

Veilig en sociaal fietsen

De afgelopen periode hebben er een flink aantal nieuwe leden zich aangemeld bij onze fietsgroep. Tevens zijn thema's als veiligheid en sociaal fietsen belangrijk voor ons.

Deze twee punten waren voor ons aanleiding om Paul van Dam in de maanden juni en juli een aantal keren mee te laten fietsen tijdens de clubavonden op dinsdag en donderdag. Paul heeft een aantal observaties gedaan. Deze observaties willen we graag hieronder met jullie delen.

Naar aanleiding van de observaties zijn er aantal tips opgesomd en kan je nog informatie vinden om het fietsen in groepen veiliger te maken. Doe er je voordeel mee!

- **Observatie 1: Samen uit, samen thuis**

Er werd over het algemeen sociaal en netjes gefietst. De deelnemers hielden elkaar in de gaten en samen uit, samen thuis werd actief vormgegeven!

- **Observatie 2: Signalen in de groep**

Er werd geen aandacht besteed aan de signalen die de groep hanteerde tijdens de tocht. Onderweg resulteerde dat soms in een spannend moment, dat gelukkig goed afliep. Een lekke band en het ontbreken van adequate signalen resulteerde in een bijna valpartij.

- **Observatie 3: Veiligheid in het verkeer**

Er werd overwegend goed rekening gehouden met andere verkeersdeelnemers. Wat wel opviel is dat direct vanaf de start in Zwolle binnen de bebouwde kom de snelheid opliep tot 30 – 35 km p/u. Dit is een aandachtspunt daar de afspraak is dat de snelheid in de bebouwde kom onder de 25km p/u wordt gehouden. De reden hiervoor is dat het verschil in snelheid tussen het peloton en andere verkeersdeelnemers kleiner is waardoor ongelukken worden voorkomen.

- **Observatie 4: Veiligheid materialen**

Bij alle groepen waar Paul de start van heeft gezien en meegemaakt werd geen aandacht besteed aan fiets- en helmveiligheid. Waarbij opviel dat er een groot percentage van de deelnemers de helm niet op de juiste wijze droeg. Onderweg viel soms op dat de remmen niet goed stonden afgesteld en tijdens een moment van een lekke band, dat de band zodanig versleten was dat het een wonder was dat er überhaupt mee gefietst kon worden.

- **Observatie 5: Goede vooraf gekozen routes**

Tot slot viel het Paul op dat er goed nagedacht was op een aantal avonden over de route. Er werd over brede wegen en fietspaden gefietst.

Tips & informatie:

Tip 1: Helm (veiligheid materialen):

- De helm dient recht op het hoofd gedragen te worden zodat ook het voorhoofd beschermd is
- De bandjes van de helm zitten zo strak dat er net een vinger onder je kin past als je het bandje dicht hebt
- Je bril draag je met de pootjes over de bandjes
- Er lopen op de helm aan beide zijde 2 bandjes naar de verstelbare klem. Zorg dat deze klem circa 1 centimeter onder je oor zit. (zie afbeelding



Tip 2: Tekens in de groep op de racefiets (NTFU)

- Stoppen: De voorrijder steekt zijn linkerarm omhoog en roept "STOP". De groep geeft dit door naar achter
- Weg vrij: De voorrijder steekt zijn linkerarm omhoog, wuift naar voren en roept "VRIJ". De groep geeft dit door naar achter.
- Rechtdoor: De voorrijder roept "RECHTDOOR". De groep geeft dit door naar achter.
- Afslaan: De voorrijder steekt zijn arm naar links of rechts en roept "LINKS" of "RECHTS". De groep geeft dit door naar achter. De achterste rijder steekt ook zijn arm uit.
- Obstakel rechts of inhalen: De voorrijder roept "VOOR". De groep geeft dit door naar achter.
- Obstakel Links of tegenligger: De voorrijder roept "TEGEN". De groep geeft dit door naar achter.
- Obstakel in of op het wegdek: De voorrijder roept de naam van het obstakel en wijst ernaar. De groep geeft dit door naar achter.
- Achter elkaar rijden: De voorrijder of achterste rijder roept "RITSEN" De groep geeft dit door en geeft ritsers de ruimte.
- Ingehaald worden: De achterste rijder roept "ACHTER". De groep geeft dit door naar voren.
- Problemen: De betrokkene roept "LEK".

Tip 3: Basisafspraken rijden in een groep op de racefiets (NTFU)

- Er wordt rekening gehouden met nieuwe deelnemers in de groep
- De voorste fietsers waarschuwen andere weggebruikers tijdig en vriendelijk
- Als iemand het tempo niet aankan laat de wegkapitein de betreffende persoon op de tweede rij fietsen en / of wordt het tempo aangepast
- Bij een klim wachten we bovenaan tot de laatste boven is (En gun de laatste ook even wat tijd om bij te komen☺)
- Er wordt altijd met de handen op of bij de remmen gereden
- Je voert niet rijdend, achterom kijkend een gesprek
- Nooit abrupt van richting veranderen en of remmen maar langzaam uitrijden
- Als men in de berm rijdt niet de weg / het fietspad weer oprijden maar remmen en stoppen en voorzichtig de weg weer op gaan
- Niet mobiel bellen of ander apparaat bedienen tijdens het fietsen
- Wees alert en blijf geconcentreerd
- Elke fietser wordt geacht persoonlijke gegevens (ID) bij zicht te dragen
- Drink en eet op tijd, maar wel op een rustig moment
- Bij Pech (bijv. lek) rijdt iedereen naar een veilige plek. Ga indien mogelijk van de weg of fietspad af.
- De ritten zijn geen wedstrijden dus hou je aan de verkeersregels
- Ga uit van groepen van max. 14 personen
- Bij twijfel over de richting rustig rechtdoor fietsen
- Iedereen wordt geacht te fietsen op een goed onderhouden fiets.

Bedankt voor het doornemen van bovenstaand bericht en heel veel veilige en plezierige fietskilometers gewenst namens de TC