



POLICIA MUNICIPAL MADRID

LA BICICLETA EN LA CIUDAD.

SECCION CICLISTA

- ▶ CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVA DE TRAFICO POR PARTE DE CICLISTAS Y RESTO DE USUARIOS.
- ▶ FORMACION DE FUTUROS CICLISTAS Y CONDUCTORES.



FORMACION CICLISTA

- ▶ PARA ALUMNOS DE 2º ESO(13 AÑOS) Y 5º PRIMARIA (10 AÑOS).
- ▶ LA FORMACION SE COMPONE DE 3 DIAS CON DURACION DE 2 HORAS CADA DIA.
- ▶ DIA 1 Y DIA 2 SE COMPONE DE:
 - 45 MINUTOS DE TEORIA.
 - 1:15 HORAS DE PRACTICA EN EL CENTRO ESCOLAR.
- ▶ DIA 3 SE REALIZA SALIDA CICLISTA A LA VIA PUBLICA CON DURACION DE 2 HORAS.

DIA 1

TEORIA

- ▶ INTRODUCCION DE LA BICICLETA COMO MEDIO DE TRANSPORTE PARA MEJORAR EL MEDIO AMBIENTE
- ▶ ¿QUE ES UNA BICICLETA?
- ▶ BENEFICIOS DEL USO DE LA BICICLETA.
- ▶ ELEMENTOS DE SEGURIDAD
- ▶ NORMATIVA DE CIRCULACION REFERENTE A LA BICICLETA:
 - USO DE LA VIA .
 - SEÑALIZACION .
 - PROHIBICION .



DIA 1

PRACTICA

CIRCUITO BASICO DE HABILIDADES:

- CIRCULAR ENTRE CONOS(FORMANDO UN RECTANGULO)A CORTA DISTANCIA ENTRE LOS ALUMNOS.
- CIRCULAR SOLTANDO UNA MANO (ALTERNANDO MANOS).
- SIMULACION DE ENTRADA EN ROTONDA CON VARIOS .CONDUCTORES EN CIRCULACION.
- HABILIDAD CONTACTO VISUAL POSTERIOR Y LATERAL.
- HABILIDAD DE EQUILIBRIO.



DIA2

TEORIA

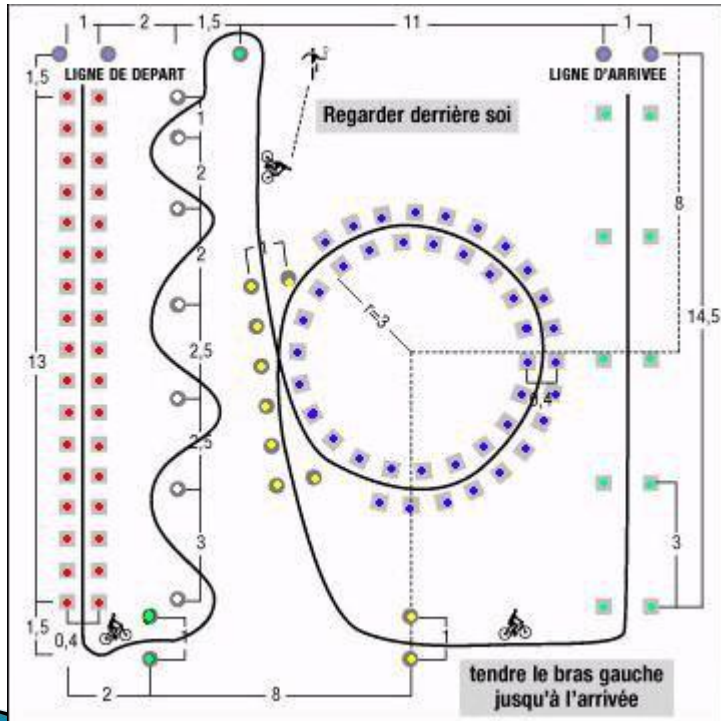
- ▶ DISTINTO TIPOS DE CARRILES DE USO CICLISTA.
- ▶ RECOMENDACIONES PARA CIRCULAR EN BICICLETA CON SEGURIDAD:
 - CONTACTO VISUAL.
 - PLANIFICAR ITINERARIO.
- ▶ COMPROBACION DEL ESTADO DE LA BICICLETA.
- ▶ P.A.S ACTUACION EN CASO DE ACCIDENTE.



DIA 2

PRACTICA

- ▶ TEST PAUWELS
- ▶ CIRCULACION EN PARALELO.



DIA 3

SALIDA A LA VIA PUBLICA



COLABORACION EN ACTIVIDADES

- ▶ BICI-BUSES.
- ▶ REPORTERO SOBRE RUEDAS(ENTREVISTA)
- ▶ BICICLETADAS.



GRACIAS

