



A bicicleta é cada vez mais escolhida como meio de transporte. São inúmeras as vantagens da bicicleta, do ambiente à saúde: um meio de transporte não poluente e um excelente exercício cardiovascular.



A bicicleta é cada vez mais escolhida como meio de transporte. São inúmeras as vantagens da bicicleta, do ambiente à saúde: um meio de transporte não poluente e um excelente exercício cardiovascular.

Circular de Bicicleta

Qualquer pessoa pode circular na via pública de bicicleta. No entanto, deve conhecer as regras de trânsito, garantindo a sua segurança e a dos outros.

As bicicletas podem circular em todas as vias e nas bermas.



AS LUZES

Ver e ser visto. As luzes de noite são uns acessórios imprescindíveis e obrigatórias de noite e por mau tempo.

O CAPACETE

A utilização de capacete é recomendada para todos os ciclistas, mas apenas obrigatória para os ciclistas de bicicletas elétricas.

Ninguém gosta realmente de andar de capacete, mas é o elemento de segurança de base quando se anda de bicicleta.

Manutenção

- 1- Mantenha a corrente limpa e lubrificada.
- 2- Mantenha a pressão correta nos pneus
- 3- Verifique se os travões estão bem ajustados

Circular de Bicicleta

Qualquer pessoa pode circular na via pública de bicicleta. No entanto, deve conhecer as regras de trânsito, garantindo a sua segurança e a dos outros.

As bicicletas podem circular em todas as vias e nas bermas.



AS LUZES

Ver e ser visto. As luzes de noite são uns acessórios imprescindíveis e obrigatórias de noite e por mau tempo.

O CAPACETE

A utilização de capacete é recomendada para todos os ciclistas, mas apenas obrigatória para os ciclistas de bicicletas elétricas.

Ninguém gosta realmente de andar de capacete, mas é o elemento de segurança de base quando se anda de bicicleta.

Manutenção

- 1- Mantenha a corrente limpa e lubrificada.
- 2- Mantenha a pressão correta nos pneus
- 3- Verifique se os travões estão bem ajustados