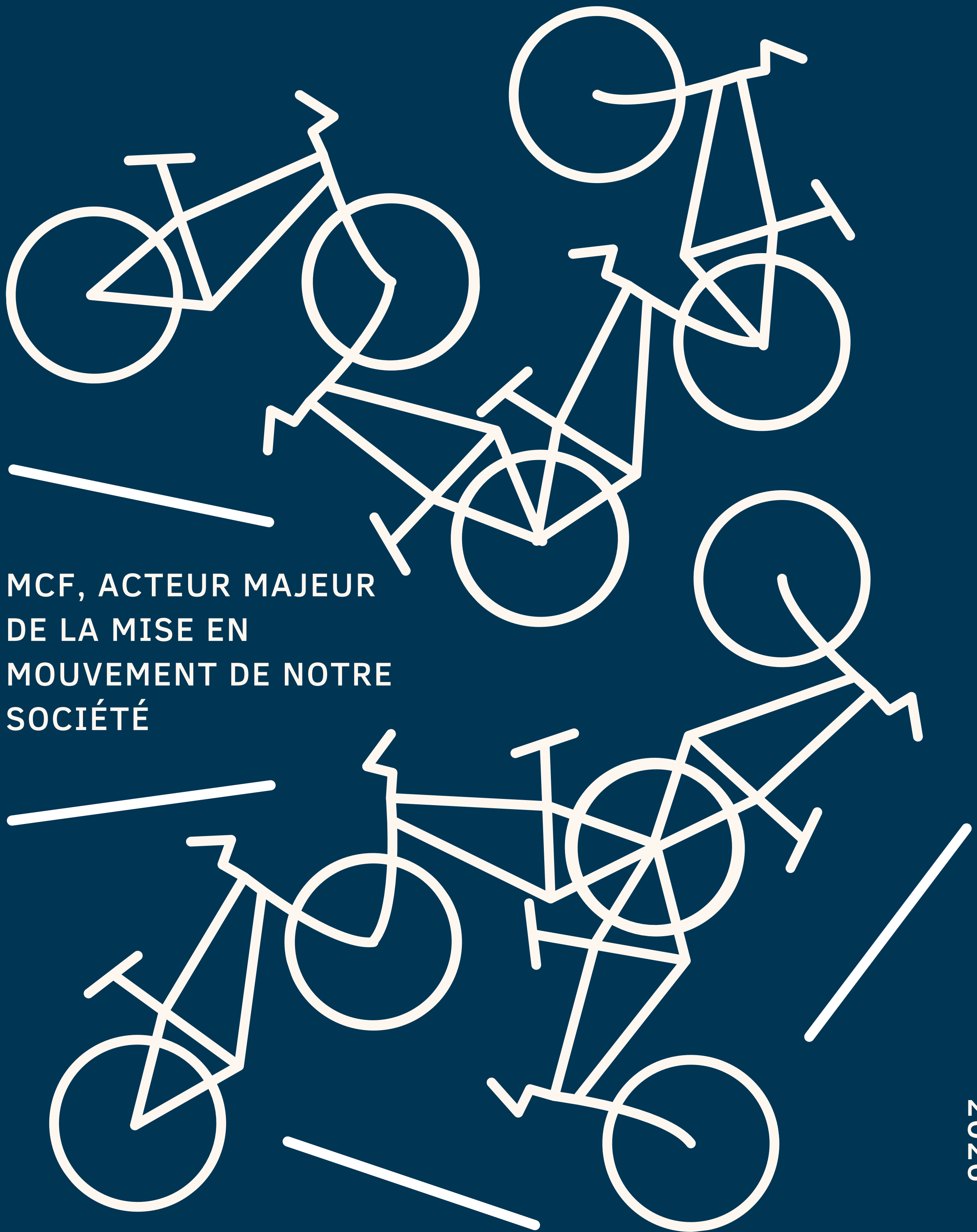


MONITEUR DE VÉLO



MCF, ACTEUR MAJEUR
DE LA MISE EN
MOUVEMENT DE NOTRE
SOCIÉTÉ

MAI
2026

INFORMEZ-VOUS [MONITEURCYCLISTE.COM](https://moniteurcycliste.com)



EDITO

“Être moniteur de vélo aujourd’hui, c’est s’engager au coeur des territoires, auprès des citoyens de tous âges, pour insuffler un nouvel élan, durable et responsable, à notre mode de vie.”



À l'heure où nos sociétés doivent faire face à des défis majeurs – environnementaux, sociaux, sanitaires – la profession de moniteur de vélo s'affirme comme un pilier de la transformation positive. Être moniteur de vélo aujourd'hui, c'est bien plus qu'enseigner des techniques ou encadrer des sorties: c'est s'engager au cœur des territoires, auprès des citoyens de tous âges, pour insuffler un nouvel élan, durable et responsable, à notre mode de vie.

Grâce à leur expertise, leur pédagogie et leur passion, les moniteurs accompagnent la transition de notre société: ils favorisent une mobilité plus douce, plus sûre, et rendent possible une découverte harmonieuse de nos paysages. En montagne comme en ville, ils ouvrent la voie à un tourisme plus respectueux, à une mobilité partagée et à la (re)découverte du plaisir simple de pédaler. Ils agissent aussi comme vigies, éveillant en chacune et chacun, adulte ou enfant, le respect des autres usagers, de l'environnement, et le goût pour une activité physique régulière – essentielle à la bonne santé de tous.

Ce manifeste veut rendre hommage à ces femmes et ces hommes de terrain, dont l'engagement, au quotidien, donne tout son sens à la transition écologique et à l'ambition d'une nation «vélo». Confiance, sécurité, solidarité, partage, santé: le moniteur de vélo est aujourd'hui un acteur incontournable pour inventer ensemble une société plus active, inclusive et durable.

Julien Rebuffet
Directeur du Syndicat National
des Moniteurs Cyclistes Français



1 **NOTRE METIER**

2 **SLOW TOURISME ET TOURISME EN MONTAGNE**

3 **LES ENJEUX DE LA MASSIFICATION DE LA MOBILITÉ À VÉLO**

4 **ZOOM SUR LE DÉPLOIEMENT DU SRAV**

5 **UNE NATION EN BONNE SANTÉ DE 7 À 77 ANS**

SOMMAIRE

INTRODUCTION

“Le développement de la pratique cycliste encadrée par des professionnels qualifiés contribue à la création de nouveaux emplois et au dynamisme des économies locales.”

moniteurcycliste.com



Dans une société en pleine transition, les moniteurs de vélo se révèlent être des acteurs clé dans plusieurs domaines essentiels tels que le tourisme durable, la mobilité douce et la santé publique. Ce livre blanc explore les diverses facettes de cette profession et met en lumière son importance croissante dans la transformation de notre société.

Les moniteurs de vélo ne se contentent pas de transmettre des compétences techniques ; ils jouent également un rôle primordial dans la sensibilisation aux enjeux environnementaux et sociaux. En encadrant les cyclistes, qu'ils soient amateurs ou confirmés, jeunes ou âgés, ces professionnels favorisent l'adoption d'un mode de vie plus sain et plus respectueux de l'environnement. Leur expertise et leur engagement sont des éléments cruciaux pour répondre aux défis contemporains tels que le changement climatique, la pollution urbaine et la sédentarité croissante.

Le saviez-vous ?

En 2019, la pratique du vélo en France a permis d'éviter environ 2 000 décès prématurés et de prévenir près de 6 000 maladies chroniques, telles que le diabète de type 2 et les maladies cardiovasculaires. (lemonde.fr)

Chaque kilomètre parcouru à vélo représente une économie d'environ 1 euro en coûts sociaux de santé, totalisant près de 5 milliards d'euros d'économies annuelles. (pasteur.fr)



Par ailleurs, le développement de la pratique cycliste encadrée par des professionnels qualifiés contribue à la création de nouveaux emplois et au dynamisme des économies locales. En encourageant le tourisme à vélo et les déplacements à vélo, les moniteurs participent à la réduction de la dépendance aux véhicules motorisés, favorisent une meilleure qualité de vie dans les villes et stimulent les secteurs économiques liés au sport et au tourisme. Ce livre blanc vise à démontrer comment la profession de moniteur de vélo, par ses multiples interventions, s'impose comme un levier puissant pour une société plus durable et plus saine.

➔ Chiffres clés :

Le secteur du vélo en France génère environ 80 000 emplois directs et des retombées économiques estimées à 9,6 milliards d'euros par an. (entreprises.gouv.fr)

Le tourisme à vélo représente quant à lui plus de 9 millions de séjours annuels en France, positionnant le pays comme la deuxième destination mondiale pour cette activité. (adn-tourisme.fr)

80 000 emplois

NOTRE METIER

“Les formations sont régies par des Diplômes d’État qui garantissent un niveau élevé de compétence et de professionnalisme.”

moniteurcycliste.com



Définition et Rôle

Le moniteur de vélo est un professionnel qualifié dont le rôle principal est d'enseigner et de promouvoir la pratique du cyclisme. Il s'adresse à un public varié, allant des débutants aux cyclistes confirmés, en passant par les enfants et les adultes. Le métier de moniteur de vélo ne se limite pas à l'enseignement des techniques de base du cyclisme. Il englobe également l'initiation à la sécurité routière, la sensibilisation aux enjeux environnementaux et la promotion d'un mode de vie sain.

**Le réseau MCF
représente un potentiel
économique estimé à
30M€ C.A**





Compétences requises

Pour devenir moniteur de vélo, une formation spécifique est nécessaire. Ces formations sont régies par des Diplômes d'État qui garantissent un niveau élevé de compétence et de professionnalisme. Les moniteurs formés possèdent des compétences techniques dans les différentes pratiques du cyclisme, des connaissances en pédagogie, ainsi qu'une bonne compréhension des enjeux environnementaux et de sécurité liés à la pratique du vélo.

Domaines d'intervention

Les moniteurs de vélo travaillent dans divers environnements, incluant les écoles, les clubs sportifs, les stations de montagne et les entreprises. Ils organisent des sorties, des cours, des stages et participent à des événements pour promouvoir la pratique du vélo. Leur présence est particulièrement marquée dans les territoires touristiques, en milieu rural et dans les zones urbaines, où la demande pour des activités cyclistes encadrées est en forte croissance.

Effectif et structuration professionnelle

En France, le réseau MCF (Moniteurs Cyclistes Français) regroupe 1 500 moniteurs diplômés d'État, dans 75 écoles labellisées. Chaque année, les moniteurs MCF encadrent environ 250 000 pratiquant parmi un total estimé à 4,7 millions de vététistes.

17 millions de cyclistes



SLOW TOURISME & TOURISME EN MONTAGNE

“Ils permettent d’irriguer en profondeur
tous les terriores.”

moniteurcycliste.com



Changement Climatique et Adaptation

La profession de moniteur de vélo joue un rôle crucial dans l'adaptation du tourisme en montagne face aux défis du changement climatique. En encourageant des pratiques touristiques plus respectueuses de l'environnement, les moniteurs contribuent à la préservation des écosystèmes montagnards. Le réchauffement climatique a des effets directs sur les stations de ski, réduisant les périodes d'enneigement et menaçant ainsi l'économie locale. Le vélo, notamment le VTT et le Vélo à Assistance Electrique (VAE), devient une alternative estivale viable et résiliente, offrant aux touristes une nouvelle manière de découvrir les territoires de montagne.

Montagne 2 ou 4 Saisons

Le vélo permet de diversifier les activités touristiques en montagne, rendant les destinations attractives en été. Cette diversification favorise une économie locale plus stable et moins dépendante des aléas climatiques. Les stations investissent de plus en plus dans des infrastructures dédiées au cyclisme, telles que des pistes de VTT, des bike parks et des itinéraires cyclables balisés et dédiés, générant une nouvelle filière économique agile et résiliente.

« Les Moniteurs Cyclistes Français sont au cœur d'une dynamique économique, sociale et environnementale majeure, faisant du vélo un levier incontournable pour demain. »

— Julien REBUFFET

Tourisme à Échelle Humaine

Le Tourisme à vélo, souvent axé sur le slow tourisme, permet de découvrir les territoires de manière plus authentique et respectueuse. Les moniteurs de vélo jouent un rôle d'accompagnateurs et de médiateurs culturels, enrichissant l'expérience des visiteurs. Le slow tourisme, en valorisant les déplacements doux et les rencontres locales, offre une alternative durable et enrichissante au tourisme de masse. Il permet d'irriguer en profondeur tous les territoires et les moniteurs de vélo, grâce à leur connaissance du terrain et des acteurs locaux, peuvent proposer des circuits personnalisés mettant en avant le patrimoine naturel et culturel.

Ecotourisme

Les moniteurs de vélo sont des ambassadeurs de l'écotourisme, une forme de tourisme responsable qui respecte l'environnement et les communautés locales. Ils sensibilisent les cyclistes aux bonnes pratiques et à l'importance de la conservation des ressources naturelles. L'écotourisme, en mettant l'accent sur la durabilité et la préservation des écosystèmes, attire une clientèle soucieuse de minimiser son impact environnemental. Les moniteurs de vélo, en plus de leurs compétences techniques, possèdent donc une solide connaissance des enjeux environnementaux pour sensibiliser efficacement les pratiquants.

Les politiques favorisant la mobilité active, comme le vélo, contribuent à diminuer la pollution de l'air, responsable de près de 500 000 décès annuels en Europe. (who.int)

Quelles évolutions majeures ont rendu l'adaptation indispensable ?

D'ici 2050, l'épaisseur moyenne du manteau neigeux en hiver à basse altitude pourrait diminuer de 10 à 40 %, selon le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC). (vie-publique.fr)

Le tourisme de ski représente actuellement 82 % du chiffre d'affaires de la montagne en France, avec plus de 120 000 emplois dépendant de l'ouverture des domaines skiables. (vie-publique.fr)

Le tourisme à vélo en France génère des retombées économiques directes estimées à 4,6 milliards d'euros, soit une augmentation de

+46%

en dix ans (entreprises.gouv.fr)



MASSIFICATION ET MOBILITÉ À VÉLO

“Plus de 47 000 attestations SRAV ont été
délivrées”

moniteurcycliste.com





Réassurance & Sécurité

Avec l'augmentation du nombre de cyclistes, le rôle des moniteurs de vélo devient crucial pour assurer la sécurité de tous. Ils enseignent les règles de circulation, les bonnes pratiques de conduite, et offrent une réassurance aux cyclistes moins expérimentés. La sécurité est un enjeu majeur dans le développement de la pratique cycliste, notamment en milieu urbain où la cohabitation avec les véhicules motorisés peut être source de stress et d'accidents.

Cohabitation et Savoir-Être

Les moniteurs de vélo jouent un rôle essentiel dans la promotion d'une cohabitation harmonieuse entre cyclistes, piétons et automobilistes. Ils inculquent des valeurs de respect mutuel et de courtoisie sur la route. La cohabitation entre les différents usagers de la route est un enjeu crucial pour le développement de la mobilité douce. Les moniteurs de vélo, par leur pédagogie, contribuent à une meilleure compréhension et à un respect mutuel entre les usagers, réduisant ainsi les conflits et les accidents.

Un transfert de 25 % des trajets courts en voiture vers le vélo pourrait prévenir 4 000 décès prématurés supplémentaires chaque année et réduire les émissions de CO₂ de 0,257 mégatonne. (lemonde.fr "Le vélo, un médicament efficace et économique.")



Respect des Règles et Formation Vélo

La formation des cyclistes passe par l'apprentissage et le respect des règles de circulation. Les moniteurs de vélo peuvent également proposer des programmes pour formaliser cet apprentissage, tels que le Savoir Rouler à Vélo (SRAV) à destination des jeunes.

Depuis 2021, c'est plus de 47 000 attestations SRAV qui ont été délivrées contribuant à la naissance d'une "Génération vélo" prudente et respectueuse.

Pour les adultes, des formations inspirées du permis de conduire, visent à transmettre des compétences et à acculturer les cyclistes, renforçant ainsi leur légitimité et leur sécurité sur la route, supprimant ainsi les freins à l'usage du vélo pour se déplacer au quotidien ou se rendre au travail.

Réflexe Vélo et Nation Vélo

La promotion du vélo comme moyen de transport quotidien est un objectif clé. Les moniteurs de vélo encouragent le développement d'une "nation vélo" où le réflexe de prendre son vélo pour les déplacements quotidiens devient naturel. La promotion du vélo comme mode de transport du quotidien passe par des campagnes de sensibilisation, des formations et des infrastructures adaptées. Les moniteurs de vélo, par leurs actions et leur expertise, sont des acteurs clés et indispensables de cette transition.



UNE NATION EN BONNE SANTÉ DE 7 À 77 ANS

“Accessible à tous et adapté à tous les âges,
le vélo encourage une pratique sportive
régulière.”

moniteurcycliste.com



Lutte contre le Surpoids et la Sédentarité

La pratique régulière du vélo est un excellent moyen de lutter contre le surpoids et la sédentarité. Les moniteurs de vélo, par les activités qu'ils proposent, encouragent un mode de vie plus actif et plus sain.

La lutte contre la sédentarité et le surpoids passe par la promotion de l'activité physique régulière. Le vélo, accessible à tous et adapté à tous les âges, est une solution efficace pour encourager une pratique sportive régulière.

Sport et Santé

Les moniteurs de vélo jouent un rôle clé dans la promotion du sport-santé, en proposant des programmes adaptés à différents publics, y compris aux seniors. Le sport-santé, en mettant l'accent sur les bienfaits de l'activité physique pour la santé physique et mentale, est un enjeu de santé publique majeur. Les moniteurs de vélo, par leurs compétences pédagogiques et leur approche bienveillante, peuvent proposer des programmes adaptés aux besoins spécifiques de chaque public, contribuant ainsi à une amélioration globale de la santé et à des économies pour les finances publiques.

Vieillesse en Bonne Santé : Le Vélo, un Levier Sociétal et Sanitaire

Le vélo s'impose comme une activité clé pour les personnes âgées, alliant bienfaits physiques, cognitifs et sociaux. Peu traumatisant pour les articulations, il permet de préserver la condition physique tout en luttant contre les effets du vieillissement. Les études montrent que les seniors pratiquant régulièrement le vélo voient leur risque de déclin cognitif réduit de 30 à 40 % ([American Journal of Preventive Medicine, 2022](#)).

Une réponse aux enjeux sociétaux

Dans une société où la pyramide des âges se transforme (la part des plus de 60 ans devrait atteindre 30 % en France d'ici 2030), le vélo s'inscrit dans une démarche de silver économie et de bien vieillir. Il favorise l'autonomie, réduit la dépendance et participe à la prévention des maladies chroniques, soulageant ainsi les systèmes de santé.

Sécurité et vivre-ensemble : un espace public apaisé

Le vélo est aussi un outil de cohésion sociale, reliant les générations (de 7 à 77 ans) et pacifiant l'espace public. En intégrant les infrastructures cyclables dans une politique globale de mobilité douce, on réduit les conflits entre usagers (piétons, automobilistes, cyclistes) et on crée des villes plus sûres et inclusives.

PETIT OU GRAND,
LE VÉLO ÇA
S'APPREND !



MONITEUR CYCLISTE FRANÇAIS