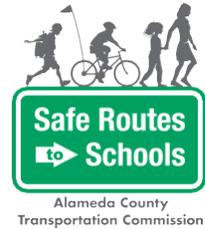


# Consejos de seguridad



Questions? ¿Preguntas?

Contact/Contacto:

[info@alamedacountysr2s.org](mailto:info@alamedacountysr2s.org)

- **PONTE TU CASCO.** Siempre ponte un casco que se ajuste bien. Sin casco, no hay viaje.
- **CONOCE TUS HABILIDADES.** Debes poder partir y detenerte suavemente, ir en línea recta sin zigzaguar y hacer señales con la mano mientras mantienes el equilibrio.
- **REVISA TU BICICLETA.** Antes de andar en bicicleta, asegúrate de que las llantas tienen suficiente aire, los frenos funcionan y los pedales giran suavemente. Haz una prueba de andar en bicicleta para asegurarte de que todo funciona bien.
- **SIGUE LA CORRIENTE.** Siempre ve en bicicleta en la calle en la misma dirección que el tráfico, nunca en contra.
- **EVITA LA ZONA DE PUERTAS.** Cuando vayas en bicicleta cerca de autos estacionados, mantente a 3-5 pies de distancia para evitar golpear las puertas abiertas de los autos.
- **USA EL CARRIL.** Cuando el carril sea muy estrecho para compartirlo de forma segura con un auto, no dudes en ir por el centro del carril de tránsito. Es más seguro para ti y las personas que conducen.
- **VE EN FILA INDIA.** Deja espacio entre tú y la persona delante tuyo en caso de una parada repentina.
- **DETENTE EN SEÑALES Y SEMÁFOROS.** Siempre detente por completo en señales de parada o cuando los semáforos estén en rojo. Solo continúa cuando sea seguro o cuando el semáforo se ponga verde.
- **LOS PEATONES TIENEN EL DERECHO DE PASO.** Siempre cede el paso a tus amigos peatones.
- **COMUNÍCATE.** Haz señales con la mano para indicar que vas a girar, reducir la velocidad o detenerte. Decir en voz alta “reduzco la velocidad”, “giro” o “me detengo” también puede ser útil cuando transitas en grupo.
- **VÍSTETE PARA QUE TE VEAN.** Los colores vivos son más visibles en la mañana y los colores claros son más visibles en la tarde o noche. La ropa reflectante también es una buena idea.
- **TRAE TU CANDADO.** Siempre usa un candado en forma de U de acero endurecido para sujetar tu bicicleta una vez que estés en la escuela. Sujeta el marco y la llanta delantera de la bicicleta al rack para bicicletas.