

EL USO DE LA BICICLETA PARA LLEGAR AL IES PEDRO JIMÉNEZ MONTOYA

- 1. Utiliza el casco:** Los estudios realizados hasta el momento indican que el uso del casco puede reducir hasta en un 85 por ciento. Es importante que el casco se adapte adecuadamente a tus necesidades y que sea homologado.
- 2. Indumentaria:** La ropa debe ser de color claro, o reflectante si se circula en momentos de escasa visibilidad, y ceñida al cuerpo para evitar que se enganche en la bicicleta. Si lleva alguna carga o una bolsa, procure que esté bien sujeta.
- 3. Carril de la derecha:** Circula siempre por el carril de la derecha en fila india y respeta las señales de tráfico. Nunca pases de un carril a otro ni se acerque a la parte posterior de un automóvil o camión para ser remolcado. Además, no olvides realizar las señales correctas de manos y brazos para comunicar las maniobras que vas a realizar.
- 4. Atención al tráfico:** Siete de cada diez choques entre bicicletas y coches se producen en las intersecciones y salidas. Por ello, mira bien en ambas direcciones antes de entrar en una calle o una intersección. Si hay mucha circulación camina junto a tu bicicleta.
- 5. Estado de la calzada:** Las carreteras o calles pueden deparar desagradables sorpresas. Presta atención a las rejillas del alcantarillado, los charcos, las piedras, los baches o los cristales rotos. Antes de esquivarlos asegúrate de que puedes hacerlo con seguridad y aprovecha un espacio libre en el tránsito.
- 6. Faros:** Si circulas de noche no olvides encender los faros traseros y delanteros de la bicicleta. Utiliza ropa reflectante, especialmente en las extremidades (tobillos y muñecas), en la espalda y el casco.
- 7. Carriles para bicicletas:** Circula por las sendas y los caminos reservados para las bicicletas que están marcados con señalización especial.
- 8. Comprueba el estado de la bicicleta:** Asegúrate de que la bicicleta se adapta correctamente a tu tamaño. Los pies deben tocar el suelo cuando estés sentado en el asiento.
- 9. No escuches música** con auriculares mientras circulas en la bicicleta, ya que impide que percibas la presencia de otros vehículos e impide que controles el tráfico a tu espalda.



SELLOS DE USO DE LA BICICLETA
