

EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #1

Medicina sobre ruedas. El uso de la bici en los desplazamientos diarios mejora la salud.
¡Comprobado!



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #2

Pedaleando haces una buena
almohada... de ahorros.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #3

El más rápido del far-west. La bici es el medio de transporte más rápido en la ciudad para trayectos de menos de 4-5 km.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #4

¿Cómo está tu bici? Para circular seguro el vehículo debe estar en buen estado, en particular frenos, neumáticos, luces, el timbre, cadena y cambio de marchas.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #5

Por el carril bici, la
velocidad máxima es de
30 km/h.

Si vas más rápido, pásate a
la calzada.

EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #6

Por tu seguridad, comprueba que las luces de tu bici funcionan bien: luz roja detrás y luz blanca delante.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #7

Recuerda que el peatón tiene prioridad sobre acera. Si el carril bici se encuentra en la acera, hay que reducir la velocidad a 10 km/h.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #8

¡Hazte notar en el carril bici!
Avisa con el timbre de los
adelantamientos y para
alertar a los peatones
despistados que la ocupen.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #9

Dejamos la acera para los peatones. Solo se puede circular si es lo suficientemente ancha (más de 5 metros y espacio libre de paso de 3 m). Si la acera es estrecha o con muchos peatones, hay que bajar de la bici y caminar.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #10

Si circulas por espacios reservados para los peatones o por parques, limita la velocidad a 10 km/h.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #11

¿Cómo tienes las luces? De noche o con poca visibilidad circula con las luces encendidas.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #12

¡Anticípate! Vigila constantemente el resto de vehículos y peatones para prever posibles situaciones de riesgo.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #13

¡Anticípate! Por tu seguridad
avisa con antelación tus giros,
adelantamientos y paradas a los
demás usuarios de la vía.

EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #14

Nos gustan las relaciones a distancia. Mantener la distancia de seguridad con el resto de usuarios de la vía te permite reaccionar cuando hay una situación de riesgo.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #15

Centrémonos ... El lugar más seguro para circular por la calzada es el centro del carril. Evitarás las puertas de los coches que se abren por arte de magia y ganarás visibilidad.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #16

¿Cuál es mi carril? Puedes circular por el carril más cercano a la acera que quieras, excepto los reservados para el transporte público.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #17

Tu bici te ama y quiere seguir contigo... Asegura la bici con candados en todas partes: cuadro, las dos ruedas y el asiento.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #18

Busca aparcamiento en los espacios con U invertida, son los que te permiten sujetar con seguridad los diferentes puntos de la bici.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #19

¡Emergencia! Si quieres estar preparado en caso de avería, lleva un kit básico de herramientas para poder seguir circulando.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICONSEJO #20

Extrema la vigilancia en los cruces. Asegúrate de que el resto de vehículos te ven, incluso aunque tengas prioridad.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #21

En bici no eres el más débil. Además de respetar la prioridad del peatón, hay que estar preparado para avisar con el timbre y frenar cuando algún peatón se cruza con tu trayectoria.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #22

¡Asegúrate! En todos los sentidos. Que tu bici está bien atada, que circulas con seguridad, y que tienes un seguro que te cubra en caso de accidente.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #23

¿En bici sin manos y sin ojos?
¡Imposible! Utilizar el teléfono
móvil mientras circulas en bici
no es una opción.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #24

No hace falta decirlo, ¿verdad?
Respetar siempre la señalización
de tráfico, tanto horizontal como
vertical, nos evitará un montón
de accidentes.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #25

¡Hazte ver! Usa vestuario con colores brillantes y elementos reflectantes, circula por el centro del carril y utiliza las luces cuando hay poca visibilidad.



EN BICI A LA UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

BICICONSEJO #26

Cuando pedaleas tu mente se relaja, si recibes alguna agresión verbal, sigue tu camino y desvía el ataque.

