

Normas obligatorias y consejos de seguridad

La bicicleta es un vehículo y las normas de tráfico son también de obligado cumplimiento cuando circulas en ella.



Elementos de seguridad

Obligatorio

- **Casco** para menores de 16 años y ciclistas que realicen reparto de mercancías, siendo aconsejable para el resto de personas. En vías interurbanas obligatorio para todos los y las ciclistas.

- **Sistema de frenado** que actúe sobre ambas ruedas.

- **Timbre.**

- **Luces (blanca en la parte delantera y roja en la parte trasera) y catadióptricos** si se circula por la noche, en túneles o con baja visibilidad. ¡Hazte visible!

Recomendable

- **Chaleco o prenda reflectante** sobre todo si circulamos en condiciones de baja visibilidad y tráfico intenso.

- **Reflectantes naranjas** en pedales y radios de las ruedas.

Prohibido

- Circular con auriculares y haciendo uso del teléfono móvil.
- Desplazarse en bicicleta bajo los efectos del alcohol y otras sustancias.



¿Dónde circular?

En los carriles bici y sendas ciclopeatonales.

En la calzada, excepto en los carriles reservados para el transporte público (salvo señalización que autorice: en Gijón únicamente en el carril bus de la Avda. de Schulz).

En zonas compartidas con peatones cuando esté expresamente señalizado.

Y recuerda

Está prohibido circular por aceras, calles y zonas peatonales.



¿Cómo circular?

En las vías ciclistas: carriles bici y aceras bici

- Siempre a velocidad moderada. En las aceras bici extrema la precaución ante una posible irrupción de peatones.
- **En los cruces con la calzada**, aunque las bicicletas tienen prioridad de paso, reduce tu velocidad y asegúrate de haber sido visto por otros vehículos o viandantes antes de cruzar.
- **En los cruces con pasos de peatones**, éstos siempre tienen prioridad. Si está regulado por semáforo amarillo parpadeante, respeta la prioridad y cruza con precaución.

El carril bici está pensado para ofrecer seguridad, no velocidad. Si deseas rapidez utiliza mejor la calzada.

En la calzada

- Circula preferentemente por el centro del carril, es más seguro y evitaremos adelantamientos peligrosos.
- Observa y anticipa a las circunstancias del tráfico que surjan en la vía.
- Comunica tus intenciones antes de realizar una maniobra: **¡señaliza con el brazo!**

Y recuerda

- Mantén una distancia de seguridad con el vehículo de delante. Cuando te detengas, sitúate detrás del mismo, nunca en su lateral.
- En las rotondas circula por el centro del carril externo indicando con el brazo la intención de abandonar la rotonda en la salida elegida.

Respetar siempre las normas de tráfico y señalización. Es la forma más segura de que el resto de personas usuarias de la vía te vean y te respeten.

En las zonas compartidas con peatones y sendas ciclopeatonales

- Respetar siempre la prioridad peatonal: reduce la velocidad, detente y bájate de la bicicleta si es preciso.
- Avisa con amabilidad de tu presencia y utiliza el timbre si fuera necesario.
- En las sendas ciclopeatonales circula a velocidad moderada guardando siempre una distancia de seguridad con las personas viandantes.

El espacio público es de todas las personas, no de sus vehículos. ¡Fomenta esta actitud, gracias!



Reglas de seguridad activa

1

Mirar

anticipando lo que sucede delante y detrás.

2

Señalizar

con tiempo mis maniobras para ser predecible.

3

Maniobrar

manteniendo la atención en todo momento.

4

Sé visible

no te escondas.