

La mitad de las lesiones en la cabeza y el 20% de las muertes podrían evitarse si se utilizara el casco. En tres de cada cuatro accidentes en carretera, el ciclista rodaba en solitario. El 77% de los accidentes se produce en carreteras con arcenes menores a metro y medio o no adecuados para su circulación.

En los accidentes entre automóvil y bicicleta, el ciclista es siempre el más vulnerable, porque su carrocería es su propio cuerpo. Por eso, del respeto y el comportamiento del conductor del vehículo puede depender la vida de estos deportistas. Reducir la velocidad ante la presencia de ciclistas, se nalizar las maniobras y dejar suficiente distancia al adelantarles son opciones tan simples como eficaces para reducir el riesgo y evitar una tragedia. Recuerda: adelantar poniendo en peligro o entorpeciendo a ciclistas, 4 puntos menos.

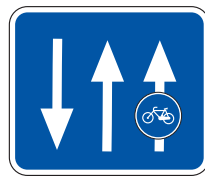
Señales que afectan expresamente a los ciclistas.



Vía reservada para ciclos o vía ciclista.



Fin de vía reservada para ciclos



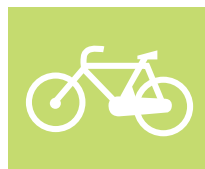
Carril bici o vía ciclista adosada a la calzada.



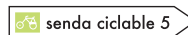
Aplicación de señalización para bicicletas.



Marca de vía ciclista: indica una vía ciclista o senda ciclable.



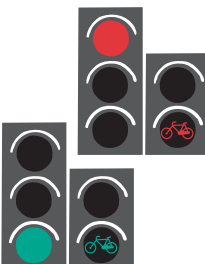
Senda ciclable.



Señal de destino hacia una vía ciclista o senda ciclable.



Marca de paso para ciclistas



Semáforo para bicicletas y ciclomotores



www.nopodemosconducirporti.com
www.permisopor puntos.es



**SI NO RESPETAS LAS NORMAS,
 TODO ES CUESTA ARRIBA.**

Montar en bici nunca se olvida. Recuerda también las normas y recomendaciones para circular con ella.



www.dgt.es

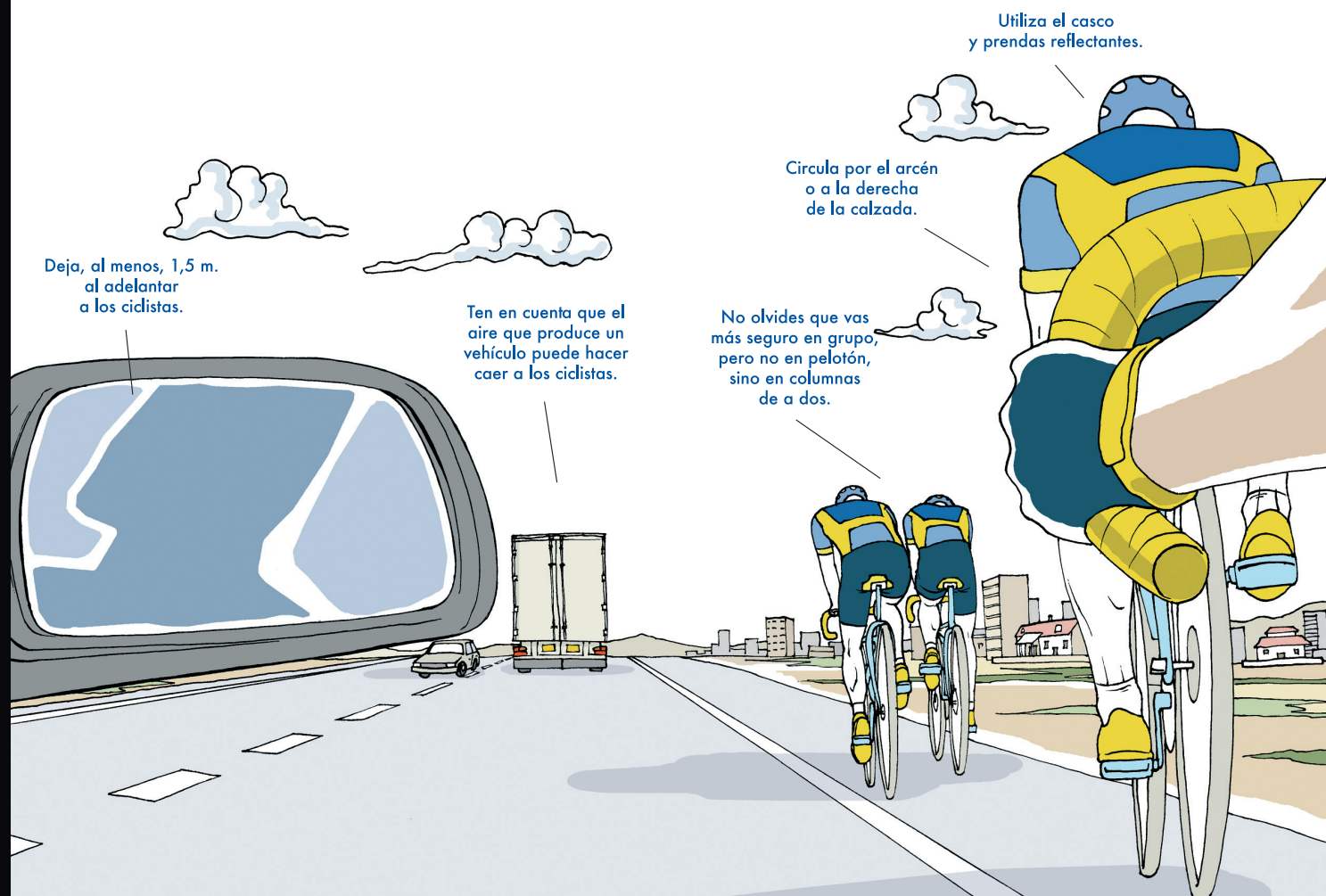
Haz que el ciclismo no sea todavía más duro.

Consejos para ciclistas:

- Procura rodar en grupo. En el 75% de los accidentes el ciclista iba en solitario.
- Evita las carreteras sin arc n o con arc n estrecho.
- Si eres un ciclista inexperto, rueda con veteranos.
- El uso del casco reduce los daños cerebrales en un 50% y evita en un 20% el fallecimiento.
- No arriesgues en descensos y zonas de curvas.
- Señaliza bien todas las acciones que realices.
- No circules detrás de un v hculo lento, puede frenar bruscamente o limitar tu visión.
- Aunque tengas la prioridad, nunca te confíes.
- Procura ir documentado.
- Cuando oigas un camión, extrema el cuidado.
- Procura no salir cuando haga mal tiempo.
- Mantén siempre tu bicicleta en perfecto estado.
- No salgas en bici con auriculares, es peligroso y est  prohibido.

Consejos para conductores:

- Reduce la velocidad al cruzarte con ciclistas.
- Al adelantarles, mant n una distancia lateral de al menos 1,5 metros, invadiendo parte o la totalidad del carril contiguo o contrario.
- Señaliza siempre tus maniobras.
- La carrocería del ciclista es su cuerpo.
- Su seguridad depende de ti.
- Presta especial atención en cruces y giros.



Normas en bicicleta.



Todos con casco.

Tanto los conductores como los ocupantes de bicicletas tienen que usar un casco homologado cuando circulen en vías interurbanas.



Reflectantes obligatorios.

En vías interurbanas, cuando sea obligatorio el uso de las luces, los ciclistas deben llevar una prenda reflectante que les permita ser vistos a 150 metros.



Velocidad.

La velocidad máxima para ciclistas es de 45 km/h, aunque pueden superar dicha velocidad en aquellos tramos en que las circunstancias de la vía lo permitan.



Prioridad en los giros.

Los ciclistas tienen prioridad de paso respecto a los v hculos a motor, cuando estos v hculos giren para entrar en otra vía y haya ciclistas en sus proximidades (por ejemplo, cruzando la vía, haya o no paso para ellos).

Cuando los ciclistas circulen en grupo, tendrán prioridad si el primer ciclista ha iniciado ya el cruce o ha entrado en una glorieta.

En vías interurbanas, si no hay un carril acondicionado para girar a la izquierda, las bicicletas deben situarse, si es posible, a la derecha fuera de la calzada y girar desde aquí.



Tasa de alcoholemia.

Los ciclistas deben cumplir los límites de alcoholemia (0,5 g/l en sangre y 0,25 g/l en aire aspirado). También están obligados a someterse a los preceptivos controles.



Descensos y coche de seguimiento.

En descensos prolongados con curvas, los ciclistas pueden dejar el arcén y circular por la parte derecha de la vía. Los v hculos de seguimiento de ciclistas pueden ir por el arc n.



Asientos para menores.

Los mayores de edad pueden llevar a un menor de hasta 7 años en un asiento adicional homologado.



Columna de a dos.

Los ciclistas pueden circular en columna de a dos como máximo. Deben situarse lo más a la derecha posible de la vía y de uno en uno en tramos de poca visibilidad. Sólo los mayores de 14 años pueden circular por autopistas, y siempre por el arc n, salvo que esto est  expresamente prohibido.