

REGULAMIN WYCIECZKI ROWEROWEJ

1. Każdy uczestnik wycieczki ma obowiązek znać jej trasę i miejsce postoju.
2. Każdego uczestnika obowiązuje znajomość przepisów ruchu drogowego i ich przestrzeganie.
3. Zgodnie z przepisami ilość rowerzystów jadących w zwartej grupie nie może przekraczać 15.
4. Odległość jadących kolumn rowerzystów powinna wynosić minimum 200 metrów.
5. Niedopuszczalna jest jazda 2 uczestników wycieczki obok siebie chyba że poruszają się w terenie niezabudowanym a szerokość jezdni wynosi 6 metrów i nie zbliża się inny pojazd.
6. Odległości między rowerami powinny być takie aby możliwe było bezpieczne hamowanie: 2, 3 metry ale nie więcej niż 5.
7. Grupę prowadzi kierownik, on dyktuje tempo jazdy, wybiera drogę i nie można go wyprzedzać.
8. Osoby nie potrafiące utrzymać jednakowego tempa jazdy powinny jechać na końcu.
9. Odpoczynki w trasie powinny występować po przejechaniu 10 km ale nie jest to normą i zależy to od możliwości grupy.
10. Podczas podjazdu nie stosuje się jazdy w zwartej grupie, każdy pokonuje wzniesienie własnym tempem.
11. Cała grupa zbiera się na szczycie wzniesienia.
12. O zmęczeniu lub słabym samopoczuciu każdy uczestnik powinien poinformować kierownika.
13. Podczas awarii roweru można wziąć go na hol stosując mocny sznurek o długości 3- 4 m. Jednym końcem przywiązujemy go do roweru holującego do ramy przy siodelku a drugi koniec należy okręcić o kierownicę roweru holowanego aby odłączenie było jak najprostsze.
14. Holowania powinna dokonywać osoba silna i tylko przez kilka kilometrów, później powinna nastąpić zmiana.
15. Podczas jazdy w lesie należy zwrócić szczególną uwagę na gałęzie i wystające korzenie.
16. Należy unikać najazdu kołami na patyki co może być powodem uszkodzenia szprych i błotników.
17. Przed wjazdem do lasu należy ubrać się w bluzkę z długimi rękawami, założyć czapkę ze względu na kleszcze.
18. Po stwierdzeniu usterki, nawet najmniejszej, należy zatrzymać się i ją usunąć w celu uniknięcia większej awarii.
19. Zabrania się jazdy bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy.
20. Każdy uczestnik zobowiązuje się posiadać sprawny rower z dodatkowym wyposażeniem: kamizelka odbłaskowa, dzwonek, oświetlenie, odbłaski, zamknięcie, pompka, narzędzia do naprawy roweru. itp.
21. Przed jazdą należy rower nasmarować i skontrolować dokręcenie wszystkich śrub i nakrętek.
22. Podczas postoju należy szanować przyrodę i pracę człowieka.
23. Każdy uczestnik zachowuje się stosownie w miejscach publicznych, sakralnych.
24. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać ważne dokumenty: legitymację szkolną, kartę rowerową.
25. Będąc ostatnim w szyku należy ostrzegać jadących z przodu o nadjeżdżających pojazdach.
26. Po zakończeniu wycieczki każdy uczestnik niezwłocznie udaje się do miejsca swojego zamieszkania.

Zapoznałem(am) się z regulaminem wycieczki i jej programem:

l.p.	Nazwisko i imię	Podpis ucznia	Data
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			