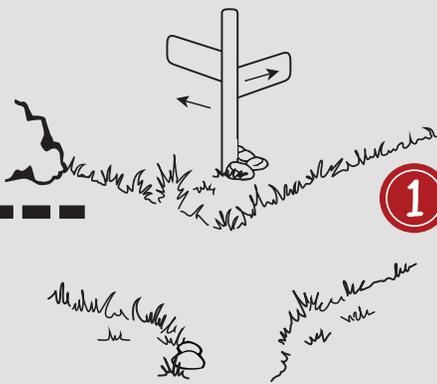




IMBA'S RULES OF THE TRAIL FOR YOUNG RIDERS

IMBA's Rules of the Trail help mountain bikers and other trail users understand each other and get along better. Here's a version of the rules just for young riders.



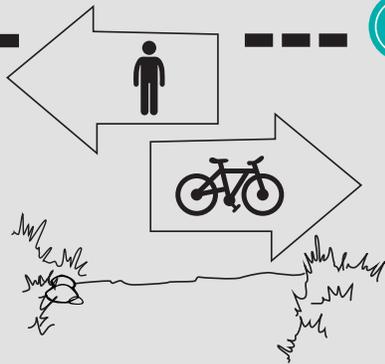
1 BIKE WHERE IT'S ALLOWED

Not all trails allow bike riding—some are just for walking or other activities. Find out whether mountain biking is okay before you ride.



2 BE A NINJA

Be a mountain bike ninja, so careful that no signs are left behind after you ride. This means avoiding wet, muddy trails, and never leaving your trash behind.



4 MOVE OVER

Be friendly and polite to everyone you meet. Remember that people on bikes should move out of the way for hikers and horseback riders. If you are riding a bike down a hill and someone else is pedaling up it, be sure that you give them plenty of space.

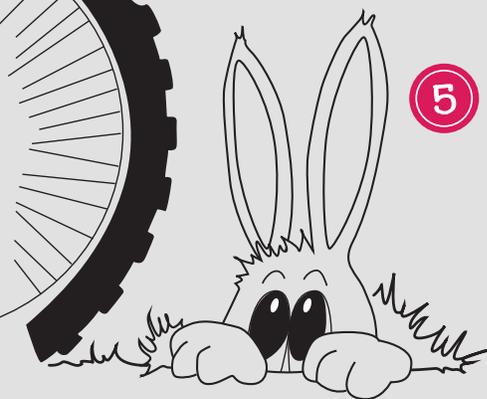
3 STAY IN CONTROL

Don't ride too fast or too crazy—you must always be able to slow down or come to a stop so you don't frighten anyone on the trail.



5 KEEP FURRY FRIENDS HAPPY

Give animals enough room and time to adjust to you. Use special care and follow directions when passing horseback riders.



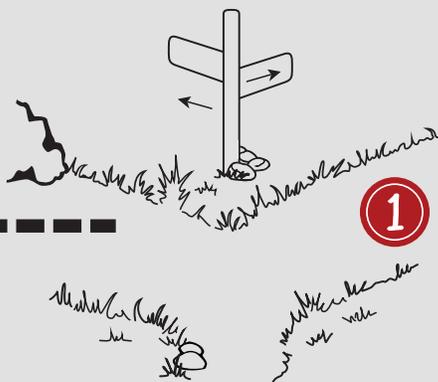
6 PLAN AHEAD

Know where you are going—or bring a map. Ride with an experienced adult when visiting a new area. Always wear a helmet and appropriate safety gear.



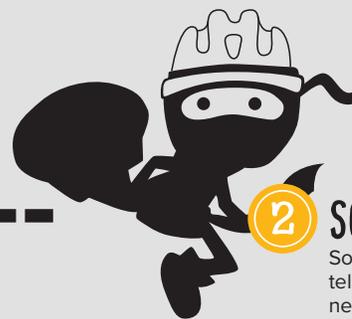
LES RÈGLES DE SENTIERS IMBA POUR LES JEUNES CYCLISTES

Les règles de sentiers IMBA aident les cyclistes et autres usagers de sentiers à se comprendre mutuellement et à mieux partager les sentiers. Voici la version spécialement conçue pour les enfants.



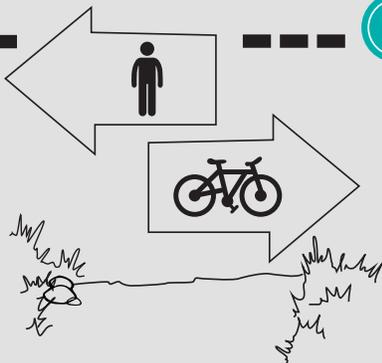
1 ROULEZ SEULEMENT OÙ CELA EST PERMIS

Il n'est pas permis de rouler sur tous les sentiers. Certains servent seulement à la marche ou autre activité. Découvrez quels sentiers sont bons pour vous avant de vous aventurer.



2 SOYEZ UN NINJA

Soyez un ninja du vélo, tellement furtif que vous ne laissez aucune trace de votre présence. Ça veut dire, entre autres, d'éviter les sentiers détrempés et ne jamais laisser de déchets derrière soi.



4 ÉCARTEZ-VOUS

Soyez courtois et poli lorsque vous croisez des gens. Rappelez-vous que les piétons et les cavaliers ont la priorité et que les cyclistes doivent leur céder le passage. Si vous descendez une pente et que vous apercevez un cycliste qui grimpe, assurez-vous de lui laisser suffisamment d'espace.

3 RESTEZ EN CONTRÔLE

Ne pas rouler trop vite ou hors contrôle – vous devriez toujours être capable de ralentir ou d'arrêter rapidement sans surprendre personne sur le sentier.



5 LES ANIMAUX SONT VOS AMIS

Donnez de l'espace aux animaux et un temps suffisant pour qu'ils reconnaissent votre présence. Portez une attention particulière aux chevaux et suivez les instructions des cavaliers lors du croisement.

6 PLANIFIEZ VOS SORTIES

Sachez vous orienter sur une carte. Soyez accompagné d'un adulte expérimenté lorsque vous visitez de nouveaux endroits. Portez toujours un casque et l'équipement de protection approprié.

