

## CONSEJOS PARA MEJORAR LA SEGURIDAD VIAL.

### CICLISTAS. *Consejos para circular bien*

- ▣ Siempre usa casco
  
- ▣ Circula siempre por el arcén o carriles especiales, si los hay. Si no, por la parte derecha de la calzada, y siempre lo más cerca posible de la derecha.
  
- ▣ Mantén la trayectoria. No vayas de un lado a otro, ni dando bandazos.
  
- ▣ Procura salir en grupo. Evita ir solo.
  
- ▣ No circules detrás de camiones o vehículos que impidan la visibilidad.
  
- ▣ Procura elegir carreteras con poca densidad de tráfico.
  
- ▣ Revisa tu bicicleta (presión de ruedas, frenos...) para que esté siempre en buen estado
  
- ▣ Viste ropa de color llamativo.
  
- ▣ Mantén la distancia de seguridad.
  
- ▣ No cometas imprudencias: no sueltes las manos del manillar.
  
- ▣ Utiliza los 5 sentidos.
  
- ▣ De noche, debes llevar elementos luminosos en la ropa, o prendas fluorescentes, y luces en la bicicleta.
  
- ▣ Si tienes que adelantar a otro vehículo recuerda: no está permitido si la marcha en paralelo excede los 15 segundos ó 200 metros.
  
- ▣ Siempre adelanta por la izquierda y dejando 1.5 metros de distancia.
  
- ▣ Respeta siempre el Código de la Circulación.