МЧС РОССИИ НАПОМИНАЕТ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ ЕЗДЫ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

С наступлением тепла на улицах появляется много велосипедистов. Выезжают в скверы, парки и просто на улицы населенных пунктов, чтобы интересно и с пользой для здоровья отдохнуть, пообщаться с единомышленниками по двухколёсному транспорту. Чтобы активный отдых принёс только радость и заряд бодрости, МЧС рекомендует соблюдать несложные правила безопасности.

Прежде всего, стоит уделить внимание своей экипировке. Велосипед должен быть исправен, оснащён светоотражательными элементами или фонарями, а седло и руль отрегулированы под рост велосипедиста. Велосипедный шлем – не просто модный аксессуар, а необходимый элемент снаряжения, который защитит голову от травм в случае падения. Детей следует перевозить только в специальных велокреслах, также защитив голову специальным шлемом. Не стоит пренебрегать и светоотражающими элементами на одежде, которые сделают вас более заметными на дороге для водителей автомобилей и других велосипедистов

Перед выездом необходимо повторить правила дорожного движения, касающиеся велосипедистов. Не многие обладатели двухколёсного транспорта, помнят, например, что пешеходные переходы можно пересекать только спешившись, а двигаться по проезжей части или обочине нужно строго в попутном направлении с автотранспортом. Знание даже этих несложных правил позволило бы избежать многих дорожно-транспортных происшествий с участием велосипедистов.

Для маршрута выходного дня лучше выбирать те направления, по которым можно передвигаться по специальным велодорожкам, где созданы максимальные условия для безопасного передвижения велосипедистов, или автодорогам, неперегруженным автотранспортом. Если же двигаться приходится по тротуарам, не забывайте об осторожности и безопасности пешеходов – выбирайте скорость, при которой вы всегда сможете совершить манёвр или остановиться, не рискуя никого задеть.

Отправляясь на велосипеде в туристический поход, не забывайте об общих рекомендациях по безопасности: наличие удобной одежды, запас воды и пищи, средства связи, нож и аптечка столь же необходимы велотуристу, но к этому набору необходимо добавить минимальный набор инструментов, запчастей и велосипедную камеру для вашего железного коня, чтобы банальный прокол колеса не испортил отдых, заставив нести велосипед на себе.

Велосипед – отличное средство от скуки и малоподвижного образа жизни, но только при соблюдении правил дорожного движения и рекомендаций по безопасности.