

BICIKLIZZ

OKOSAN!

KERÉKPÁROS kalauz kezdőknek
és haladóknak



Biciklizz okosan!

Egyre divatosabb a kerékpározás, a városokban is sokkal több biciklis közlekedik, mint a korábbi években. A legtöbb kistelepedülésen szinte hagyományos közlekedési eszköz a bringa.



A kerékpározás előnyei:

Nincs üzemanyag:

Csendes: Nincs zajszennyezés, hangtalanul suhan városban, országúton, természetben.

Tiszta, nem füstöl: Az üzeme során nincs szennyezőanyag-kibocsátása. A gyártását tekintve mintegy 15 kilogrammnyi, többnyire fém, amely ideális esetben 20–30 évig használható – ez bőven belefér a környezet terhelhetőségébe.

Egyszerű, szerény: A legmagasabb technikai színvonalat képviselő kerékpár is végső soron kerékpár, izomerővel hajtott emberméretű jármű.

Kicsi és könnyű: Befér a vonatba, más járművekkel is egyszerűen szállítható. Feltolható a meredek hegyre, átemelhető a kidőlt fákon.

Legolcsóbb jármű: Az ár/utas/kilométer arányát tekintve minden idők legolcsóbb járműve.

Mozgás, sport, teljesítmény: Kerékpárral közlekedni minden esetben mozgás, sport és teljesítmény, ebben egyedülálló jármű.

Levegő, hangok, illatok: Kerékpáron nem vagyunk elzárva a levegőtől, hallunk és érzünk mindent, ami a környezetünkben van.

Stresszoldó: Nyugtat, lazít, jó hangulatban tart.

Kihívás, kaland: A sport jellege miatt a nagyobb feladatok megoldása kihívást jelenthet, az időjárásnak kitettség és az élmény pedig kaland.

Megerősít, edzetté tesz: A folyamatos mozgás, a fizikai munka, csapadék, szél megerősít és edzetté tesz.

Egészségmegőrző: Immunerősítő, számos betegség kialakulásának kockázatát csökkenti.

Formában tart: Fogyaszt, karcsúsít.

Életvitelszerű mozgás: Napi mozgás külön időráfordítás nélkül.

Öregedést lassít, fiatalon tart: Az életvitelszerű kerékpározás megadja a test számára szükséges mozgást. Működésben tartja az izomzatot, ízületeket, keringést, érzékszerveket, reflexeket, méregtelenít és jó kedélyállapotban tart.

A táj része: A kerékpáros beleolvad a tájba, így annak része. Kerékpárral zavartalan panorámában látjuk a tájat.

Szabadság: Haladhatunk, gyorsak vagyunk, bárhol megállhatunk, letérhetünk, szabadlevegőn vagyunk, önerőből eljutunk a céljainkhoz – ez a szabadság!

Vagány: Kerékpárral munkába járni, nagybevásárlást elintézni, hosszú túrát tenni, magas hegyre feltekerni, esőben–hóban–hőségben is hajtani vagány dolog.

Sűrű megállás, beszélgetés: Kerékpárral bárhol megállhatunk. A kerékpárosok könnyedén beszélgetnek egymással és másokkal, a helybéliekkel.

Nagyobb odafigyelés: Aki felvállalja a kerékpár kitettségét és kihívásait és beéri ezzel a szerényebb járművel, arra jobban odafigyelnek. Különös figyelmet kap, aki láthatóan nehezen kerékpározható tájakon és időjárásban kerékpározik, ahol szinte mindenki autóval közlekedik.

Minden életkorban: Kora gyerekkortól életfogytig kerékpározhatunk, melyből kiöregedni nem lehet. Ha az egészségügyi szabályokat okosan betartjuk, idős korban is töretlenül túrakerékpározhatunk.

Minden céllal: A kerékpározás egyaránt alkalmas helyi és helyközi közlekedésre, kis- és nagybevásárlásra, iskolába, munkába járásra, gyerekszállításra, csomagok szállítására, természetjárásra, túrázásra, sportolásra, alakformálásra és fogásra.

Természetbarát: Nincs zavaró zaj, füst. Kíméli az utakat, nincs fénycsapda és polár fénycsapda hatása. Összhangban a természetvédelemmel.

Fenntartható közlekedés: A tiszta, csendes jellege, a kis tömege és helyigénye, a hosszú élettartama és az alacsony karbantartási költsége, valamint a mozgásigénye miatt a kerékpározás fenntartható közlekedési ágazat.

Fenntartható turizmus: A kerékpáros turizmus megőrzi a csendet és a tiszta levegőt, a parkolása kis helyigényű és könnyen megoldható, nem növeli a balesetveszélyt, nem igényel nagyszabású építkezéseket és infrastruktúrát, ugyanakkor igénybe veszi a helyi szolgáltatásokat. Mindez kedvez a természeti értékek megőrzésének és a helybéli lakosságnak.

Támogatásra érdemes: Fenntartható, ezért fejlesztésre és támogatásra érdemes.

Független: Túrakerékpározni lehet csoportosan és akár egyedül. Mivel kicsi és könnyű, eltávolodhatunk vele az épített utaktól.

Hatékony: A kerékpározás ötször gyorsabb a gyaloglásnál és kitűnő teherszállító jármű. Kerékpárral lényegesen nagyobb távot tehetünk meg könnyedén.

Önálló felfedezés: Mivel a kerékpár igen hatékony, kicsi, sűrűn megállhat, bárhol parkolhat, eltávolodhat a műutaktól és a védett területek többségén is szívesen látott, kitűnő járműve az önálló felfedezésnek. Kellően gyors, hogy jól haladjunk, de elegendően lassú, hogy mindent észrevegyünk.

Kerékpárvásárlás

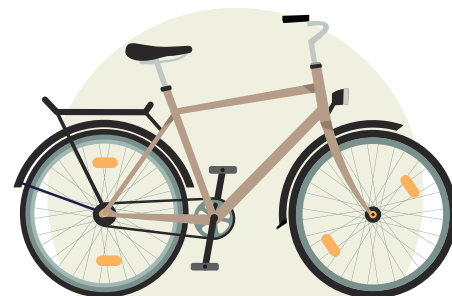
Többféle kerékpártípus létezik. Mindegyik más stílusú kerékpározást tesz lehetővé. Vannak, akik inkább aszfalton szeretnek tekerni. Mások inkább erdei utakon. Van, aki szabadidejében hosszú túrákra vállalkozik, más csak a sarki boltig szeretne elgurulni. Egyesek versenyezni szeretnének, mások iskolába vagy munkába menet használnák szívesen a kétkerekűt. A mindennapi közlekedéshez nem kell drága bringa, sőt, minél egyszerűbb annál jobb.



A **városi bringa** a legjobb iskolába vagy munkába járáshoz, elgurulni a boltba vagy a nagymamához.



A **mountain bike** magyarul azt jelenti: hegyikerékpár. Ezeket a bringákat arra találták ki, hogy hegyen-völgyön, árkon-bokron át lehessen tekerni vele.



A **túraikerékpár** - mint a neve is mutatja - túrázásra teremt. Ha jó erőben vagy, nyergében nagy távolságokat tehetsz meg és csomagjaidat is kényelmesen magaddal viheted.



Az **országúti** bringával lehet a leggyorsabban suhanni az aszfaltutakon. A világ leghíresebb kerékpárversenyén, a Tour de France-on is ilyen bringákon kerülnek meg a versenyzők egész Franciaországot három hét alatt.



A **fatbike** (angolul „kövér bringa”) egy érdekes újdonság, amit erdőmezőn-havon tekerve érdemes kipróbálni mert, a nagyon széles gumik miatt könnyedén átgurul mindenféle akadályon.



A **BMX** biciklit látványos trükkök bemutatására találták ki.

Milyen méretű kerékpárt válasszunk?

Nagyon fontos szempont a kerékpár mérete is. Ahhoz, hogy éveket örömmel használhassuk, elengedhetetlen, hogy a testméreteinknek és a felhasználási körülményeknek megfelelő méretű biciklit válasszunk.

A megfelelő méret meghatározására különböző módszerek léteznek, de a legjobb és legbiztosabb, ha a kiszemelt kerékpárra ráülünk, és kipróbáljuk.



Miért is fontos a helyes méret?

Azért, mert egy rosszul megválasztott méretű kerékpár nemhogy örömet nem szerez, hanem inkább szenvedést hoz a használójának. Ha nem jó a méret, akkor különböző helyeken fog fájni, szúrni és hasogatni, legtöbbször a nyak, derék, térd, talp – csupa "felesleges" ízület és szerv. Szóval érdemes odafigyelni arra, hogy ne csak egy kerékpárt vegyünk magunknak, hanem vegyünk egy helyes méretű bicajt.

Egy kerékpár mérete a legtöbb esetben a váz méretét jelenti. Ha egy bicaj 26-os vagy 28-as, akkor a kerék méretről beszélünk, ha viszont arról, hogy 47-es, 54-es vagy 17, 19, 21 collos, akkor a vázméretről.

Az általános útmutatás szerint a gyerekerékpárok ideális mérete:

Gyerek kerékpár méret táblázat (kb.):



12"

2,5 év – 4 év között

16"

4 év – 6 év között,
95–115 cm

20"

6 év – 9 év között,
115–130 cm

24"

7 év – 11 év között,
130–150 cm

A kerékpár beállítása

Kényelmetlenségek elkerülése érdekében érdemes pár percet a nyeregmagasságra és vízszintes beállítására szánni.

Emeld a csípőd magasságába a nyerged, majd ülj fel rá!

Olyan magasra állítsd az ülést, hogy majdnem lábujjhegyen, de mégis stabilan tudj támaszkodni.

Akkor jó a nyeregmagasság, ha térded lazán, de teljesen nyújtva, csípőd pedig vízszintesen van. Ha behajlik a térded, akkor emelj az ülésen. Ha megbillen a csípőd, engedd lejjebb az ülést!

Figyelj, hogy a nyeregcsővet ne húzd magasabbra a rajta lévő jelzésnél!

A nyerged akkor van jó helyen, ha – vízszintesen lévő hajtókarok esetén – az elől lévő pedáloed egy vonalban van az azonos lábaddal térdével.

Ha térded a pedál közepe előtt van, akkor a nyeret hátrébb, ha a pedál közepe mögött van, a nyeret előrébb csúsztasd!

Talpad párnás részét tedd a pedálra, a nyeret vízszintesen szereld fel!

A kerékpár karbantartása

Ha már van saját kerékpárunk, néhány alapvető javítást mi is el tudunk végezni, de ajánlott szakszervizhez fordulni használatától függően átlagosan félévente, hosszabb kihagyás után pedig mindenképp. A kerékpárt minden indulás előtt alaposan át kell nézni, hogy biztosan célba érjünk.



BICIKLIZZ OKOSAN!

Lássuk melyik alkatrészt kell megvizsgálni:

Kerekek: Elég keményre van fújva a gumi? Nincsen kopva, nem sérült?

Fékek: Kényelmesen elérem a fékkart? Megfelelően fog a fék?

Kormány: Megfelelően tudom forgatni minden irányba?

Lánc: Be van olajozva?

Nyereg: A bringán ülve sarkammal kényelmesen elérem a pedált?

Kötelező felszerelések: Az első és hátsó lámpa működik és jól látható? A prizmák megvannak? Csengő van rajta?

Látni és látszani

Sötétben a világítás nélküli biciklis láthatatlan. „Éjszaka és korlátozott látási viszonyok között abban az esetben lehet közlekedni, ha a kerékpáron vagy a kerékpáron előre fehér-, hátrafelé piros színű, folyamatos vagy villogó fényt adó lámpát és fényvisszaverőt helyeztek el, és lakott területen kívül kerékpáros fényvisszaverő mellényt (ruházatot) visel a kerékpáros.”

A hatályos KRESZ tehát már nem ragaszkodik a mellényhez, de a kerékpáros ruhán ott kell lenni a fényvisszaverő csíkoknak. Érdemes napközben is jól látható, világos színű ruhadarabokban és sisakban kerékpározni, ezek nagyban javítják a láthatóságot.

Sisak

A bukósisak használata csak egyetlen esetben kötelező, ha lakott területen kívül 40 km/h feletti sebességgel haladunk. Ezt leszámítva mindenkinek a saját döntése a sisakviselés.

Bár hivatalosan a KRESZ nem rendelkezik róla, gyerekek számára határozottan fontos a fejtvédő használata. A környező országokba egyébként nem tervezhetünk bringatúrát sisak nélkül. Szlovákiában lakott területen kívül mindenkinek fejtvédőben kell tekerni, Csehországban tizennyolc év alattiak számára mindenhol kötelező

a sisakhasználat. Ausztriában tizenkét év alatti gyerekeknek mindenhol – nem csak kerékpározva – még a kerékpáros-utánfutóban is előírás a fejtámla viselése. Horvátországban tizenhat év alatt mindenhol kötelező a sisak használata. Ha tehát külföldön is túrázunk, érdemes tájékozódni a szabályokról.

Mire kell odafigyelni, amikor kiválasztjuk a számunkra megfelelő sisakot?

- Kényelmesen tudod benne mozgatni a fejedet minden irányba.
- Védi a halántékdát, homlokodat és tarkódat is.
- Kényelmes: illeszkedik fejed méretéhez, formájához.
- Számos nagyméretű szellőzőnyílással rendelkezik.
- Van benne háló, amely a rovarok ellen véd.

Hogyan öltözzünk?

Figyeljünk a lobogó vagy elálló ruharészekre, nehogy a kerék vagy lánc bekapja őket.

Hidegebb időben öltözködjünk rétegesen, hogy ha meleg lenne útközben le tudjunk venni néhány ruhadarabot. Ha esik, a megfelelő sárvédő és az esőkabát kombinációja csodákra képes.



Milyen eszközöket használhatunk, illetve kötelező használnunk egy túra során?

A KRESZ szerint „a kerékpár olyan, legalább kétkerekű jármű, amelyet emberi erő hajt, és ezt legfeljebb 300 W teljesítményű motor segíti. A kerékpáron a kerékpárt nem hajtó személy is szállítható erre alkalmas ülésen. A kerékpáron utánfutó vontatására alkalmas berendezés helyezhető el.

Eszerint a kerékpártúrán kerékpárként használhatjuk a

- hagyományos kerékpárokat
- fekvő kerékpárokat

- trike-okat (háromkerekű fekvőkerékpár)
- tandem kerékpárokat
- és mindezek elektromos rásegítéses – pedelec – verzióit is.

„A kerékpárokhoz azonban a KRESZ szerint *„tilos oldalkocsit, valamint – a kerékpárutánfutót kivéve – egyéb vontatmányt kapcsolni”*.

A kerékpárhoz gyerekek szállítása céljából tehát kizárólag az erre a célra tervezett és a szabványoknak megfelelő gyerekszállító kerékpáros-utánfutót csatlakoztatunk, a gyári alkatrészek segítségével.

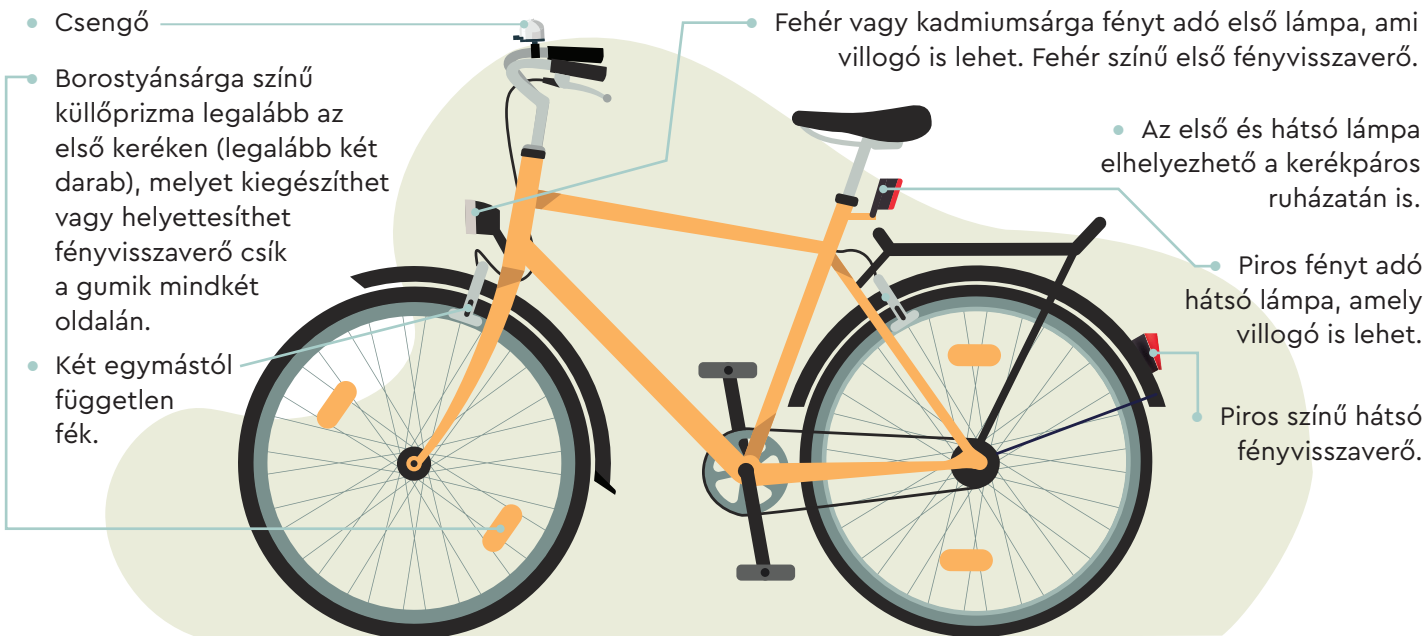
Ezeket fel van tüntetve az is, hány kilogrammig terhelhetők, hány éves korig használhatók, illetve alkalmasak-e több (két) gyerek szállítására is.

A kerékpárra ilyen célra gyártott és az európai szabványoknak megfelelő gyerekülést is felszerelhetünk, hátulra és előre is. Erről így rendelkezik a hatályos KRESZ:

„A kétkerekű kerékpáron 16. életévét betöltött személy szállíthat 10 évnél nem idősebb, a kerékpárt nem hajtó utast a kerékpár pótülésén.” „A kerékpárra gyermekülés olyan módon szerelhető fel, hogy az ülés és a rajta ülő gyermek a vezetőt a kilátásban és a vezetésben ne akadályozza, a kerékpár világító- és jelzőberendezéseit ne takarja.”

Utóbbi kitétel vonatkozik az utánfutóra is, vagyis mindig meg kell győződni arról, nincs-e kitarakva a világítás, ha igen, akkor a gyerekülésre, vagy az utánfutóra szereljük megfelelő lámpát. Akár gyerekülést, akár utánfutót választunk, ne élesben próbáljuk ki először, hanem a gyerek tömegének megfelelő ballasztal gyakoroljunk kicsit.

Kötelező biciklis felszerelések



I. Hol szabad biciklizni? Milyen utakat választhatunk?

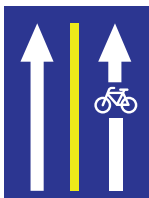
1. Az úttesten

Leginkább itt kell és itt érdemes kerekezni, ha csak nincs valamilyen kerékpározást tiltó tábla.



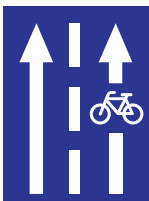
2. Kerékpárúton

Ha az út mellett van kijelölt kerékpárút, akkor csak itt biciklizzünk! Ez alól egy kivétel van: ha az úttesten kerékpáros nyom van felfestve, akkor ott is szabad kerekezni, de biztonságosabb a kijelölt kerékpárút.



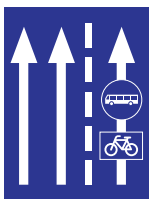
3. Kerékpársávban

A kerékpár sávot az úttestre felfestett burkolati jel határozza meg. Ha ilyen látunk, akkor csak itt szabad biciklizni, és csak a menetiránynak megfelelően! Figyelnünk kell a tábla közepén levő sárga vonalat, az a záróvonal, ezt sem mi, sem más jármű nem lépheti át.



4. Nyitott kerékpársávban

Erre az előző pont szabályai érvényesek, kettő kivétellel. A nyitott kerékpár sávot elhagyhatjuk, például balra kanyarodás előtt. A nyitott kerékpársávra más járművek is ráhajthatnak, például, ha jobbra akarnak kanyarodni.



5. Kerékpárosok által is használható buszsávban

Ahol ilyen táblát látunk, ott a buszsávban kerékpározhatunk. Ilyenkor általában kerékpáros útburkolati jelet is festenek az útra. Ha a tábláról hiányzik a bicikli jele, akkor tilos a buszsávban bringázni.



6. Gyalog- és kerékpárúton

Ha ezt a táblát látjuk, akkor azon az úton nyugodtan biciklizhetünk. Legyünk résen, mert a gyalogosok mozgása kiszámíthatatlan, főleg a kisebb gyerekéké. Ha esetleg az úttesten látunk kerékpáros útburkolati jelet felfestve, akkor ott is bringázhatunk.



7. Gyalogos-kerékpáros zónában

A zónát ez a tábla jelzi. Ugyanazok a szabályok érvényesek rá, mint amelyek a gyalog-kerékpárútra. Figyeljünk a gyalogosokra és magunkra is!



8. Kerékpáros nyomon

Ha ilyen felfestést látunk az úttesten, akkor a párhuzamos kerékpárút, vagy gyalog-kerékpárút használata nem kötelező. Azonban mégis biztonságosabb, ha nem az úttesten hajtunk.



9. Kétirányú kerékpáros közlekedés számára megnyitott egyirányú utcában

Egyirányú utcába a forgalommal szembe csak akkor szabad behajtani, ha azt kiegészítő tábla megengedi. Ez esetben szigorúan az úttest jobb oldalán kell biciklizni, vagy ha van felfestett kerékpársáv, akkor ott. Ne felejtsük el, nem hajthatunk be bármelyik utcába!

Hol tilos biciklizned?

1. A járdán nem szabad bringázni, de ez alól két kivétel van.

Az egyik a 12 év alatti gyerekekre vonatkozik, hiszen ők nem kerékpározhatnak a főúton. A másik kivétel a lakott területen levő olyan út, ahol az úttest kerékpározásra alkalmatlan. Sok a kátyú, gödör, egyenetlenség.



2. Gyalogúton

Ez a tábla csak a gyalogosok számára engedi a közlekedést. A táblán nem is látunk semmilyen más jelet.



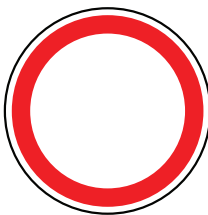
3. Gyalogos zónában

Mivel a táblán a felirat fölött csak gyalogos látható, így ez a terület biciklisek számára tiltott.



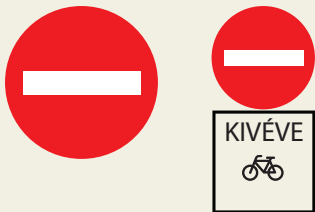
4. Kerékpárral behajtani tilos táblával jelzett területen

Ez a tábla megtiltja, hogy biciklivel behajtsunk a jelzett útra. Azonban, ha leszállunk és a bringát gyalogosan toljuk, akkor már gyalogosnak számítunk, és bemehetünk a jelzett területre.



5. Mindkét irányból behajtani tilos táblával jelzett területen

Ez a piros kör jelzi, hogy nem mehetünk be biciklivel a jelzett útra. Persze, ha a tábla alatt a „kivétel kerékpárral” kiegészítő tábla szerepel, akkor igen.



6. Behajtani tilos táblával jelzett területen

Egyirányú utcába tilos a forgalommal szembe behajtani, ez a biciklisekre is kötelező. Kivéve, ha a kerékpárt jelző kiegészítő tábla ezt megengedi.

Nagyon fontos, hogy ha nincs kiegészítő tábla, ne hajtunk be az egyirányú utcába forgalommal szemben.

Elsőbbségi szabályok

Az elsőbbségi szabályok határozzák meg, hogy a kereszteződésbe ki hajthat be, és kinek kell lassítania, illetve megállnia (azaz elsőbbséget adnia). Ezek a szabályok a kerékpárosokra is vonatkoznak, ismeretük nagyon fontos.

Gyalogosok elsőbbsége

A zebrán áthaladó gyalogosoknak (ha már a zebrán haladnak) elsőbbségük van minden járművel szemben. A gyalogosokat még csak zavarni sem szabad az átkelésük során. Ha többsávos úton az egyik sávban valaki már megállt a zebra előtt, akkor a többi sávban is meg kell állni! A zebrára lépés előtt természetesen a gyalogosnak meg kell győződnie arról, hogy biztonságosan átkelhet az úttesten. Ha kerékpárral zebrát keresztezünk, akkor ugyanúgy meg kell adni a gyalogosoknak az elsőbbséget, mint mikor autót vezetünk.

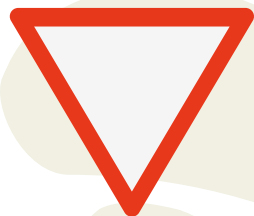


Megjegyzés: zebrán az elsőbbség csak a gyalogosokra vonatkozik. Tehát biciklisekre csak akkor, ha a zebránál leszállnak és tolják, a biciklit.

Zebrán csak megfelelő körültekintéssel és lassan keljünk át kerékpárral, mert az autóvezetők nem számítanak gyorsan érkező kerékpárosra, a gyalogosokat pedig zavarhatja, veszélyeztetheti a száguldozás.

Elsőbbséget szabályozó táblák

Ha a kereszteződésben nincs lámpa, vagy nem működik (sárgán villog), akkor az elsőbbséget szabályozó táblák döntenek el, hogy kinek van elsőbbsége.



Elsőbbségadás kötelező tábla

A táblánál le kell lassítani, és elsőbbséget kell adni a keresztező forgalomnak, tehát mind a jobbról, mind a balról jövőeknek. Ha a kerékpárúton van ilyen tábla, akkor természetesen szintén meg kell adnunk az elsőbbséget a keresztező forgalomnak.



Stoptábla – Állj, elsőbbségadás kötelező!

A táblánál meg kell állni, és elsőbbséget kell adni a keresztező forgalomnak, a jobbról és a balról jövőeknek egyaránt. Ha a kereszteződésben van jelzőlámpa, és zöldet mutat, természetesen nem kell megállni.

Jobbkézsabály

Ha nincs lámpa a kereszteződésben, és táblát sem látunk, akkor ún. egyenrangú útkereszteződésben vagyunk. Itt a jobbkézsabály a mérvadó. Eszerint a tőlünk jobbról érkezőnek elsőbbsége van velünk szemben, nekünk pedig elsőbbségünk van a balról jövővel szemben. Amennyiben nekünk van elsőbbségünk, mindig győződjünk meg arról, hogy azt valóban meg is adják – próbáljunk ilyenkor szemkontaktust teremteni a többi közlekedővel.

Egyenrangú útkereszteződés kerékpárúton:

Az ábrán látható szaggatott sárga felfestés az úttestet keresztező kerékpárutat jelöli. Ez azonban önmagában nem jelenti azt, hogy itt a kerékpárosnak elsőbbsége lenne.

Ha sem a kerékpárúton, sem a keresztező úton nincs kitéve az elsőbbségadás-tábla, akkor ez egyenrangú útkereszteződés. Ilyen kereszteződésekben a legnagyobb óvatossággal hajtsunk át, megadva az elsőbbséget a jobbról jövőknek, szükség esetén a balról jövőnek is.

Kerékpár szállítása gépkocsin

Vonóhorogra és hátsó ajtóra rögzíthető kerékpárszállítók esetén a lámpáknak és a rendszámabláknak látszódnia kell. Ha nem látszik az autó rendszámablája, akkor két lehetőség van: az eredeti rendszámot átszereljük a kerékpárszállítóra, az okmányirodában igénylünk egy szürke színű, kiegészítő rendszámablát, amit a bringatartóra rögzítünk. Győződjünk meg róla, hogy biztonságosan van-e rögzítve a tartószerkezet az autóhoz, és a bicikli a tartóhoz!

További KRESZ szabályok

- Tilos a kerékpárhoz oldalkocsit, illetve egyéb vontatmányt kapcsolni a kerékpár-utánfutó kivételével.
- Tilos kerékpáron ülve állatot vezetni.
- Tilos a kerékpárt más járművel vontatni.
- Tilos elengedett kormányval kerékpározni.
- Kerékpáron csak olyan csomag szállítható, amely a kormányzást nem akadályozza.
- Tilos autópályán és autóúton kerékpározni, továbbá ott, ahol ezt tábla tiltja.
- 12 év alatti gyerek főútvonalon nem kerékpározhat.



- A kerékpárosnak is, mint minden járművezetőnek, jeleznie kell minden irányváltoztatási szándékát, mégpedig balra kanyarodva bal, jobbra kanyarodva jobb kézzel. Az irányjelzést az irányváltoztatás előtt megfelelő távolságban és időben kell megkezdeni.
- Kétkerekű kerékpáron 16. életévét betöltött személy szállíthat 10 évnél nem idősebb, a kerékpárt nem hajtó utast a kerékpár pótülésén. Kettőnél több kerekű kerékpáron 17. életévét betöltött személy szállíthat a kerékpárt nem hajtó utast. Utast tehát csak az erre a célra kialakított pótülésen szabad szállítani kétkerekű kerékpáron – ha több ilyen ülés van, akkor akár több gyereket is magunkkal vihetünk.
- Kerékpárral lakott területen belül legfeljebb 40 km/h sebességgel szabad közlekedni. Lakott területen kívül sisakban 50 km/h a megengedett legnagyobb sebesség, de csak ha utast nem szállítunk, sisak nélkül pedig 40 km/h. (40 km/h felett tehát kötelező a sisak!) Kerékpárúton 30 km/h, gyalog- és kerékpárúton 20km/h a megengedett maximális sebesség.

Általános tanácsok

- Legyünk mindig láthatók! Már szürkülettől használjunk lámpát, és kerüljük a gépjárművek holttereit!
- Ne közlekedjünk szorosan az út jobb szélén!
- Kereszteződésekben teremtsünk szemkontaktust, lassítsunk, ha kell! Győződjünk meg róla, hogy tényleg észrevettek, és megadják az elsőbbséget, ha jár!
- A járda a gyalogosoké, ne veszélyeztessük őket!
- A kereszteződésekben az autóvezetők nem számítanak a járdáról nagy sebességgel közlekedő kerékpárosokra.
- Ne használjunk fej- vagy fülhallgatót. Sokkal biztonságosabb, ha nemcsak látjuk, de halljuk is, hogy mi történik körülöttünk.
- Kerékpározás közben ne telefonáljunk!
- Mindig időben jelezzük, ha irányt akarunk váltani! Kanyarodás, sávváltás, előzés, kikerülés előtt mindig nézzünk hátra, majd jól láthatóan jelezzünk!
- Tartsuk be a KRESZ-t!

Újhartyán kerékpáros térképe



- Kék: osztott gyalog,- és kerékpárút



- Lila: kerékpárút



Készítette: **Újhartyán Város**
Önkormányzata 2023

Szerkesztette: **Tölli Andrea**
Desing: **Majer György Zoltán**

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE