



Bicipeques familiar

"Bicipeques"

La actividad bicipeques, que como sabéis, estamos lanzando este año, es una actividad que proponemos desde del Club, pensando en aquellas familias que tienen hijos/as, y que consiste en juntarse para dar un paseo en bici adaptado en su recorrido y duración a los/as más pequeños/as.

Para los que todavía no os habéis animado, comentaros que está teniendo bastante éxito, y ya son algunas las familias que se animan a dar un paseo en bici con sus hijos, educándoles en una cultura de la movilidad diferente

y respetuosa con la ciudad.

Paseo familiar en bici "Bicipeques" Bicipeques es una actividad que proponemos desde el Club Deportivo Ribera del Torio, pensando en aquellas familias que tienen hijos/as, y que consiste en juntarse para dar un paseo en bici adaptado en su recorrido y duración a los/as más pequeños/as. Por tanto, se procurará acabar en algún lugar atractivo para los menores: un parque, en el que puedan relacionarse y divertirse. En principio, se fijará un domingo de cada mes, siendo **el lugar de encuentro a las 12:00h., en el Parque de Villamoros de las Regueras** no descartando que con el tiempo, y según se vaya consolidando esta actividad, se puedan plantear excursiones extraordinarias como p.ej: vías verdes u otras rutas seguras adaptadas a la bici y a los menores. En este otoño- invierno las fechas de los paseos serán, si el tiempo no lo impide, los siguientes **domingos: 13 de noviembre, 11 de diciembre, 08 de enero, 05 de febrero y 04 de marzo de 2012**. Es conveniente aclarar que cada participante realiza este paseo bajo su propia responsabilidad, en la que los menores deberán estar siempre acompañados por personas adultas que se hagan responsables. No se trata, pues, de una marcha organizada con servicio de orden, protección de la policía municipal, seguro de accidentes, etcétera.

Por eso queremos señalar:

ALGUNOS CONSEJOS PARA DISFRUTAR DE NUESTRO PASEO

Debemos de llevar el casco obligatoriamente.

Los menores deben ir controlados, prestando especial atención a cruces y semáforos.

Cada persona adulta responsable irá por el exterior (más próximo al tráfico motorizado).

Respetaremos las señales de tráfico: Semáforos, pasos de cebra, stop, cedas el paso...

Intentaremos ir en grupo compacto.

El ritmo del paseo será lento, adaptado a los menores. Evitaremos las carreras, los adelantamientos bruscos, frenar inesperadamente.

Cuando los haya, circularemos por los Carriles Bici sin invadir el acerado o la calzada. Hay que prestar atención a posibles ciclistas que vengan en sentido contrario.

Excepcionalmente podemos circular por zonas peatonales. En ese caso adecuaremos la velocidad a la del peatón, y si es necesario nos bajaremos e iremos andando.

Un último consejo: DISFRUTA Y PERMITE QUE DISFRUTEN LOS DEMÁS.