



ZÁSADY, PRAVIDLÁ A ODPORÚČANIA PRE BEZPEČNÝ POHYB CYKLISTU

1. Poznám predpisy a zásady bezpečnej jazdy

Poznám pravidlá cestnej premávky a iné predpisy, ktoré sa ma pri jazde na bicykli týkajú. Poznám a primerane ovládam zásady bezpečnej jazdy v mestskej premávke.

2. Zhodnotím svoje jazdecké zručnosti

Jazdím po takých cestách a v takej premávke, na akú si trúfam. Ak som začiatočník vyhnem sa:

- viacpruhovým komunikáciám v jednom smere,
- zaraďovaniu do druhého pruhu,
- predbiehaniu áut v kolónach sprava.

3. Nejazdím bez fungujúcich predných a zadných svetiel a brzd

Kvalitné predné svetlo bielej farby je rovnako dôležitá ako zadné červené, kvôli protiidúcim autám, ktoré odbočujú vľavo a krížia mi cestu ako aj kvôli autám prichádzajúcim z boku a odzadu. Ideálny je odev výrazných farieb opatrený reflexnými prvkami. Svetlá, „blikačky“, reflexné prvky si beriem, aj keď sa plánujem vrátiť za svetla, môžem sa zdržať. V sezóne, keď používam svetlá, mám zálohu na dojazd. Dostatočná viditeľnosť jazdca a bicykla je prvá podmienka bezpečnej jazdy. Na bicykli mám dve fungujúce brzdy.

4. Používam zvonček

Zvonček je pre informovanie chodcov o mojej prítomnosti najvhodnejší. Používam zvukovú signalizáciu v dostatočnom predstihu tak, aby som vchádzal do situácie, kde o mne vedia. Pripravím tak okolie reagovať v predstihu.

5. Nejazdím pri absolútnom kraji vozovky a blízko k zaparkovaným autám

Síce platí, že mám jazdiť po pravej strane vozovky, no neohrozujem sa zbytočne. Pri obrubníku sa veľa krát nachádzajú kanalizačné vpuste a iné prekážky, kamienky, štrk, zaparkované autá môžu z nenazdajky otvoriť dvere. Rozumne zvažujem odstup od obrubníka.

6. Chovám sa predvídateľne a ukazujem zmenu smeru

Po ceste jazdím priamo, vyhýbam sa náhlych vybočeniam, ktoré vodiči za mnou nečakajú. Kľučkujem len v dobre zhodnotenej, bezpečnej situácii.

Pri každej zmene smeru jazdy indikujem svoj smer. Upažením ruky ukazujem zmenu smeru. Znamenie ukazujem v predstihu, počas odbočovania je už neskoro, vtedy sa plne venujem riadeniu. Pri odbočovaní vľavo ukazujem zmenu smeru dvakrát – prvý raz pri preraďovaní do ľavého odbočovacieho pruhu, čím upozorním vodičov za mnou a druhý raz pred samotným odbočením, pre vodičov v protismere. Dôležité je, aby všetci boli pripravení na môj manéver, ešte skôr ako ho vykonám.

7. Mám prehľad – učím sa automaticky pozorovať situáciu okolo mňa

Pri odbočovaní vľavo sa pohľadom cez rameno uistím, že ma práve nemíňa auto, že ma práve nemíňa auto. Ak sa dokážem obzrieť len na okamih, urobím to radšej dvakrát za sebou.

8. Zaberanie jazdného pruhu

V prípade, že na vozovke nie je dostatok miesta (kruhový objazd, úzke uličky, ostrovčeky a.i.) a vodiči by ma mohli predbiehať s



nebezpečným odstupom, jazdím v strede jazdného pruhu. Nakoľko auto nemá dostatok miesta na obchádzanie, netlačte ho do vášho obmedzenia. V skratke všade, kde by ma mohlo auto ohroziť, posuniem sa viac vľavo a zaberiem na chvíľu celý pruh. Technicky je to ľahké: obzriem sa, ukážem vľavo (veľmi dôležité pre viditeľnosť môjho zámeru!) a posuniem sa od kraja tak, aby ma auto nemohlo predbehnúť.

V rušnejšej premávke sa obzerám a čakám na väčšiu medzeru medzi vozidlami, ukážem smer a zaberiem pruh.

Zaberanie pruhu nikdy nerobím tam, kde auta jazdia rýchlejšie ako 50 km/hod a dvakrát si to rozmyslím, keď ulica stúpa a pohybujem sa pomalou rýchlosťou. Zaberanie pruhu keď idem trikrát pomalšie ako autá, nebýva dobrý nápad. V týchto prípadoch je vhodnejšou alternatívou chodník.

9. Priame odbočenie vľavo

Priame odbočenie vľavo v premávke je akosi záverečnou skúškou prvého stupňa cyklistických zručností. Postupujem nasledovne:

1. pohľadom cez rameno sa uistím, že ma práve nemíňa auto,
2. ukážem rukou vľavo,
3. zaberiem pruh (stále ukazujem),
4. dám prednosť protiidúcim vozidlám (môžem zastaviť pri ľavom okraji svojho pruhu),
5. odbočím.

Na križovatkách s viacerými pruhmi zaberiem odbočovací pruh. Vždy sa ale držím zásady, že pokiaľ mám pocit, že križovatka je na mňa moc veľká, tak radšej odbočím nepriamo.

10. Nepriame odbočenie vľavo

V mieste, kde potrebujem odbočiť vľavo, na vhodnom mieste zastavím a prekrížim obidva smery vo chvíli, keď nič nejde, alebo keď má práve zelenú kolmý smer. Dôležité je zvoliť vhodné miesto pre zastavenie. Nemôžem prekážať prechádzajúcim autám. Niekedy sa mi oplatí zísť z bicykla na chodníku a použiť priechod pre chodcov.

11. Státie na križovatkách

Stojace auta pred križovatkou zo zákona obiehajú sprava, aby som sa postavili pred nich. Pri čakaní nestojím na úrovni auta, ale trochu pred ním, aby ma vodič videl a vedel o mne. Ak na križovatkách nie je dostatok miesta, zbytočne sa netlačím vpred. V prípade, že auto stojace vedľa mňa signalizuje odbočenie vpravo, dám mu priestor odbočiť. Myslím aj na „mŕtvy uhol“, kde ma autobus či nákladné auto nemusí vždy vidieť.

12. Nejazdím na červenú

Ani keď sa domnievam, že je to bezpečné. Zo všetkých dopravných priestupkov je tento najzávažnejší a najkritickejší vnímaný. V prípade, že sa dostanem do situácie spôsobenej nefungujúcimi semaforami, dostanem sa z nej s maximálnou opatrnosťou.

13. Prejazd električkových koľají

Koľajnice po daždi bývajú extrémne klzké. Pri prejazde električkových koľají, prípadne výhybiek na vozovke smerujem svoj bicykel čo najviac kolmo, aby som sa nešmykol z bicykla. Pri prechádzaní koľají nevytáčam predné koleso do ostrých uhlov. Ak je medzi koľajami a parkujúcimi autami málo miesta, jazdím radšej medzi koľajami než vpravo od nich.

14. Snažím sa nejazdiť po chodníkoch určených peším

Ak jazdím po chodníku pre peších, porušujem pravidlá cestnej premávky, hľadám spôsoby, ako tento zlovyk minimalizovať. Učím



sa jazdiť v premávke, postupne opúšťam chodníky v kludnejších uliciach a jazdím stále viac po ceste. V miestach kde by moja jazda mohla obťažovať chodcov, bicykel vediem.

15. Chodcov míňam ohľaduplne, nech sú kdekoľvek

Na spoločných cestičkách spomalím a obídem chodcov v dostatočnom odstupe. Ak ma nevidí a neregistruje, dostatočne včas zazvoním. Vyľakaný chodec môže ľahko spôsobiť nehodu. Pri kočíkoch, deťoch či domácich zvieratách beriem ako fakt, že môžu vykonať nepredvídateľné zmeny smeru a preto riadne spomalím, obchádzam dva krát viac a radšej zo strany dospelého človeka. Obzvlášť ohľaduplný som na chodníkoch, určených chodcom, nie som voči nim agresívny, som rád, že ma tolerujú. Na zúžených miestach radšej zastavím a vo všeobecnosti prispôbim rýchlosť, rýchlosti chodca. Nevytváram obraz cyklistu ako nebezpečného obyvateľa ohrozujúceho svoje okolie i seba! Potom sa veľmi ťažko získava akákoľvek podpora cyklistiky v meste a zbytočne pribúdajú iba ďalšie zákazy a obmedzenia.

16. Neprehľadné miesta obchádzam oblúkom

Rohy budov, vchody, veľké autá a prekážky, cez ktoré nevidno neobchádzam tesne. Spomalím, urobím väčší oblúk. Vždy sa môže spoza prekážky vynoriť chodec, pes, kočík, ďalší cyklista či iný tvor.

17. Predvídam chyby ostatných

Vždy radšej predpokladám, že ma ostatní nezaregistrovali, alebo neodhadli moju rýchlosť. Rýchlosť jazdy prispôbim situácií a odhadujem správanie druhých v dostatočnom predstihu. Som vždy sústredený.

Pozor na dvere – termín “door zone” hovorí o tom, keď zo zaparkovaného auta vodič otvorí dvere na cyklistu idúceho pri krajnici. Hrozí, že nepozorný šofér alebo iný pasažier náhle zablokuje cyklistu, ktorý narazí do dverí. Preto odporúčame jazdiť aspoň jeden meter od zaparkovaných áut popri ceste.

18. Neohrozujem seba ani ostatných

Jazdím tak, aby som neohrozil seba a ani ostatných účastníkov premávky. Pokiaľ je to možné, neporušujem dopravné predpisy. Ak som v ohrození života, jednorazovo vyjdem zo situácie aj na úkor zákonov. Ak sa priestupku dopustím, snažím sa robiť niečo preto, aby sa to neopakovalo: nájdem si legálnu trasu, zmením spôsob jazdy, alebo navrhnem úradom, aby problémové miesto upravili.

19. Uľahčujem cestu ostatným, púšťam chodcov alebo autá

Učím sa púšťať chodcov na priechode, alebo odbočujúce autá križujúce môj smer jazdy. Nesnažím sa prekážať a ak je to možné, vytváram miesta na moje obehnutie. Slušnosť k ostatným mi získa uznanie u chodcov aj vodičov.

20. Som slušný a dávam dobrý príklad

Keď mi niekto pomôže, poďakujem, zamávam, usmejem sa. Som priateľský a šírim pozitívnu náladu, dobré meno cyklistiky.

Dalšie Rady a tipy

Križovania ciest

Cez priechody pre chodcov by ste mali zosadnúť z bicykla a bicykel viesť. Na cyklotrase vedenej pozdĺž cesty dávajte pozor na



autá odbočujúce do vedľajších ulíc, vjazdy a výjazdy

Parkovanie bicykla

Pri uzamykaní bicykla myslite ako samotný zlodej, preto zamykajte svoj bicykla hlavne o rám k stojanu alebo pevnej konštrukcii. Vyhnite sa zamykaniu bicykla len o odnímateľné kolesá. Používajte frekventované ulice, bezpečné stojany typu U, zámky s vysokým označením bezpečnosti. Ak nechávate bicykel osamote dlhšie, odoberte z neho doplnky ako svetlo, „blikačky“, tachometer, pumpu.

Nosenie prilby - ochráňte to najcennejšie

Prilbu používajte vždy, ak idete mimo mesta. Ak rátate s rýchlou jazdou, premávkou, prilbu použite aj v meste. Deti do 15 rokov majú zákonnú povinnosť nosiť prilbu počas bicyklovania aj v obci. Ak si neviete vybrať pre vás či vaše dieťa vhodnú prilbu/veľkosť prilby, nehanbite sa poradiť s vašim okolím či v obchode, ktorý sa špecializuje na predaj bicyklov.

Ak ste chodec

Ak ste chodec na chodníku, nebojte sa cyklistov. Nemeňte zbytočne smer, ak to nie je potrebné. Ak cyklistovi uskočíte pri zvuku zvončeka na stranu, zbytočne situáciu zhoršíte. Preto zachovajte svoj smer tak, aby cyklista mal dostatok miesta na obchádzanie. Čestičku pre cyklistu nechajte cyklistom a zbytočne nezaberajte celé miesto chodníka.

Ak ste vodič

Pri predbiehaní cyklistu mu dajte dostatočný priestor (min. 1,5m!). Prúdenie vzduchu dokáže cyklistu hodiť do vozovky a spôsobiť tak dopravnú nehodu. Snažte sa vcítiť do situácie cyklistu, nerobte druhým to, čo by ste nechceli vy. Pár ušetrených sekúnd je menej, než samotné zdravie človeka.

ANTIK Telecom s.r.o.
Ing. Igor Kolla, PhD.
konateľ spoločnosti