

## REPARTIDORES EN BICICLETA

**RECUERDA** que en ciudad debes circular siempre por el centro del carril derecho



### SIGUE ESTOS CONSEJOS DE SEGURIDAD VIAL



#### **Mantenimiento**

Revisa con frecuencia el estado de la bicicleta.



#### **Planifica los trayectos**

evitando, si es posible, tramos bacheados o con mucho tráfico. Comparte las incidencias con tus compañeros.



#### **Hazte visible**

De noche lleva las **luces encendidas** y elementos reflectantes; de día, usa las prendas de colores vivos o fluorescentes.



#### **Espejos**

Instala espejos retrovisores.



#### **Carga**

Lleva la carga bien sujeta y evita la sobrecarga.



#### **Casco**

Utiliza siempre el casco. Equípate también con guantes, rodilleras y coderas.



#### **Descansa**

Realiza descansos. Evita estresarte.



#### **Modera la velocidad**

en condiciones climatológicas adversas.



#### **Rotondas**

Extrema la precaución en rotondas e intersecciones.



#### **Precaución en los ángulos muertos**

Precaución con los vehículos grandes, evita sus ángulos muertos.



#### **Circulación vial**

Señaliza las maniobras y cumple con las normas de tráfico.



#### **Peatones**

Las aceras son para los peatones. No circules por ellas.



#### **Zig zag**

Evita zigzaguear entre coches y circular demasiado cerca de vehículos aparcados, podrían abrir una puerta de forma inesperada.



#### **Móvil y auriculares**

En la bicicleta **no se pueden utilizar auriculares ni el teléfono móvil.**