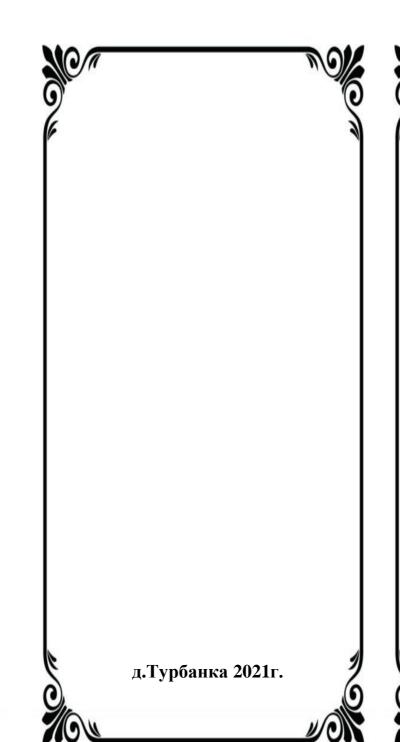
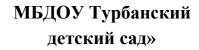
## Основные правила:

### помните:

Детям до 14 лет нельзя ездить на велосипеде по дорогам и улицам, только по специальным велосипедным дорожкам и закрытым для транспортных средств площадкам.







Безопасная
езда на
велосипеде



## Экипировка:

**Шлем:** *Нельзя покупать* **«на вырост»**: сползая на глаза, он лишь обеспечит столкновение с первым же столбом.

Важно помнить: во время поездки шлем всегда должен быть застегнут, и под него нельзя надевать шапку, а после удара шлем необходимо заменить.

# Одежда и обувь:

✓ Обувь должна быть максимально удобной, не должна жать или, наоборот, болтаться на ноге. Никаких шлепанцев, сандалий!

✓ Брюки не должны быть слишком длинными или слишком широкими, чтобы избежать риска попадания штанины в велосипедную цепь.





Рама велосипеда должна быть хотя бы на 7 см ниже, чем высота паха стоящего на земле ребенка. Такая мера предосторожности поможет предотвратить опасные травмы паховой области.

➤ Высота сиденья должна быть такой, чтобы малыш мог нормально дотянуться прямой ногой до педали в нижнем положении, но при этом ступня его должна стоять на ней средней частью.

#### Запомни:

- 1. Велосипед это транспортное средство, а не игрушка. Лихачить на нем, катаясь на тротуарах или велодорожках, категорически запрещено.
- 2. Любое падение с велосипеда может привести не только к появлению ссадин на руках и ногах, но и к травме головы и мозга, которые могут быть очень опасны.
- 3. Ездить на велосипеде с пассажиром запрещено детям до 14 лет. Железный конь не рассчитан на дополнительный вес пассажира, он будет менее устойчивым, им будет сложнее управлять, что влияет на безопасность движения.

