



Manual del usuario

Antes de salir, **comprueba que tienes la bicicleta en buen estado**: sobre todo presión de neumáticos, frenos y luces.

Busca una ruta segura. Merece la pena seguir un buen itinerario por calles tranquilas o por carriles-bici.

Circula por el centro de tu carril, y hazte respetar. Así evitas que los coches tengan la tentación de adelantarte sin respetar la distancia de seguridad.

Cuidado con:

- **el ángulo de visión muerto** de los coches, donde no te pueden ver. Evita circular en zona lateral posterior de un vehículo.

- **los coches aparcados.** No te acerques a menos de un metro de ellos. Las puertas que se abren son una auténtica trampa para ciclistas.

- **los desvíos a la derecha.** Muchos conductores no ponen el intermitente para girar a la derecha, y puede ocurrir que te corten el paso en un cruce.

Conduce en línea recta y sé predecible, Indicando las maniobras que vas a realizar con los brazos. Si no sabes cómo hacerlo, pide que te lo enseñen.

Circula a la velocidad adecuada. Adáptate a la velocidad de la calle por donde circules y, a ser posible, elige calles tranquilas.

La bici es un vehículo, respeta las normas de circulación como los demás.

No molestes a los peatones. Respeta las aceras. Los ciclistas somos más educados y relajados que los conductores de otros vehículos.

Quítate los auriculares. No te permiten controlar el tráfico que se encuentra a tu espalda.

Hazte visible. De noche, utiliza luz delantera blanca y trasera roja, además de reflectantes. También es recomendable llevarlos durante el día.

Utiliza un casco si te hace sentirte más seguro. En carretera es obligatorio.

Asegúrate. Haciéndote por 20€ simpatizante de Conbici, la coordinadora en defensa de la bici y de los ciclistas, y que incluye un seguro de responsabilidad civil que cubre los posibles daños que puedas ocasionar a terceros. Puedes dirigirte a: oficina.tecnica@conbici.org www.conbici.org

Ata bien la bici. Más abajo te indicamos cómo.

Más información

Explicación en vídeo: <http://youtu.be/6Am4juleCiE>

¿Cómo prevenir atropellos? http://www.pedalibre.org/ciclismo_seguro.htm

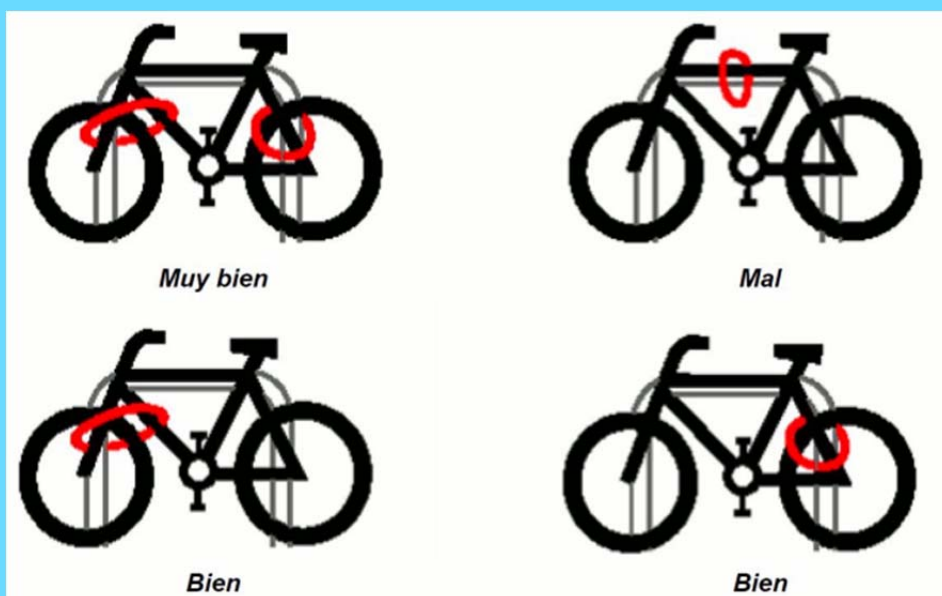
Consejos para aparcar la bici y evitar que te la roben

La primera regla, y la más importante, es ATAR SIEMPRE LA BICICLETA. Aunque solo sea por medio minuto, un ladrón tiene tiempo de sobra.

Compra el mejor sistema de cadenado que puedas. Ningún no será tan caro como el coste de una bicicleta nueva. Escoge uno que no se pueda cortar fácilmente, como el candado en forma de U o, si no tienes, los articulados que emplean cadenas con eslabones planos de acero tratado.

Asegura el cuadro de la bicicleta y las dos ruedas a un objeto fijo.

Ata la bicicleta situando el candado a cierta altura, por encima de los 50 cm. Se ha comprobado que los antirrobo que están cerca del suelo o en contacto con éste son los más fáciles de romper.



Cuando aparques, no obstaculices el paso de los peatones.

Aparca donde circule mucha gente y donde todo el mundo pueda ver fácilmente la bicicleta. Aunque no aparques en la puerta, vale la pena. A los ladrones no les gustan los lugares transitados. Evita los callejones o los lugares escondidos.

Quita de la bicicleta los accesorios que sean fáciles de robar por un ladrón: cuentakilómetros, hinchador, bolsas con herramientas, botellín, etc.

De noche, procura no dejarla en la calle. Súbela a casa o habla con los vecinos para que te dejen meterla en el hueco de la escalera o al aparcamiento.

Cuando compres una bici, pide una factura con los datos de la bici. En caso de que te la roben, resulta muy útil tener un documento que avale la propiedad.

Toma nota del número de serie de la bicicleta, que se encuentra normalmente bajo la caja del pedalier. Todas las bicis tienen un número de serie. Es importante apuntarlo y guardarlo. Eso puede ayudarte a recuperarla si te la roban.

En caso de que te roben la bici, denúncialo. Aumentará tus posibilidades de recuperarla, y es importante hacer la denuncia para que la policía tome conciencia del problema de los robos de bicicletas.

Nunca, nunca compres bicis en el rastro. Son bicicletas robadas. El hecho de comprarlas te convierte en víctima de tu propio comportamiento, además de ser ilegal. En cualquier establecimiento puedes encontrar bicis económicas.