KOREPETYCJE WORD

Certyfikowane szkolenia dla dorosłych rowerzystów

Łódź ROWERY

WOJEWÓDZKI OŚRODEK RUCHU DROGOWEGO

2017

Wstępniak

Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Łodzi od lat aktywnie prowadzi zajęcia dla najmłodszych rowerzystów. Uczestniczymy w turniejach rowerowych dla uczniów oraz szkolimy nauczycieli wychowania komunikacyjnego. Teraz postanowiliśmy zorganizować szkolenia dla dorosłych, podczas których, oprócz wiedzy teoretycznej, przekażemy, jak bezpiecznie jeździć po ulicach naszego miasta.

Łukasz Kucharski
Dyrektor WORD w Łodzi

Dziś rower to już nie tylko sposób na aktywną rekreację, ale coraz częściej codzienny środek transportu. Ważne, abyśmy jadąc do pracy, szkoły czy wyższej uczelni byli bezpieczni. Znajomość przepisów, umiejętność jazdy wśród samochodów oraz właściwe wyposażenie roweru to elementy, dzięki którym możemy uchronić się przed wypadkiem.

Tomasz Kacprzak
Z-ca Dyrektora WORD w Łodzi,
Sekretarz Wojewódzkiej Rady
Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego

Województwo łódzkie nastawione jest na turystykę aktywną. Funkcjonuje już ponad sto tras rowerowych (m.in. szlak Bursztynowy, Pałaców i Dworów, Świętego Wojciecha, szlak Diabła Boruty, Cudownych Obrazów, Żubrów, Puszczy Bolimowskiej czy Carskich Łowów), w tym dwie magistrale europejskie: Wschód-Zachód i Północ-Południe.

Tylko podróżując na rowerze, w ciszy i spokoju, można w pełni docenić walory województwa łódzkiego, jego zabytki, parki krajobrazowe, rezerwaty przyrody i po prostu piękne zakątki, które łatwo przeoczyć, jadąc samochodem. Dodatkowym ułatwieniem dla miłośników turystyki rowerowej jest Łódzka Kolej Aglomeracyjna. Jej pociągami można bowiem przewozić jednoślady i rozpoczynać wycieczki od upatrzonego miejsca.

Witold Stępień
Marszałek Województwa Łódzkiego

Dlaczego rower?

Rower może być najlepszym miejskim sposobem dotarcia do pracy, do szkoły, na uczelnię czy na zakupy. Rowerem dojechać można wszędzie i w wielu przypadkach o wiele szybciej, niż samochodem. Sam decydujesz, gdzie chcesz dojechać i jaką wybrać drogę. Poruszasz się dzięki własnej sile, bo to Ty jesteś napędem.

Wiesz, że twoje ciało jest zdrowe i sprawne, nie zastanawiając się nad tym wzmacniasz je codziennie. Wiesz, że twoja podróż nie zatruwa powietrza, nie dokłada się do miejskiego hałasu. Doceniasz to, że nie bierzesz udziału w drogowej przepychance. Dzięki temu, że nie potrzebujesz samochodu, na drogach jest o jedno auto mniej, a to już mały wielki sukces. Codziennie na swojej drodze spotykasz coraz to nowe osoby na rowerach. Cieszysz się, ponieważ to znak, że Twoje miasto zmienia się na lepsze!

Kiedy jedziesz w deszczu, wcale nie marzysz o wnętrzu auta, bo nie boisz się pogody. Masz sposoby, by się przed nią chronić. Twoje ciało jest zahartowane na różne warunki, dlatego chorujesz rzadziej niż użytkownicy samochodów. Oni zamykają się w pudełku na kółkach, które chroni ich przed światem zewnętrznym, Ty za to czujesz się świetnie „out of the box". Nawet kiedy pada deszcz, pod kapturem Twojego przeciwdeszczowego płaszcza świeci słońce. Chcesz jechać swoją drogą, wybierasz rower.

> ***Na świecie jest około 1 miliarda rowerów, a każdego roku produkowanych jest kolejnych 100 milionów.***

Oddajemy w Twoje ręce poradnik, który podpowie Ci, jak bezpiecznie poruszać się rowerem po mieście.
Twoje ciało, Twój portfel oraz środowisko będą Ci wdzięczne, jeśli od czasu do czasu codzienne sprawy załatwisz poruszając się rowerem po mieście. Nigdy nie jest za wcześnie ani za późno, aby wybrać taki rodzaj transportu. Jazda na rowerze to coraz częściej nie tylko moda, ale także styl życia.

Na rowerze w mieście możesz jeździć prawie cały rok.

Którędy jeździć?

Weź do ręki mapę, najlepiej taką, na której widać drogi dla rowerów i wytycz sobie trasę do miejsca, do którego chcesz dojeżdżać (np. *www.RowerowaLodz.pl/mapa*).

W miarę możliwości korzystaj z dróg dla rowerów i małych uliczek osiedlowych. Twoja trasa może być krótsza niż ta, którą poruszałeś się do tej pory samochodem bądź komunikacją zbiorową. Zaznacz na tej trasie miejsca newralgiczne (duże skrzyżowania, zakręty w lewo) i spróbuj znaleźć dla nich alternatywę.

Trzy godziny jazdy rowerem tygodniowo zmniejszają o połowę ryzyko chorób serca i udarów.

Poproś o wsparcie doświadczonych rowerzystów, którzy jeżdżą po jezdniach od dawna. Pokaż im swoją trasę i spytaj o opinie. Spróbujcie znaleźć rozwiązania w wymagających punktach. Przejedźcie się razem tą trasą. Najpierw w weekend, kiedy ruch jest spokojniejszy. Kilka razy. Szukajcie usprawnień. Rozmawiaj z doświadczonymi rowerzystami o swoich błędach. Niech pokażą Ci, jak pokonywać rondo, jak skręcać w lewo, jak włączać się do ruchu – to najtrudniejsze manewry dla rowerzysty, ale da się je wyćwiczyć.

Dobrze wyposażonym i sprawnym rowerem (hamulce, światła przednie i tylne, napompowane koła, brak luzów) wyjedź na jezdnię. Jedź przynajmniej kilkadziesiąt centymetrów od krawężnika, nie wykonuj gwałtownych ruchów, sygnalizuj skręty oraz, jeżeli możesz, konieczność gwałtownego zatrzymania się. Oglądaj się za siebie przy skrętach (szczególnie w lewo) oraz przy włączaniu się do ruchu.

Przeciętny człowiek chudnie niemal 6 kg w pierwszym roku jazdy rowerem. Roczne utrzymanie roweru kosztuje 20 razy mniej niż utrzymanie auta i poruszanie się nim.

Dojeżdżając do skrzyżowania, nawet jeśli masz na nim pierwszeństwo, szukaj kontaktu wzrokowego z kierowcami wyjeżdżającymi z dróg podporządkowanych. Upewnij się, że Cię widzą. Jedź ostrożnie, ale asertywnie. Masz prawo być na jezdni.

Przepisy

Do poruszania się rowerem po drodze publicznej musisz mieć ukończone 18 lat i dowód osobisty (przy sobie), a jeśli nie jesteś pełnoletni – kartę rowerową lub prawo jazdy (kat. AM, B1, A1, T). Dzieci poniżej 10 roku życia na rowerze po drogach publicznych powinny jeździć wyłącznie pod opieką osób dorosłych.

Dziecko (tylko do 7 roku życia) można przewozić rowerem w dodatkowym siodełku, zapewniającym bezpieczną jazdę. Bez ograniczeń wiekowych można natomiast wozić dzieci w przyczepie przystosowanej do przewozu osób, ciągniętej przez rower lub wózek rowerowy.

Jeśli prowadzisz rower wieloosobowy, musisz mieć co najmniej 17 lat.

Pamiętaj – rower jest pojazdem, więc jadącego nim rowerzystę obowiązują przepisy ruchu drogowego. Jeśli dawno (albo nigdy) nie prowadziłeś żadnego pojazdu, przypomnij sobie znaczenie poszczególnych znaków drogowych i reguły związane z poruszaniem się po drogach publicznych – od ich znajomości zależy Twoje bezpieczeństwo. Za złamanie przepisów grożą Ci mandaty, podobnie jak i kierowcom innych pojazdów.

KARTA ROWEROWA DLA DZIECI W WIEKU 10-18 LAT

Kartę rowerową należy bezwzględnie mieć przy sobie podczas jazdy rowerem. Brak dokumentu to nawet 250 zł grzywny! W przypadku jazdy rowerem bez uprawnień – o wysokości kary decyduje policjant. Zaś w sytuacji udziału w wypadku przez osobę bez karty rowerowej – jej brak jest najczęściej podstawą ubezpieczyciela do odmowy wypłaty odszkodowania z tytułu następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW).

Zajęcia przygotowujące do zdania egzaminu na kartę rowerową, sam egzamin jak i wydanie karty są bezpłatne!

GDZIE MOŻESZ JECHAĆ ROWEREM?

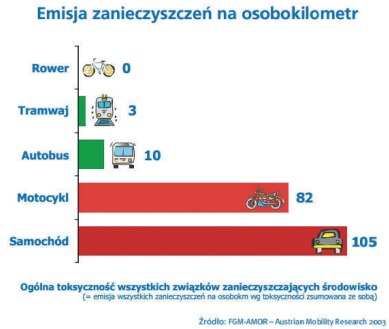
Jeśli jedziesz rowerem, zawsze masz obowiązek korzystać z drogi dla rowerów lub z drogi dla rowerów i pieszych. W tym drugim przypadku zachowujemy szczególną ostrożność i ustępujemy miejsca pieszym! Poza tym rowerzyści są obowiązani poruszać się po poboczu, chyba że nie nadaje się ono do jazdy lub ruch pojazdu utrudniałby ruch pieszym.

Jeśli nie ma drogi rowerowej ani pobocza, należy jechać jezdnią, trzymając się jej

prawej strony. Poruszanie się chodnikiem jest dozwolone tylko wyjątkowo:

- gdy rowerzysta opiekuje się osobą w wieku do lat 10 kierującą rowerem,
- gdy panują ekstremalne warunki pogodowe (śnieg, gołoledź, gęsta mgła, silny wiatr),
- gdy szerokość chodnika wynosi co najmniej 2 m (standardowe 4 płyty chodnikowe) i wzdłuż drogi, po której ruch pojazdów jest dozwolony z prędkością większą niż 50 km/h, i gdzie brakuje wydzielonej drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów.

Ten ostatni przepis oznacza, że po większości dróg w mieście, gdzie obowiązuje normalny ruch i brakuje dróg rowerowych, rowerzysta powinien poruszać się jezdnią. Jeśli specjalnymi znakami dopuszcza się prędkość powyżej 50 km/h, można (ale nie jest to obowiązek) zjechać na chodnik, o ile jest wystarczająco szeroki. Pamiętajmy – rowerzysta jest na chodniku gościem, to pieszy ma pierwszeństwo. Jeździmy tam powoli, zachowując szczególną ostrożność, ustępując pieszym miejsca.



Ponad 1% mieszkańców miast zapada na raka płuc w wyniku działania cząstek emitowanych w czasie pracy silników diesla i benzenów emitowanych przez pojazdy w ruchu drogowym. Przy ruchliwych ulicach wskaźnik ten wzrasta do 2.6%. Nie musisz palić papierosów, by znaleźć się w grupie ryzyka. Co więc możesz zrobić aby zmniejszyć ryzyko?

Wsiądź na rower! Im więcej ludzi będzie jeździć rowerem wraz z Tobą, tym czystsze będzie powietrze Twojego miasta.

Na rowerze można podróżować 3 razy szybciej niż pieszo, zużywając przy tym tyle samo energii.

Warto wiedzieć, że według przepisów, w godzinach 23.00 - 5.00 w terenie zabudowanym (poza strefami zamieszkania), dopuszczalna prędkość wzrasta do 60 km/h, czyli jazda szerokim chodnikiem nocą jest legalna, choć w dzień dostalibyśmy za to mandat.

UWAGA: Przewożenie dziecka w dodatkowym siodełku to nie to samo, co opieka nad rowerzystą do 10 lat. Zatem rodziców z dziećmi w siodełku nie obejmują wyjątki wymienione powyżej.

Na jednym miejscu parkingowym dla samochodu może zaparkować nawet 15 rowerów.

ROWER W PARKU

Po parku jedź bardzo ostrożnie. W takich miejscach znacznie wzrasta ryzyko, że na alejce pojawi się nagle pies, dziecko lub zakochana para, która zapewne nie zauważy, że nadjeżdżasz.

PRZEJŚCIE DLA PIESZYCH

Nawet jeśli zgodnie z przepisami możesz wjechać na chodnik, nie oznacza to, że jesteś pieszym! Przejścia dla pieszych (zebry) są dla pieszych. Żaden pojazd nie ma

prawa przejechać po nich wzdłuż. Rower należy przeprowadzić.

PRZEJAZD DLA ROWERÓW

To miejsce przejeżdżania jezdni oznaczone odpowiednimi znakami. Zgodnie z ratyfikowaną przez Polskę Konwencją Wiedeńską o ruchu drogowym oraz najnowszymi zmianami w Prawie o ruchu drogowym – rowerzysta ma pierwszeństwo na przejeździe przed innymi pojazdami. Zalecamy jednak ostrożność i rozglądanie się, gdyż jeszcze nie wszyscy kierowcy znają i respektują nowe przepisy.

SYGNALIZOWANIE MANEWRÓW

Rower, jak wiadomo, kierunkowskazów nie posiada, dlatego zamiar skrętu należy sygnalizować przez wyciągnięcie ręki odpowiednio do kierunku, jaki wybierzemy. Przewidywalność na drodze to podstawa bezpieczeństwa, więc za każdym razem zamiar skrętu czy zmiany pasa ruchu sygnalizuj wystawieniem odpowiedniej ręki w bok. Rób to zawczasu i czytelnie dla innych. Jeżeli nie ma na to miejsca, bo np. obok Ciebie jadą samochody, to odchyl rękę do tyłu tak, by była widoczna dla kierowców. Tak samo sygnalizuj manewry, jadąc drogą dla rowerów!

Notatki

www.RowerowaLodz.pl

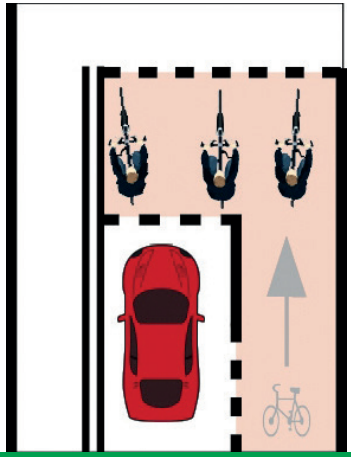
www.rowery.word.lodz.pl

Sprawdzić atrakcje turystyczne w okolicy Sieradza / Koluszek / Kutna / Łowicza i zaplanować wycieczkę rowerową.

TOR JAZDY

Przepisy nakazują jechać przy prawej krawędzi jezdni. Praktyka podpowiada, że jest to w połowie szerokości między środkiem pasa ruchu a krawężnikiem (czyli nie koniecznie tuż przy samym krawężniku). Jadąc tuż przy krawężniku, możesz prowokować kierowców do nieprawidłowego wyprzedzania, możesz zostać uderzony otwieranymi drzwiami lub tyłem cofającego, zaparkowanego samochodu, a na skrzyżowaniu jesteś mniej widoczny. Na skrzyżowaniu i bezpośrednio przed nim możesz jechać środkiem pasa ruchu, ale tylko, gdy pas służy do jazdy przynajmniej w dwóch kierunkach.

Badania wykazały, że potrojenie liczby rowerzystów na ulicach zmniejszyłoby wypadki między rowerzystami a kierowcami o połowę.



ŚLUZA ROWEROWA

WYPRZEDZANIE Z PRAWEJ

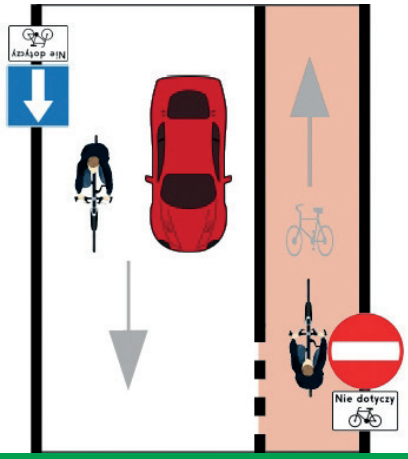
Kierujący rowerem może (ale nie musi) wyprzedzać (inne niż rower) powoli jadące pojazdy z ich prawej strony. Wyprzedzając z prawej strony, unikasz przeplatania się Twojego toru jazdy z innymi pojazdami, co znacznie poprawia bezpieczeństwo. Może jednak zabraknąć miejsca i utkwimy w korku razem z samochodami. Wówczas, jeśli w jednym kierunku są co najmniej dwa pasy ruchu i można wjechać między samochody, warto wyprzedzać z lewej strony. Podczas obu manewrów należy zachować bezpieczny odstęp od pojazdu, uczestnika ruchu lub przeszkody, a w razie potrzeby zmniejszyć prędkość. Mimo iż zgodnie ze zmianami w Prawie o ruchu drogowym, to rowerzysta jadący drogą wzdłuż krawężnika ma pierwszeństwo przed skręcającym pojazdem, to zalecamy ostrożność przy skrzyżowaniach! Niestety, nie każdy kierowca prawidłowo stosuje przepisy.

JAZDA OBOK INNEGO ROWERZYSTY

Rowerzysta może jechać obok innego rowerzysty (rowerzystów), jeśli nie utrudnia to poruszania się innym uczestnikom ruchu albo w inny sposób nie zagraża bezpieczeństwu ruchu drogowego. W praktyce oznacza to, że jazda obok siebie jest dozwolona, jeśli na drodze nie ma dużego ruchu.

KONTRAPAS

Kontrapas to wydzielona dla rowerzystów część jezdni jednokierunkowej, po



KONTRAPAS

której mogą się oni poruszać „pod prąd”. Pas taki jest jednokierunkowy i można nim jechać tylko w kierunku oznaczonym na pasie. Jadąc w tę sama stronę co samochody, należy korzystać z tradycyjnego pasa ruchu. W Łodzi funkcjonują kontrapasy m.in. na ulicy Wólczańskiej oraz ulicy POW.

1 godzina jazdy na rowerze to 500 spalonych kilokalorii

KONTRARUCH

Kontraruch to sytuacja, kiedy ulica jednokierunkowa jest jednocześnie dwukierunkowa dla rowerzystów. W przypadku

kontraruchu nie ma dodatkowych pasów na jezdni. O kontraruchu informują znaki takie jak przy kontrapasie, przy czym dodatkowo musi być na tej drodze prędkość ograniczona do 30 km/h. Na ulicach z dopuszczonym kontaruchem jeździmy zawsze zgodnie z przepisami, tj. przy prawej krawędzi jezdni. W Łodzi jest prawie 30 ulic z kontraruchem - wszystkie są zaznaczone na rowerowej mapie Łodzi pod adresem www.rowerowalodz.pl/mapa (należy włączyć warstwę „znaki drogowe- nie dotyczy rowerów”).

ŚLUZA ROWEROWA

To wydzielona na jezdni przestrzeń dla rowerzystów, umożliwiająca im zatrzymanie się na światłach przed samochodami. Taka przestrzeń ułatwia rowerzyście wykonanie skrętu w lewo, gdyż może on dojechać na czerwonym świetle do skrzyżowania i bezpiecznie ustawić się do skrętu w lewo.

ROWER W MPK

Od 31 grudnia 2011 roku można legalnie przewozić rower środkami transportu zbiorowego w Łodzi. Dodatkowo, od 1 marca 2012 roku, przewóz bagażu (w tym rowerów) jest bezpłatny.

ROWER W POCIĄGU

Do Sieradza, Koluszek, Kutna czy Łowicza można pojechać pociągiem, na wycieczkę czy do pracy – z rowerem. W pociągach Łódzkiej Kolei Aglomeracyjnej (ŁKA) możemy bowiem rower przewozić bezpłatnie. Ta sama zasada obowiązuje na terenie Łodzi (linia obwodowa) podczas podróżowania ŁKA.

OGRANICZONE ZAUFANIE

Zawsze pamiętaj o tym, że inni uczestnicy ruchu mogą popełniać błędy! Przykładowo: gdy poruszasz się drogą z pierwszeństwem, nie spodziewaj się, że każdy Ci go udzieli. Zdarza się, że inny uczestnik ruchu widzi rowerzystę i mimo to rusza, sądząc, że zdąży przejechać (przejść). Związane jest to z nieumiejętnością oceny prędkości roweru przez kierowcę czy pieszego.

KONTAKT WZROKOWY

Zbliżając się do skrzyżowania, obserwuj kierowcę. Jeśli patrzy w przeciwną stronę i powoli rusza, to znaczy, że Ciebie nie zauważył lub zignorował twoją obecność.

Zakazy

NA ROWERZE NIE WOLNO:

- jeździć bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy oraz nóg na pedałach lub podnóżkach,
- czepiać się pojazdów,
- korzystać z telefonu komórkowego bez zestawu słuchawkowego lub głośnomówiącego – mówiąc inaczej, trzymać telefonu w ręce,
- przewozić osoby nietrzeźwe lub po użyciu alkoholu.

Dobre praktyki

MUZYKA
Miło słucha się muzyki na przejażdżce rowerowej w lesie, ale jeżeli chcesz poruszać się po jezdni, to ścisz muzykę lub ją wyłącz. Musisz dobrze słyszeć, co się dzieje dookoła.

TRĄBIENIE
Nie przejmuj się trąbieniem – pamiętaj, że jesteś pełnoprawnym uczestnikiem ruchu. Gdy słyszysz za sobą trąbienie, nie panikuj. Upewnij się, że jedziesz prawidłowo, a jeżeli tak nie jest, natychmiast to zmień. Gdy powodem trąbienia jest frustracja kierowcy spowodowana widokiem rowerzysty, jedź tak, jak jechałeś do tej pory.

Niebezpieczne sytuacje

TOROWISKA

Torowiska tramwajowe to jedne z najbardziej niebezpiecznych pułapek, na jakie natrafisz na jezdni. Jeżeli chcesz przeciąć torowisko jadąc wcześniej wzdłuż niego, postaraj się przeciąć szynę pod kątem zbliżonym do kąta prostego. Inaczej koła twojego roweru mogą wpaść w „rynienkę" szyny, a to oznacza przewrotkę.

ZJEŻDŻANIE Z DROGI DLA ROWERÓW

Podczas zjeżdżania z drogi dla rowerów na jezdnię upewnij się, że taki manewr jest bezpieczny. Pamiętaj, że w takiej sytuacji to Ty włączasz się do ruchu, a samochody przeważnie poruszają się z o wiele większą prędkością niż rowerzysta.

POKONYWANIE PRZEJAZDÓW ROWEROWYCH

Przejazdy dla rowerzystów stanowią bardzo duże udogodnienie podczas poruszania się po mieście, ale i tutaj należy zachować ostrożność. Przed przejazdem warto zwolnić i upewnić się czy kierowcy samochodów zauważyli Twoją obecność – nawet w sytuacji gdy jesteś przekonany o swoim pierwszeństwie. Zwracaj szczególną uwagę na kierowców wykonujących skręt w prawo, których tor jazdy będzie przecinał się z Twoim. Podczas tego manewru dochodzi do wielu niebezpiecznych sytuacji.

DRZWI SAMOCHODOWE

Uważaj na samochody zaparkowane wzdłuż jezdni lub drogi dla rowerów. Często zdarza się, że pasażerowie bądź kierowcy otwierają drzwi bez upewnienia się, że nie stworzą w ten sposób zagrożenia. Zahaczenie o karoserię nawet przy niewielkiej prędkości może skończyć się poważnymi obrażeniami. Pamiętaj, że przepisy nie zmuszają Cię do poruszania się tuż przy krawędzi jezdni – masz prawo zachować taką odległość, która zapewni Ci bezpieczeństwo.

Notatki

Umówić się na jazdę próbną rowerem elektrycznym w WORD.

Pozostałe informacje

UBEZPIECZENIE NA ROWER

Kilka firm ubezpieczeniowych posiada w ofercie tak zwane „OC rowerzysty", czyli ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej. Jeśli spowodujesz wypadek jadąc na rowerze, a masz wykupioną i ważną polisę OC, to ubezpieczyciel pokryje szkodę wyrządzoną przez Ciebie do wartości polisy. Wszystko, co musisz wtedy zrobić, to przekazać poszkodowanemu adres i nazwę ubezpieczyciela, by tam poszkodowany skierował swoje roszczenia.

Jeżeli masz polisę OC, a poszkodowany żąda od Ciebie zapłaty, musisz takie roszczenie przekazać niezwłocznie ubezpieczycielowi, celem zlikwidowania powstałej szkody. Sytuacja, w której posługujesz się polisą jest najkorzystniejsza dla Ciebie jako sprawcy zdarzenia. Szkoda zostanie zlikwidowana przez ubezpieczyciela.

ROWER ELEKTRYCZNY

Zgodnie z przepisami rower może posiadać wspomaganie elektrycznie. Moc ciągła takiego napędu nie może przekroczyć 250W oraz powinna spaść do zera po przekroczeniu prędkości 25km/h. Wspomaganie powinno załączać się jedynie podczas kręcenia pedałami, co oznacza, że nie ma możliwości przemieszczania się

za pomocą samego silnika. Taki jednoślad może bez przeszkód poruszać się po drogach dla rowerów i nie wymaga żadnych dodatkowych uprawnień.

Wbrew pozorom rower elektryczny nie jest przeznaczony tylko dla osób starszych lub ograniczonych ruchowo. Korzystanie ze wspomagania pozwala zwiększyć zasięg jazdy i czyni z roweru jeszcze lepszą alternatywę dla samochodu czy komunikacji miejskiej.

Rowery elektryczne są nieco droższe od zwykłych jednośladów, choć wraz ze wzrostem popularności ich ceny spadają. Większość modeli umożliwia wyjęcie akumulatora i naładowanie go w domu lub w pracy. Koszt jednorazowego naładowania akumulatora nie przekracza 1 zł. Dystans jaki przejedziemy na jednym ładowaniu zależy od wielu czynników, jak np. pojemność ogniwa, poziom wspomagania, styl jazdy czy zróżnicowanie terenu. Zasięg współczesnych konstrukcji wynosi przeważnie kilkadziesiąt kilometrów, co jest wartością wystarczającą do codziennego poruszania się po mieście.

ROWEREM PO WOJEWÓDZTWIE ŁÓDZKIM

Podróżując po województwie łódzkim na rowerze nie sposób się nudzić. Rowerzyści mają do wyboru szereg ciekawych i dobrze oznakowanych szlaków rowerowych. Dokładną mapkę wraz z opisem znajdziecie na stronie ***www.lodzkie.pl/turystyka/wydawnictwa/szlaki-rowerowe-wojewodztwa-lodzkiego***. Oczywiście nic nie stoi na przeszkodzie, żeby zaplanować własną trasę i podzielić się nią ze znajomymi. Wystarczy tylko przekroczyć granicę miasta i już po chwili możemy podziwiać piękne widoki Parku Krajobrazowego Wzniesień Łódzkich.

Wbrew powszechnej opinii pozamiejskie wycieczki rowerowe nie wymagają szczególnej kondycji sportowej. Jeżeli jednak wątpisz w swoje możliwości, to możesz skorzystać z udogodnień, jakie oferuje Łódzka Kolej Aglomeracyjna. W pociągach ŁKA bezpłatnie przewieziesz rower dzięki specjalnie przygotowanym do tego celu uchwytom. Gęsta siatka przystanków oraz częste kursowanie składów ułatwia zaplanowanie ciekawych wycieczek. Na odcinku Łódź-Widzew – Łódź-Żabieniec podróżni mogą jeździć pociągami na podstawie ważnego biletu lokalnego transportu zbiorowego w Łodzi.

Mniej doświadczonym rowerzystom polecamy zacząć od tras na północ i wschód od Łodzi, w kierunku miejscowości takich jak np. Biała, Starsze Skoszewy czy Szczawin. Za tym obszarem przemawiają nie tylko walory krajobrazowe, ale również niewielki ruch samochodowy i duża liczba stacji ŁKA.

ROWER PUBLICZNY

30 kwietnia 2016 r. wystartował system Łódzkiego Roweru Publicznego. Do dyspozycji mieszkańców jest 1000 rowerów rozmieszczonych w 100 stacjach na terenie miasta. Szczegółowe informacje o tym jak się zarejestrować i korzystać z systemu, wraz z interaktywną mapą stacji, znajdziecie na stronie ***www.lodzkirowerpubliczny.pl***.

Znaki szczególnie ważne dla rowerzystów

D-40 Znak ten mówi, że w strefie objętej jego działaniem obowiązują szczególne zasady ruchu drogowego. Prędkość dopuszczalna to 20 km/h, piesi mają bezwzględne pierwszeństwo przed wszelkimi pojazdami.

A-7 Znak ostrzega przed koniecznością ustąpienia pierwszeństwa. Umieszczony jest na drodze podporządkowanej przed skrzyżowaniem z drogą z pierwszeństwem lub w innych miejscach przecinania się kierunków ruchu.

B-1 Znak zakazuje ruchu na drodze wszelkich pojazdów. Pod znakiem może być umieszczona tabliczka z napisem „Nie dotyczy” wraz z symbolem pojazdu lub wyrażeniem określającym pojazd wskazując, że zakaz nie dotyczy pojazdu określonego tabliczką.”.

B-2 Znak zakazuje wjazdu wszelkich pojazdów na drogę od strony jego umieszczenia. Pod znakiem może być umieszczona tabliczka z napisem „Nie dotyczy” wraz z symbolem pojazdu lub wyrażeniem określającym pojazd wskazując, że zakaz nie dotyczy pojazdu określonego tabliczką.

B-9 Znak zakazuje ruchu rowerów zarówno na jezdni, jak i poboczu.

B-20 Znak zakazuje przejazdu bez zatrzymania pojazdu. Zobowiązany jesteś ustąpić pierwszeństwa poruszającym się drogą z pierwszeństwem.

C-13 Znak nakazuje kierującemu rowerem jazdę drogą dla rowerów. Nakaz wyrażony znakiem C-13 obowiązuje do odwołania albo do:

1) miejsca umieszczenia znaku B-1, B-9, C-16 (droga dla pieszych), D-40,
2) najbliższego skrzyżowania.

P-11 Przejazd dla rowerzystów.

P-27 „sierżant rowerowy” – znak wskazuje tor i kierunek ruchu rowerów na jezdni.

D3 + tabliczka z napisem „Nie dotyczy” wraz z symbolem pojazdu lub wyrażeniem określającym pojazd. Takie zestawienie znaków oznacza, że na jedni jednokierunkowej dopuszczony jest ruch pojazdów określonych symbolem lub napisem w kierunku przeciwnym do ruchu pozostałych pojazdów.

Znak D-3 z umieszczoną pod nim tabliczką z napisem „Nie dotyczy” i symbolem roweru lub wózka rowerowego umieszczony na drodze o dopuszczalnej prędkości nie większej niż 30 km/h oznacza, że ruch tych pojazdów może odbywać się bez wyznaczonych pasów ruchu.

S1a Dedykowany wyłącznie rowerzystom sygnalizator trójkomorowy do nadawania sygnałów ogólnych.

S3a Dedykowany wyłącznie rowerzystom sygnalizator trójkomorowy do nadawania sygnałów kierunkowych.

P-23 „rower” – znak ten oznacza drogę dla rowerów, pas ruchu dla rowerów lub śluzę dla rowerów albo część jezdni drogi jednokierunkowej, na której ruch rowerów odbywa się w dwóch kierunkach; znak P-23 umieszczony łącznie ze znakiem P-26 („piesi”) oznacza, że droga jest przeznaczona dla pieszych i kierujących rowerami.

Co to jest rower?

Według definicji Prawa o ruchu drogowym rower to: „pojazd o szerokości nieprzekraczającej 0,9 m poruszany siłą mięśni osoby jadącej tym pojazdem; rower może być wyposażony w uruchamiany naciskiem na pedały pomocniczy napęd elektryczny zasilany prądem o napięciu nie wyższym niż 48 V o znamionowej mocy ciągłej nie większej niż 250W, którego moc wyjściowa zmniejsza się stopniowo i spada do zera po przekroczeniu prędkości 25km/h;”

Obowiązkowe wyposażenie roweru:

1. przynajmniej jeden sprawny hamulec;
2. dzwonek lub inne urządzenie z nieprzeraźliwym sygnałem ostrzegawczym;
3. oświetlenie:
   - z przodu – co najmniej jedno światło pozycyjne barwy **białej** lub **żółtej selektywnej** – może być migające;
   - z tyłu – co najmniej jedno światło od-

blaskowe barwy **czerwonej** o kształcie innym niż trójkąt oraz co najmiej jedno światło pozycyjne barwy **czerwonej** – może być migające;

Światła pozycyjne mogą być zdemontowane, jeżeli jedziemy w warunkach, w których nie mamy obowiązku ich używać (w ciągu dnia i bez opadów, mgły lub zadymienia)

Dodatkowo rower można wyposażyć w:

1. światła odblaskowe barwy **żółtej samochodowej** na pedałach oraz na kołach, ale muszą być na obu kołach i widoczne z każdego boku,
2. odblaskowy pasek w kształcie nieprzerwanego pierścienia na oponach albo na bokach kół,
3. białe światło odblaskowe z przodu.

ROWEROWY PORTAL INFORMACYJNY WORD W ŁODZI

Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Łodzi prowadzi specjalny portal dla rowerzystów pod adresem *www.rowery.word.lodz.pl*.

Znajdziecie tam m.in.:

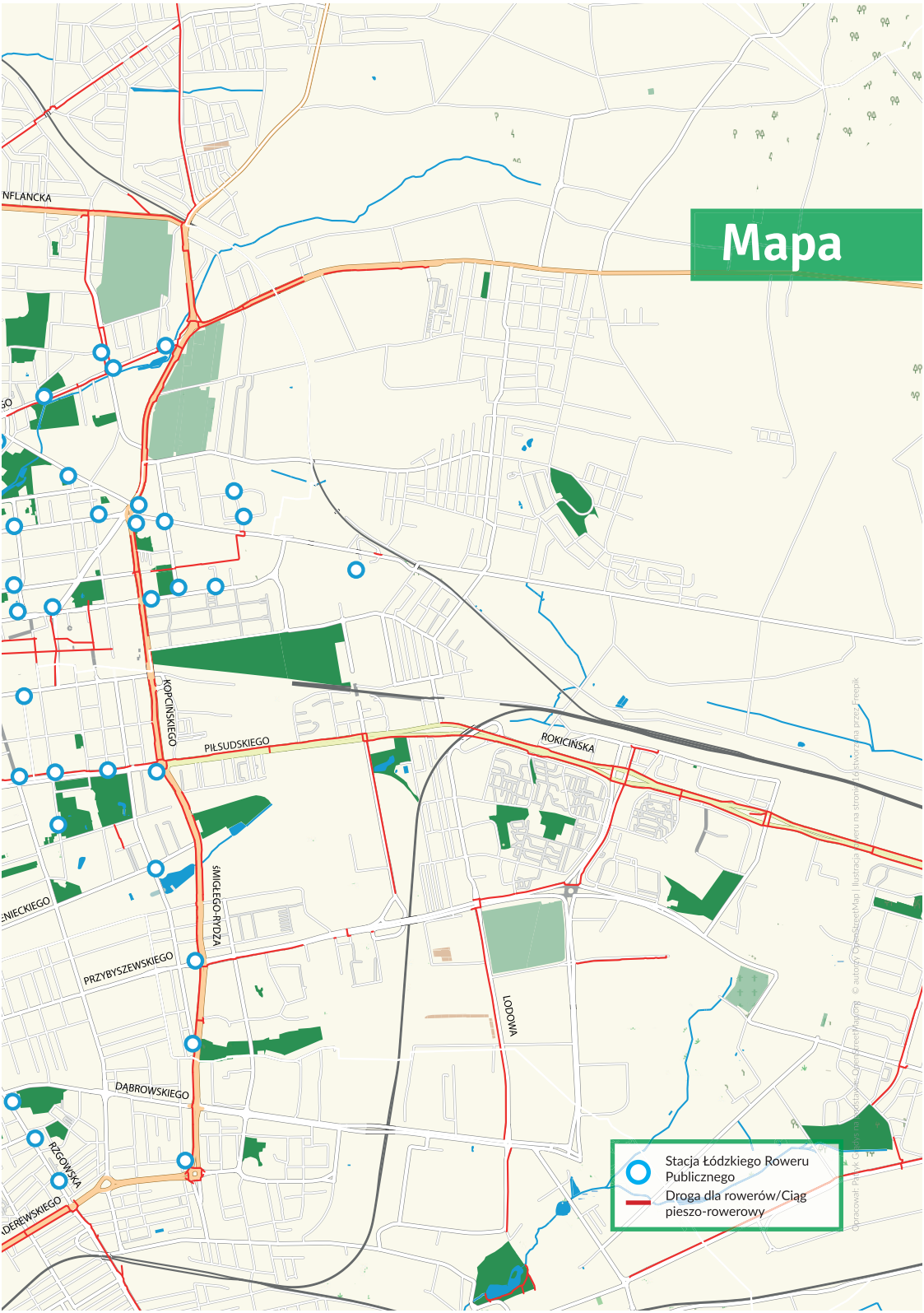
- informacje dotyczące rowerów i ekologii,
- wykaz dostępnych szkoleń (indywidualnych i zbiorowych),
- ważne komunikaty związane z komunikacją rowerową.

Rowerowy savoir-vivre

- Używaj rąk, aby sygnalizować manewry i poinformować innych, gdzie zamierzasz skręcić,
- nie zmieniaj gwałtownie kierunku jazdy,
- używaj dzwonka tylko w sytuacjach zagrożenia bezpieczeństwa,
- przepuszczaj pieszych na przejściach przez drogi dla rowerów,
- miło upominaj pieszych idących po drodze dla rowerów,
- dostosuj prędkość do warunków atmosferycznych i trasy, którą się poruszasz.

ALEKSANDROWSKA
ZGIERSKA
WOJSKA POLSKIEG
WŁÓKNIARZY
OGRODOWA
KONSTANTYNOWSKA
WŁÓKNIARZY
MICKIEWICZA
RETKINSKA
BANDURSKIEGO
KUSOCIŃSKIEGO
WYSZYŃSKIEGO
ARMII KRAJOWEJ
MARATOŃSKA
JANA PAWŁA II
POLITECHNIKI
TYMIŃ
PABIANICKA
BARTOSZEWSKIEG
PORT ŁÓDŹ

Mapa



Opracował: Patrik Gałys na podstawie OpenStreetMap (CC BY SA) © autorzy OpenStreetMap. Ilustracja roweru na stronie dostworzona przez Freepik

Certyfikowane szkolenia dla dorosłych rowerzystów

www.word.lodz.pl
www.kierowcasieszkoli.pl
tel. 42 678 61 11

Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego
Oddział Szkoleń i Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego
Łódź, ul. Smutna 28

Łódź 2017

Projekt graficzny i skład
Patryk Grądys
www.patrykgradys.com

ŁÓDŹ
WWW.ROWEROWALODZ.PL

Łódź WORD
WOJEWÓDZKI OŚRODEK RUCHU DROGOWEGO

Łódź ROWERY
WOJEWÓDZKI OŚRODEK RUCHU DROGOWEGO

Dofinansowane ze środków

WOJEWÓDZKI FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARKI WODNEJ W ŁODZI