

NA KOLE JEN
S PŘILBOUNA KOLE
JEN S PŘILBOU

ŠUMAVA

cyklomapa

1 : 180 000

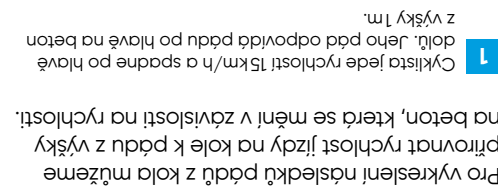
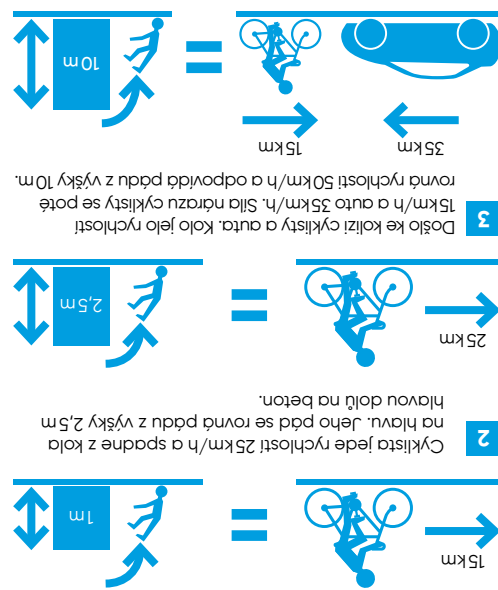
NA KOLE JEN S PŘILBOU

Projekt neziskové organizace Bezpečně na silnicích o.p.s., která vykonává své aktivity pod značkou Tým silniční bezpečnosti.

Cílem projektu je snížení nehodovosti a následků dopravních nehod cyklistů v ČR zapříčiněných nesprávným použitím bezpečnostních prvků při jízdě na kole. Důraz kampaně je kladen na použití ochranných bezpečnostních přileb.

www.nakolejensprilbou.cz

Stáhněte si
mobilní aplikaci
Záchranka



1 Cyklista jede rychlostí 15 km/h a spadne po hlavě na beton. Jeho pád odpovídá pádu po hlavě na beton z výšky 1 m.

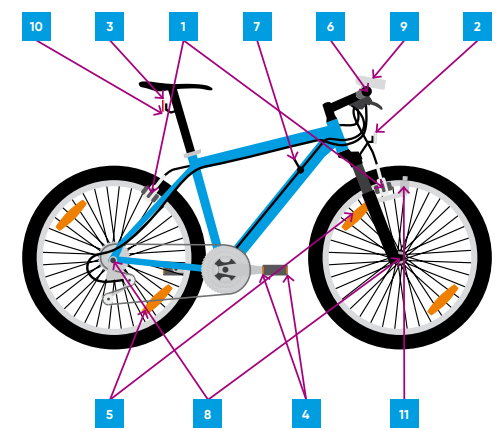
2 Cyklista jede rychlostí 25 km/h a spadne z kola na hlavu. Jeho pád se rovná pádu z výšky 2,5 m hlouvu dolů na beton.

3 Došlo ke kolizi cyklisty a auta. Kolo je lo rychlostí 15 km/h a auto 35 km/h. Síla nárazu cyklisty se poté rovná rychlosti 50 km/h a odpovídá pádu z výšky 10 m.

Pro vykreslení následků pádu z kola můžeme přirovnat rychlost jízdy na kole k pádu z výšky na beton, která se mění v závislosti na rychlosti. neměla na hlavě přilbu. Celkově 29 usmrcených cyklistů kategorií 65 – 74 let. Nejvíce usmrcených bylo ve věkové nadšlech usmrceno 40 cyklistů, 276 cyklistů bylo těžce zraněno.

POVINNÁ VÝBAVA
JÍZDNÍHO KOLATYTO ČÁSTI JSOU POVINNÉ PRO KAŽDÉ
JÍZDNÍ KOLO:

- dvě na sobě nezávislé účinné brzdy
- přední odrazka bílé barvy
- zadní odrazka červené barvy
- oranžové odrazky na obou stranách pedálů
- oranžové odrazky na paprscích kol
- zaslepení konců řídítek (zátkami, rukojetmi)
- zakončení ovládacích páček (brzdy, měniče převodu) musí být obaleny materiálem pohlcujícím energii
- matice nábojů kol, pokud nejsou křížové nebo rychloupínací, musí být uzavřeny

PŘI JÍZDĚ ZA SNÍŽENÉ VIDITELNOSTI MUSÍ BÝT
JÍZDNÍ KOLO DÁLE VYBAVENO:

- vpředu světlometem bílé barvy
- zadu svítilnou se zadním obrysovým světlem červené barvy
- zdrojem elektrického proudu (dynamo, baterie)



Cyklistická přilba, která je schválena k prodeji v České republice, musí splňovat standardy. Jedním z nich je přiložený návod v českém jazyce, druhým je označení CE. Toto označení znamená, že přilba splňuje podmínky ČSN EN 1078, je testována a má certifikát ES.

NĚCO MÁLO O PŘILBÁCH



CYKLISTO BUĎ VIDĚT!

Viditelnost lze zvýšit **vhodnou barvou oblečení** a doplňky z **fluorescenčních** materiálů, které zvyšují kontrast vůči pozadí a prodlužují tak vzdálenost, na kterou může řidič chodce zaznamenat.

Fluorescenční materiály zvyšují viditelnost za denního světla a za soumraku, ve tmě však svou funkci ztrácejí. Nejčastěji používanými barvami jsou jasně žlutá, zelená, oranžová.

Reflexní materiály odrážejí světlo v úzkém kuželu zpět ke zdroji, a to až na vzdálenost kolem 200 metrů. Výrazně **zvyšují viditelnost** za tmy a za snížené viditelnosti. Reflexní materiál je v noci vidět na 3x větší vzdálenost než oblečení bílé a více než na 10x větší vzdálenost než oblečení modré. Při rychlosti 75 km/h potřebuje řidič nejméně 28 m (2 sekundy) na to, aby si uvědomil nebezpečí a odpovídajícím způsobem na něj zareagoval.

Nejllepší umístění reflexních předmětů je na konci rukávů, blízko kol, v úrovni pasu nebo na přilbě a kole.

PĚČE O CYKLISTICKOU PŘILBU

každá přilba, která prodává jakýkoliv náraz, musí být vyřazena z používání, a to i když nejeví zřejmé známky poškození. Na přilbě může dojít k mikroskopickým trhlinkám, které nejsou pouhým okem viditelné, a tak přilba ztrácí svojí účinnost v případě dalšího nárazu. Stejně jako všechny materiály se časem opotřebují, není výjimkou ani přilba. Pro možnost ztráty svých původních vlastností by se měla tedy **obměnit jednou za 3 – 5 let** při pravidelném nošení a jednou za 8 let při občasném nošení.

Při čištění přilby je důležité **vyvarovat se chemickým čistícím prostředkům**, které by mohly narušit její strukturu.

BEZPEČNÝ POHYB
TERÉNNÍHO CYKLISTY

- Naplánuj si trasu**
Trasu zvol podle svých schopností, nebo podle nejslabšího ve skupině.
- Informuj se**
Počasí na horách se rychle mění, zjisti jak bude a podle toho zvol trasu a vybavení.
- Informuj**
Před odjezdem předej informace o zamýšlené trase a předpokládanou dobu návratu.
- Jezdí pouze po povolených cestách**
Jestliže je cesta legálně označena jako zakázaná, nepoužívej ji. Nepohybuješ se mimo značené cyklostezky.
- Znej značení cest**
Sleduj značení a popřípadě kontroluj v mapě, předejdeš zbloudění.
- Ovládej své kolo**
Jezdí tak, abys dokázal zastavit na viditelnou vzdálenost. Všude můžeš někoho nebo něco potkat. Nepřečenuj svou technickou a fyzickou zdatnost.
- Dávej přednost ostatním**
Upozorni ostatní, že kolem nich projíždíš. Při míjení dostatečně zpomal a je-li to z hlediska bezpečnosti nezbytné, zastav.
- Jednej s rozmyslem**
Použij přilbu. Předvídej nebezpečné situace. Znej kontakty na Horskou službu, nebo na zdravotní záchrannou službu. Měj vždy nabitý a zapnutý mobilní telefon.
- Poskytni pomoc**
Měj s sebou lékárničku a v případě potřeby poskytni první pomoc.
- Buď ohleduplný k přírodě, lidem a majetku**

NONSTOP SOS +420 1210

BUDĚČKA
D

Moravskoslezský kraj

KRALOVÉHRADSKÝ KRAJ

České Budějovice

Středočeský kraj

Olomoucký kraj

Kraj Vysočina

Pardubický kraj

Ústecký kraj

Jihočeský kraj

Liberecký kraj

ENERGIE AG BOHEMIA

RENGL

TOYOTA

Reflexní prvky
altima

BESIP

LESVČR AK

POLICE REPUBLICA

SMO

MINISTERSTVO PRO MÍSTNÍ ROZVOJ ČR

ckp
Česká kancelář
pojištění
Financování z fondu
ZlatopramenASOCIACE KRAJŮ
ČESKÉ REPUBLIKY

TÝM SILNIČNÍ BEZPEČNOSTI

TÝM SILNIČNÍ BEZPEČNOSTI

PARTNERI

PARTNERI

OSVĚŽENÍ BEZ KAPKY
ALKOHOLU SE ZLATOPRAMENEM
RADLEREM 0.0 %

Pamatujte – alkohol za říditka nepatří!

Cyklista je totiž účastníkem silničního provozu.

Se Zlatopramenem Radler 0,0 % si ale nemusíte dělat žádné starosti, neobsahuje totiž ani kapku alkoholu.

Na svých cyklovýletech se tak můžete bez kompromisů osvěžit nealkoholickým ochuceným pivem, které v sobě kombinuje chuť ovoce a unikátních bylinek.

Zlatopramen připravil hned 5 originálních příchutí:

- | Citrón, bezový květ a máta
- | Grapefruit a rozmarýn
- | Brusinka a rybíz
- | Tmavá višň
- | Mandarinka a jasmín

MOJEKOLO

KOLA A HELMY
PRO CELOU RODINU

GHOST



CRATONI

Široký sortiment SKLADEM

Největší cykloprodejce v ČR
9 kamenných prodejen

VYBAVTE SE NA

www.mojekolo.cz

Šumava

1:180 000 (1 cm ≙ 1,8 km)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 km
© Map Design & PLANstudio, 2016 – www.mapdesign.eu

- E442** **62** dálnice, silnice I., II. a III. třídy • highway, roads of the I., II. and III. class • Straße I. Klasse, Straße II. Klasse und Straße III. Klasse
- ulice, zpevněná cesta / cesta / pěšina • street, dirt road / cart track / foot path • Straße, befestigter Weg / Karrenweg / Fußweg
- železnice, nádraží, zastávka • Railway, station, Stop • Eisenbahn, Bahnhof, Haltestelle
- lyžařský vlek / lanovka • ski-lift / chair lift • Skilift / Seilschwebebahn und Sessellift
- 23** cyklistická trasa • marked bike paths • markierte Radwege
- KO 2** cyklostezka • cycle track • Radroute
- Vířník 438** vrstevnice po 20 m / výškový bod • contour lines at 20 m / elevation point • Höhenlinien zu 20 m / Höhenpunkt
- les / klec / vinice / bažiny • forest / dwarfed pines / vineyard / swamp • Wald / Knieholz / Weinberg / Sumpf
- hranice NP CHKO • border of national park, protected landscape area • Grenze des Nationalparks, Grenze des Landschaftsschutzgebietes
- chráněné území / jeskyně / přírodní zajímavost • Protected territory / cave / natural curiosity • geschützten Bereich / Höhle, Naturschönheitswürdigkeit
- stanice horské služby • mountain service • Bergschutzhütte
- kostel / kaple / synagoga / hřbitov • church / chapel / synagogue / cemetery • Kirche / Kapelle / Synagoge, Friedhof
- zřícenina / hrad • ruins / castle • Ruine / Burg
- zámek / technická památka • chateau / technical curiosity • Schloß / technisches Denkmal
- jezdecký areál / golfové hřiště • riding centre / golf-course • Reitmüchlichkeit / Golfanlage
- větrný mlýn / památník • windmill / monument • Windmühle / Denkmal
- rozhledna • view-tower • Aussichtturm
- muzeum • museum • Museum
- místo vhodné ke koupání / koupaliště / krytý bazén / pramen • swimming place / swimming pool / indoor swimming • spring area • Badeplatz / Schwimmbad / Hallenbad / Quelle
- čerpací stanice / LPG / parkoviště • filling station / LPG / car park • Tankstelle / LPG / Parkplatz

Červené značky, red marks, roten Markierungen – přístupné, open for visitors, zugänglich
Černé značky, black marks, schwarze Flecken – nepřístupné, disable, unzugänglich

Mapu zpracoval Map Design, s.r.o., pro Bezpečné na silnicích o.p.s. – 2016, mapy © Map Design & PLANstudio • zpracování a design: Map Design, s.r.o., Dušní 112/16, 110 00 Praha 1, tel.: +420 776 040 414, e-mail: info@mapdesign.eu, www.mapdesign.eu **Map Design**

