



Co-funded by
the European Union

FONDAMENTI DELLA GUIDA SICURA IN BICI E IN MONOPATTINO



e·GREEN

SEGNALI STRADALI E LORO INTERPRETAZIONE





LUCI DEL SEMAFORO

ROSSO= FERMATI!

GIALLO= ASPETTA / ATTENZIONE

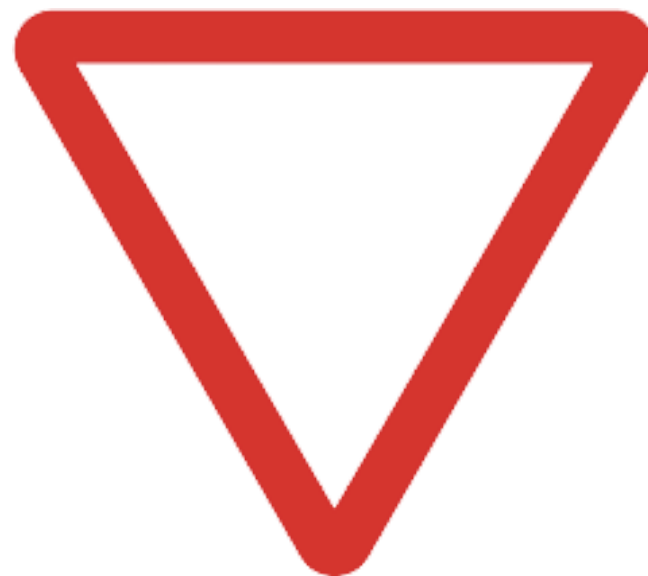
VERDE = VAI!



SEGNALI STRADALI



FERMO



DARE PRECEDENZA



TRAFFIC SIGNS



**BICICLETTE
VIETATE**



**DIVIETO DI
TRANSITO**



SEGNALI STRADALI



**PERCORSO
RISERVATO ALLE BICI**



**PERCORSO CONDIVISO
PER BICI E PEDONI**



MANOVRE DI BASE

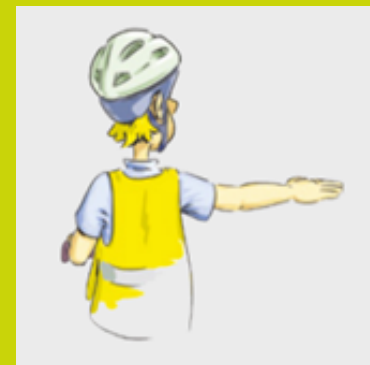
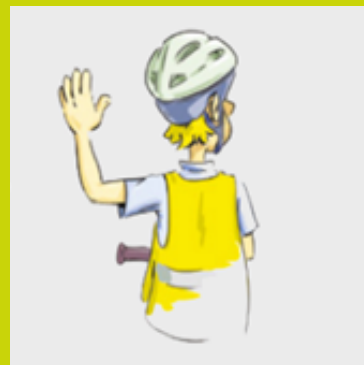
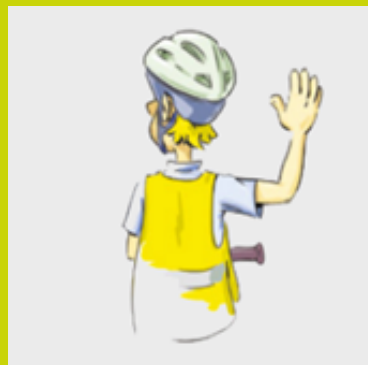
GUARDARE
BENE

SEGNALE

MANOVRA

GIRARE A SINISTRA

GIRARE A DESTRA



USARE BICI E MONOPATTINI SU PERCORSI ADIBITI



CORRETTO USO DEL CASCO E EQUIPAGGIAMENTO DI SICUREZZA



SICUREZZA

BICICLETTA REGOLATA CORRETTAMENTE



LUCI E CATARIFRANGENTI PER BICICLETTA



GIUBBOTTO RIFLETTENTE, CASCO, PROTEZIONI

MANUTENZIONE: CONTROLLO ABCD

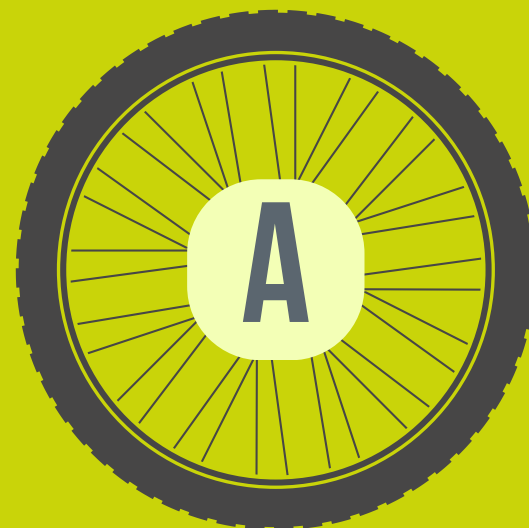
A: AIR (ARIA)

**ASSICURATI CHE LE RUOTE SIANO GONFIATE
CORRETTAMENTE**

**(LA PRESSIONE RACCOMANDATA È
INDICATA SUL LATO DEL COPERTONE)**

**CONTROLLA CHE GLI PNEUMATICI SIANO IN BUONE CONDIZIONI
(SENZA CREPE O PARTI USURATE)**

VERIFICA CHE LE VALVOLE SIANO IN BUONO STATO E BEN SERRATE.



B: BRAKES (FRENI)



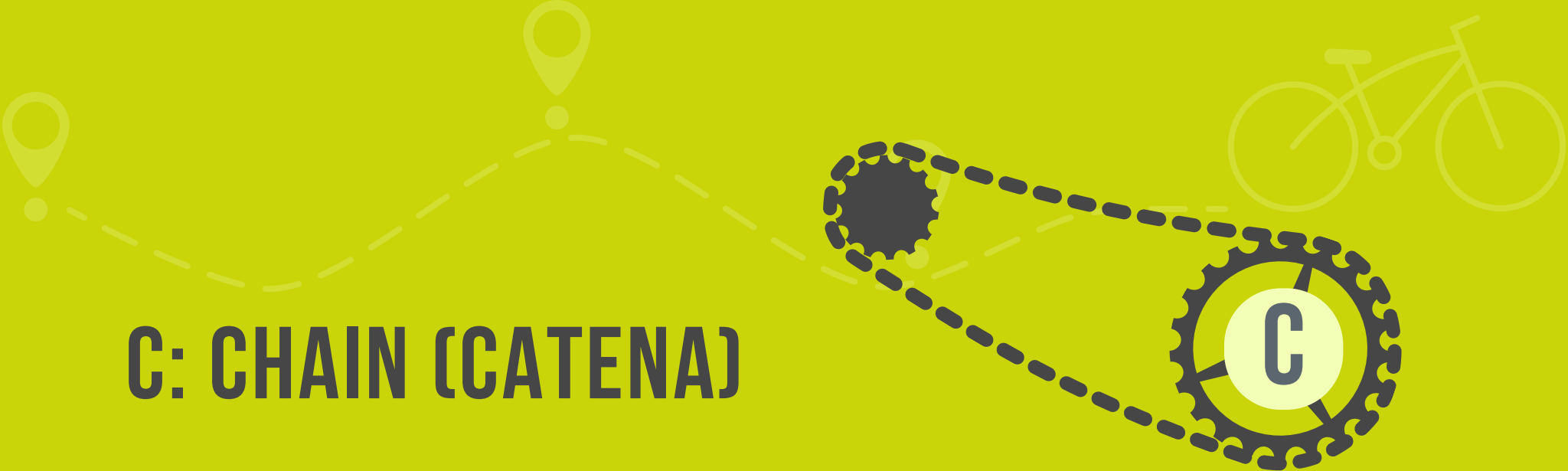
QUANDO SI FANNO GIRARE ENTRAMBE LE RUOTE IN AVANTI (UNA DOPO L'ALTRA),

LA RUOTA DEVE CONTINUARE A GIRARE E NON FERMARSI PER ALMENO 10 SECONDI.

PREMENDO LE LEVE DEI FRENI, QUESTE NON DEVONO TOCCARE IL MANUBRIO.

BRAKE WITH THE LEFT LEVER AND TRY TO MOVE THE BIKE FORWARD.

AZIONANDO LA LEVA SINISTRA E CERCANDO DI SPINGERE LA BICI IN AVANTI, OPPURE AZIONANDO LA LEVA DESTRA E PROVANDO A TIRARLA INDIETRO, LA BICI DEVE RIMANERE FERMA. SE IN ENTRAMBI I CASI LA BICI RESTA IMMOBILE O SI SOLLEVA LA RUOTA OPPOSTA, SIGNIFICA CHE I FRENI FUNZIONANO CORRETTAMENTE.



C: CHAIN (CATENA)

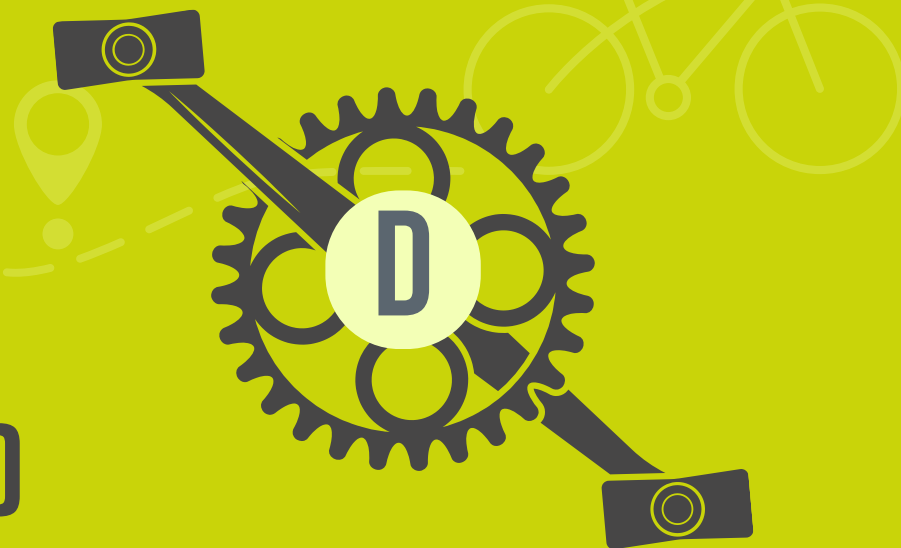
ASSICURATI CHE LA CATENA SIA PULITA, BEN LUBRIFICATA E PRIVA DI RUGGINE.

SE I PEDALI POSSONO GIRARE ALL'INDIETRO SENZA INCEPPARSI, VA BENE;.

SE INVECE FANNO ATTRITO O PRODUCONO RUMORI METALLICI, SIGNIFICA CHE C'È UN PROBLEMA.

PROVA A MUOVERE LE PEDIVELLE LATERALMENTE: SE SONO BEN FISSATE ALL'ASSE, NON DEVONO MUOVERSI.

D: DROP TEST (PROVA DELLA CADUTA)



SOLLEVA LA RUOTA DI CIRCA QUATTRO DITA DA TERRA E LASCIALA CADERE. IL SUONO CHE NE DERIVA TI PERMETTE DI CAPIRE SE QUALCHE PARTE È ALLENTATA (RUOTE, ASSE DELLO STERZO, CATENA, ECC.).

SUCCESSIVAMENTE, TIENI FERMA LA RUOTA ANTERIORE TRA LE GAMBE E PROVA A GIRARE IL MANUBRIO SENZA MUOVERE LA RUOTA. SE IL MANUBRIO SI MUOVE, SARÀ NECESSARIO STRINGERLO.

MANUTENZIONE DI BASE DI BICI E MONOPATTINO



PIANIFICARE IL VIAGGIO ED IL PERCORSO MIGLIORE



RISPETTO PER I PEDONI



PIANIFICAZIONE DEL PERCORSO

DA CONSIDERARE:

DENSITÀ DEL TRAFFICO

CONDIZIONI DELLA STRADA

POTENZIALI PERICOLI

CONDIZIONI METEOROLOGICHE





PROGETTO NUMERO: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000153899



CC BY-SA 4.0 DEED

Questo lavoro è concesso in licenza secondo i termini della Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. Per visualizzare una copia della licenza, visita <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>. I loghi sono esclusi da questa licenza.



**Co-funded by
the European Union**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per tali contenuti.