LEDNICKO -VALTICKÝ AREÁL

cyklomapa

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 přispět ke snížení nehodovosti a zejména závažných následků dopravních nehod cyklistů v ČR zapříčiněných jejich nesprávným chováním a nepoužíváním bezpečnostních prvků při jízdě na kole, a to prostřednictvím komunikační kampaně.

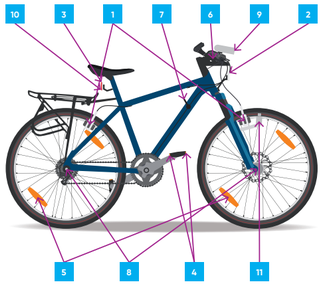
www.nakolejensprilbou.cz

Stáhněte si mobilní aplikaci **Záchranka**

POVINNÁ VÝBAVA JÍZDNÍHO KOLA

TYTO ČÁSTI JSOU POVINNÉ PRO KAŽDÉ JÍZDNÍ KOLO:

1. dvě na sobě nezávislé účinné brzdy
2. přední odrazka bílé barvy
3. zadní odrazka červené barvy
4. oranžové odrazky na obou stranách pedálů
5. oranžové odrazky na paprscích kol
6. zaslepení konců řidítek (zátkami, rukojeťmi)
7. zakončení ovládacích páček (brzdy, měniče převodu) musí být obaleny materiálem pohlcujícím energii
8. matice nábojů kol, pokud nejsou křížové nebo rychloupínací, musí být uzavřené



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

9. vpředu světlometem bílé barvy
10. vzadu svítilnou se zadním obrysovým světlem červené barvy
11. zdrojem elektrického proudu (dynamo, baterie)

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 3× větší vzdálenost než oblečení bílé a více než na 10× 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.

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

BEZPEČNÝ POHYB TERÉNNÍHO CYKLISTY

1 Naplánuj si trasu
Trasu zvol podle svých schopností, nebo podle nejslabšího ve skupině.

2 Informuj se
Počasí na horách se rychle mění, zjisti jak bude a podle toho zvol trasu a vybavení.

3 Informuj
Před odjezdem předej informace o zamýšlenené trase a předpokládanou dobu návratu.

4 Jezdi pouze po povolených cestách
Jestliže je cesta legálně označena jako zakázaná, nepoužívej ji. Nepohybuj se mimo značené cyklostezky.

5 Znej značení cest
Sleduj značení a popřípadě kontroluj v mapě, předejdeš zbloudění.

6 Ovládej své kolo
Jezdi tak, abys dokázal zastavit na viditelnou vzdálenost. Všude můžeš někoho nebo něco potkat. Nepřeceňuj svou technickou a fyzickou zdatnost.

7 Dávej přednost ostatním
Upozorni ostatní, že kolem nich projíždíš. Při míjení dostatečně zpomal a je-li to z hlediska bezpečnosti nezbytné, zastav.

8 Jednej s rozmyslem
Používej přilbu. Předvídej nebezpečné situace. Znej kontakty na Horskou službu, nebo na zdravotní záchrannou službu. Měj vždy nabitý a zapnutý mobilní telefon.

9 Poskytni pomoc
Měj s sebou lékárničku a v případě potřeby poskytni první pomoc.

10 Buď ohleduplný k přírodě, lidem a majetku

NONSTOP SOS +420 **1210**

OSVĚŽENÍ BEZ KAPKY ALKOHOLU SE ZLATOPRAMENEM RADLEREM 0.0 %

Pamatujte – alkohol za řídítka nepatří!

Cyklista je totiž účastníkem silničního provozu.

Zlatopramen Radler 0.0 % je ideální volbou pro ty, kteří se chtějí osvěžit a to bez jediné kapky alkoholu.

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

Zlatopramen Radler 0.0 % nabízí 4 originální příchutě:

| Citrón, bezový květ a máta
| Grapefruit a rozmarýn
| Brusinka a rybíz
| Tmavý citrón

MOJEKOLO

KOLA, HELMY
A DALŠÍ DOPLŇKY SKLADEM

Největší cykloprodejce v ČR
13 kamenných prodejen

VYBAVTE SE NA
www.mojekolo.cz

PARTNEŘI

TÝM SILNIČNÍ BEZPEČNOSTI

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY

SMO SVAZ MĚST A OBCÍ ČESKÉ REPUBLIKY

altima Reflexní prvky

BESIP

Libereckýkraj

PLZEŇSKÝ KRAJ

Královéhradecký kraj

znojmo

PARTNEŘI

ASOCIACE KRAJŮ ČESKÉ REPUBLIKY

ckp Česká kancelář pojištění

SEVEN ČESKÁ ENERGIE

ENERGIE AG BOHEMIA

MINISTERSTVO PRO MÍSTNÍ ROZVOJ ČR

RENGL

kraj Vysočina

ústecký kraj

Olomoucký kraj

BRNO

Středočeský kraj

Brněnská DRBNA

PÉČE O CYKLISTICKOU PŘILBU

Každá přilba, která prodělala jakýkoliv nárazr, musí být vyřazena z používání, a to i když nejeví zřetelné známky poškození. Na přilbě může dojít k mikroskopickým trhlinkám, které nejsou pouhým okem viditelné, a tak přilba **ztrácí svoji účinnost** v případě dalšího nárazu.

Stejně jako všechny materiály se časem opotřebují, není výjimkou ani přilba. Pro možnou ztrátu 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 mohli narušit její strukturu.

CYKLISTA A ALKOHOL

To, že alkohol do silničního provozu nepatří, je chronicky známou skutečností. Nakolik jsou vlastně ohrožení cyklisté, kteří této zásady nedbají? Uvedme příklad. Hladina alkoholu ve výši 0,8 promile zvyšuje riziko účasti řidiče autmobilu na zavinéné dopravní nehodě zhruba 5×, u cyklistů až 20× – a navíc s jeho těžkým zraněním.

Jízda na kole pod vlivem alkoholu je velmi nebezpečná. Je to tím, že kromě obecně známých rizik spojených s požitím alkoholu a účastí v silničním provozu číhají na cyklisty ještě další, specifická nebezpečí:

- cyklisté musí při jízdě neustále udržovat rovnováhu,
- v případě pádu ci kolize nejsou (prakticky) nijím chráněni,
- cyklisté jsou hůře viditelní pro ostatní – hlavně řidiče motorových vozidel,
- cyklisté pod vlivem alkoholu mnění často používají přilbu a více při jízdě riskují,
- brzná dráha jízdního kola je delší než u motorových vozidel, alkohol navíc prodlužuje reakční dobu cyklistů, v případě nebezpečné situace často nestačí zastavit či vyrazněji zpomalit.

V roce 2023 bylo při dopravních nehodách usmrceno 39 cyklistů, dalších 251 cyklistů bylo těžce zraněno.

Nejvíce usmrcených bylo ve věkové kategorii 64 a více let. Celkově 28 usmrcených cyklistů nemělo na hlavě přilbu, což je téměř 72 %.

Pro vykreslení následnků pádů z kola můžeme přirovnat rychlost jízdy na kole k pádu z výšky na beton, která se mění v závislosti na rychlosti.

1 Cyklista jede rychlostí 15 km/h a spadne do hlavě dolů. 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 hlavou dolů na beton.

3 Dojde ke kolizi cyklisty a auta. Kolo jeto rychlostí rovná rychlosti 50 km/h a odpovídá pádu z výšky 10 m.

NA KOLE JEN S PŘILBOU

TÝM SILNIČNÍ BEZPEČNOSTI

LEDNICKO-VALTICKÝ AREÁL
cyklomapa 1:100 000

Lednicko-Valtický areál

1:100 000 (1 cm ≙ 1,0 km)

0 1 2 3 4 5 6 km

© Map Design & PLANstudio, 2016 – www.mapdesign.eu

- 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
- cyklistická trasa • marked bike paths • markierte Radwege
- cyklostezka • cycle track • Radroute
- vrstevnice po 20 m / výškový bod • contour lines at 20 m / elevation point • Höhenlinien zu 20 m / Höhenpunkt
- les / kleč / vinice / bažiny • forest / dwafted 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 , Natursehenswürdigkeit
- kostel / kaple / synagoga / hřbitov • church / chapel / synagogue / cemetery • Kirche / Kapelle / Synagoge, Friedhof
- zřícenina • ruins • Ruine
- hrad • castle • Burg
- zámek / technická památka • chateau / technical curiosity • Schloß / technisches Denkmal
- jezdecký areál / golfové hřiště • riding centre / golf-course • Reitmöglichkeit / 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 Bezpečně na silnicích o.p.s. – 2016, mapy © Map Design & PLANstudio • zpracování a design: Map 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**