


Voy en Bici



www.dgt.es



Vamos en bici.... nos gusta. Hacemos ejercicio y cuidamos de nuestra salud, no contaminamos y cuidamos el medio ambiente, nos divertimos con nuestros amigos. Pero también debemos ir en bici de forma segura para cuidar de nosotros mismos y de quienes comparten las vías. En esta guía te recordamos lo importante que es mantener la bicicleta a punto para no quedarnos atrás, llevar el equipamiento y los elementos de seguridad para protegernos, circular por los lugares seguros, conocer las indicaciones si vas a girar, conocer algunas señales importantes; y si es de noche, " Hazte ver" con elementos reflectantes.

Y ahora...¡A disfrutar!

Dirigido y coordinado por:
Raquel E. Navas Hernandez
M^a Cruz García Egido
N.I.P.O.: 128-22-049-3



EQUIPAMIENTO DEL CICLISTA

Casco: en ciudad, es obligatorio para los menores de 16 años; en carretera para todos

Prendas reflectantes: El chaleco es recomendable para que te vean de lejos

Gafas: Protegen de polvo e insectos

Guantes: Protegen en caso de caída



EQUIPACIÓN DE LA BICICLETA

Comprobar altura del sillín y manillar

bolsita con KIT pinchazos y botellita de agua

Timbre

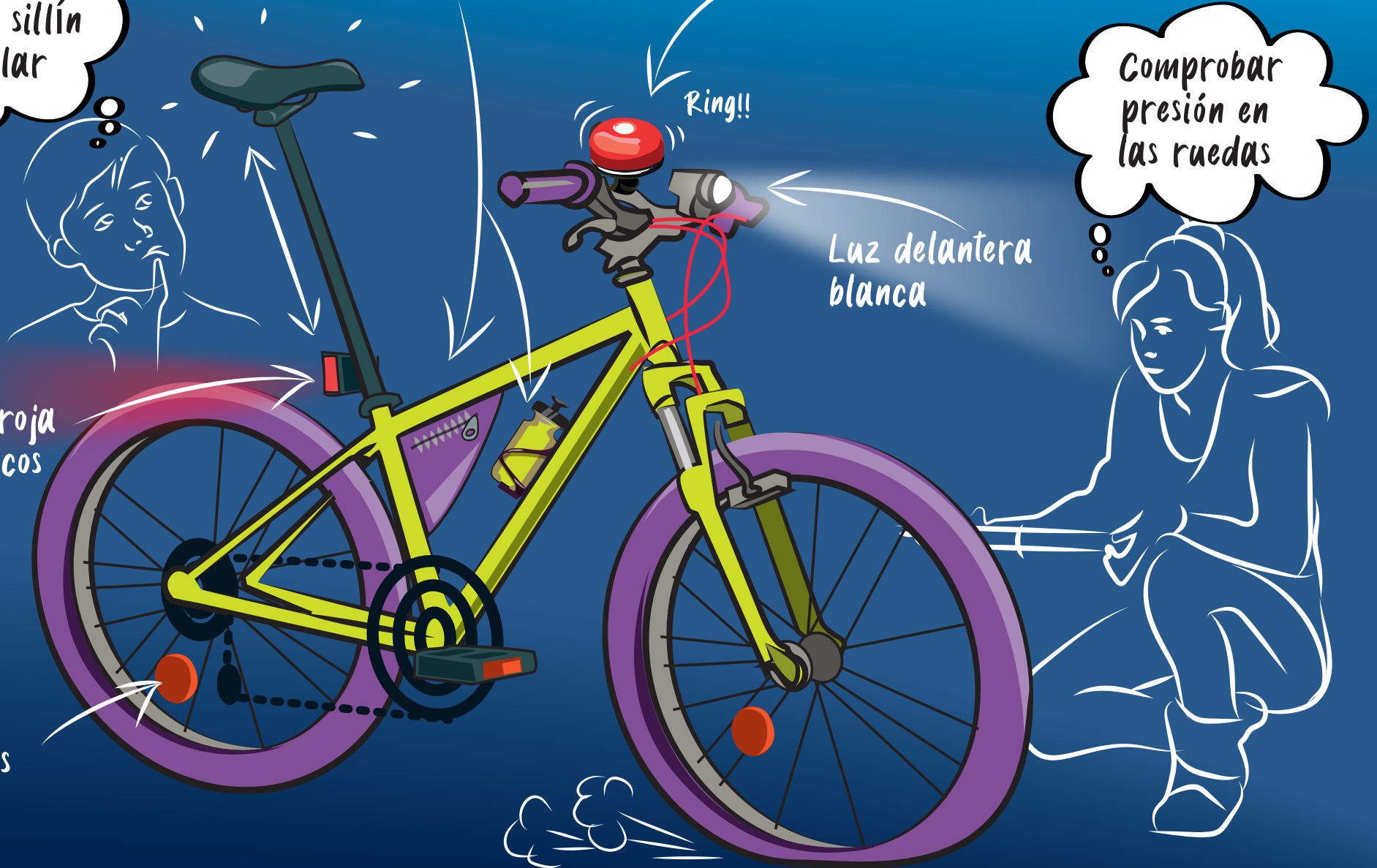
Comprobar presión en las ruedas

Ring!!

Luz delantera blanca

Luz trasera roja y catadiópticos

Reflectantes



• PREPARAMOS ITINERARIO A REALIZAR...

Si vamos al colegio en bici...
Deberemos

- Conocer el camino más seguro a realizar.
- Llevar todos los elementos de protección.
- Respetar las normas y a los demás usuarios



• POR DÓNDE VAMOS A IR...



Siempre por lugares seguros...

• PREPARAMOS ITINERARIO
A REALIZAR...

Recuerda

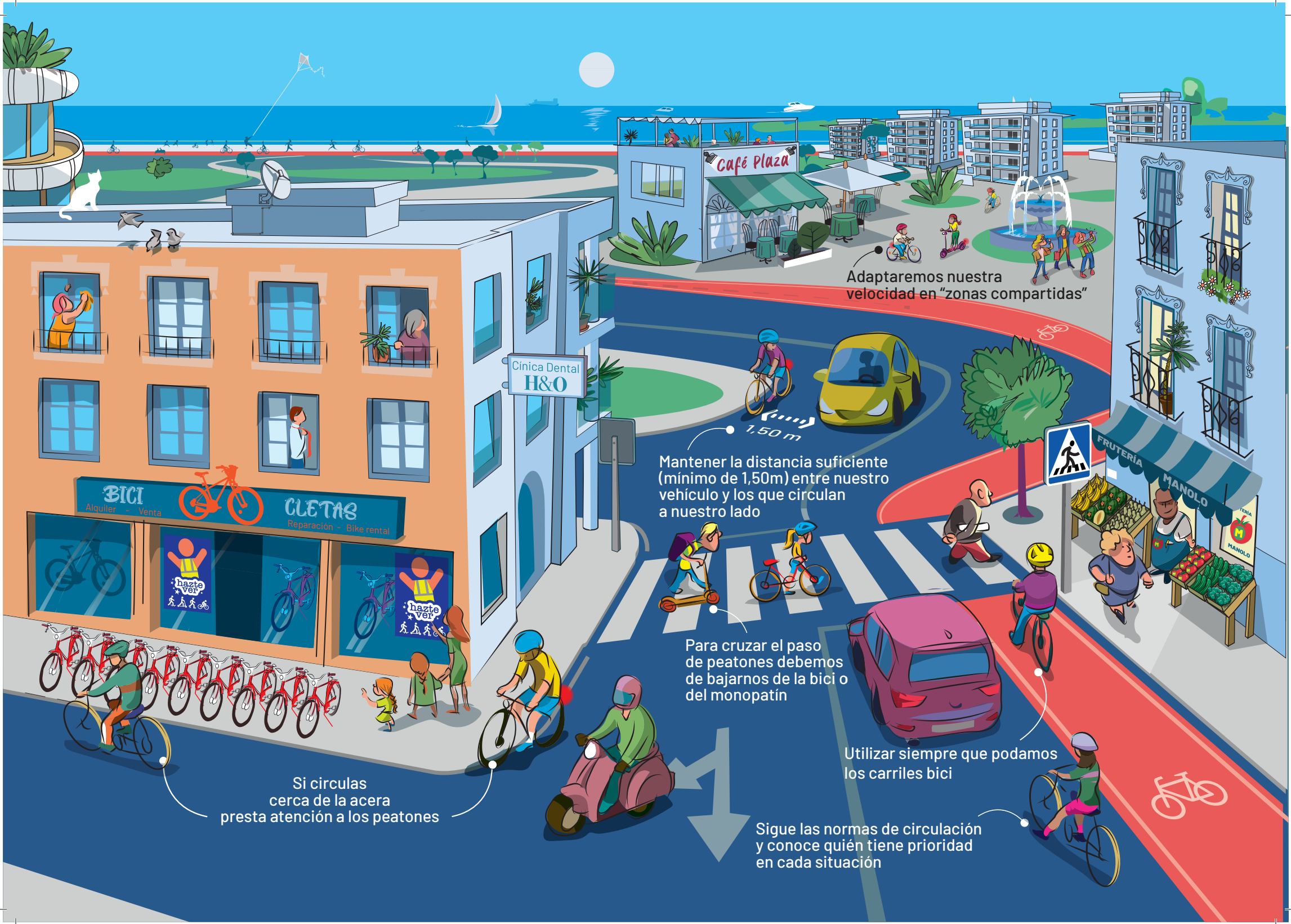
- La bicicleta es un vehículo.
- Si la utilizamos para el ocio también estudiaremos el recorrido antes.
- Iremos por lugares seguros
- Respetaremos las normas y a los demás.



• POR DÓNDE VAMOS A IR...



Siempre por lugares seguros...



Adaptaremos nuestra velocidad en "zonas compartidas"

Mantener la distancia suficiente (mínimo de 1,50m) entre nuestro vehículo y los que circulan a nuestro lado

Para cruzar el paso de peatones debemos de bajarnos de la bici o del monopatín

Utilizar siempre que podamos los carriles bici

Sigue las normas de circulación y conoce quién tiene prioridad en cada situación

Si circulas cerca de la acera presta atención a los peatones

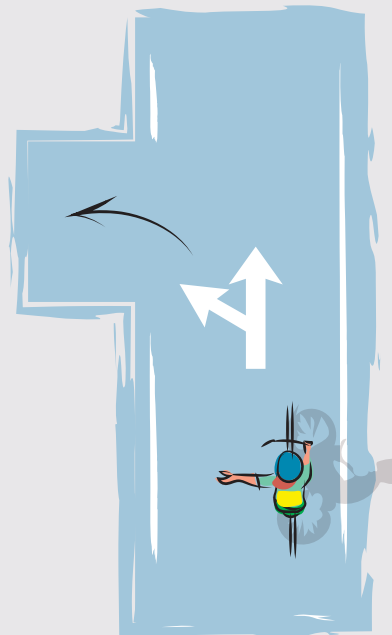
SEÑALIZACIÓN GIRO A LA IZQUIERDA



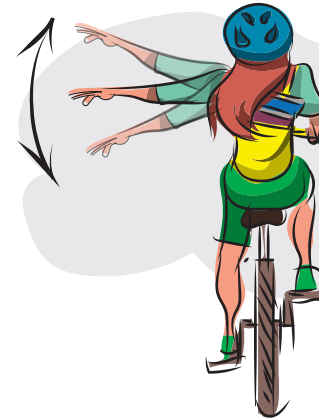
Brazo izquierdo
extendido



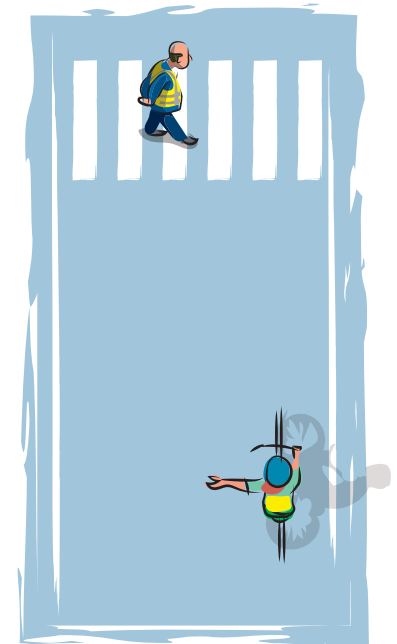
Brazo derecho
doblado hacia arriba



SEÑALIZACIÓN PARA PARAR



Mover el brazo de arriba a abajo
con movimientos cortos y rápidos



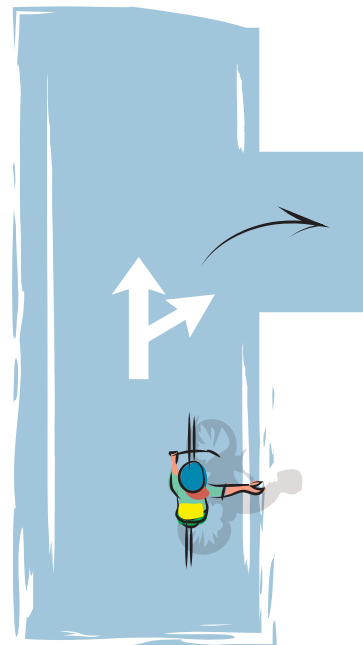
SEÑALIZACIÓN GIRO A LA DERECHA



Brazo izquierdo
doblado hacia
arriba



Brazo derecho
extendido



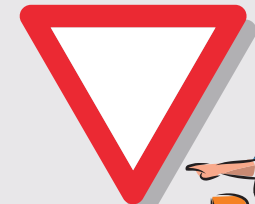
CONOCE LAS SEÑALES



Obligatorio
parar



Camino reservado
para ciclistas



Ceder
el paso



Prohibido
circular
ciclistas



Paso de peatones



Marca en el suelo
del carril bici
(sólo para ciclistas)

