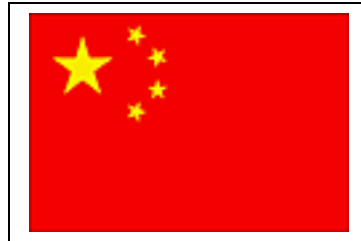




www.italy-ontheroad.it



Cycling with safety 骑自行车的安全



当有单车径必须使用。



这是一个正常的周期安全指南，相距甚远，通常告诉你多一点你的头盔，并遵守法律。但是，考虑一下这个：戴头盔则完全没有阻止你阻车撞到。

骑自行车的丰盛死于汽车，即使他们是戴安全帽。

讽刺的是，如果他们没有头盔缠身，但遵循下列准则，他们可能今天还活。

不要混淆身穿自行车安全头盔。一盎司的预防胜过一磅的治疗。最好是得不到打击。这就是真正的自行车安全是关于。

至于下面的法律，大多数人都已经知道，这是愚蠢的闯红灯时有过交通的比赛，所以后续的法律意见，帮助不大，因为它过于明显。

你会发现这里有，也许没有那么明显的几种方案。

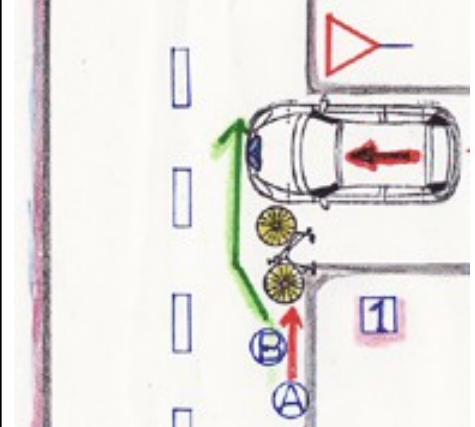
与遵守法律信息的其他问题是，人们可能认为这对他们需要做的。

但是，随着法律是不够的，保护您的安全，而不是由是长镜头。下面是一个例子：法律告诉你乘坐的最右边的是切实可行的。但是，如果你乘坐太远的权利，有人退出一辆停着的汽车

可以打开在你面前的大门右侧，您会看到以下驾驶退出车道和停车场出来，驾车从后面来可能会通过你的方式过于密切同车道因为你没有让他们改变车道。

在这些情况下你可能会被以下法律，但仍然可以受到的冲击。

显然，通过一个停车标志时没有过交通巡航不一定是危险的，但我们不建议您这样做，因为这违反了法律，并非是因为它是不安全的。您应该明白其中的差别。采取一切手段遵守法律，但理解你为什么这样做。

	<h3>1 两岸的权利</h3> <p>这是最方式之一获得击中（或几乎被打到）。汽车，它们将退出一条小街，在右边的停车场，或车道。</p> <p>请注意，其实有两种类型的碰撞可能在这里：要么你在车前和车打你，还是这款新车在你的面前，你把它大满贯。</p>
---	---

如何避免这种碰撞

1) 获取头灯。如果你在夜间骑马，你绝对应该使用车头灯。这是法律要求，无论如何。即使是白天骑，明亮的白色灯光，有一个闪烁的模式可以使你更容易被驾驶谁否则可能。右交叉你。寻找新的LED大灯的近10倍，只要是为旧式灯组电池。和头盔灯是最好的，因为这样你可以看一下驱动程序，直接以确保他们看到你的光。



2) 今时今日。得到一个响亮号角并使用它。当你看到一辆汽车接近，或等待，在您的前方和右侧。如果你没有一个角，然后喊：“喂！”。你可能会觉得尴尬按喇叭或大喊大叫，但它更是尴尬，而不是遭到袭击。



3) 减慢速度。如果你不能让眼睛与司机（特别是晚上）联系，减慢，以至于你能完全停止，如果你要。当然，它的不方便，但最好成绩获得击中。

4) 乘坐更远。请注意两个“蓝线甲”和“B”的图。

你可能习惯乘坐的“甲”，非常接近遏制，因为你对被从背后击中担心。但是，看一看在汽车外观。

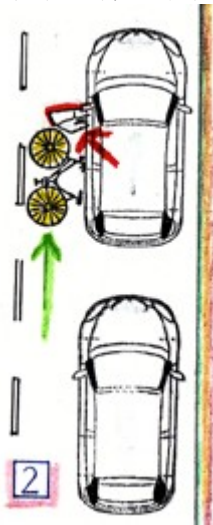
当该车主是看不起的道路，他并不想在自行车车道或最接近制止面积；他在车道中间寻找，其他车辆。留给你的远（如在“B”），就越有可能司机会看到你。这里有一个额外的好处在这里：如果驾驶者没有看到你并开始撤退时，您可能德能走得更远离开，或者可能能够加速和摆脱以前的方式影响到他们的罩或卷他们的广告大满贯的制动系统。

总之，它给你一些选择。

因为如果你留一路的权利和他们撤军，右转入司机的侧门您唯一的选择可能会运行。

2 开门

前车超车时，一定有人内不开门意外。
忠告保持车子一停，从大的距离。



一位司机打开他在你门口的权利。
你撞，如果不能及时停车。
如果你幸运的话，车主将退出赛车，
然后你打门，
所以你至少粉碎他们也当你崩溃的快乐，
和他们的软肉，缓和的影响。

如何避免这种碰撞。

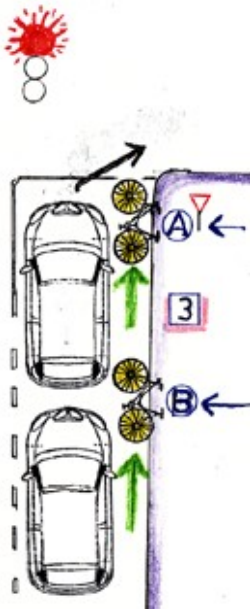
乘坐到左边。
骑远远不够的左侧，
您将不会遇到任何的意外打开大门。
您可能会担心乘车到车道到目前为止，
汽车无法通过你轻松，
但你很可能被一台一辆汽车行李架
如果你乘坐太接近它比你是从背后袭击
一车可以清楚地看到你。

3 红灯区

你停下来的汽车，
它目前正在等待红灯或停车标志的权利。
他们不能看到你。
当指示灯变为绿色，你往前走，
然后他们右转到您的权利。

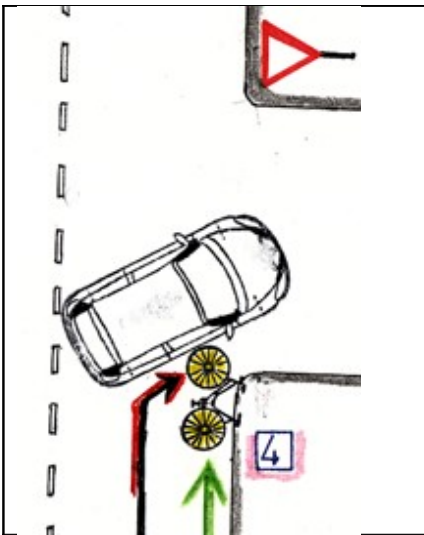
即使是小型车可以做这样你，但是这种情况尤其危险，
当它的巴士或半是你旁边的停止。

请记住：如果驾车表明打算右转，
不超过该车辆，因为有危险，自行车可能无法看到。
如何避免这种碰撞：不要停在盲点。
只要停止在汽车后面，而不是向正确的。按照下图。



这会使得非常显著各方的交通。它不可能在你身后，以避免车看到你时，你在它前面的权利。另一个选择是停止在上面的图，或在点或B点，后面的第一辆车，所以不能把把你和远虑，第二汽车，使第二届驱动程序可以清楚地看到你。这不利于两地避免停下来的第一辆车的权利，如果你想使停下来的第二辆车右的错误。无论车可以做你进来 如果您选择点阿，然后骑迅速跨越尽快街道的指示灯变为绿色。不要看驾车人士，看看他们想继续前进，去转变。如果你在现场阿，他们希望把，那么你在你自己的方式。你为什么当场阿如果你不急于过马路时，你可以？当指示灯变为绿色，只要进入，走快。如果您选择点B，那么当指示灯变为绿色，没有通过在你面前的车，留下来的，因为它可能成为第二个在任何权利。如果它没有作出立即右转，右转，它可能成为一个车道或停车场意外地在任何时候。

不要指望司机信号。他们没有。假设汽车可以将有权在任何时候。



4 右钩

汽车通过你，然后试图把右转，直接在你的面前，或到你的权利。

他们觉得你不会很快仅仅是因为你骑自行车，所以我从不给他们，他们不能及时通过你。即使您已经在你的踩刹车以避免撞上他们，他们往往不会觉得他们做了错事。这是怎样的碰撞，很难避免，因为你通常看不到，直到最后一秒它，因为无处你去当发生。

如何避免这种碰撞

1) 不要在人行道上骑。当你离开人行道过马路你看不见的驾车人士。

你只是乞求受到打击，如果你这样做。

2) 乘左)。占用了整个车道就更难司机通过你减少你关闭或变成你。

不要灰心对到线：

如果驾驶者没有威胁的转折点面前或传递到你或你的生活过于密切，那么你就不必。

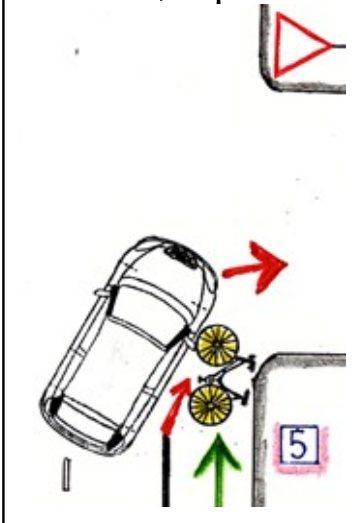
如果你在车道是不够广泛用于汽车安全通过你，那么你应该将整个车道无论如何，。

3) 在你的镜子总汇接近前一个十字路口。

一定要看看你的镜子，在你之前的交汇点。

其实当你通过一个十字路口的时候，你需要付出非常密切地关注如何在你面前的。

5 右钩 (pt.2)



你传递一个缓慢移动的汽车

(甚至另一个右侧，

当你意外地走入右右试图让一个停车场，车道或侧街，自行车)。如何避免这种碰撞

1, 不要通过在右边。撞机事件是很容易避免的。

只要没有通过任何正确的工具。

如果你前面的车会 only10 英里，你慢下来，也落后于它。

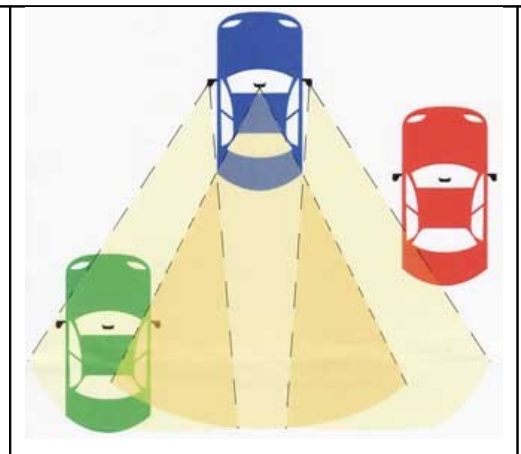
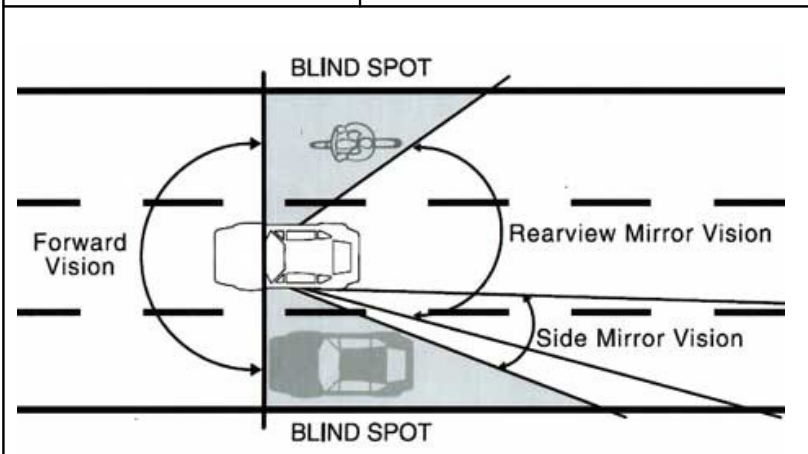
它最终将开始加快。如果没有，通过左边的时候是安全的这样做。


当左侧通过骑自行车者，宣布在你的左边“，”传递开始之前，让它们不会突然进入你离开。

2, 瞧你身后是前右转。这是您的机会，

避免撞上骑自行车谁违反上述提示 1 并尝试通过您的权利。

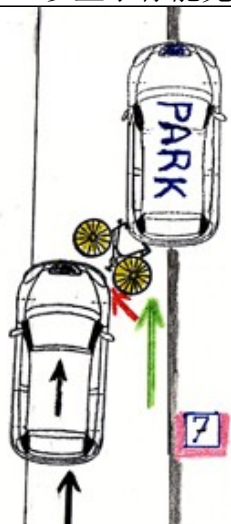
在你身后看，然后才作出右手转，以确保自行车是不是要通过你。



	<h2>6 左交叉</h2> <p>汽车对未来作出你在你前面左转右，或到您的权利。这类类似于提示 1，以上。</p> <p>如何避免这种碰撞</p> <p>1) 不要在人行道上骑。 当你离开人行道过马路，你看不到转向驾驶。</p>
--	---



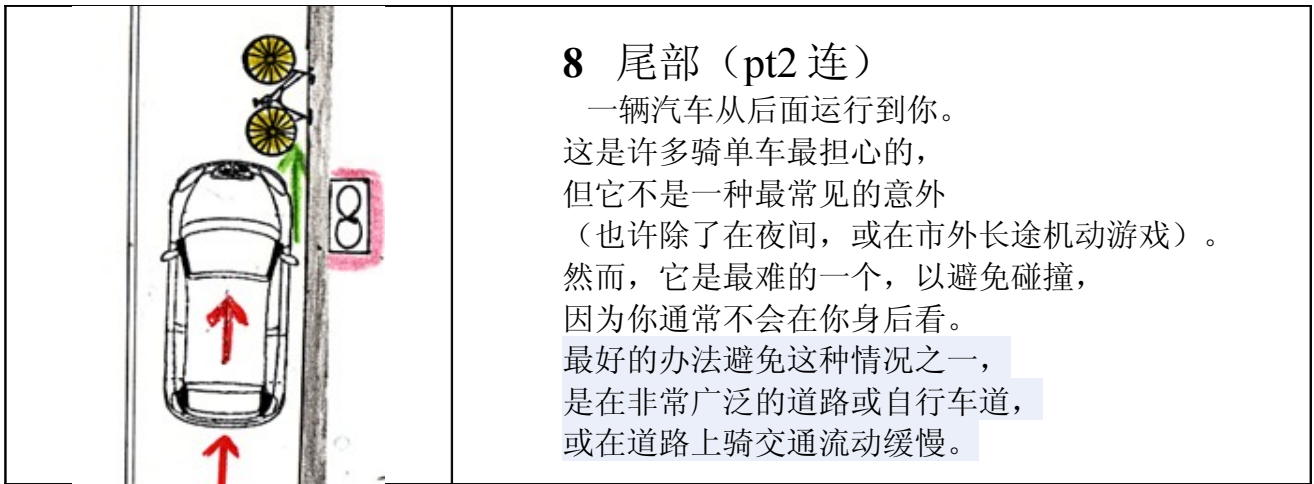
- 2) 获取头灯。如果你在夜间骑马，你绝对应该使用车头灯。这是法律规定在大多数国家，无论如何。
- 3) 穿明亮的东西，甚至在一天。这似乎有点可笑，但自行车体积小，容易看到，即使在白天通过。黄色或橙色反光背心确实有很大的不同。
- 4) 不要通过在右边。不要右侧超车的车辆缓慢移动。这样做使你看不到左转，路口驾车。右边的传递手段，车辆通过你也可以做成你右右转，过。
- 5) 减慢速度。如果你不能让眼睛与司机（特别是晚上）联系，减慢，以至于你能完全停止，如果你要。当然，它的不方便，但节奏越来越击中。

	<h2>7 尾部</h2> <p>大多数新的自行车往往会向左移动时，他们身后，看看哪你有天真地移动到左边去附近的公路上一辆汽车或其他的障碍，只要被从后面来了车钉。</p> <p>记住：超车前一个缓慢的车辆 \emptyset 避免的障碍（例如：动物，道路堆场，1 停止马达）首先，必须认真地落后于以确保没有车辆正在到来。</p> <p>如果有，是踏实的操纵，是必须与人的手臂标志灯号告知谁是未来。</p> <p>如何避免这种碰撞</p> <p>1) 永远不要向左移动不支持你看第一。 一些驾驶人想仅仅英寸内通过骑自行车，甚至感动小小的意外的左侧可放置在一辆汽车的路径。</p>
---	---

实践持有直线同时期待你的肩膀上，直到你能做到完美。

大多数新的自行车往往会向左移动时，他们身后，看这当然可能是灾难性的。

- 2) 不要转弯进出停车线是否含有停放汽车。你可能想骑在停车线在没有停放汽车，浸渍到行车回当你遇到一辆汽车。这就使这些风险你从后面钉。相反，乘坐平稳，在行车线的直线。
- 3) 用一面镜子。如果你没有一个，到一家自行车店并获得一个。有模型适合您的车把，头盔，或眼镜，因为你喜欢。

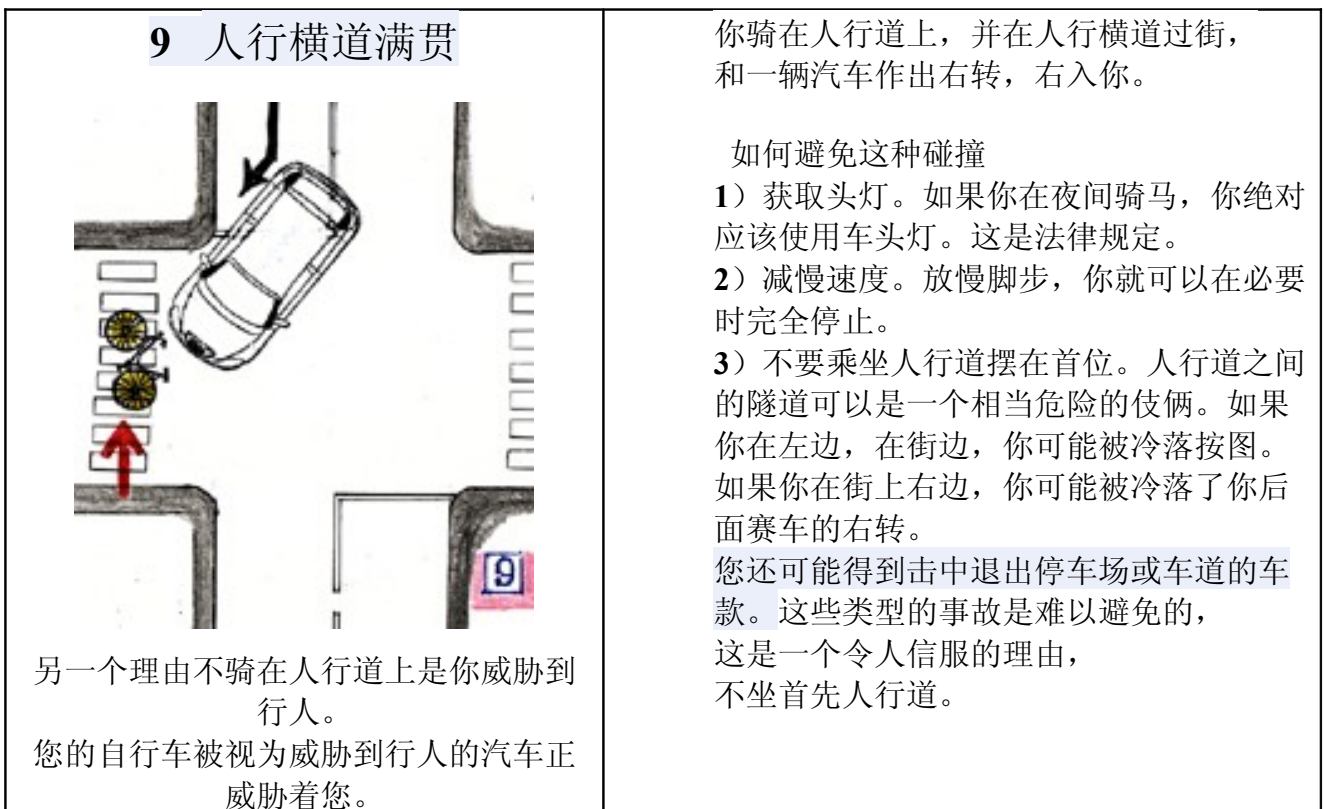


8 尾部 (pt2 连)

一辆汽车从后面运行到你。这是许多骑单车最担心的，但它不是一种最常见的意外（也许除了在夜间，或在市外长途机动游戏）。然而，它是最难的一个，以避免碰撞，因为你通常不会在你身后看。最好的办法避免这种情况之一，是在非常广泛的道路或自行车道，或在道路上骑交通流动缓慢。

如何避免这种碰撞

- 1) 获取尾灯。如果你在夜间骑马，你绝对应该使用一个闪烁的红色尾灯。
- 2) 穿着反光背心。高品质的反光装置使你更加明显了很多，即使在白天不只是在晚上。
- 3) 选择宽阔的街道。骑在街头的外道如此广泛，它可以方便地挂在一旁的汽车和自行车的一面。这样一车可缩放你和闪避你，即使他们没有看到你。
- 4) 选择缓慢的街道。较慢的汽车会，更多的时间的司机看到你。
- 5) 利用周末回到街头。在周五或周六晚上骑的风险比其他夜骑更大，因为所有的醉酒驾车外出左右。
- 6) 获得一面镜子。获得一面镜子，利用它。如果它看起来像一辆没有看到你，把你的自行车 hop 和人行道上。
- 7) 不要拥抱遏制。这是直觉，而是给自己和自己的小空间的限制。



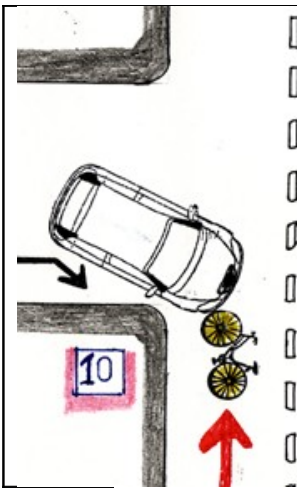
9 人行横道满贯

你骑在人行道上，并在人行横道过街，和一辆汽车作出右转，右入你。

如何避免这种碰撞

- 1) 获取头灯。如果你在夜间骑马，你绝对应该使用车头灯。这是法律规定。
- 2) 减慢速度。放慢脚步，你就可以在必要时完全停止。
- 3) 不要乘坐人行道摆在首位。人行道之间的隧道可以是一个相当危险的伎俩。如果你在左边，在街边，你可能被冷落按图。如果你在街上右边，你可能被冷落了后面赛车的右转。您还可能得到击中退出停车场或车道的车款。这些类型的事故是难以避免的，这是一个令人信服的理由，不坐首先人行道。

另一个理由不骑在人行道上是你威胁到行人。您的自行车被视为威胁到行人的汽车正威胁着您。



10 错路冲击力

你骑的错误的方式（不遵守交通规则，就在街道的左边）。使汽车从一条小街，车道，或停车场右转，右入你。他们没有看到你，因为他们在寻找自己的交通只留下不是他们的权利。他们没有理由期望有人向他们将来自于错误的方向。更糟的是，你可能会被击中同在你从你前面的直路车。他们较少的时间来见你，并采取回避行动，因为它们接近你快于正常水平（因为你要对他们而不是远离他们）。

如果他们打你，这将是更有力的影响，出于同样的原因。

如何避免这种碰撞不要乘坐不遵守交通规则的。乘坐交通，在同一方向。

对交通骑马似乎是一个好主意，因为你可以看到汽车，是通过你，但事实并非如此。它禁止。

- 1) 汽车的退出车道内，停车场，以及过马路，这是使你的街道上的权利，是没有料到的交通将在他们来自于错误的方法。他们不会看你，他们会投入到你的权利。
- 2) 如何心里很不舒服，你会作出正确的转？
- 3) 汽车将接近高得多的相对速度你。
- 4) 骑马的错误的方式是非法的，你可以为它开罚单。

事故 11

留意回旋处。

摩托车和轻便摩托车必须是很大的右手，右手的戒指。

在进入到一个迂回，让权方式向行人谁是在斑马线，

并在车辆通过。这是危险的投入，

由一方或之前车辆已经在美国迂回。

从多哈回合施工中，大约将灯号的手臂，因为它是方向发生变化。



当有单车径必须使用。



通过查询为儿童。



一些建议

忠告：以上的人 16 岁，为儿童 transportation（最高 7 岁），使用特殊的座位，这将保证任何 surences（安全），即是保护儿童的腿，不会扰乱动作到是骑马。

记住：在未来的一个车库，庭院，

停车场等你必须要在巷道边停下来验证您可以插入流通流出。

此外：严禁自行车（和摩托车司机）并排分发和/或拖的一面，因为两辆车的牵引，

循环转移和在刹车和/或操纵情况下侧，这两个方面，

有一个高风险的下降，因为他们彼此的障碍。

当您在文件分发，你必须保持足够之前，从一定的距离自行车运动员，

因为在突然刹车或障碍的情况（如：孔），将有足够的时间作出反应，避免碰撞或跌倒。

在单车与劣势道路使用者，因为：因为他们没有机构，保护他们的崩溃时，他们更慢，比其他车辆不稳定。

如此严格的通行权的法律，而不是风险事故，最好是放弃的通行权（即使它是你的权利）。

不要忘了：

随着标志板的“STOP”，你必须始终停止前停车线（即使没有任何身体）。

随着标志板“给通行权”（优先），你必须给权利的方式，

所有车辆只有在流通的道路是免费的。

停止 STOP



**GIVE RIGHT OF WAY
给路权**

道路湿滑，你要温和的速度和保持一定的距离的主要（这是对所有的车辆），这是非常重要的轮胎的效率。如果他们已过时，在下雨的情况，他们将失去附着力会有跌倒的意外风险。

道路湿滑，增加了刹车的空间。要小心的斑马线过路，井盖，轮轨和铁路，因为他们是这样湿滑：也没有刹车或大约反过来给他们，因为秋季的风险和/或事故是太多了。

当你左转：看后面，给签署手或手臂，对道路的中心移动，记忆最深刻的通行权的权利（你必须给你的右手的方法，谁是流通权），再看看后面，然后弯曲。

在这一运动的错误，大部分时间，交通意外的成因。

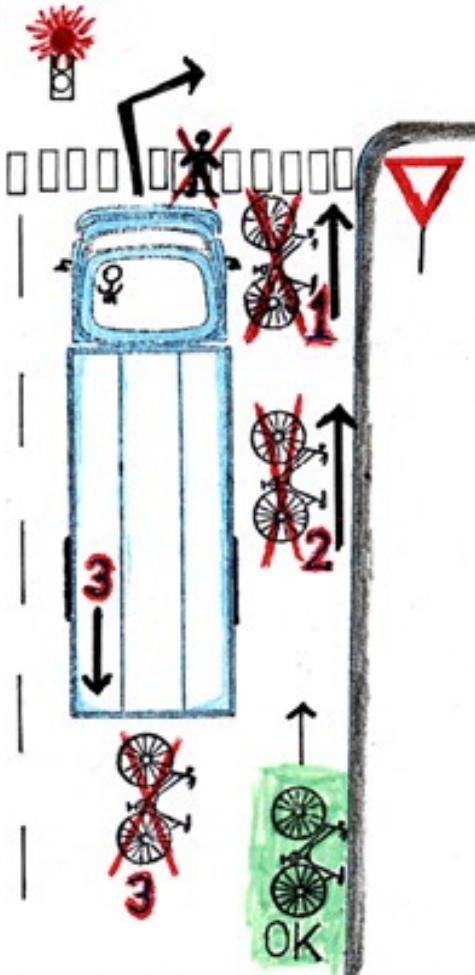
当您想右转：给签署的意向，并就斑马线的方式向徒步旅行者的权利。

在刹车距离增加，湿滑的路面。注意人行横道，井盖和轨，很滑，也避免了湿缓慢或突然转向，因为他们的下降和/或事故的高风险，都是由自行车轻便摩托车和摩托车。

演习的契机，一个方向或超车的变化，但我们跑来跑去寻找安全评估第一，应与手臂或手，毫不含糊地报道。

当你左转：看看后面（即没有危险），与他的手或手臂提请道路中心，一个手势记住方式的权利（你必须优先考虑那些前往您的权利），返回看后面，转。演习期间，经常造成交通意外的错误。完成后右：意图斑马线上行人和优先级。

不要乘坐货车在一边。



货车司机高和在左手端和他们看不到任何东西的货车右边经过：

- 1) 如果一行人要过马路，或者如果您在自行车是在一辆货车一边，想直行，如果货车向右转，他看不到你，他会来敲你主持。这是更可能对你如果在同一位置自行车的。
- 2) 货车扩大他的路向左做右转，而行人和自行车去。直行永不卡车站在一起。
- 3) 不要站在后面的货车：如果他推翻他不会见你，你会被撞倒。

非常深刻的印象：

该名男子将在该位置是在汽车司机都可以看到很好，特别是货车和卡车司机。

如果你发现在一个汽车隐藏的一面，你不会看到，你将处于很危险的情况下自己。

等待后面，当自动车是停在红灯或停止，从不旁。

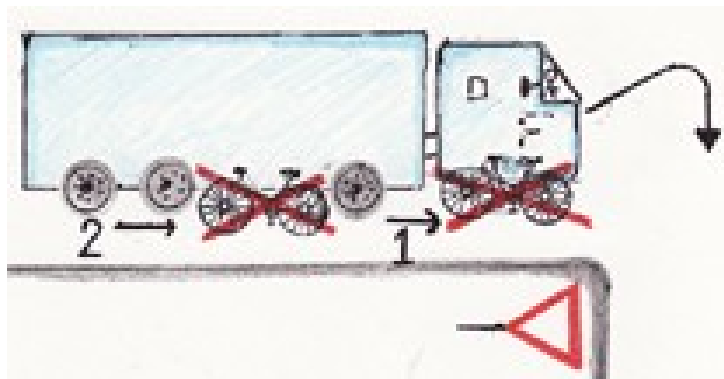
记住，你必须永远站在旁边一辆货车：留下它，在道路右边/行车道，从不超越它。

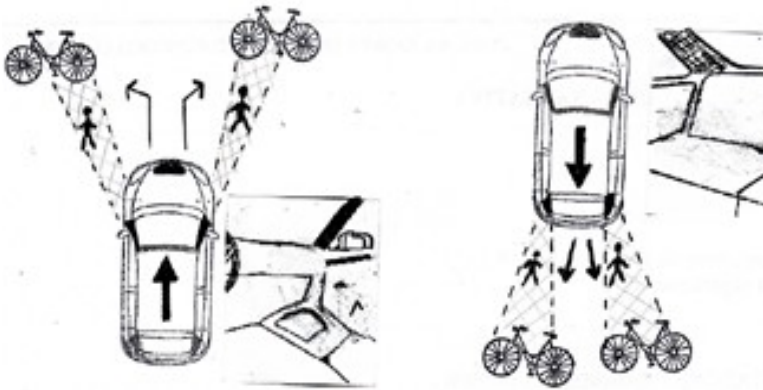
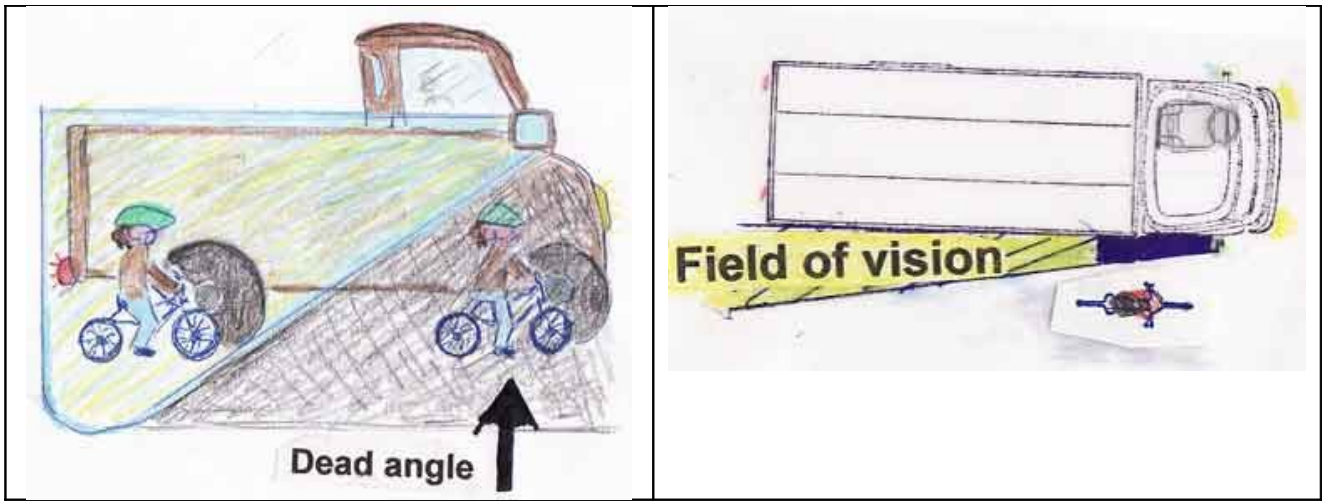
只有最先进，最昂贵的货车右侧有镜子将面临向下的，允许司机看到右下角的货车（自行车 $n^{\circ} 1$ 侧），否则有盲区，司机看不到任何东西。

只有最先进，最昂贵的货车音响设备和电视摄像机，让后面的车倒车时视野：驱动程序，否则无法看到。

记住，货车，特别是阐明的或拖车的，右必须扩大其路径左边，否则这将是是不可能的，由于长度。

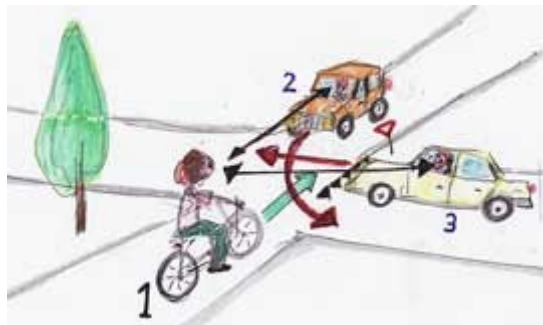
从未超越一辆货车时，转向，因为驱动程序不能见到你，他会敲你主持甚至在回旋处。





请记住，
某些地区的底盘制造盲目点和降低能见度：
创建一个你与四面八方对象的障碍：
向前或向后，右侧和左侧。

（如在图中显示）。



一定要记住：小心保持距离。
把提供咨询意见碰撞头盔。

P.s.如果你想在去自行车旅行，我的建议是选择较少的流量1路，
事先确定的路线

（帮助建立一个路线图）；

预见休息，尤其是如果有孩子，选择合适的衣服和鞋子

（光衣服，温暖的衣服，衣服），雨衣（防水）；

设备维修穿刺;水和小吃。

3rd December 2009

复制源接受了指示。