

Правила безопасной езды на велосипеде

Правила безопасной езды на велосипеде

Будьте бдительны:

Во время езды на велосипеде обращайте внимание на все, что происходит вокруг вас, - тогда вы не будете застигнуты врасплох пешеходами, транспортными средствами, препятствиями на дороге или другими велосипедистами. Бдительность - это ключ к обеспечению безопасности на дорогах.

Главное - чтобы вас видели:

При любой езде на велосипеде, в особенности ночью, важно быть одетым в светлую одежду или использовать светоотражающие принадлежности, чтобы другие водители смогли вас увидеть. Например, можно прикрепить к рюкзаку светоотражающую полосу.

Защищайте голову:

Надевайте шлем по размеру головы, который следует застегнуть под подбородком.

Если шлем получил сильный удар, то мы рекомендуем заменить его, даже если с внешней стороны повреждения незаметны.

Возможно, при этом внутренняя структура шлема потеряла жесткость и более не защищает голову от новых падений.

Безопасность - это и уверенность в себе:

Не уверенные в себе велосипедисты представляют опасность как для себя, так и для окружающих.

Рекомендуем потренироваться - смотрите назад и по сторонам, не допуская колебаний велосипеда и потери равновесия.

При каждой поездке будьте уверенными в себе, но не агрессивными.

Сохраняйте зрительный контакт с другими велосипедистами и водителями транспортных средств, чтобы не быть застигнутым врасплох и не преподнести сюрпризов.

Правила дорожного движения обязательны и для вас:

Велосипедисты обязаны соблюдать требования дорожных знаков и правила движения.

Если вам нужно пересечь дорогу, можно воспользоваться пешеходным переходом, но при этом вы должны сойти с велосипеда и вести его с собой.

При езде на велосипеде следует сохранять дистанцию за едущим впереди транспортным средством.

Тротуары и велосипедные дорожки:

Закон не позволяет ездить по тротуару или по той его части, которая предназначена исключительно для пешеходов. Вместе с тем, разрешается перевозить велосипед по тротуару при перемещении пешком, если это безопасно.

Если на дороге выделена специальная велосипедная дорожка, обозначенная соответствующим дорожным знаком, то велосипедисты обязаны перемещаться исключительно по ней.

Будьте бдительны:

Всегда обращайте внимание на то, где именно вы находитесь - на дороге или на тротуаре.

Посмотрите вперед и продолжайте смотреть в направлении движения.

При движении мимо запаркованных транспортных средств старайтесь, чтобы вас не застигли врасплох внезапным открыванием дверей.

Если дорога узкая, то ездайте по центру дороги.

При групповых поездках следует ехать друг за другом, сохраняя необходимую дистанцию.