



Guía para Usuarios de la Bicicleta



© MINISTERIO DEL INTERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE TRÁFICO
SUBDIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICAS VIALES
CENTRO SUPERIOR DE EDUCACIÓN VIAL

Juan Pablo II, 44-54
37008 SALAMANCA

www.dgt.es

Dirección y textos: Javier Herrero Pascual

Diseño e ilustración: Asier/ Visual Media

NIPO: 128-15-057-7

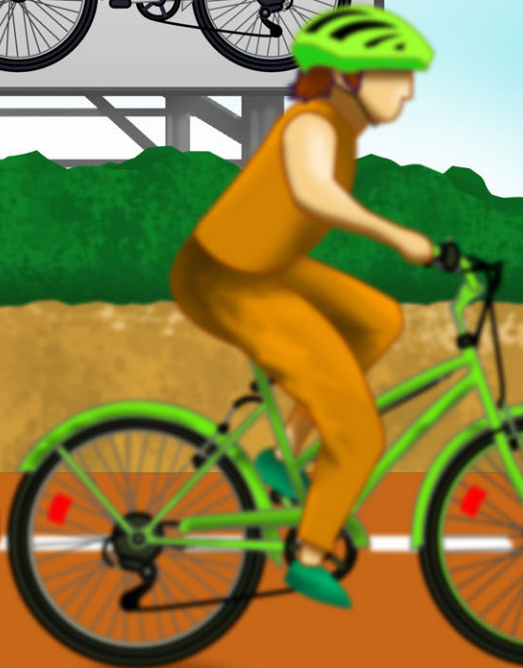
Depósito Legal: M-34823-2015

Impresión y encuadernación: Imprenta Nacional de la AEBOE
Avda. de Manoteras, 54 28050 Madrid



LA Bicicleta ES UNO DE LOS MEDIOS DE TRANSPORTE MÁS EFICIENTES

- MEJORA LA FLUIDEZ DEL TRÁFICO
- DISMINUYE LOS NIVELES DE CONTAMINACIÓN
- ES UN TRANSPORTE:
 - DIVERTIDO
 - ECONÓMICO
 - LIMPIO
 - SALUDABLE



Elementos de seguridad

CASCO HOMOLOGADO:

- SIEMPRE ES RECOMENDABLE EL USO DE ELEMENTOS DE SEGURIDAD COMO EL CASCO.
- RECUERDA QUE ES OBLIGATORIO PARA MENORES DE 16 AÑOS Y PARA TODOS EN VÍAS INTERURBANAS.



ES TAN IMPORTANTE VER COMO SER VISTO, POR ELLO RECUERDA QUE SON OBLIGATORIOS LOS SIGUIENTES ELEMENTOS Y ACCESORIOS PARA LA BICI. HAZ USO DE LAS LUCES SIEMPRE QUE SEA NECESARIO Y UTILIZA PRENDAS REFLECTANTES.

ACCESORIOS OBLIGATORIOS

ACCESORIOS RECOMENDADOS



- Estado de la bicicleta -

DISTANCIA ENTRE SILLÍN Y MANILLAR SENTADOS, DEBEMOS LLEGAR AL MANILLAR SIN FORZAR

- CUADRO - OBSERVAMOS QUE EL CUADRO Y LOS COMPONENTES DE LA BICI ESTÉN EN BUEN ESTADO

- LOS FRENOS - REVISAMOS LOS FRENOS COMPROBANDO QUE FUNCIONAN CORRECTAMENTE. NOS ASEGURAMOS QUE EL CABLE ESTÉ EN BUEN ESTADO Y TENSO, REVISAMOS EL ESTADO DE LAS ZAPATAS

- ALTURA CORRECTA - EL SILLÍN ELEVADO AL MÁXIMO MIENTRAS PODAMOS PONER LOS PIES EN EL SUELO

- CAMBIOS - COMPROBAMOS QUE FUNCIONAN BIEN

- ALTURA DEL SILLÍN - NO DEBE SUPERAR LA ALTURA DEL MANILLAR

- LA HORQUILLA - REVISAR QUE CON EL FRENO DELANTERO ACCIONADO Y MOVIENDO LA BICI HACIA ADELANTE Y HACIA ATRÁS, LA HORQUILLA O LA DIRECCIÓN NO TENGAN HOLGURA

- LA CADENA - PROBAMOS SI LA CADENA ESTÁ TENSA Y BIEN LUBRICADA

- LAS RUEDAS - COMPROBAMOS LA PRESIÓN Y EL ESTADO DE LAS RUEDAS



27 49 70 71

-Normas-



+18 años

Hasta 7 años



CUANDO TE MONTAS EN UNA BICICLETA NO ERES UN PEATÓN, SINO QUE CONDUCES UN VEHÍCULO. DEBES CUMPLIR LAS NORMAS DE CIRCULACIÓN Y RESPETAR AL RESTO DE USUARIOS, ESPECIALMENTE A LOS PEATONES.

- Circulación -

- SEÑALIZA LAS MANIOBRAS -



GIRO A LA DERECHA
BRAZO IZQUIERDO DOBLADO HACIA ARRIBA Y PALMA EXTENDIDA O BRAZO DERECHO EN HORIZONTAL Y PALMA EXTENDIDA HACIA ABAJO.



GIRO A LA IZQUIERDA
BRAZO DERECHO DOBLADO HACIA ARRIBA Y PALMA EXTENDIDA O BRAZO IZQUIERDO EN HORIZONTAL Y PALMA EXTENDIDA HACIA ABAJO.



PARAR
MOVER EL BRAZO, DE ARRIBA A ABAJO, MOVIMIENTOS CORTOS Y RÁPIDOS.

- RESPETA LAS SEÑALES -



**VÍA RESERVADA PARA CICLOS
O VÍA CICLISTA**



SENDA CICLABLE



**ENTRADA PROHIBIDA
A CICLOS**



**PELIGRO POR PROXIMIDAD
DE PEATONES**



- **USA EL CARRIL BICI SIEMPRE QUE CIRCULES POR UNA VÍA EN LA QUE EXISTA.**
- **INTENTA BUSCAR ITINERARIOS EN LOS QUE LO TENGAS AUNQUE TE SUPONGA UN PEQUEÑO RODEO SOBRE EL ITINERARIO MÁS DIRECTO Y TEN EN CUENTA LOS SIGUIENTES CONSEJOS:**
- **AUNQUE TENGAS PRIORIDAD EN ESTAS VÍAS DEBES CIRCULAR CON PRUDENCIA Y EVITAR POSIBLES PELIGROS.**
- **EN LOS PUNTOS SEÑALIZADOS DE CRUCE PARA PEATONES DEBES CEDERLES LA PRIORIDAD.**
- **RESPETA LAS SEÑALES DE TRÁFICO Y NO EXCEDAS LAS LIMITACIONES DE VELOCIDAD.**



- UTILIZA LOS LUGARES RESERVADOS PARA APARCAR TU BICI.
- USA ELEMENTOS ANTIRROBO SEGUROS, COMO POR EJEMPLO, LOS DE TIPO U.
- ENGANCHA EL CUADRO Y, SI ES POSIBLE, UNA RUEDA.
- RECUERDA QUE LAS BICICLETAS SE MARCAN MEDIANTE ETIQUETAS QUE SE FIJAN AL CUADRO DE LA BICICLETA QUE SIRVEN PARA IDENTIFICAR TU BICI, REGISTRARLA O RECUPERARLA.



Guía para Usuarios de la Bicicleta

WWW.DGT.ES



GOBIERNO
DE ESPAÑA

