

# Distances de sécurité, réaction et freinage



## Fiche de révision

Code de la route : THÈME 2



### 1 Les 3 notions à connaître



#### Distance de réaction

Distance parcourue entre le moment où je vois le danger et le moment où j'appuie sur le frein.



#### Distance de freinage

Distance parcourue du début du freinage jusqu'à l'arrêt du véhicule.



#### Distance d'arrêt

Distance de réaction + distance de freinage.



**Plus la vitesse augmente, plus la distance d'arrêt augmente fortement.**

### 2 La distance de sécurité



#### Règle à retenir

**Minimum : 2 secondes**  
avec le véhicule devant.



**Astuce :** choisissez un repère fixe.  
Quand le véhicule devant le dépasse,  
comptez : un... deux...



Sous la pluie ou si la route est glissante,  
augmentez encore cette distance.



#### Repères utiles

**50**

50 km/h  $\approx$  **28 m** en 2 secondes

**90**

90 km/h  $\approx$  **50 m** en 2 secondes

**130**

130 km/h  $\approx$  **72 m** en 2 secondes



**La distance de sécurité n'est pas la distance d'arrêt.**

### 3 Mémo rapide



#### Formules de révision

- Distance de réaction  $\approx$  (vitesse / 10)  $\times$  3
- Distance de freinage  $\approx$  (vitesse / 10)  $\times$  (vitesse / 10)
- Distance d'arrêt = réaction + freinage

Ce sont des repères pédagogiques, pas des valeurs exactes.



#### Exemple à 50 km/h

- Réaction :  $\approx$  **15 m**
- Freinage :  $\approx$  **25 m**
- Arrêt :  $\approx$  **40 m**



**La pluie, la fatigue, des pneus usés ou une vitesse plus élevée augmentent la distance d'arrêt.**



**En cas de doute : ralentir + laisser plus d'espace devant soi.**