

Husk også, at børn under 6 år ikke må cykle uden at være under ledsagelse og kontrol af en person over 15 år. Du kan dog ikke regne med, at dine børn kan cykle sikkert i trafikken, før de er 10-12 år.

Det er vigtigt at give dine børn gode cykelvaner allerede fra en tidlig alder. Øvelse er det, der gør børnene til trafik-sikre cyklist senere i livet. Samtidig er det med til at give børnene selvtillid og gør at de får den daglige motion.



Cyklistforbundet giver 5 gode råd til cykeltræningen:

- Start cykeltræningen på en legeplads eller på stier eller lukkede veje.
- Tegn f.eks. en bane op med kridt og få barnet til at cykle lige ud, dreje, stoppe m.m.
- Kig godt på dit barn undervejs, da der er stor forskel på, hvad børn kan.
- Vær tålmodig og giv jer god tid - brug evt. en ferie på at lære dit barn at cykle sikkert.
- Øvelse gør mester!

Miljøpunkt Indre By & Christianshavn

Regnbuepladsen 7 st. tv.

1550 København V.

Tlf. 33932121

miljopunkt@a21.dk

Guiden er udviklet med interesseorganisationen Cyklistforbundet som kilde. Cyklistforbundet arbejder for at gøre cyklen til det oplagte og trygge valg i hverdagen for alle.



Guide til cykelregler, god cykelkarma og børn i trafikken



MILJØPUNKT
INDRE BY & CHRISTIANSHAVN
AGENDA 21 · FOR ET BÆREDYGTIGT KBH



Cyklistforbundet giver et bud på 10 gode råd til at vise hensyn på cykelstien:

- Vær opmærksom i trafikken - lad mobiltelefonen blive i lommen.
- Lad være med at stresse, så du har overskud til at være venlig i trafikken.
- Kig dig over skulderen før du trækker ud og overhaler andre cyklister.
- Hold til højre på cykelstien, så andre kan overhale dig.
- Vis dine intentioner: Ræk f.eks. hånden ud, når du vil dreje. Ræk hånden op, når du vil stoppe.
- Kør ikke op foran andre cyklister, der holder for rødt lys.
- Lad være med at holde på din ret, hvis det bringer dig selv eller andre i en farlig situation.
- Respekter fodgængerne. Træk din cykel i fodgængerfeltet og lad være med at køre på fortovet.
- Hold øjne og ører åbne - undgå f.eks. høj musik i hovedtelefonerne og hætter der begrænser dit udsyn.
- Kør efter forholdene. Det er ikke en rettighed at køre så hurtigt, du kan.

Dagligt færdes rigtig mange københavnere på cykelstierne rundt om i byen. Det er derfor vigtigt at passe på dig selv og dine medcyklister og samtidig holde den gode tone.

På din cykeltur i byen kan du sprede god cykelkarma blot ved at smile til andre cyklister
☺ Husk det smitter!



Udover at vise hensyn på cykelstien, har færdselsloven særlige regler for cyklister, som du skal overholde.

Færdselsloven siger blandt andet:

- Cyklister skal under kørslen have begge fødder på pedalerne og mindst den ene hånd på styret.
- Cyklister må under kørslen ikke holde fast i andet køretøj eller i fører af eller passager på andet køretøj.
- På cykel må ikke medføres genstande, der er mere end 3 m lange eller 1 m brede.
- Det er forbudt at cykle på fortov eller gangsti, medmindre andet følger af de regler, der fastsættes af justitsministeren. Cyklister kan dog køre over fortov og gangsti.

Regler for lys i mørket

- Cyklister skal køre med lys på cyklen fra solen går ned til den står op og når der er dårlig sigt f.eks. pga. tåge. Du kan desværre ikke regne med gadelygternes tændingstid.
- Både for- og baglygter skal kunne ses tydeligt på 300 meters afstand og også være synlige fra siden.

Bødetakster for overtrædelser på cykel

For cyklister ligger bødetaksterne på hhv. 700 kr., 1000 kr. og 1500 kr. Det koster bl.a. 700 kr. at køre uden lys i lygtetændingstiden, ikke at give tegn, at holde fast i andet køretøj og at cykle på fortov, gangsti eller i et fodgængerfelt. Det giver 1000 kr. i bøde at tale i håndholdt telefon under kørsel, at køre over for rødt eller at køre mod færdselsretningen. 1500 kr. gives i bøde til cyklister der kører uforsvarligt fordi de er fulde.

Læs nærmere om både Færdselsloven, lys på cyklen og bødetakster på Cyklistforbundets hjemmeside: <https://www.cyklistforbundet.dk>