé à la seule circulation motorisée, et où l'apaisement de la vitesse a permis d'obtenir une baisse significative des accidents corporels sur la voie publique.

Grâce aux aménagements déployés au cours des dernières années (pistes et bandes cyclables, voies vertes, zones de circulation apaisées, itinéraires), ainsi qu'aux nombreux équipements proposés (stationnements, abris sécurisés, panneaux de jalonnement), les citoyens n'ont plus à hésiter ! Qu'ils disposent d'un vélo personnel ou qu'ils optent pour une location, ils sont encouragés par la Ville à opter pour ce mode de déplacement propre et sain, contribuant ainsi à la préservation de l'environnement.

Ce guide présente tout ce qu'il faut savoir pour circuler facilement et en sécurité, à Metz, à vélo. Alors que signalisations et aménagements évoluent, de nombreux conseils pratiques y sont délivrés aux cyclistes. Mais ce guide s'adresse aussi aux piétons et aux automobilistes, afin que la cohabitation fonctionne entre tous les modes de déplacement.

Dominique Gros, maire de Metz.

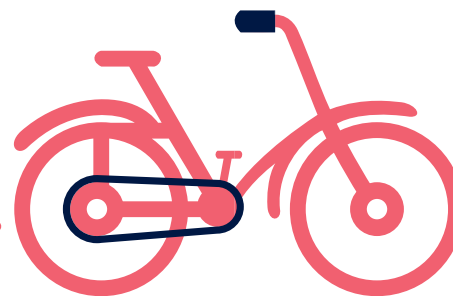
A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Gros', written in a cursive style.

SOMMAIRE

- 06**  **5 BONNES RAISONS DE CIRCULER À VÉLO**
- 08**  **PRENDRE LE VÉLO AU QUOTIDIEN**
- 10**  **LES 10 COMMANDEMENTS À VÉLO**
- 12**  **LE VÉLO BIEN ÉQUIPÉ**
- 14**  **LE VÉLO EN TOUTE SÉCURITÉ**
- 18**  **DANS LA CIRCULATION GÉNÉRALE**
- 22**  **PARTAGER L'ESPACE PUBLIC AVEC LES AUTRES USAGERS**
- 24**  **VÉLO ET SIGNALISATION ROUTIÈRE**
- 26**  **DISPOSITIFS DE CIRCULATION RÉSERVÉS AUX VÉLOS**
- 30**  **LES ZONES DE CIRCULATION APAISÉE**
- 32**  **LES AMÉNAGEMENTS CYCLABLES**

- 34**  **LES ITINÉRAIRES ET LIAISONS CYCLABLES JALONNÉS**
- 36**  **STATIONNER SON VÉLO**
- 38**  **LUTTER CONTRE LE VOL DE VÉLO**
- 40**  **METZ, VILLE VÉLOTOURISTIQUE**
- 42**  **LOUER UN VÉLO**
- 44**  **INTERMODALITÉ, LE VÉLO MAIS PAS QUE...**
- 46**  **APPRENTISSAGE DU VÉLO**
- 48**  **L'ÉCOLE DU VÉLO**
- 50**  **ATELIER DE RÉPARATION**
- 52**  **LES BONNES ADRESSES DU VÉLO À METZ**
- 54**  **NOTES**

5 BONNES RAISONS DE CIRCULER À VÉLO



SAIN

Se déplacer à vélo est bon pour ma santé à plusieurs titres. Pratiquer cette activité physique participe à la diminution des risques cardio-vasculaires, du diabète, de l'obésité et de l'hypertension. D'autre part le vélo, avec la marche, est le mode de transport par lequel je suis le moins exposé à la pollution, en raison de l'absence d'environnement confiné, contrairement à la voiture.

ÉCOLOGIQUE

Pas de carburant dépensé donc zéro polluant émis!

SOURCE DE BIEN-ÊTRE

Pédaler, ça me détend! En circulant à vélo j'évacue les tensions. Quoi de plus agréable que d'évoluer à l'air libre, silencieusement, à son rythme, en profitant pleinement de l'environnement extérieur?

PRATIQUE

À vélo j'évite les embouteillages, je me déplace et me gare plus facilement qu'en voiture, quelle que soit l'intensité du trafic. Pour des trajets de moins de 5 kilomètres, le vélo est plus rapide que la voiture.

ÉCONOMIQUE

En moyenne, le coût de quatre pleins d'essence suffirait à acheter un vélo neuf! Pas de frais de stationnement, ni de carburant, ni d'assurance! Un énorme poids en moins dans mon budget.

PRENDRE LE VÉLO AU QUOTIDIEN



TRAVAIL

Faire le trajet domicile/travail à vélo me permet d'arriver à l'heure de manière décontractée. Le vélo est un outil de déplacement flexible parfaitement adapté aux rythmes du travail. En outre, aujourd'hui, j'ai la possibilité de bénéficier d'une indemnité.



ENFANTS ET ÉCOLES

De nombreuses solutions existent pour transporter mes enfants : siège, porte-bébé, remorque, vélo-brouette, etc.

FAIRE SES COURSES

Bien équipé, grâce aux paniers, porte-bagages, sacoches et autres remorques, je peux transporter beaucoup de marchandises à vélo.

ÉTUDES

Moyen de transport idéal pour les étudiants, les sites universitaires sont parfaitement accessibles à vélo et disposent de nombreux stationnements adaptés.

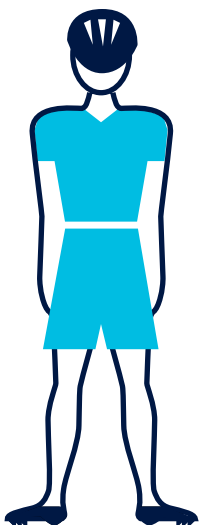
LOISIRS

Le vélo n'est pas qu'un simple moyen de déplacement, c'est aussi un divertissement, un loisir dont la pratique facile et agréable permet de découvrir ce qui m'entoure autrement.

LES 10 COMMANDE- MENTS À VÉLO

1

Je respecte toujours les piétons :
je ne roule pas sur les trottoirs, dans
les zones de circulation apaisée je suis
particulièrement attentif au respect
de la priorité du plus faible, soit le piéton
puis le cycliste.



2

Je respecte le Code de la route
et la signalisation.

3

Je veille à me faire bien voir des autres
usagers, notamment la nuit ou lorsque
la visibilité est insuffisante (éclairage
avant et arrière, brassard, pince et gilet
réfléchissants).

4

Je stationne mon vélo aux emplacements
réservés : dans tous les cas,
j'évite de gêner les piétons
et les personnes à mobilité réduite,
en laissant libre autant que possible
une bande passante d'1,40 mètre.

5

J'utilise un antivol suffisamment fiable
et je fais marquer mon vélo
afin de me prémunir du vol.

6

J'utilise un vélo adapté et bien équipé.

7

J'entretiens suffisamment mon vélo
pour rouler avec un équipement sûr
(freins, éclairage, pneus...).

8

Je porte des vêtements adaptés
aux conditions météorologiques.

9

J'évite de prendre des risques inutiles,
si une situation me paraît dangereuse
j'adapte ma vitesse, si besoin est
je descends de mon vélo
et je poursuis à pied en le poussant.

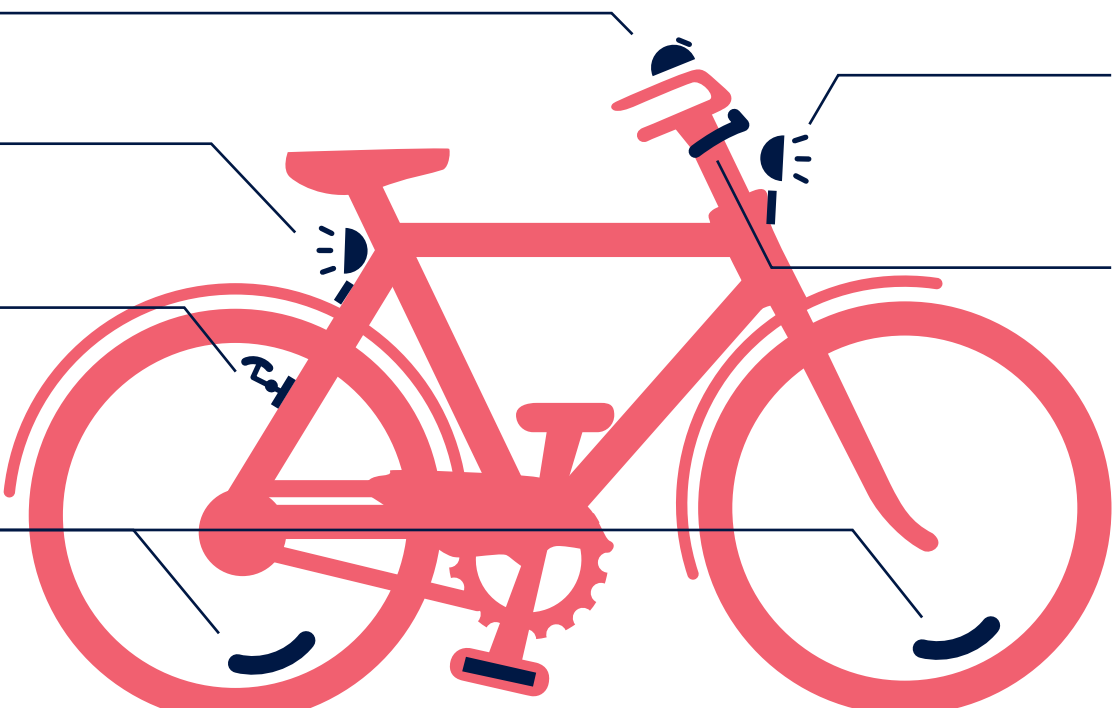
10

Je suis prosélyte en matière de vélo,
je convaincs les autres que le vélo
c'est super!



LE VÉLO BIEN ÉQUIPÉ

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE :

- 
- Diagram of a red bicycle with labels for mandatory equipment:
- Sonnette
 - Feu de position rouge et dispositif réfléchissant rouge à l'arrière
 - Frein arrière
 - Réflecteurs de roue à l'arrière et à l'avant
 - Réflecteurs de pédale
 - Feu de position blanc ou jaune et dispositif réfléchissant blanc à l'avant
 - Frein avant



ACCESSOIRES FORTEMENT CONSEILLÉS :

- + Casque de protection (obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans à partir de 2016)
- + Gilet rétro réfléchissant, obligatoire hors agglomération, de jour comme de nuit, lorsque la visibilité est insuffisante
- + Pince et brassard réfléchissants

ÉQUIPEMENT FACULTATIF :

- + Rétroviseur
- + Panier
- + Antivol
- + Bandes réfléchissantes sur le flanc des pneus
- + Porte-bagages
- + Garde-boue
- + Protège-chaîne
- + Béquille
- + Écarteur de danger

LE VÉLO EN TOUTE SÉCURITÉ

Lorsque je circule à vélo, je reste vigilant. J'applique les recommandations suivantes pour rouler serein, en sécurité et pour une bonne cohabitation avec les autres usagers de la route.



BONNE POSITION

Je ne me penche pas trop sur mon vélo. Je reste droit pour avoir une vision large de ce qui m'entoure. Une bonne position m'assure une bonne vision. Je règle ma selle pour avoir les jambes tendues et optimiser mon effort.

À L'ÉCOUTE

Lorsque je circule à vélo, je me sers de mon ouïe. Je n'utilise ni baladeur ni écouteurs pour éviter d'être coupé de mon environnement. Mon écoute m'est d'une aide précieuse.

SANS GÊNE

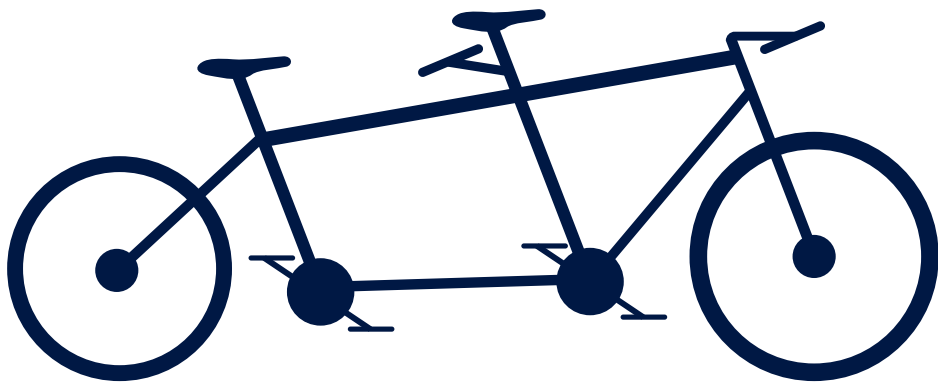
À vélo, j'évite de porter des vêtements trop serrés ou trop amples qui gênent mes mouvements, des accessoires qui traînent, écharpe ou foulard trop longs... Je ne mets pas de charges trop lourdes ou encombrantes sur mon guidon. Question de sécurité, je veille à garder les mains libres, pas de téléphone, de parapluie ou de cigarette quand je roule.

CHANGEMENTS DE DIRECTION

J'anticipe mes changements de direction en tendant visiblement le bras afin de les signaler aux autres usagers. Je regarde bien dans toutes les directions avant de tourner et pendant que je tourne.

VOIES ÉTROITES, À SENS UNIQUE ET GIRATOIRES

Dans ces rues je roule au milieu et évite d'être serré aux autres véhicules. Dans les ronds-points de petite dimension, je n'hésite pas à rouler au milieu de la voie. Dans les grands giratoires, s'il y a plusieurs files, je roule au centre de la voie de droite.



ZONES APAISÉES

Au sein de ces zones spéciales (zones 30, zones de rencontre, aires piétonnes, parcs publics) je veille à bien respecter la priorité du plus faible, en l'occurrence les personnes à mobilité réduite et les piétons.

ANGLES MORTS

Ces espaces situés aux abords d'un véhicule, invisibles depuis le poste de conduite, constituent un réel danger. Le chauffeur d'un véhicule ne peut pas me voir si je me trouve dans les angles morts de ses rétroviseurs. J'évite au maximum de dépasser des bus ou des poids lourds, notamment par la droite.

FILE DE VÉHICULES ARRÊTÉS

Je les dépasse en roulant au pas et en faisant attention aux portières qui peuvent s'ouvrir à tout moment.

VOIES METTIS

Metz est équipée de bus à haut niveau de service Mettis, transport en commun en site propre. Ces bus évoluent sur des voies spéciales qui leurs sont réservées. À vélo, je ne suis en aucun cas autorisé à emprunter ces voies réservées.

MÉTÉO

Je peux rouler à vélo par tous les temps. Toutefois, quelques précautions s'imposent :

-Par temps de pluie, la chaussée humide devient glissante, j'anticipe mon freinage et je tourne moins vite. Je fais particulièrement attention aux revêtements au sol, pavés et bandes blanches. Je porte des vêtements imperméables adaptés (poncho, pantalon et veste de pluie, etc.) et des tenues de couleurs vives, plus facilement visibles par les automobilistes. Un casque à visière peut protéger mes lunettes de la pluie. Si la visibilité est insuffisante, je me sers de mon éclairage.

-Par temps de neige et de verglas, je peux tout de même circuler à vélo, mais je roule prudemment en anticipant le freinage, en évitant les mouvements brusques et en gardant mes distances par rapport aux autres véhicules. Je porte des vêtements adaptés et je protège mes extrémités. Si en raison des intempéries je renonce à me déplacer à vélo, je n'hésite pas à utiliser les transports en commun.

ACCIDENT

Malgré l'application de toutes les recommandations de sécurité, un accident peut survenir. S'il s'agit d'un accident avec un véhicule motorisé, je procède à un constat amiable. La grande majorité des conducteurs de véhicules motorisés disposent du formulaire nécessaire. Il existe aussi une version sur smartphone, l'e-constat. S'il s'agit d'un accident avec un piéton, ma responsabilité peut être partiellement ou entièrement retenue, d'où l'intérêt d'être assuré. Dans tous les cas, je garde mon calme...

DANS LA CIRCULATION GÉNÉRALE

Lorsque je quitte les aménagements cyclables et que j'évolue au sein de la circulation générale, je reste prudent, notamment à l'approche et au franchissement des intersections.



OBSTACLES

Si je peux, j'évite les obstacles qui se présentent : grilles d'aération, grilles protégeant les arbres, avaloirs (grilles d'évacuation des eaux de pluie dans les caniveaux), bordures, rails, etc. Si je dois franchir ces obstacles, je positionne mon vélo de façon la plus perpendiculaire possible.

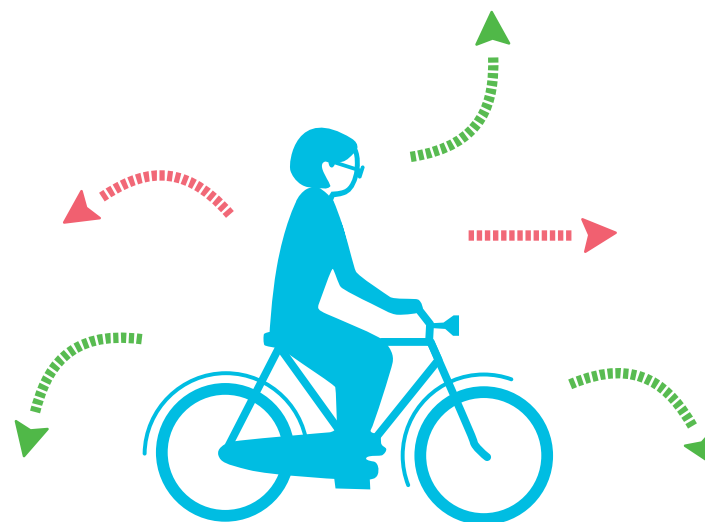
PORTIÈRES

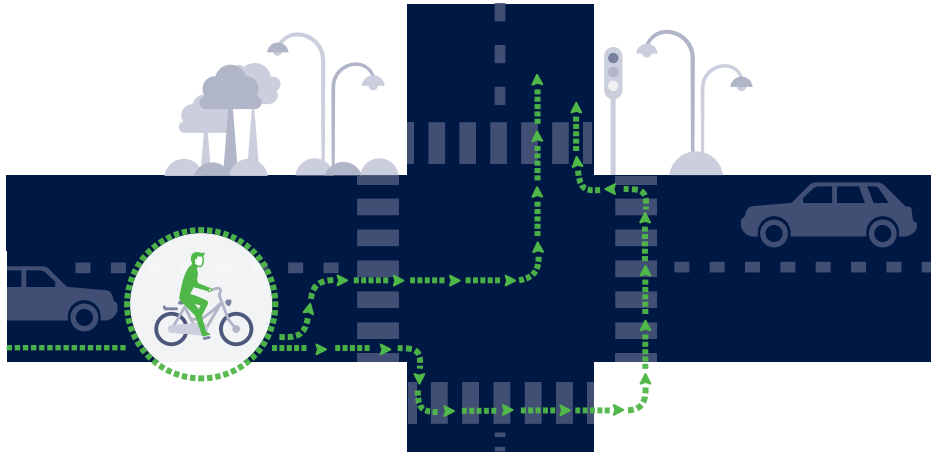
À tout moment les occupants d'un véhicule peuvent ouvrir leurs portières. Pour cette raison, je ne rase jamais les véhicules en stationnement, je laisse toujours un espace d'un mètre. Lorsque je remonte par la gauche la file de véhicules à l'arrêt à un feu, la portière d'un passager peut là-aussi s'ouvrir brusquement.



SIGNALER SES INTENTIONS

Bien positionné sur la chaussée, je me sers de mes bras pour faire comprendre mes intentions aux autres véhicules.





INTERSECTIONS

Je dois non seulement faire attention aux voitures venant de la droite, mais aussi aux voitures qui me longent par la gauche et qui peuvent tourner à droite, même sans l'avoir indiqué au moyen de leur clignotant. Je ne cherche pas à passer à tout prix, le rapport de force ne m'est pas favorable. De manière générale, je m'assure toujours que les autres véhicules ont bien perçu ma présence.

TOURNER À GAUCHE

Si tourner à droite à une intersection semble assez évident, tourner à gauche peut s'avérer plus compliqué. En effet, je dois couper

la trajectoire des véhicules qui me suivent et qui me croisent. Je vérifie donc qu'aucun véhicule n'est sur le point de me doubler, je signale ostensiblement ma volonté de tourner à gauche en tendant le bras et je me déporte progressivement dans cette direction. J'anticipe cette manœuvre afin que les autres véhicules soient bien informés de mes intentions.

Si je n'ai pas le choix, je peux toujours me déporter sur la droite et me positionner perpendiculairement à la voie que je souhaite quitter, je vérifie qu'il n'y a personne sur cette voie ou j'attends le feu vert piétons, puis je traverse.



LES PRIORITÉS

Sur une piste cyclable (unidirectionnelle ou bidirectionnelle) ou une bande cyclable, je dois respecter le même régime de priorité que celui de la route contiguë à l'aménagement cyclable.

À chaque traversée sans feu, je suis prioritaire face aux véhicules qui changent de direction pour tourner, mais je dois respecter la règle de la priorité à droite en cédant le passage à tout véhicule arrivant à ma droite.



PARTAGER L'ESPACE PUBLIC AVEC LES AUTRES USAGERS



VÉLOS ET PIÉTONS

Il arrive que vélos et piétons partagent le même espace. Dans ce cas, je reste prudent et je limite ma vitesse. Je peux éventuellement me servir de ma sonnette pour signaler ma présence. S'il y a trop de monde dans une aire piétonne que je traverse, je n'hésite pas à mettre pied à terre. Je garde à l'esprit que le piéton reste l'utilisateur prioritaire dans cette zone. En aucun cas, je n'ai le droit de circuler sur les trottoirs.

VÉLOS ET BUS

En raison des angles morts, les conducteurs de bus et autres véhicules poids lourd ne voient pas toujours certaines parties de la route situées autour de leur véhicule. Je ne m'arrête pas sous leurs rétroviseurs ou à leur hauteur. Je reste à l'arrière des bus et véhicules poids lourd et ne cherche pas à les dépasser. Si je ne peux rester derrière, je les dépasse et me place bien en évidence devant eux. Lorsqu'ils tournent ou qu'ils manœuvrent, je ne cherche pas à les dépasser, ni par la droite, ni par la gauche, car ils occupent un espace supérieur à leur largeur.

D'autre part, je ne suis pas autorisé à emprunter les voies de circulation réservées aux bus à haut niveau de service Mettis.

VÉLOS ET AUTRES DEUX-ROUES

Les pistes et bandes cyclables sont interdites aux deux-roues motorisés. En revanche, les vélos à assistance électrique y sont admis.



VÉLO ET SIGNALISATION ROUTIÈRE

PANNEAUX DE SIGNALISATION



Piste ou bande cyclable

Conseillée et réservée aux cyclistes.



Voie verte

Route exclusivement réservée à la circulation des véhicules non motorisés, des piétons et parfois des cavaliers.



Aire piétonne

Les cyclistes sont autorisés à rouler à l'allure du pas (aux alentours de 6 km/h) en veillant à ne pas gêner les piétons qui sont prioritaires.



Zone de rencontre

Les cyclistes sont autorisés à circuler dans les deux sens de circulation, sauf disposition contraire, en veillant à ne pas gêner les piétons.



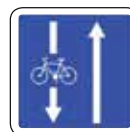
Zone 30

Au sein de son périmètre, les cyclistes sont autorisés à circuler dans les deux sens de circulation, sauf disposition contraire.



Piste ou bande obligatoire pour les cycles

Les cyclistes, sans side-car ou remorque, sont obligés de circuler sur la piste ou bande cyclable à l'entrée de laquelle le panneau est placé. Les piétons et conducteurs d'autres véhicules n'ont pas le droit d'emprunter cette piste ni de s'y arrêter.



Double-sens cyclable

Chaussée à sens unique classique pour les véhicules motorisés, mais ouverte à la circulation des cyclistes dans les deux sens. Dans les zones de rencontre et les zones 30, toutes les rues à sens unique pour les voitures sont autorisées à double-sens à vélo, sauf disposition contraire.



Tourne-à-droite (ou aller-tout-droit) cycliste

Lorsqu'elle est installée à un feu tricolore, cette signalisation autorise les cyclistes à franchir le feu rouge afin de tourner à droite ou dans certains cas de continuer tout droit, avec l'obligation de céder le passage aux véhicules venant de leur gauche ainsi qu'aux piétons amenés à traverser. En l'absence de panneau, les cyclistes doivent s'arrêter au feu rouge.

DISPOSITIFS DE CIRCULATION RÉSERVÉS AUX CYCLISTES



DOUBLE-SENS (CONTRESENS) CYCLABLE

Dans les zones de circulation apaisées (zones 30, zones de rencontre, aires piétonnes) et dans certaines rues, un sens de circulation est réservé aux seuls cyclistes. Grâce à ce type d'aménagements, j'évite de longs détours. En toute sécurité, je peux rouler à vélo à contresens du sens unique de circulation pour les autres véhicules, je les vois et suis vu par eux de face. Je reste tout de même vigilant car les automobilistes et les piétons ne s'attendent pas toujours à me voir arriver en sens contraire de la circulation générale. Je fais attention aux croisements et aux entrées des riverains.



SAS VÉLO

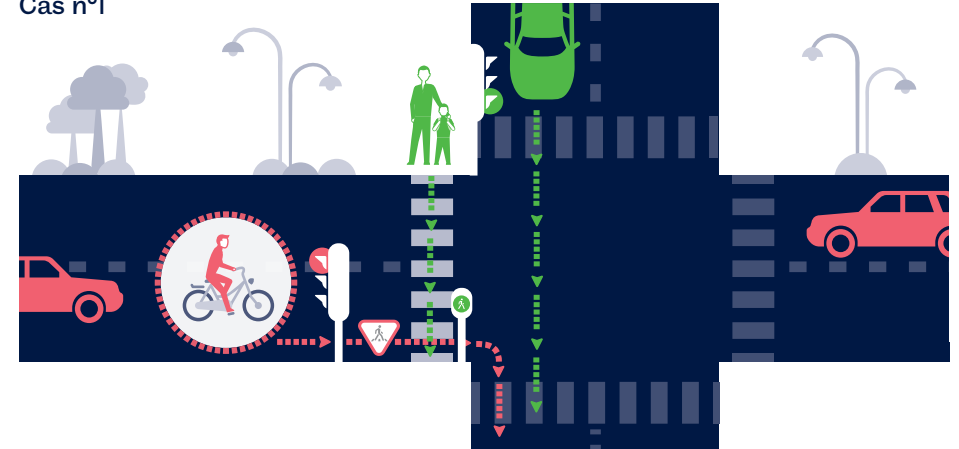
Aux carrefours à feux tricolores se trouve parfois un espace de trois à cinq mètres réservé aux vélos, situé entre la ligne d'arrêt des véhicules et le passage piéton. Il me permet de démarrer en toute sécurité, devant les véhicules motorisés, en étant bien visible et en me plaçant du côté de la chaussée vers lequel je vais tourner le cas échéant.



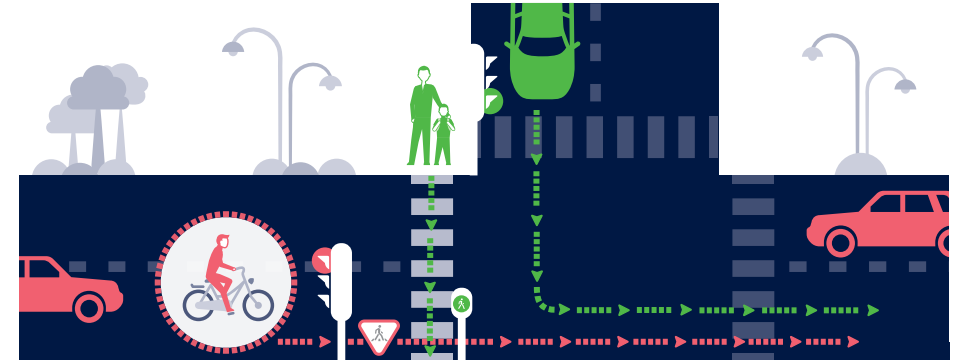
CÉDEZ-LE-PASSAGE CYCLISTE AU FEU OU TOURNE-À-DROITE / ALLER-TOUT-DROIT CYCLISTE

Expérimenté notamment dans le quartier du Sablon et étendu progressivement à d'autres secteurs, il me permet de tourner à droite, ou d'aller tout droit dans certaines situations, lorsque le feu est rouge. Toutefois, je ne suis pas prioritaire et doit céder le passage aux véhicules venant de la gauche ainsi qu'aux piétons amenés à traverser. Cette possibilité est limitée aux carrefours équipés des panneaux de signalisation spécifiques situés sous les feux tricolores. En l'absence de panneaux, je dois m'arrêter au feu rouge. Grâce à ce dispositif, j'évite les arrêts répétés et pénalisants (perte de temps, redémarrage pénible). Je reste sur la chaussée et n'emprunte pas le trottoir pour éviter le feu.

Cas n°1



Cas n°2



→ Dans ces deux cas, je cède la priorité aux piétons et aux véhicules qui ont le feu vert.

LES ZONES DE CIRCULATION APAISÉE



AIRE PIÉTONNE

Périmètre affecté à la circulation des piétons qui sont prioritaires. Je peux circuler à vélo à la condition de conserver l'allure du pas (≈ 6 km/h) et de ne pas occasionner de gêne aux piétons. Seuls les véhicules nécessaires à la desserte interne de la zone sont autorisés à circuler au pas.



ZONE DE RENCONTRE

Périmètre au sein duquel la circulation est ouverte à tous les usagers et où les piétons peuvent circuler sur la chaussée. La vitesse maximale des véhicules y est limitée à 20 km/h. Cette zone est régie par la priorité du plus faible, soit celle du piéton puis du cycliste. Dans les voies à sens unique, je peux circuler à vélo dans les deux sens, sauf avis contraire.



ZONE 30

Périmètre au sein duquel la vitesse est limitée à 30 km/h. En l'absence de traversées piétonnes, les piétons peuvent tout de même traverser, mais ils ne sont pas prioritaires sur les autres modes et doivent marcher sur les trottoirs. Je peux circuler à vélo dans les deux sens dans l'ensemble des voies comprises dans cette zone, sauf avis contraire.



LES AMÉNAGEMENTS CYCLABLES

À ce jour, Metz compte près de 90 km d'aménagements cyclables. Ce sont essentiellement des pistes et bandes cyclables. Toutefois, la moitié des aménagements utilisés par les cyclistes sont des espaces partagés avec les autres usagers, la vigilance reste donc de rigueur.

Un plan exhaustif des aménagements cyclables et itinéraires jalonnés, « Le vélo à la carte », est disponible à l'hôtel de ville, dans les mairies de quartier, à l'office de tourisme ou encore à la Maison du vélo. Il est également consultable et téléchargeable sur metz.fr.



PISTE CYCLABLE

Chaussée exclusivement réservée aux vélos, séparée de la circulation automobile et souvent à proximité des axes routiers. Les pistes cyclables peuvent être unidirectionnelles, de part et d'autre de la chaussée, ou bidirectionnelles, d'un seul côté de la chaussée.



BANDE CYCLABLE

Aménagement de la chaussée, réservé uniquement aux deux roues non motorisés, matérialisé par un marquage au sol discontinu, sans séparation physique de type bordure ou trottoir (à la différence de la piste cyclable).



CONTINUITÉ CYCLABLE

Il ne s'agit pas d'un aménagement cyclable en tant que tel mais sa matérialisation, par une succession de pictogrammes au sol, signale la trajectoire souhaitable à suivre et rappelle la présence des cyclistes.



VOIE VERTE

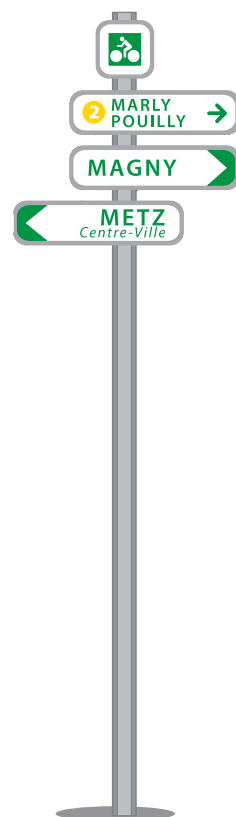
Voie de communication en site propre exclusivement réservée à la circulation des véhicules non motorisés, des piétons et des cavaliers, qui procure une utilisation conviviale et sécurisée aux usagers.

LES ITINÉRAIRES ET LIAISONS CYCLABLES JALONNÉS



Ces liaisons cyclables sont un véritable outil d'orientation. Je peux relier les différents quartiers de la ville et les pôles d'attraction à l'aide de grands itinéraires jalonnés. Ce jalonnement facilite et sécurise les déplacements à vélo, en rappelant notamment la présence

des cyclistes aux automobilistes. Il renforce la cohérence et l'efficacité du réseau cyclable, notamment en assurant une continuité entre les aménagements existants. Pour un usage optimal du vélo à Metz, j'emprunte ces grands axes aménagés et je me laisse guider !



- 1** Liaison n°1:
centre-ville / Montigny-lès-Metz (3,8 km)
- 2** Liaison n°2:
Centre Pompidou-Metz / Magny (5 km)
- 3** Liaison n°3:
centre-ville / hôpital Robert Schuman (6,3 km)
- 4** Liaison n°4:
centre-ville / Saint-Julien-Lès-Metz (2,4 km)
- 5** Liaison n°5:
centre-ville / Longeville-Lès-Metz (2 km)
- 6** Liaison n°6:
centre-ville / Devant-les-Ponts (2,5 km)
- R1** Itinéraire R1:
boucle centre-ville (5 km)
- R2** Itinéraire R2:
boucle quartiers nord (4,3 km)
- R3** Itinéraire R3:
boucle quartiers sud (8,1 km)
- Vélo Mettis** Itinéraire VéloMettis:
le long des voies Mettis (15 km)
- Véloroute** Itinéraire Véloroute Charles le Téméraire:
le long de la Moselle (4,8 km à Metz)

STATIONNER SON VÉLO

À Metz, de nombreux points de stationnement répartis dans toute la ville me permettent de stationner mon vélo sans souci :

2032 places sur des arceaux

210 places sécurisées



GARAGE À VÉLOS SÉCURISÉS

Situés notamment aux abords des pôles d'échanges multimodaux et à d'autres points stratégiques du réseau de transports en commun, d'une capacité de 40 places, accessibles 24h/24 au moyen d'un système de contrôle d'accès, ils permettent le stationnement sécurisé des vélos.



PARKINGS-RELAIS ET ÎLE DU SAULCY

- P+R FOIRE EXPO
- P+R ROCHAMBEAU
- P+R WOIPPY
- Île du Saulcy

Accessibles 7j/7 et 24h/24, couverts et placés sous vidéo protection. Tous les titres de transport du réseau Le Met' donnent un accès gratuit à ces abris.



GARE SNCF

- Place du Général de Gaulle, côté passage de l'Amphithéâtre, à proximité de l'entrée du hall des départs de la gare.

Accessibles 7j/7 et 24h/24, grâce à la carte Simplicités (vendue à l'Espace Mobilité), ils sont couverts et placés sous vidéo protection.

PARKINGS PUBLICS

La Ville de Metz développe des partenariats avec les parkings publics pour offrir de nouvelles solutions de stationnement pour les cyclistes.

LUTTER CONTRE LE VOL DE VÉLO



**Afin de se prémunir
contre toute tentative malveillante :**

- J'attache toujours mon vélo, même pour quelques minutes.
- J'attache mon vélo à un point fixe, en prenant le cadre et une roue si possible.
- J'utilise un antivol en U haute sécurité, en le plaçant le plus en hauteur possible, trou de serrure vers le bas.
- Je stationne mon vélo en privilégiant les lieux visibles où il y a du passage.
- Je ne laisse aucune pièce de valeur facilement détachable.
- Je me rends à la Maison du vélo pour procéder au marquage de mon vélo, en le faisant graver et en obtenant un passeport vélo avec un numéro, le Bicycode® (www.bicycode.org). Grâce à cela, je dissuade les voleurs de s'en prendre à mon vélo et j'ai toutes les chances d'être contacté si, à la suite d'un vol, mon vélo est retrouvé. Chaque année, environ 150 000 vélos retrouvés abandonnés ne peuvent être restitués faute d'indentification !

METZ, VILLE VÉLOTOURISTIQUE

Forte de son réseau de pistes et bandes cyclables étendu sur près de 90 km, de ses nombreuses connexions aux circulations douces, de ses itinéraires jalonnés qui assurent un maillage complet de la ville et de son agglomération, de sa centaine de kilomètres de voirie en zones 30, de son offre de stationnement deux roues de plus de 2000 places, mais aussi des nombreux services et manifestations consacrés à la pratique du vélo, Metz a obtenu le label « Ville vélotouristique » décerné par la Fédération Française de Cyclotourisme.



Sa situation géographique unique au croisement des grands axes européens donne logiquement à Metz la vocation d'être un point de départ ou d'étape pour des séjours transfrontaliers. La véloroute Charles le Téméraire, voie dédiée au cyclotourisme qui s'étend de la Bourgogne aux Flandres, connectée aux réseaux cyclables luxembourgeois et allemand, traverse Metz en longeant la Moselle.



L'environnement messin offre aux touristes la possibilité d'évoluer dans un cadre naturel, avec notamment deux cours d'eau, la Moselle et la Seille, aux berges et quais aménagés, ainsi qu'un environnement végétal remarquable se déployant jusqu'en plein cœur de la ville.

LOUER UN VÉLO

Le réseau de transports Le Met' propose un service de location de vélo appelé VéloMET', en partenariat avec Mob d'Emploi et UEM. Plusieurs points de location permettent de retirer un vélo :



Espace Mobilité

Place de la République,
du lundi au samedi de 8h30 à 18h30
(du 14/07 au 15/08, ouverture du
lundi au vendredi de 9h15 à 17h)
0 800 00 29 38 (appel gratuit
depuis un poste fixe)

Agence Mob d'Emploi - Gare SNCF

7 place du Général de Gaulle,
du lundi au vendredi de 9h à 18h,
les samedis d'avril à octobre de 10h
à 20h, les dimanches et jours fériés
d'avril à octobre de 14h à 20h
03 87 74 50 43

Agence Mob d'Emploi - Cathédrale

Rue d'Estrées,
du mardi au vendredi de 8h à 18h,
les samedis d'avril à octobre de
13h à 18h, du mardi au vendredi
d'octobre à avril de 12h à 17h
03 87 66 50 87

Parking République

Espace Mobilités
1 avenue Ney, zone d'accueil niveau -2
Ouverture 7j/7 et 24h/24
03 87 37 77 90

La plupart des parkings publics
proposent également des prêts
de vélo à leurs usagers.

DIFFÉRENTS TYPES DE VÉLO SONT DISPONIBLES :



Vélo de ville à cadran,
robuste et maniable, pratique avec
son panier supportant une charge
de 10 kg, fourni avec antivol et
marqué Bicycode®.



Vélo pliant,
se plie et se déplie rapidement,
autorisé en position pliée à bord
des bus, des lignes METTIS et des
trains, fourni avec antivol et marqué
Bicycode®.



TARIFS LOCATION

Pour tout savoir sur la location courte
et longue durée, les tarifs et conditions
de location, rendez-vous
à l'**Espace Mobilité**, place de la
République ou sur lemet.fr

INTERMODALITÉ, LE VÉLO MAIS PAS QUE...

L'intermodalité consiste à combiner plusieurs modes de transport sur un même trajet en utilisant différents types de véhicules. Il s'agit de diversifier les alternatives de mobilité afin de fluidifier les déplacements et de réduire leur empreinte écologique. Le vélo pliant, léger, compact, solide, facile à manipuler et à ranger, est le compagnon idéal dans les transports en commun et donc le champion de l'intermodalité. Le réseau Le Met' propose des offres de transport combinées à des tarifs très attractifs.

VÉLO + BUS



Les vélos pliants sont autorisés en position pliée à bord des lignes Mettis et des bus. Les principales stations Mettis sont équipées d'arceaux afin de pouvoir attacher et stationner son vélo. Aux parkings relais (P+R) Woippy, Rochambeau et

Foire expo, ainsi qu'à la gare de Metz-Ville, des emplacements sécurisés permettent de stationner son vélo en toute sérénité. Le Met' propose des abonnements mixtes comprenant voyages en bus et location de vélo à des tarifs préférentiels.



VÉLO + TRAIN

Embarquer son vélo dans les TER Lorraine, c'est gratuit et sans réservation. En général, la SNCF propose de nombreux services (acheminement, location, stationnement) aux cyclistes. Voyager en train avec son vélo est gratuit, hormis à bord des TGV, Intercités de jour avec réservation et Intercités de nuit, dans lesquels la réservation d'un emplacement coûte 10 euros.



VÉLO + VOITURE

Les principaux parkings de la ville proposent des solutions de stationnement pour vélo. Les parkings relais sont également équipés de stationnements vélos.

CONNAISSEZ-VOUS CITIZ ?

Citiz c'est le service d'autopartage à la disposition des Messins. Des voitures de différents types sont réparties sur 5 stations en ville, situées aux adresses suivantes : 4-8 rue du Chanoine Colin, 2 rue Winston Churchill, 1 rue de la Monnaie, 2-3 place du Roi George et 9 rue Gambetta. Une fois inscrit, l'abonné peut réserver sa voiture par téléphone et internet et accéder au véhicule en libre-service.

Renseignements et inscription :

Maison du stationnement - Urbis Park

13 rue du Coëtlosquet

03 87 39 32 19

lorraine.citiz.fr (application mobile Citiz gratuite sur App Store et Android)



APPRENTISSAGE DU VÉLO



Se déplacer en ville s'apprend dès le plus jeune âge et se poursuit tout au long de la vie. Avec le challenge piéton, opération annuelle originale qui favorise le développement de l'autonomie de l'enfant dans ses déplacements en ville, Metz dispose d'un dispositif pédagogique municipal important en matière de mobilité. Cette opération a permis de se rendre compte qu'un

enfant sur trois ne savait pas faire de vélo. Dès lors, la Ville s'est lancée dans le projet d'offrir un apprentissage de la pratique du vélo aux enfants. Ce projet mené par la Ville par le biais d'une démarche partenariale a pour objectif de permettre aux enfants de bénéficier d'un apprentissage concret et de pouvoir, par la suite, circuler en ville en toute autonomie.



Vous n'êtes plus monté à bicyclette depuis longtemps? Ou bien même n'avez-vous jamais fait de vélo? Pas de panique, l'association Metz à Vélo propose un apprentissage du vélo pour adultes. Elle dispense des séances de formation dans lesquelles chacun est intégré à un groupe de son niveau. Les débutants sont initiés sur une plate-forme

sécurisée. Ceux maîtrisant les bases de la conduite à vélo sont guidés sur des itinéraires spécifiques afin d'aborder graduellement les difficultés inhérentes à la pratique au sein de la circulation générale.

Inscriptions et informations
à la Maison du vélo,
10 rue de la Basse Seille,
03 55 80 92 91



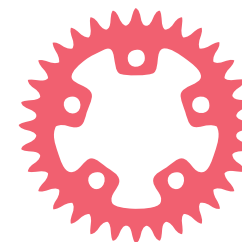
LA MAISON DU VÉLO

Située 10 rue de la Basse Seille, la Maison du vélo est gérée par l'association Metz à Vélo qui agit depuis 20 ans pour le développement de la pratique du vélo au quotidien. Grâce au soutien de la Ville de Metz, elle dispose d'un lieu à partir duquel elle peut développer ses actions promouvoir les déplacements à vélo.



Cet espace abrite différentes activités :

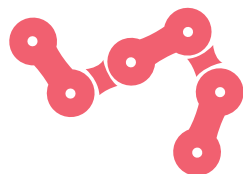
- Marquage des vélos
- Atelier d'autoréparation : mise à disposition d'outillage, aide à la réparation et à l'entretien, remise en état de vieux vélos et conseils des bénévoles de l'association
- Espace d'informations : documentation technique, revues spécialisées, documentation touristique, cartes, guides, etc.
- École de vélo pour adultes : des séances pour apprendre, améliorer sa conduite et prendre de l'assurance à vélo afin de circuler en ville. Initiation pour débutants ou remise à niveau
- Soirées projection, débats et échanges : projection de randonnées à vélo, échanges autour de thèmes comme les transports, les aménagements, la qualité de l'air, le bruit, la santé, l'environnement, le changement climatique, etc.



D'autres actions sont entreprises toute l'année par l'association Metz à Vélo : balades mensuelles, bourses aux vélos, fête du vélo, etc. Retrouvez les activités, horaires d'ouverture et toutes les informations sur le site metzavelo.fr



ATELIER DE RÉPARATION



Situé rue d'Estrées, dans le même local que le point de location Vélomet', l'atelier associatif est ouvert au public. Il est géré par l'association Prenons le guidon qui propose différents services : vente de vélos et de pièces détachées à moindre coût, apprentissage de la mécanique, mise à disposition

de matériel, etc. Globalement, l'association mène une activité qui privilégie le développement durable en proposant une démarche participative autour du vélo. Des événements sont organisés tout au long de l'année, tels bourses aux vélos, apéros démontage et autres ateliers pédagogiques.



LES BONNES ADRESSES DU VÉLO À METZ



Maison du vélo

10 rue de la Basse Seille 57000 METZ
03 55 80 92 91

Espace Mobilité Le Met'

Place de la République 57000 METZ
Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 18h30
0 800 00 29 38 (n° vert appel gratuit depuis
un poste fixe) du lundi au vendredi de 7h à
20h et le samedi de 7h à 19h

Points de location Vélomet'

Gare, 7 place du Général de Gaulle
57000 METZ

Cathédrale, rue d'Estrées
57000 METZ

Parking République, espace Mobilités,
1 avenue Ney 57000 METZ

Association Metz à Vélo

10 rue de la Basse Seille 57000 METZ
03 55 80 92 91

Prenons le guidon - Atelier associatif

Rue d'Estrées 57000 METZ
06 12 80 21 17

Cycles Majchzak

71/73 rue des Allemands 57000 METZ
03 87 74 13 14

Cycles Wallas

31 bis rue Haute Seille 57000 METZ
03 87 75 41 27

Loisibike

ZAC d'Augny 2000
Rue de Prayon 57685 AUGNY
03 87 18 13 22

Véloland

ZAC d'Augny 2000
6 rue des Gravières 57685 AUGNY
03 87 56 12 47

Yodabikes

1 rue de la Jeunesse
57050 LONGEVILLE-LÈS-METZ
03 87 57 46 11

Culture Vélo

12 allée des Tilleuls
57130 METZ - JOUY-AUX-ARCHES
03 87 38 40 54

Chullanka

RN 57 - Zone commerciale
Tournebride (Cora)
57160 MOULINS-LÈS-METZ
03 87 50 94 90

Décathlon

Rue des Gravières - Zone Actisud
57685 AUGNY
03 87 65 83 00

NOTES



**Directeur
de la publication:**

Dominique Gros

Rédaction:

service Communication,
pôle Mobilité & espaces
publics - Ville de Metz

**Conception graphique
& mise en page:**

Nouvelle étiquette

Photos:

service Communication -
Ville de Metz

Tirage:

8 000 exemplaires

Dépôt légal:

à parution



UN GUIDE BIEN PRATIQUE !

Le vélo à Metz, au quotidien : aménagements, équipements, signalisations, stationnements, itinéraires, location, mais aussi apprentissage, sécurité, bonne conduite, partage de l'espace avec les autres usagers et intermodalité, tout ce que vous devez savoir au sujet de la petite reine à Metz.

Ville de Metz

1 place d'Armes
57000 Metz
metz.fr

Maison du vélo

10 rue de la Basse Seille
57000 METZ
03 55 80 92 91

→ Allo Mairie, 0 800 891 891
(numéro vert, appel gratuit depuis un poste fixe).

