



## Descripción y normas de participación en la actividad

### “Paseo por el carril-bici de Tocina y Los Rosales”

#### Denominación de la actividad o proyecto:

Paseo en bici por el carril-bici de la localidad.

#### Organización y ejecución de la actividad:

La organización corre a cargo del Ayuntamiento de Tocina, contando con la colaboración voluntaria de Asociación Ciclista-Senderista de Tocina-Los Rosales, de Agrupación Local de Protección Civil, así como de Autoescuela Taxana.

#### Objetivo general a conseguir:

Promover entre la población infantil el uso de la bicicleta como medio de desplazamiento en los núcleos urbanos, y especialmente a través de los tramos construidos carril-bici.

#### Objetivo específico a conseguir:

Fomentar el deporte del ciclismo entre la población infantil y juvenil, así como mejorar el conocimiento de las normas de circulación, la percepción, evaluación del riesgo y seguridad en la conducción de bicicletas.

Fomentar actitudes de responsabilidad ciudadana en el uso de medios de transporte no contaminantes.

Fomentar las interrelaciones entre la población infantil y juvenil, procedentes de la práctica de deporte en grupo.

#### Línea de actividad:

Actividad informativa, lúdica y generadoras de actitudes cívicas y saludables.

#### Destinatarios de la actividad:

Jóvenes, de entre 6 y 14 años de edad, equipados con bicicleta y casco de protección.

Es recomendable, aunque no obligatorio, que los anteriores estén acompañados de tutor, padre o madre.

Los padres que opten por acompañar a sus hijos/as, o bien el resto de personas con 15 o más años de edad podrán participar en un grupo diferenciado, a continuación de los grupos de jóvenes, no requiriendo dorsal para ello.

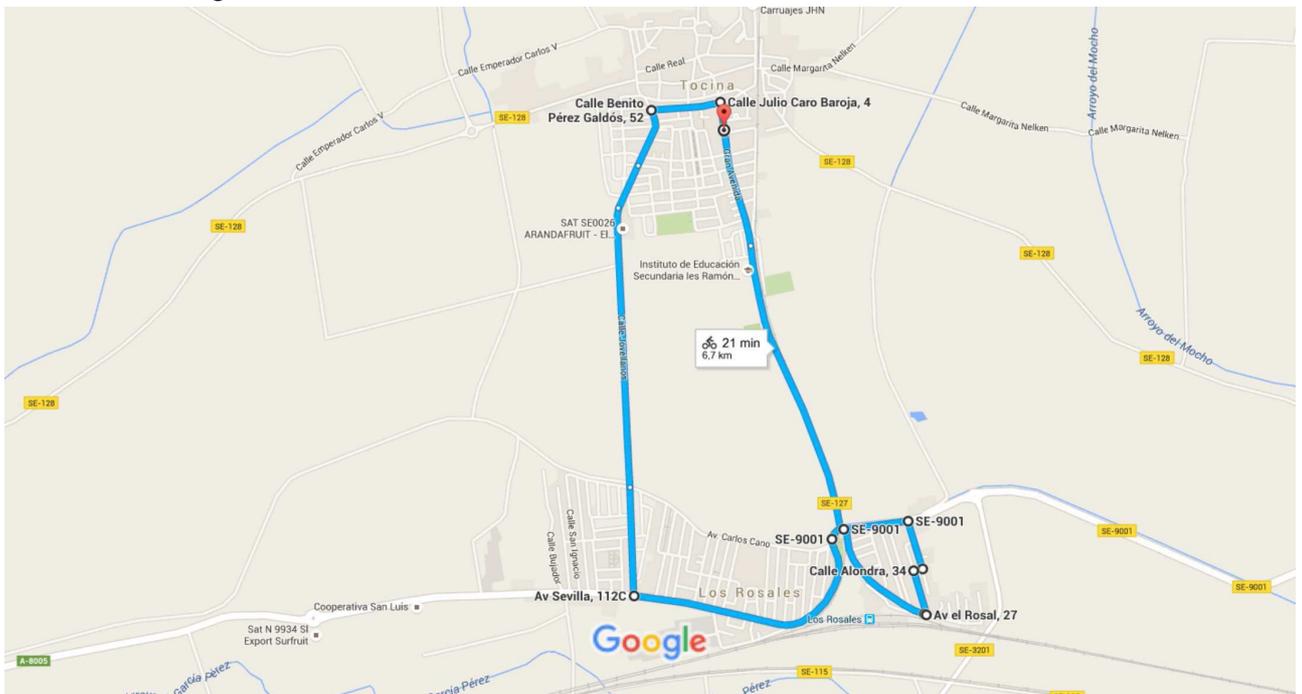
#### Descripción y normas de participación en la actividad:

- ✓ Punto de encuentro para inicio y finalización de la ruta: Paseo de Gran Avenida de Tocina, frente a Centro Cívico Blas Infante.



## ayuntamiento de tocina

- ✓ No es necesaria inscripción formal previa, aunque si es necesario la recogida de dorsales previamente al inicio de la ruta, que permita la distribución de los jóvenes en diferentes grupos. La recogida de los dorsales se realizará el mismo día de la actividad, en el punto de partida de la ruta, durante 60 minutos previos al inicio de la ruta.
- ✓ Una vez finalizada la entrega de dorsales, se organizarán los diferentes grupos de participantes, con un monitor por cada grupo de edad, diferenciándose según edad y estableciéndose los siguientes tramos de edad:
  - De 6 años de edad,
  - De 7 a 8 años
  - De 9 a 10 años
  - De 11 a 12 años
  - De 13 a 14 años.
- ✓ Justo antes de comenzar la actividad, se realizará una formación básica impartida por un profesor de la autoescuela colaboradora, sobre normas de circulación, las señales de tráfico que se puedan encontrar en la ruta (como "Stop" o "Paso de cebra"), de manera que los jóvenes conozcan dichas señales antes de dar el paseo, a la vez que se le transmitirá a los participantes la importancia y obligatoriedad del uso del casco.
- ✓ Se realizará en una única salida el mismo recorrido todos los participantes por la localidad, sobre el trazado del carril-bici, y otros tramos urbanos, aunque diferenciándose en los cinco grupos antes señalados, y partiendo de menor a mayor edad.
- ✓ La entrega del dorsal se realizará únicamente a los jóvenes de entre 6 y 14 años. A todos los participantes se le hará entrega de un obsequio, recuerdo de la participación en esta actividad.
- ✓ El itinerario a seguir será:



- ✓ Recorrido: Gran Avenida, Ctra. Los Rosales-Tocina, Avda. El Rosal, Infanta Elena, Águila, Infanta Cristina, Avda. de Sevilla, Francisco de Salinas, Jovellanos, Martínez Montañés, Virgen del Carmen, Benito Pérez Galdós, Gran Avenida (6,7 km aprox).



- ✓ El uso del casco será obligatorio. La Asociación Ciclista-Senderista pondrá a disposición de los jóvenes 10 cascos ciclistas (en préstamo) para aquellos que no dispongan de este complemento obligatorio para el uso de la bicicleta (para menores de 16 años, y para cualquier edad en salidas a carretera)
- ✓ Agentes de la Policía Local participarán en la actividad, coordinando especialmente la salida a tramos de carretera (en los tramos interurbanos que unen los dos núcleos de población). El resto de cruces por los que transita el carril-bici, así como el tránsito por calles de la localidad en la que no existe trazado de "carril-bici" se realizará con la supervisión exclusiva de los monitores que acompañan a los cinco grupos.
- ✓ Una vez finalizado el evento, se sortearán entre los jóvenes participantes 15 mochilas serigrafiadas con unos bolígrafos y pulseras, con la leyenda "Vuelta Ciclista Junior" y publicidad diversa, pudiendo a su vez, tomar un avituallamiento (fruta y agua) de forma gratuita.
- ✓ Durante la realización de la actividad la organización podrá tomar fotografías y realizar vídeos del evento que podrá usar con posterioridad.
- ✓ Calendario y horario de la actividad:
  - Sábado, 4 de Junio de 2016
  - 10:00 h.: Comienzo de la actividad, recepción y entrega de dorsales a participantes.
  - 10:45 h.: Formación básica sobre señales, normas de la marcha, formación de los grupos
  - 11:00 h.: Comienzo de la ruta. 13:00 h.: finalización de la ruta en Centro Cívico Blas Infante y sorteo de regalos entre los participantes.

#### **Otras recomendaciones a tener en cuenta en el uso de la bicicleta:**

Circular en bici por la localidad no es peligroso, siempre y cuando se haga de forma prudente y atendiendo las normas básicas. El tráfico sigue unas pautas predecibles y el comportamiento de los conductores motorizados en su inmensa mayoría es mejor de lo esperado, ya que existe un miedo por su parte a dañar al ciclista.

- Circula por el centro de tu carril, y hazte respetar. Una bicicleta arrimada al borde de la carretera despierta la tentación de adelantar en los coches, aunque no se pueda mantener una distancia prudencial durante el adelantamiento. Y un coche aparcado puede abrir sus puertas sin mirar y derribar al ciclista.
- Conduce en línea recta y se predecible, indicando las maniobras que vas a realizar con los brazos. Es más importante de lo que pueda parecer.
- En carretera se debe circular por el arcén si este está limpio.
- Circula a la velocidad adecuada. Adáptate a la velocidad de la calle por donde circules y, a ser posible, elige calles tranquilas. Cuando circules por zonas de prioridad peatonal hazlo a una velocidad similar a la de los viandantes, teniendo siempre en cuenta la prioridad del peatón. Si hay mucha densidad peatonal, desciende de tu bicicleta y anda con ella al lado.
- Busca una ruta segura. Merece la pena seguir un buen itinerario por calles apacibles o por carriles-bici.
- Hazte visible por la noche. Utiliza luz delantera blanca y trasera roja, además de reflectantes. El sistema de alumbrado conviene que sea a pilas o de dinamos con acumulador, para que la luz no se apague cuando te detienes.
- Utiliza un casco (obligatorio para menores de 16 años, y para todas las edades si se sale a carretera). Pero recuerda que el uso del casco NO evita los accidentes. Una verdadera seguridad se basa en la utilización de medidas de protección activa: moderación de la



velocidad, atención al conducir, prevenir los movimientos propios y de los demás, señalar las maniobras, conducción defensiva...

- Pon un retrovisor, es un elemento más con el que aumentarás tu seguridad.
- No circules con auriculares, pues te impiden controlar adecuadamente el tráfico que se encuentra a tu alrededor.
- Utiliza un timbre, los peatones no nos oyen y se suelen cruzar a menudo.
- Con lluvia extrema las precauciones. Lo fácil se vuelve difícil y arriesgado.
- Ata la bici con un buen candado.
- Acata las normas de circulación.
- Mantén tu bicicleta en buen estado: frenos, cambios, dirección, ruedas y luces. Aporta mayor seguridad.

y sobre todo...

- Pon especial cuidado al circular por tu carril cuando pases a la altura de una desviación a la derecha. Muchos conductores no señalizan su maniobra de giro a la derecha, te cortan el paso y crean situaciones de riesgo.
- No te fíes de las maniobras de los coches hasta el último momento y ten los frenos a punto sobre todo cuando circules a la altura de ellos. Ten en cuenta que, aunque puedas tener la razón, ante un accidente con un coche la bicicleta lleva siempre las de perder.
- No circules demasiado pegado a los coches aparcados. Los coches que circulan a tu izquierda no prevén si vas a necesitar espacio porque un coche que esté parado a tu derecha abra su puerta. Es una más de las razones por las que te pedimos que circules por el centro del carril.
- En las rotondas, compórtate como otro vehículo más. Si entras con miedo los automovilistas te echarán a la derecha. Salvo que vayas a usar la primera salida a la derecha, no renuncies a los carriles centrales. Aunque vayas más lento, los coches tendrán que adaptar su velocidad a la tuya.
- Pon máxima precaución en momentos de intensidad de tráfico y no te quedes entre dos carriles. No importa que estés en un carril a la izquierda, incluso con más motivo en esos casos, permanece en el centro de él. En algunas ocasiones será preferible esperar unos metros para realizar la maniobra.

✓ La participación en la actividad prevista para el 4 de junio de 2016 **“paseo por el carril-bici”** supone el conocimiento y aceptación de las características y las recomendaciones de participación en la actividad, así como el compromiso de cumplimiento de las normas que se indiquen desde la organización señaladas en este documento como en las indicadas durante el desarrollo de la actividad, para la buena marcha de la misma y evitar así cualquier tipo de riesgo imprevisto. La participación en la actividad supone, a su vez, la autorización del tutor, padre o madre del menor participante respecto al uso de las imágenes tomadas por parte o por cuenta del Ayuntamiento en las que aparezca el menor.