



BICY-SECURE:

DIE ZEHN GEBOTE DES SICHEREN RADFAHRENS



Auf korrekte Fußposition und Blickrichtung beim Start achten



Blick immer weit voraus in Fahrtrichtung

Geschwindigkeit der jeweiligen Situation anpassen



Füße stets fest auf den Pedalen halten, ansonsten Sturzgefahr bei Unebenheiten



Beim Kurvenfahren: Blick in Richtung Kurvenausgang, Schräglage



Hindernisse und Unebenheiten am besten stehend überwinden



Vor jeder Fahrt: Bremsen und Schaltung testen



Vor dem Start: Helm aufsetzen und auf korrekte Position achten



Regelmäßig Reifenzustand und Reifendruck überprüfen



Bremsen beidhändig, zwei Finger stets bremsbereit für Notbremsungen





BICY-SECURE:

DIE ZEHN GEBOTE DES SICHEREN RADFAHRENS