

# Inteligencia de la Bicicleta

## Sugerencias para un viaje seguro



### Trae puesto su casco

Su casco es la pieza más importante del equipo de seguridad. Adultos deben de ser modelos para los niños y traer puesto un casco.



### Use los signos de mano

Es importante de tener buena comunicación con los coches. Utilice señales de mano para indicar un giro o si vas a parrar cuando esta montado en la bicicleta.



### Obedece las leyes y señas de tráfico

Ciclistas tienen que obedecer todas las mismas leyes que los vehículos. Pare para toda las señas y luces de alto. Trate a una luz amarilla como un alto cuando esta en bicicleta. Ceda el paso a los otros carros y peatones cruzando la calle.



### Sea Seguro Sea Visible

Lleva puesto ropa de colores brillantes cuando esta montado en bicicleta. Lleva en el frente de su bicicleta un reflector blanco y uno rojo por de atrás. Use luces, uno blanco en frente y uno rojo por de atrás, si monta por la noche.



### Conduce su bicicleta en el lado derecha

Monta su bicicleta en el lado derecha conduciendo con el flujo de tráfico. Quede en una línea recta en vez de moviendo entre los carros estacionados, mire para



### Montando en Bicicleta en la Banqueta

Niños menos de 10 años serán más seguros montando en la banqueta. Recuerde busque para carros saliendo de las entrada, camine su bicicleta por los pasos de peatones o cuando está cruzando la calle.



### Cheque Rápido de Aire, Frenos y Cadena

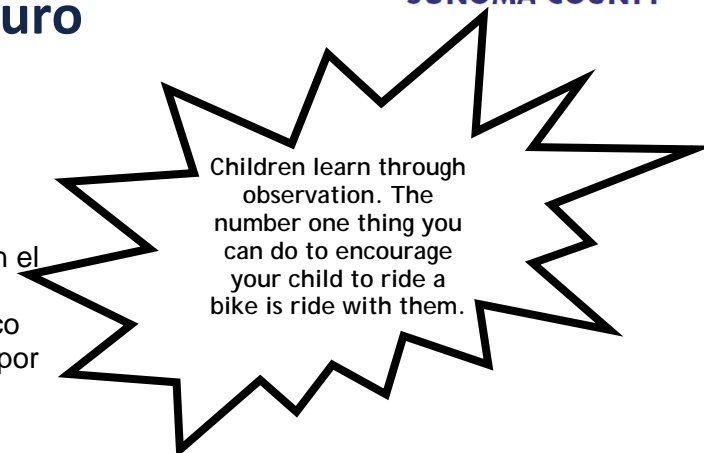
Antes que vas por un paseo en bicicleta chequea su equipo. **Aire:** Presión de Aire; asegúrese que sus neumáticos estén inflados.

**Frenos:** Ante que se va asegúrese que usted puede parar.

**Cadena:** Asegúrese que esta aceitado y que cordones de zapatos y las piernas de pantalones están alzado para no chocarse con la cadena.

### Clase de Destreza de la Calle

La Coalición de Bicicletas Del Condado de Sonoma ofrece clases de Destreza de la Calle. Este es una algo bueno para hacer antes de dar su adolescente el privilegio de mas autonomía.



Contáctenos para mas información 545-0153 o [saferoutes@bikesonoma.com](mailto:saferoutes@bikesonoma.com) o cheque nuestro sitio web [www.sonomasaferoutes.org](http://www.sonomasaferoutes.org). También nos puedes encontrar en facebook o seguirnos en Twitter. Esperamos escuchar de ustedes.

