

SafeRoutes To School



Sonoma County Bicycle Coalition

Inteligencia de la Bicicleta Sugerencias para un viaje seguro

healthy students
SONOMA COUNTY

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. Es la ley para los menores de 18 años de edad.

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 parar cuando está montado en la bicicleta.

Obedece las leyes y señas de tráfico

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

Sea Seguro Sea Visible

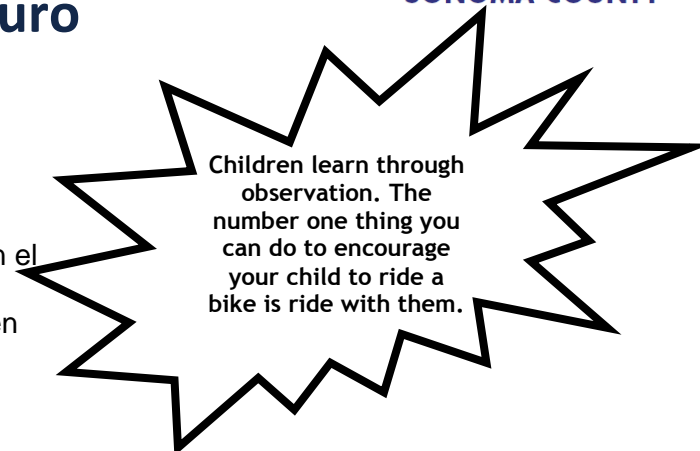
Lleva puesta ropa de colores brillantes cuando está montado en bicicleta. Lleva en el frente de su bicicleta un reflector blanco y uno rojo por atrás. Use luces, una blanca en frente y una roja por atrás, si monta por la noche.

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 mover entre los carros estacionados, mira para puertas de carros que van a abrir.

Montando en Bicicleta en la Banqueta

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



Children learn through observation. The number one thing you can do to encourage your child to ride a bike is ride with them.

Sea Predecible, Este Alerta

Use sus ojos y oídos cuando está montado en bicicleta. Este alerta para vidrio, baches, y otros peligros. Escuche para sirenas y frenos. No use audifonos cuando va en bicicleta.

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 algo bueno para hacer antes de dar su adolescente el privilegio de mas autonomía.

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

