



La Asociación CÍCLOPE Bicicletas para el desarrollo propone los siguientes consejos a la hora de montar en bici

CONSEJOS BÁSICOS

Antes de salir busca una ruta segura.

En ocasiones las calles tranquilas o si existe carril-bici, nos hacen más fácil y seguro nuestro desplazamiento.

MANTÉN UNA DISTANCIA PRUDENCIAL CON LA ACERA Y LOS COCHES APARCADOS, CIRCULA MÁS PRÓXIMO AL CENTRO DEL CARRIL

Este es un consejo muy importante. Si circulas muy próximo a la acera te puede ocurrir:

- Los conductores nos respeten la distancia de seguridad necesaria para adelantar y pongan en peligro tu estabilidad. Sin embargo una bicicleta circulando un poco más al centro del carril, obliga a que los coches respeten tu presencia en la vía y busquen el momento oportuno para adelantar de manera correcta.

También te puede ocurrir que al circular pegado a la derecha, algún coche aparcado abra la puerta. Esto suele ser muy habitual y lo evitarás ocupando el centro del carril. No te cortes. Recuerda que en carretera hay que circular por el arcén.

UTILIZA EL CARRIL DERECHO PARA CIRCULAR

- Normalmente circularemos siempre por el carril de la derecha, ya que la izquierda suele ser utilizada para adelantar. De todas formas, cuando tengas que girar a la izquierda, indica con anterioridad con tu brazo izquierdo extendido la maniobra y hazla progresivamente. Pero si las circunstancias lo requieren haz uso del carril que más te convenga.
- Cuando la derecha está reservada a los transportes públicos (carril bus-taxi), circula por el siguiente carril.

CIRCULA A LA VELOCIDAD ADECUADA

- Debes adaptar tu velocidad a la calle por donde circulas, así que para encontrarte más cómodo, utiliza las calles más tranquilas.

MANTEN TU BICICLETA EN BUEN ESTADO

- Revisa de vez en cuando los neumáticos, frenos y luces de tu bicicleta.

HAZTE VER POR LA NOCHE

- Los reflectores de color rojo detrás y blanco delante, son obligatorios, pero es recomendable utilizar chalecos y ropa reflectante que te harán más visible.
- Como sabes, la luz de la dinamo se apaga al parar en un semáforo, así que hazte con luces permanentes a pilas para que te vean mejor.

LA CONTROVERSIA DEL CASCO

La eficacia del casco en caso de atropello no está suficientemente demostrada, y en cambio, es incómodo e incluso contraproducente en ciertos casos. Por lo tanto, Cíclope recomienda que cada cual tome la opción que crea más conveniente.

Las normas obligan a llevarlo en trayectos interurbanos. Desde Cíclope nos oponemos totalmente ello, ya que el casco no evita el accidente. Exigimos que los responsables de la mayoría de los accidentes, los coches, vean reducida su velocidad máxima, y la tolerancia actual con las conductas ilegales en la carretera.

ATENCIÓN A LOS ROBOS

- No te fíes por la aparente tranquilidad de una calle o barrio, suele haber gente “amante de las bicis”, pero de las ajenas.
- Cuando la aparques, hazlo en un lugar visible y transitado y utiliza un candado tipo “Pitón”, o un buen candado en forma de “U” rígida, o mejor, los dos tipos a la vez (le harás la vida imposible a los “bicicacos”). Las cadenas de cable delgado (las espirales) se abren con mucha más facilidad.
- Hay que atar el cuadro y las dos ruedas, y no te olvides del sillín si tienes cierre rápido instalado.

ACEPTA LAS NORMAS Y SEÑALES DE CIRCULACIÓN

- Es algo evidente, pero si dudas o no te sabes las normas y señales, pide a alguien que te las enseñe.
- De todos modos, en algunos casos conviene “Adaptarlas”. Por ejemplo, en los semáforos, es mejor parar unos metros más allá de la línea, y así, cuando arranquen los coches, no tragaremos el humo, y tendremos unos metros de ventaja.

ESTUDIA LA POSIBILIDAD DE ASEGURARTE

- Aunque no es imprescindible, un seguro de Responsabilidad Civil te cubre los posibles daños que pudieras ocasionar a terceros, desde Cíclope te ofrecemos un seguro a través de la CONBICI, que cubre todo el territorio nacional. Infórmate.

CANTA, SILVA O SALUDA A LA GENTE, PERO SIEMPRE ATENTO

Los auriculares o “casco” y el teléfono móvil no son buenos aliados de la bicicleta. Además de no estar permitidos, relajan tu conducción, distrayendo en exceso tus habilidades ciclistas. Por eso te recomendamos que cantes, silves o saludes a la gente, pero recuerda que vas en un vehículo siempre.

RESPETA A LOS PEATONES, SIEMPRE TIENEN PRIORIDAD

- Cuando circules respeta su preferencia de paso y adecua la velocidad a la afluencia de peatones.
- Como conclusión, si puedes seguir una ruta segura y tranquila, ir en bicicleta es seguro y divertido. Si tienes que circular por calles más transitadas, tienes que prestar más atención, e ir a un ritmo más rápido, pero en cualquier caso, merece la pena!