



Veilig en verantwoord fietsen bij de fietsclub Emmeloord.

Versie: 19-02-2019

Verkeersdeelnemer.

Een zeer belangrijk aspect is het feit dat we gewone verkeersdeelnemers zijn en ons ook als zodanig moeten gedragen (voorrang verlenen, wachten voor een rood stoplicht, respect hebben voor medeweggebruikers etc.). Wees een heer / dame in het verkeer en bedenk dat we dezelfde rechten en plichten hebben als elke andere verkeersdeelnemer.

Uitrusting.

Draag een goede helm en zorg dat je fiets technisch in goede staat is. Investeer in de juiste fietskleding (sokken, broek, shirt, jack, windvest, regenjack, handschoenen, beenstukken of salopette en armstukken). Koop schoenen niet te klein (een halve of een hele maat groter dan normale schoenen).

Concentratie en veiligheid in een groep.

- Blijf steeds geconcentreerd en let goed op de andere fietsers, met name op degene die voor je rijdt. Ga niet naast hem of haar rijden, maar houdt afstand.
- Houdt altijd de handen aan het stuur, dicht bij de remmen. Met losse handen fietsen is niet toegestaan.
- Als je om moet kijken, pak dan de fietser die naast je rijdt vast. Dat voorkomt gezwalk.
- Maak geen abrupte stuurbewegingen en rem niet onverwacht.
- In de bebouwde kom wordt het tempo verlaagd en niet meer gedraaid (dus 2 aan 2 fietsen).
- Als je, door wat voor oorzaak dan ook, naast de weg in de berm komt, probeer dan niet meteen terug te gaan naar de groep, maar fiets rustig uit en sluit dan achter in de groep aan.
- Switch nooit in de groep van de ene naar de andere rij.
- Rotondes moeten op de juiste manier gepasseerd worden.
- Of er wel of niet afgesprint wordt, bepaalt de ploegleider. Een en ander hangt af van de groepssamenstelling, weersomstandigheden en de wegsituatie. Afsprinten gebeurt op eigen risico.

Draaien in een carrousel.

Als er gedraaid wordt (zgn. kop over kop), ga dan niet steeds sneller fietsen, maar houdt in de linker rij het tempo gelijk en als je de kop overneemt, verminder dan de snelheid met 1 à 2 km/u. In de rij waarin je fietst, dien je een onderlinge afstand te houden van 20 à 25 cm en naast elkaar fietsen is verboden. De ploegleider bepaalt of het tempo goed is zodat iedereen op een fatsoenlijke manier mee kan komen (<https://youtu.be/AqnCmbpXsks>).

Samen uit / samen thuis.

Als er onderweg iets gebeurt (valpartij, lekke band o.i.d.) dan wachten we op elkaar en lossen gezamenlijk het probleem op. Als iemand het tempo niet bij kan houden, wordt dit gemeld aan de ploegleider. Deze zal dan passende maatregelen nemen om de betreffende persoon bij de groep te houden.

Eten, drinken etc.

Tijdens het fietsen in een groep dient het eten, drinken, snotteren etc. plaats te vinden op het moment dat je achter in de groep bent. Dit om onnodige valpartijen te voorkomen. Het is verboden tijdens de trainings- en toertochten alcohol te nuttigen.

Calamiteit.

Als zich een calamiteit voordoet, moet er niet abrupt geremd worden. Dit kan namelijk tot onnodige botsingen leiden. Uitrijden en langzaam remmen is het advies.

Wat neem je mee op een fietstocht.

Eten en drinken. De hoeveelheid is afhankelijk van de lengte en de duur van de tocht cq. training.

Een reserve binnenband, een fietspomp, bandenlichters, de ID-kaart en wat geld.

Als de schemer invalt is het noodzakelijk goede verlichting op de fiets te hebben.

Waarschuwingen / commando's.

Elkaar waarschuwen voor dreigend gevaar of andere zaken is absolute noodzaak. De meest voorkomende waarschuwingen / commando's zijn:

- **paaltje** : er staat een paal midden op de weg / fietspad;
- **vluchtheuvel** : de groep nadert een vluchtheuvel;
- **hobbel** : er bevindt zich een verhoging in de weg / fietspad;
- **tegen** : er nadert een tegenligger (fiets, auto, voetganger..... / ook personen die links lopen);
- **voor** : een medeweggebruiker wordt ingehaald;
- **achter** : een medeweggebruiker wil de groep inhalen (meestal een auto....);
- **lek** : iemand heeft een lekke band;
- **rechts** : de groep slaat rechtsaf;
- **links** : de groep slaat linksaf;
- **vrij** : als de weg vrij is bij een kruispunt of oversteek;
- **ritsen** : men dient achter elkaar te gaan rijden;
- **stop -** : voorste fietser geeft met de arm recht omhoog een teken dat er gestopt moet worden;
- **twee aan twee**: niet meer draaien;
- **draaien** : beginnen met draaien in een carroussel.

Het geven van bovenstaande waarschuwingen / commando's dient op een rustige manier gedaan te worden door degene die op dat moment voorop fietst. De waarschuwing "achter" geschiedt door de laatste persoon in de groep. Het roepen, bellen en soms schreeuwen door meerdere personen roept bij medeweggebruikers vaak een schrikreactie op en komt zeer negatief over. Wees daarom vriendelijk en bedankt bijvoorbeeld langzame fietsers voor de ruimte die ze maken.

Bij passeren van fietsers geeft de voorste rijder aan: "**grote groep**".

De laatste rijder roept: "**laatste**".

Ploegleider.

In elke groep is een ploegleider of zijn/haar vervanger aanwezig. Met klachten, opmerkingen en ideeën kun je bij hem of haar terecht.

NTFU gedragsregels.

- Houd je aan de verkeersregels;
- Houd zichtbaar rekening met anderen in het verkeer;
- Gebruik een fietsbel;
- Geef tijdig aan welke richting je gaat volgen;
- Blijf beleefd tegen andere weggebruikers;
- Rijd altijd op het aangegeven fietspad;
- Passeer een fietser of wandelaar op gepaste snelheid;
- Volg aanwijzingen op van politie en/of verkeersregelaars;
- Gooi afval in een afvalbak.

Tot slot.

Je bent niet alleen verantwoordelijk voor je eigen veiligheid, maar vooral ook voor de veiligheid van een ander.

De tochten van de fietsclub zijn geen wedstrijden.