

CYKLE SIKKERT PÅ OPLEVELSESJAGT

Inden I cykler afsted på Oplevelsesjagt, så er det vigtigt, at I har læst og forstået trafikreglerne. Kig på illustrationerne, og snak med jeres lærer om dem. Det er vigtigt, I alle føler jer sikre i trafikken. Tal om ting, I har oplevet i trafikken – både gode og dårlige ting. Hjælp med at finde på gode huskeregler eller signalbeskeder, som I kan sige videre til hinanden, når I cykler på række. Husk, at I kan læse meget mere om Oplevelsesjagt, og om hvordan I booker en tur på www.oplevelsesjagt.dk.

Rigtig god cykeltur!



Den Europæiske Landbrugsfond
for Udvikling af Landdistrikterne:
Europa investerer i landdistrikterne



CYKLEN

Inden du begiver dig ud på oplevelsesjagt, skal du lære vores cykler at kende.

3. Tjek, at der er reflekser på cyklen. ●

4. Tjek, at der er lygter på cyklen. Lygterne skal være tændt i lygte-tændingstiden (fra solnedgang til solopgang), og hvis det regner, snør eller er tåget. Lygterne skal kunne ses tydeligt på mindst 300 meters afstand.



1. Husk refleksvesten, som du får udleveret af os.



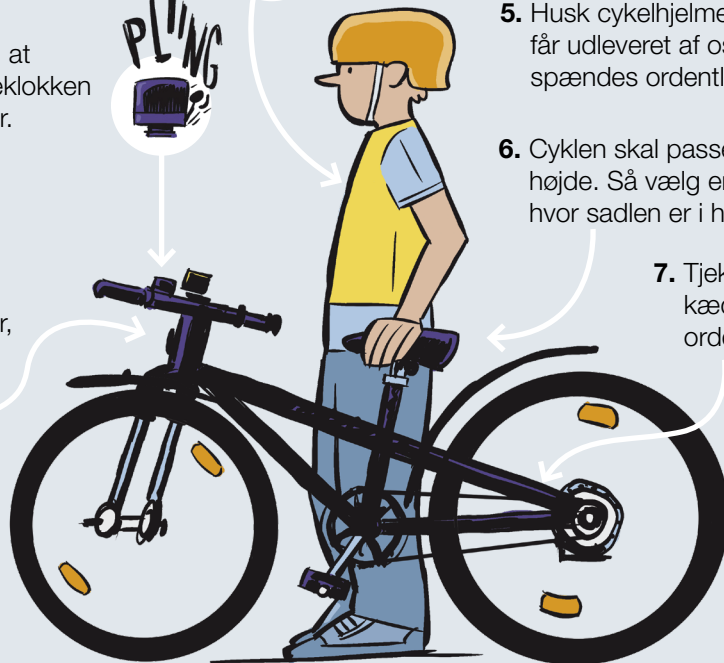
2. Tjek, at ringeklokken virker.



5. Husk cykelhjelm, som du får udleveret af os. Den skal spændes ordentligt fast.

6. Cyklen skal passe til din højde. Så vælg en cykel, hvor sadlen er i hoftehøjde.

7. Tjek, at cykelkæden er smurt ordentligt.



8. I traileren ligger der ekstra udstyr, hvis der mangler noget.

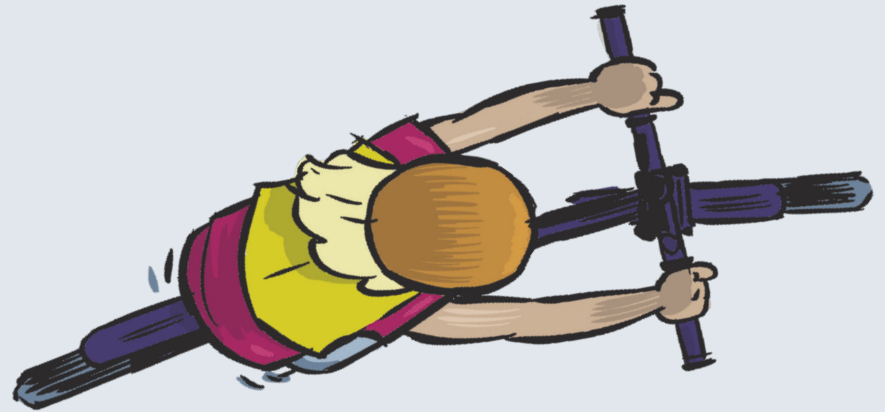
9. Tag en prøvetur på cyklen, inden du begiver dig ud i trafikken, så du lærer den ordentligt at kende.

10. Vores cykler har KUN håndbremse. Tjek, at den virker.

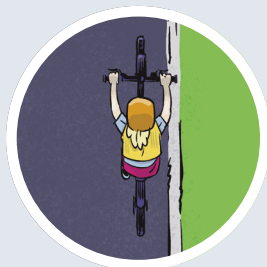
11. Når du skal skifte gear, så SKAL du træde i pedalerne samtidigt.

FÆRDSREGLER

Når cyklen er afprøvet, er du klar til at tage på oplevelsesjagt. Men først skal du lige lære nogle gode råd i trafikken.

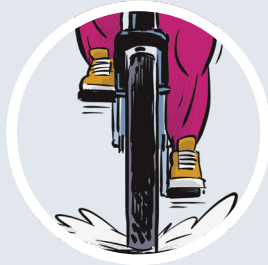


1. I skal cykle på ÉN række.

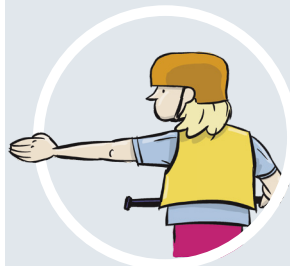


2. Du skal cykle i højre side.

3. Hav begge fødder på pedalerne og mindst én hånd på styret.

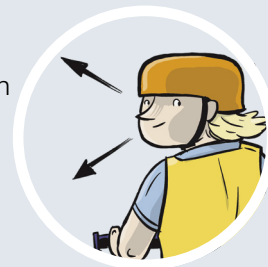


4. Ræk hånden op til stop i god tid, så andre trafikanter ved, at du vil stoppe.

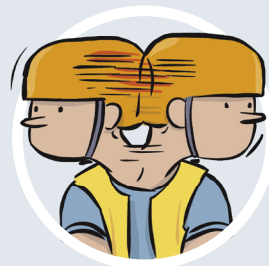


5. Ræk armen ud til den side, du vil dreje, i god tid.

6. Få altid øjenkontakt med bilisten bag dig eller ved siden af dig. Du kan ikke stole på, at bilisten har set dig.



7. Kig først til venstre, så til højre, og så til venstre igen, når du krydser en vej.



8. Det er forbudt at snakke i håndholdt mobiltelefon, når du cykler.

