

BREVE MANUAL PARA CICLISTAS URBANOS



“CUANDO CONSEGUÍ MI BICICLETA, DEBO HABER SIDO EL CHICO MÁS FELIZ DE LIVERPOOL, TAL VEZ DEL MUNDO”.

JOHN LENNON



Amigo ciclista:

Utilizar la bicicleta como modo de transporte en no es una locura; sino todo lo contrario. Es un acto de rebeldía consiente con el que se protesta de manera cotidiana a las disparidades e injusticias que moldean la sociedad y la forma en la que se rige.

Optar por un modo de transporte con el que recuperas tiempo de vida, con el que te acercas a tu entorno, generas vínculos con tu sociedad y te reconcilas con el medio ambiente, es un acto de humanidad. Cada vez que la rueda de una bicicleta gira, representa una pausa al paso acelerado de la despersonalización de las ciudades. La bicicleta es una herramienta de transformación de los espacios de las ciudades y por consecuencia de la sociedad que la habita.

En México Previene estamos convencidos que utilizar la bicicleta como modo de transporte no debería de ser un acto de vida o muerte. Es por esto que hemos decidido desarrollar un manual breve que otorgue las herramientas básicas a las y los revolucionarios urbanos que quieran rodar por su ciudad de una manera segura.

Agradecemos de manera particular al colectivo ciclista Polillitas Movilidad Lúdica A.C y a Alejandro Márquez Ascencio y a Xanat Rubio del colectivo BiciSordos Incluyente por su colaboración. De igual forma queremos agradecer al Consejo Ciudadano por confiar en el proyecto. Sin el apoyo de ustedes no habríamos logrado concretar este esfuerzo. De igual forma agradecemos los comentarios de Luisa de Fundación Tláloc que fortalecieron este manual.

GUÍA RÁPIDA PARA EL CICLISMO SEGURO

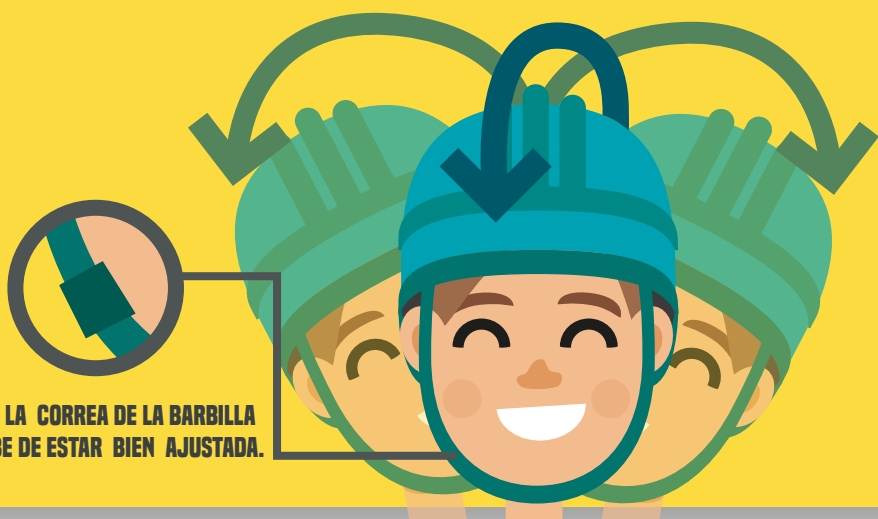
CONTENIDO

PROTEGE LO MÁS IMPORTANTE. ¡PONTE EL CASCO!	5
¿QUÉ ME PONGO PARA DAR EL ROL?	6
CUANDO VIAJES DE NOCHE	7
LO QUE NO TE PUEDE FALTAR PARA SER CICLISTA EN LA CIUDAD.	8
ANTES DE SALIR REvisa TU BICI.	9
PARA CUIDAR TU BICI	10
APRENDE A DAR SEÑALES	11
MANTENTE ALERTA	12
PUNTOS CIEGOS	14
REGLAS BÁSICAS	16
EN LAS INTERACCIONES	18
Con un solo carril	19
Varios carriles	20
Varios Carriles	21
Múltiples carriles dando vuelta a la izquierda.	22
Carriles de un solo sentido con dos o más carriles	23
VÍAS CICLISTAS	24
VIAJANDO FUERA DE LA CICLOVÍA	26
CICLOVÍAS EMERGENTES	28
EN CASO DE UN INCIDENTE	30
NÚMEROS DE EMERGENCIA	32
PON ESPECIAL ATENCIÓN A LA SEÑALIZACIÓN	

EMPECEMOS POR LO MÁS IMPORTANTE. ¡LA CABEZA!

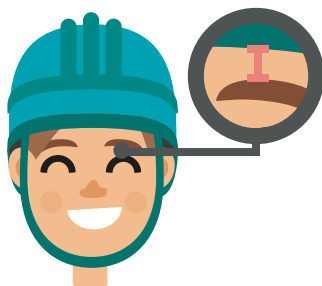
EL USO DEL CASCO ES RECOMENDABLE, PROTEGE TU CABEZA DEL GOLPES LEVES EN CASO DE CAÍDAS. CUANDO ESTÉS AJUSTANDO EL CASCO, ASEGÚRATE DE CUMPLIR LOS SIGUIENTES PUNTOS:

1) AL MOVER LA CABEZA DE LADO A LADO, EL CASCO NO SE MUEVA.

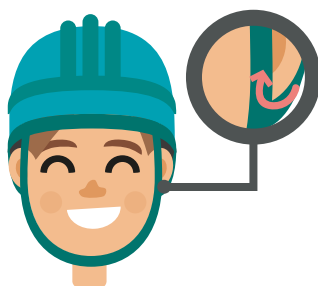


2) LA CORREA DE LA BARBILLA DEBE DE ESTAR BIEN AJUSTADA.

3) DOS DEDOS DE ANCHURA ENTRE LAS CEJAS Y EL CASCO



4) LAS CORREAS LATERALES HACEN U Y POR DEBAJO DE LA OREJA



**SÚBETE
A LA BICI**

¿QUÉ ME PONGO PARA DAR EL ROL?

Todos los días miles de personas se desplazan en sus bicicletas a sus trabajos, escuelas con la ropa que utilizarán durante el día. No obstante, existen accesorios y prendas que pueden mejorar tu comodidad durante paseos de distancias largas.

Inclusive pueden incrementar tu seguridad.

Prendas versátiles y cómodas que te permitan ir a trabajar, estudiar o salir a cenar una vez que hayas dejado de utilizar la bicicleta.

Ligera y ventilada para los meses de calor. Térmica e impermeable para los meses de frío.



DURANTE TRAYECTOS DE NOCHE...

Procura utilizar ropa clara y/o artículos reflejantes.



SI ESTÁ LLOVIENDO...

Utiliza prendas impermeables.

Utiliza prendas de colores claros y llamativos.

Recuerda secar tu bici una vez que hayas llegado a tu casa.



SI ESTÁ HACIENDO FRÍO...

Utilizar varias capas de ropa que te permitan mantener la temperatura corporal.

PROTEGE TUS OJOS...

Procura utilizar gafas que protejan tus ojos, y que eviten que el polvo, y el agua sean un riesgo durante tu trayecto.

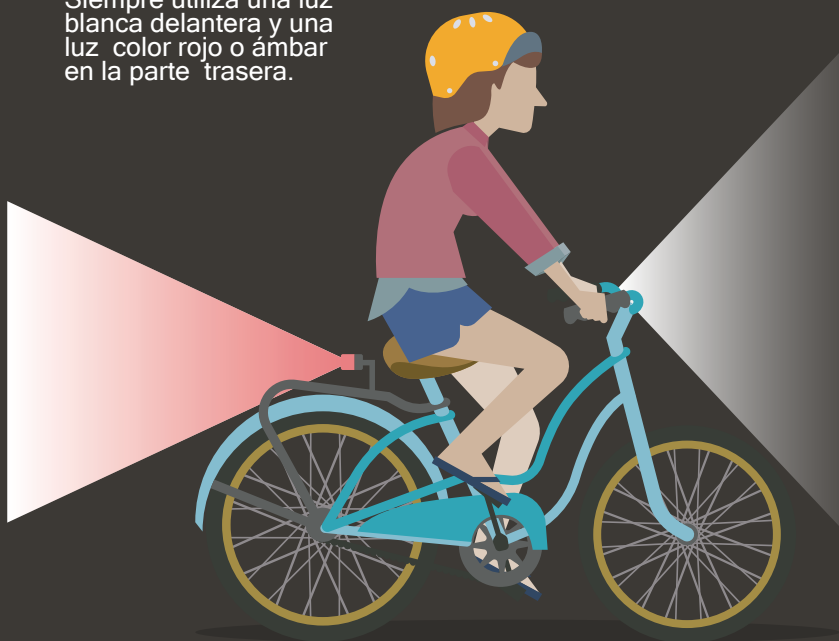


**SÚBETE
A LA BICI**

CUANDO VIAJES DE NOCHE

ES MUY IMPORTANTE SER
VISIBLES PARA LOS
DEMÁS USUARIOS
MIENTRAS CIRCULAMOS
POR LA CALLE.

Siempre utiliza una luz
blanca delantera y una
luz color rojo o ámbar
en la parte trasera.



**SÚBETE
A LA BICI**

LO QUE NO TE PUEDE FALTAR PARA SER CICLISTA EN LA CIUDAD.

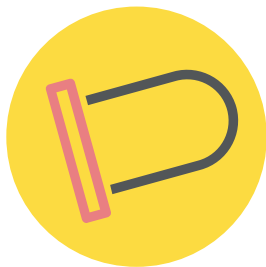
EXISTEN UNA SERIE DE OBJETOS QUE NO TE PUEDEN FALTAR SI
VAS A SALIR A LAS CALLES DE LA CIUDAD EN TU BICICLETA.



Un juego de luces.
Delantera y trasera.



Casco.



Un buen candado.



EQUIPO BÁSICO DE HERRAMIENTAS Y REFACCIONES.

- Palancas para desmontar llantas.
- Juego para parchar cámaras.
- Cámara de repuesto.
- Bomba de aire portátil.

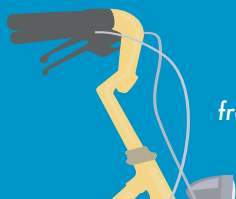
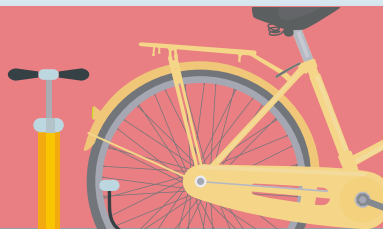
Nuestros amigos Polillitas: Movilidad Lúdica dan cursos de mecánica básica. ¡Búscalos!

ANTES DE SALIR REVISA TU BICI.

LOS 5 BÁSICOS DE MECÁNICA:

1.

Verificar presión de aire de las llantas (revisa la cara lateral de la rueda) y que no tengan objetos incrustados (alguna pieza de metal o vidrios), en el dibujo de la llanta.



Verificar el buen funcionamiento de frenos, cambios y desviadores. Recuerda... si estás aplicando mucha fuerza al freno, quiere decir que los frenos de tu bici están desajustados. De igual forma, recuerda que los frenos no deben de ser muy sensibles.

2.

3.

Verificar que toda pieza ensamblada fija o móvil (asiento, manubrio, llanta, bloqueos, pedales, etc.), se encuentre bien ajustada y no se encuentre suelta o mal ensamblada.



Revisar que la cadena, los ejes de las ruedas y el manubrio estén engrasados y en buen estado.

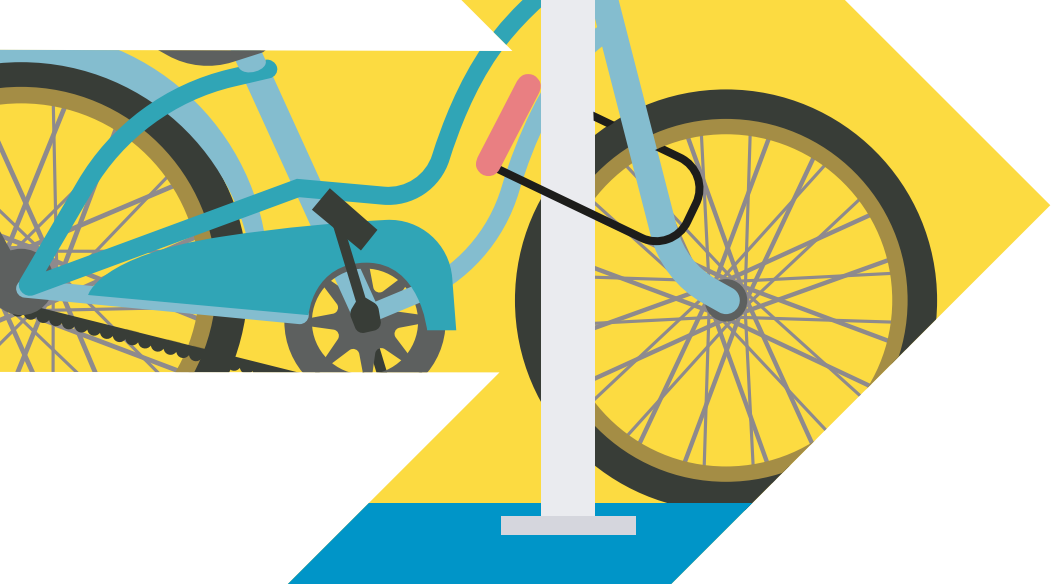
4.

5.

Verificar que la altura del asiento, posición del manubrio y frenos sea la adecuada para evitar posibles lesiones por malas posturas.



***SE RECOMIENDA LLEVAR LA BICICLETA AL TALLER PARA QUE LE REALICEN UN SERVICIO COMPLETO POR LO MENOS UNA VEZ CADA SEIS MESES**



PARA CUIDAR TU BICI

Utiliza **un candado en forma de U**, al igual que un cable de acero para así asegurar las ruedas y el marco de tu bicicleta.

- ➔ Asegúrate de que tu bicicleta esté encadenada a un objeto fijo.
- ➔ Procura que sea un lugar concurrido y bien iluminado.

EL ROBO DE UNA BICICLETA SE PUEDE EJECUTAR EN CUESTIÓN DE SEGUNDOS. ¡NO TE CONFÍES!



**SÚBETE
A LA BICI**

APRENDE A DAR SEÑALES:

Es importante comunicar cuando vas a dar vuelta, cambiar de carril o parar. Las señales son un idioma universal. Recuerda que existen usuarios de la vía que no te pueden escuchar. ¡Aprende a comunicarte!



SEÑAL DE GIRO A
LA DERECHA



SEÑAL DE GIRO A
LA DERECHA
(CON EL BRAZO IZQUIERDO)



SEÑAL DE PARE



SEÑAL DE GIRO A
LA IZQUIERDA

SEÑALAR OBJETO
(CUANDO NO TIENEN LA
CERTEZA QUE LA PERSONA QUE
VA DETRÁS DE TI PUEDE VER TU
BRAZO DERECHO)



REDUCIR
VELOCIDAD



SEÑALAR BACHE

**SÚBETE
A LA BICI**

MANTENTE ALERTA

Si vas cambiar de carril o dar vuelta, siempre volteá hacia atrás y realiza la seña correspondiente. No cambies de carril sin antes asegurarte de haber sido visto por el conductor.

Anticípate a los movimientos de los conductores, peatones y otros ciclistas. Mantente atento a los movimientos de los vehículos que darán vuelta. Mantén tu distancia de las puertas de los vehículos estacionados.

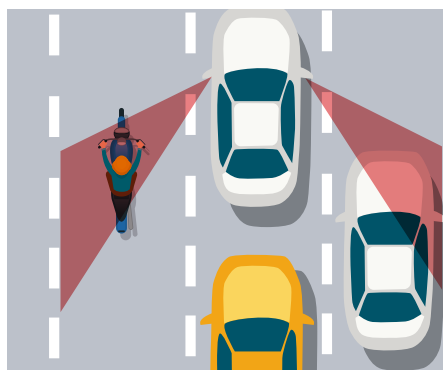
→ **Extrema tus precauciones en los cruces.**

→ **Ponte trucha con las coladeras y traga tormentas.**

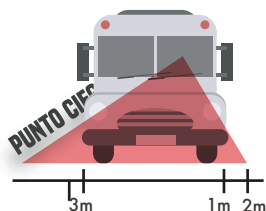
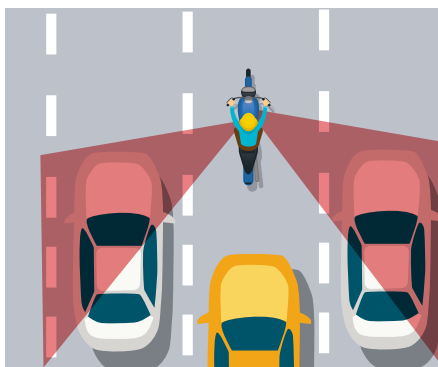


PUNTOS CIEGOS

AUTOMÓVILES



MOTOCICLETAS Y BICIS

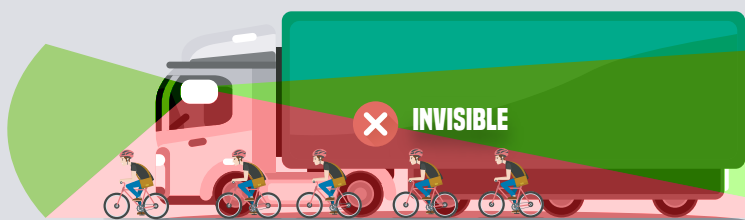
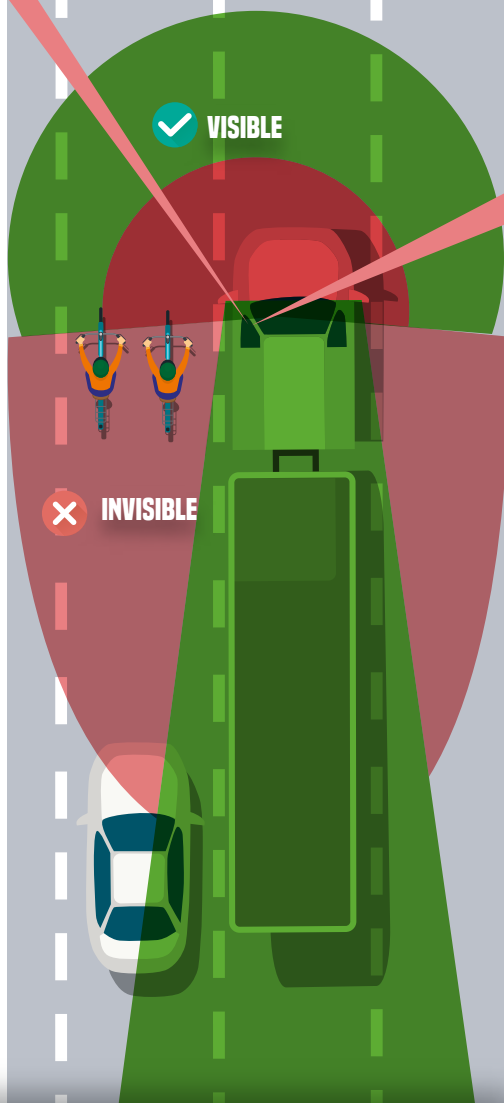


VEHÍCULOS ALTOS

PARA PODER CIRCULAR DE MANERA SEGURA POR LA CIUDAD, SE TIENE QUE SER CONSIENTE DE LOS PUNTOS EN DONDE ES IMPOSIBLE QUE UN CONDUCTOR TE VEA.

Recuerda:

- ➔ Siempre debes colocarte donde el conductor pueda verte.
- ➔ Si tú no puedes ver al conductor, lo más seguro es que él no te pueda ver a ti.
- ➔ Si utilizas una bicicleta baja, puedes hacer uso de banderines que te vuelvan visible.



REGLAS BÁSICAS

- **1. RESPETA SIEMPRE AL PEATÓN.** El peatón siempre va primero.
- **2. SI TIENEN MÁS DE 12 AÑOS DE EDAD, NO CIRCULES SOBRE LA BANQUETA.** Si lo haces, bájate de la bicicleta.
- **3. NO CIRCULES EN SENTIDO CONTRARIO:** Ni los conductores, ni los peatones esperan a ver a un ciclista que circula contra el flujo del tránsito.
- **4. EVITA UTILIZAR CARRILES CONFINADOS PARA EL TRANSPORTE PÚBLICO.**
- **5. RECUERDA QUE TIENES EL DERECHO DE OCUPAR EL CARRIL COMPLETO.**
- **6. NO TE SUJETES A OTROS VEHÍCULOS.**

**SÚBETE
A LA BICI**

- ➔ **7. UTILIZA EQUIPO DE SEGURIDAD** como el casco y luces.
- ➔ **8. TRAE HERRAMIENTA BÁSICA** que te ayude a salir de un imprevisto.
- ➔ **9. NO UTILICES NI EL CELULAR NI LOS AUDÍFONOS.**
- ➔ **10. NO CONDUZCAS** bajo los efectos del alcohol o drogas.
- ➔ **11. SE PREDECIBLE:** Circula en Línea recta. Comunícate con las señales antes de dar vueltas o parar. Revisa bien detrás de ti antes de hacer una vuelta o cambiar de carril.
- ➔ **12. MANTENTE VISIBLE:** Utiliza ropa de colores claros y/o accesorios reflejantes. Asegúrate que los conductores te vean y evita posicionarte en los puntos ciegos de los vehículos.
- ➔ **13. PREPARA TU VIAJE.** Antes de salir, revisa el estado de tu bicicleta. Planea tu ruta y sal con el tiempo suficiente para no ir con prisa.
- ➔ **14. SIEMPRE RESPETA EL REGLAMENTO DE TRÁNSITO**
- ➔ **15. COMPARTE LA VÍA CON LOS DISTINTOS USUARIOS.** Recuerda que todos tenemos derecho a circular por la ciudad.

RECOMENDACIONES BÁSICAS EN LAS INTERACCIONES

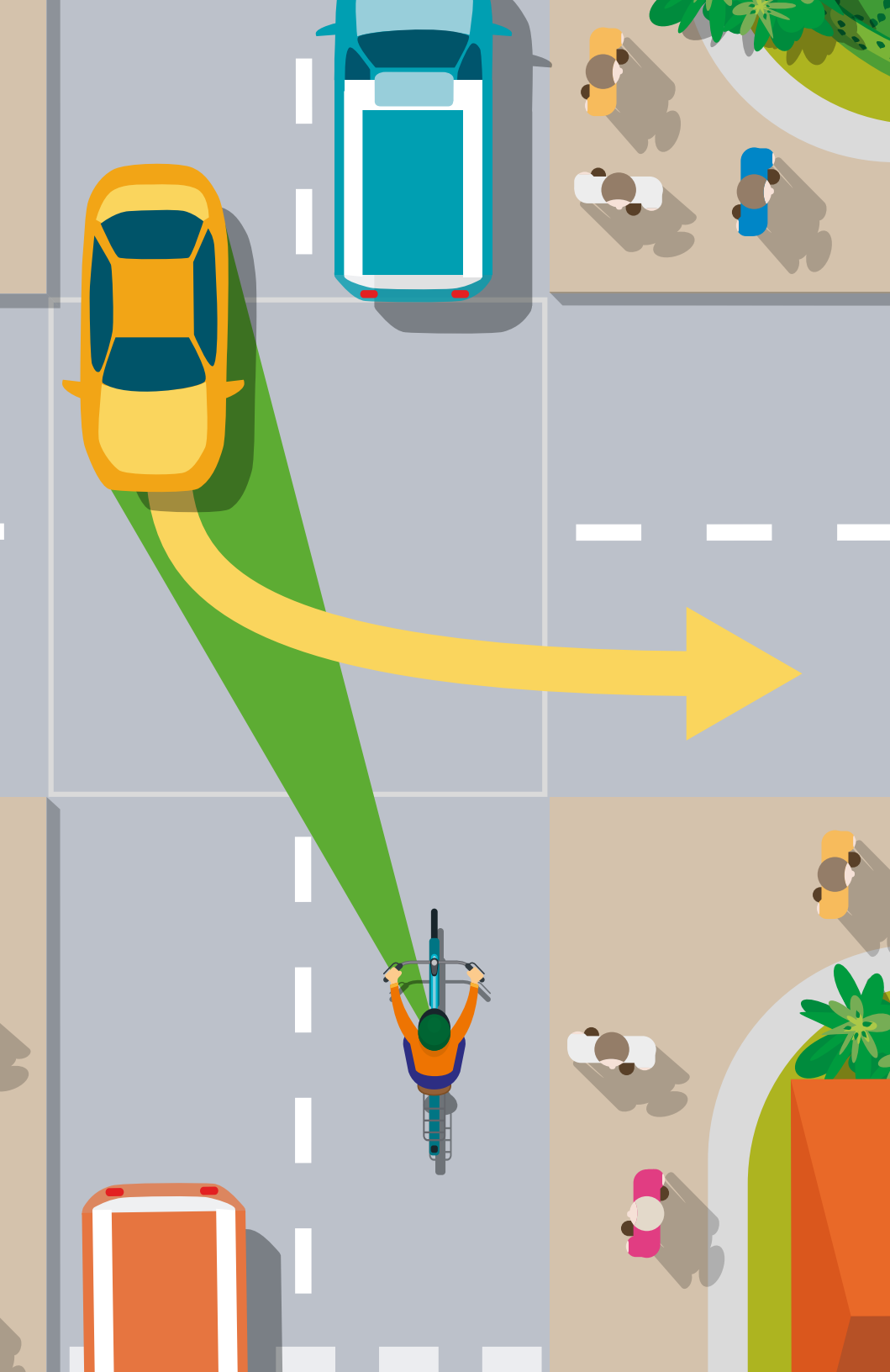
ROLLING STOP:

Si vas a cruzar una vía secundaria en cuya intersección la luz del semáforo se encuentre en rojo o en la que exista un señalamiento restrictivo de “Alto” o “Ceda el paso”, podrás seguir de frente siempre y cuando disminuyan su velocidad, voltees a ambos lados y te asegures que no existen peatones o vehículos aproximándose a la intersección por la vía transversal.

En caso de que existan peatones o vehículos aproximándose, o no existan las condiciones de visibilidad que les permita cerciorarse de que es seguro continuar deberás hacer alto total.

- ➔ **RECUERDA HACER LA SEÑAL CORRESPONDIENTE A TUS INTENCIONES.**
- ➔ **COLÓCATÉ EN EL CARRIL ADECUADO ACORDE A TU TRAYECTO.**
- ➔ **EVITA LOS PUNTOS CIEGOS DE LOS VEHÍCULOS.**
- ➔ **EXTREMA TUS PRECAUCIONES CON CAMIONES, MICROS.**



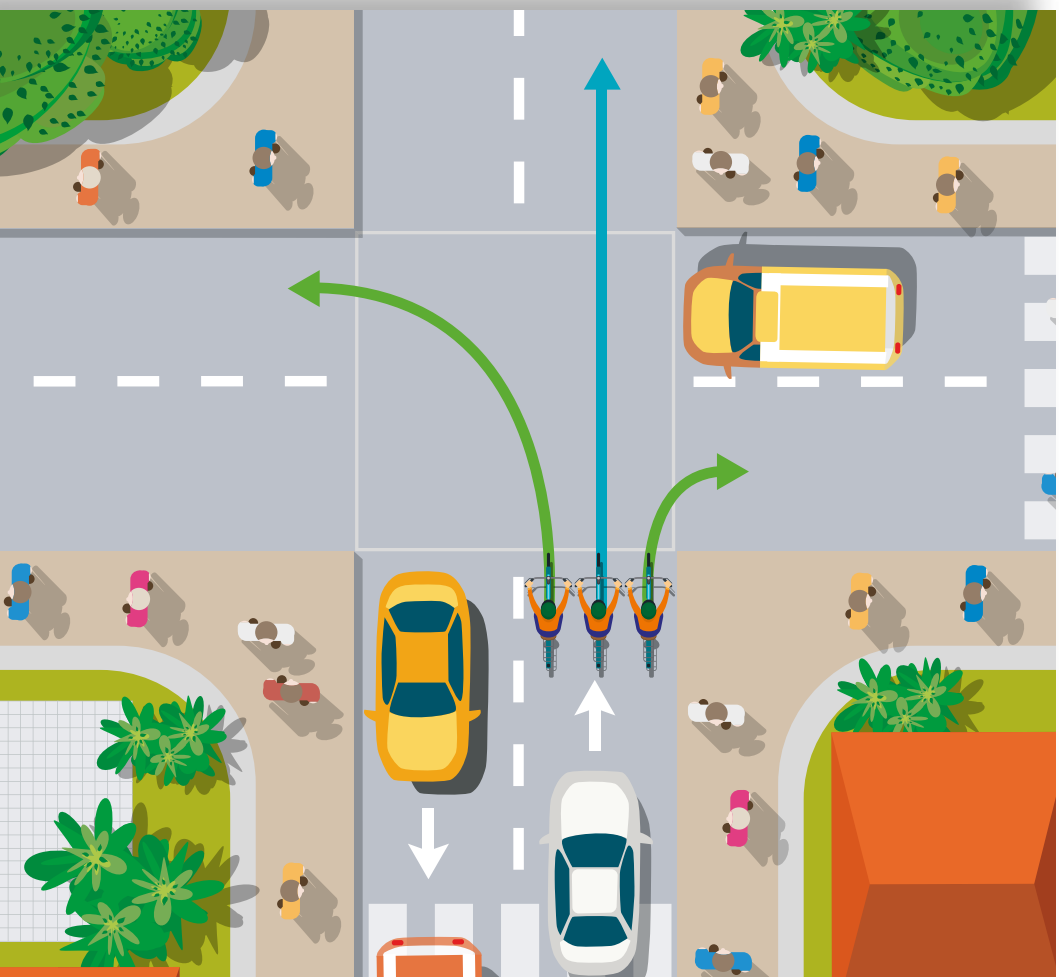


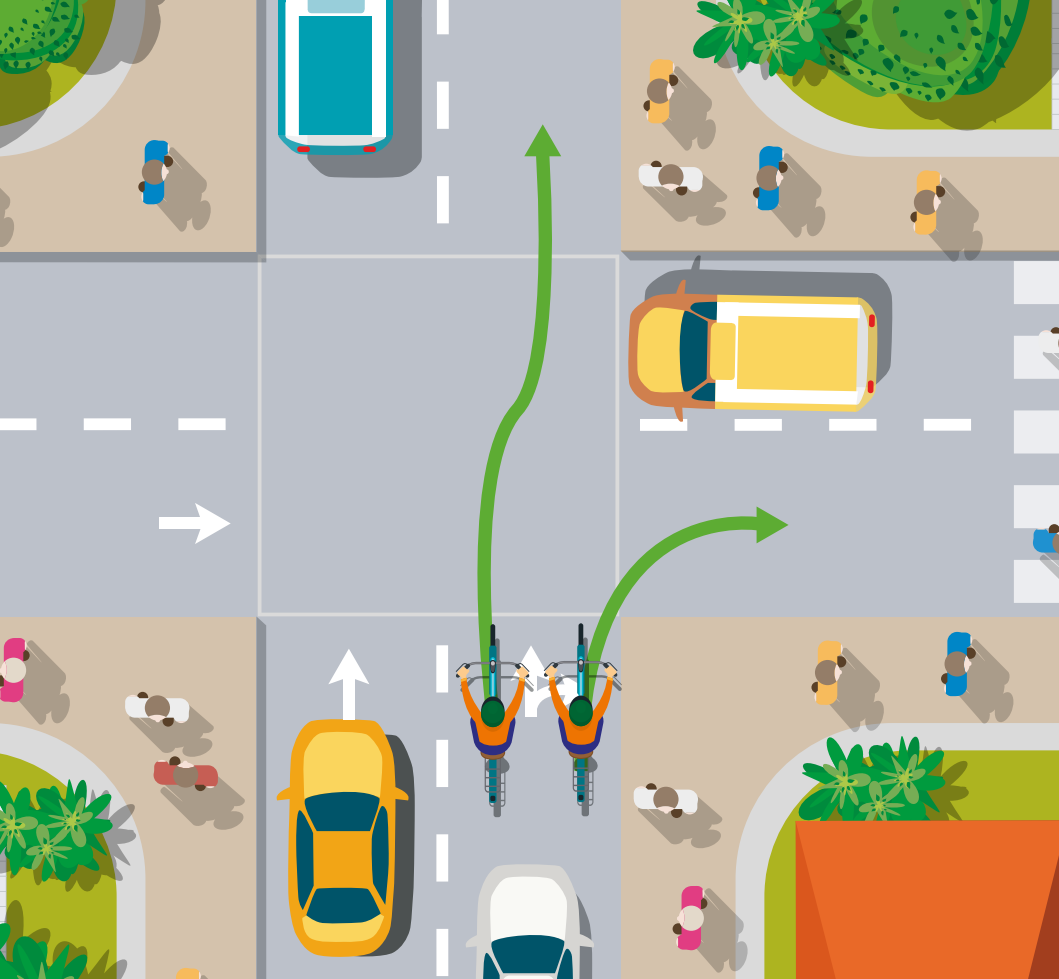
CRUCES E INTERSECCIONES

INTERSECCIONES CON UN SOLO CARRIL:

**COLÓCATE EN EL CARRIL ACORDE A
TU PRÓXIMA DIRECCIÓN.**

- Si vas a dar vuelta a la izquierda mantente a la izquierda del carril.
- Si vas a continuar derecho, posíciónate en medio del carril.
- A la derecha si tu intención es dar vuelta a la derecha.





- ➔ Cuando te aproximes al cruce con varios carriles, colócate en el carril de la derecha que vaya en la dirección en que viajas.

CRUCES E INTERSECCIONES

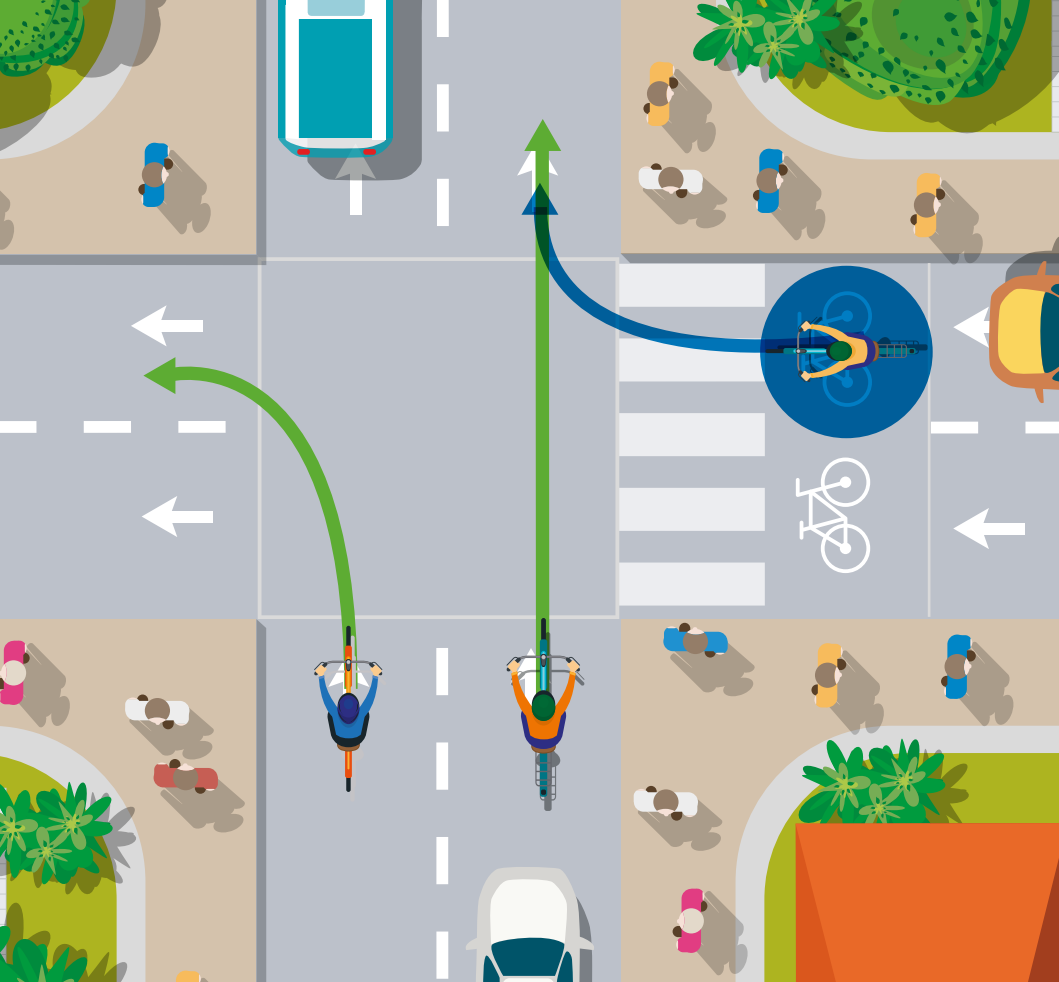
VARIOS CARRILES

CRUCES E INTERSECCIONES

MÚLTIPLES CARRILES DANDO VUELTA A LA IZQUIERDA

➔ Para dar la vuelta a la izquierda en una vía con varios carriles. Seleccione el carril del lado derecho que permita continuar la vuelta hacia la izquierda.





➔ Si una calle de un sólo sentido tiene dos o más carriles, posícionese en el carril del lado izquierdo.

➔ Si no le es posible hacer el cambio de carril con total seguridad. Posícionese en la zona de espera de la vía a la que se incorporará y espere el siga.

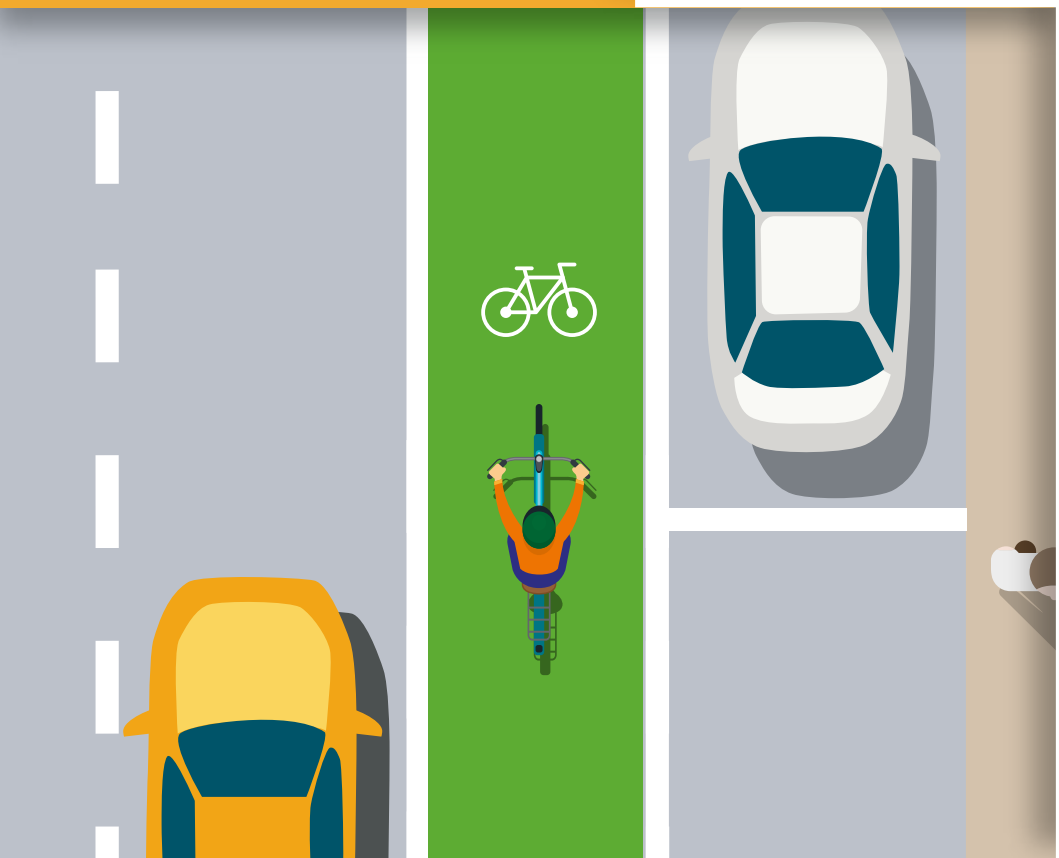
CRUCES E INTERSECCIONES

CALLES DE UN SÓLO SENTIDO CON 2 Ó MÁS CARRILES

LAS LEYES DE LA CALLE

VÍAS CICLISTAS

**LAS CICLOVÍAS SON
CARRILES
DESTINADOS AL
TRÁNSITO EXCLUSIVO
O PRIORITARIO DE
BICICLETAS Y OTROS
VEHÍCULOS NO
MOTORIZADOS, QUE
PROPORCIONAN UN
ESPACIO SEGURO
PARA LOS USUARIOS**



Existen por lo menos cuatro categorías diferentes.

1. Carril compartido ciclista:

Carril ubicado en la extrema derecha del área de circulación vehicular, con un ancho adecuado para permitir que ciclistas y conductores de vehículos motorizados compartan el espacio de forma segura; estos carriles deben contar con dispositivos para regular la velocidad.

2. Ciclocarril: Carril delimitado con marcas en el pavimento destinado exclusivamente para la circulación ciclista.

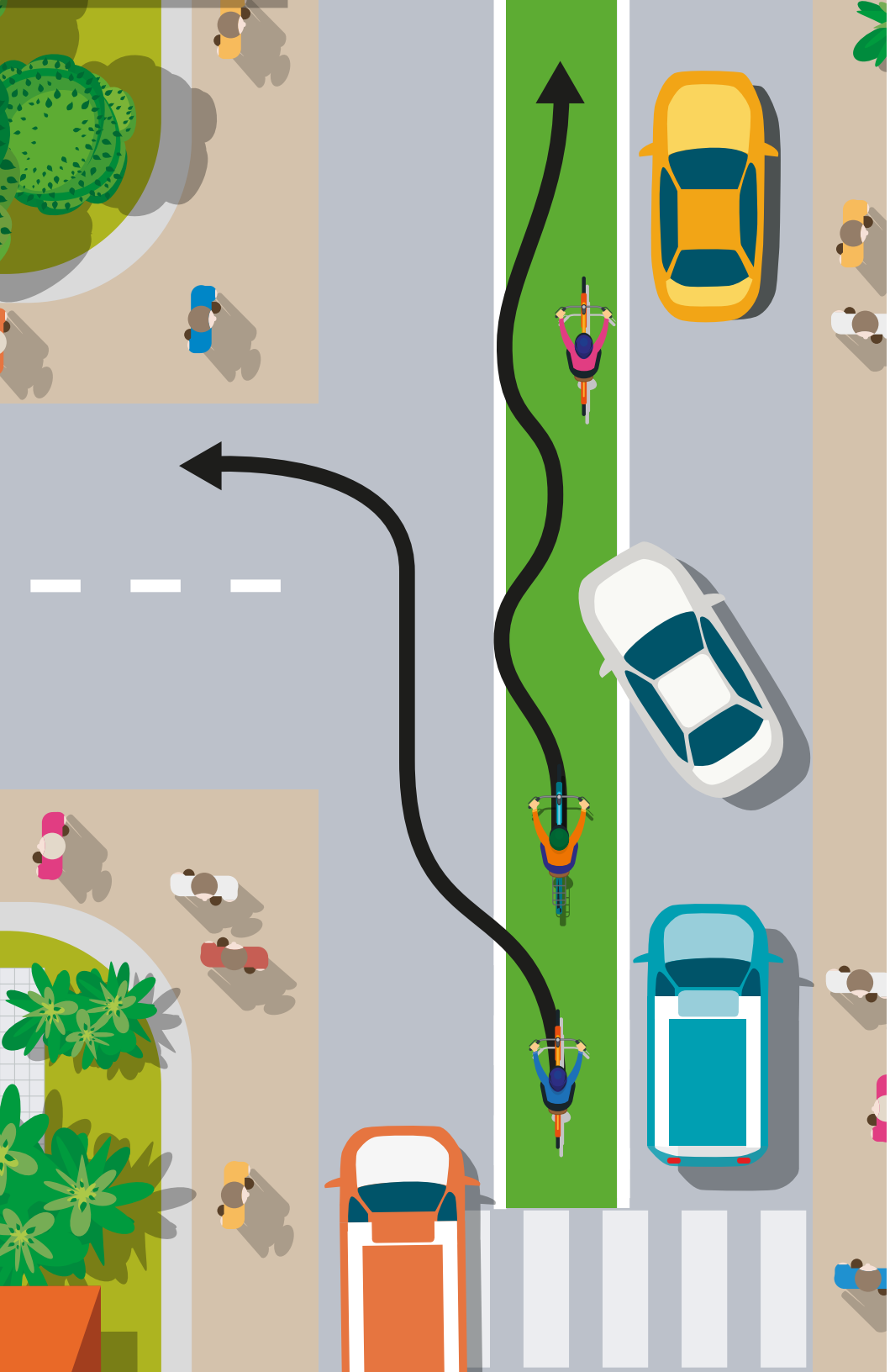
3. Ciclovía: Carril confinado exclusivo para la circulación ciclista físicamente segregado del tránsito automotor.

4. Calle compartida ciclista:

Vía destinada a la circulación prioritaria de bicicletas, que cuenta con dispositivos que permiten orientar y regular el tránsito de todos los vehículos que circulen en ella, con la finalidad de compartir el espacio vial de forma segura.

5. Cajón Bici-moto: Zona marcada sobre el pavimento que permite a los conductores de estos vehículos aguardar la luz verde del semáforo en una posición adelantada, de tal forma que sean visibles a los conductores del resto de los vehículos.





SE PERMITE VIAJAR AL CICLISTA FUERA DE LA CICLO VÍA CUANDO...

A. Las vías se encuentren impedidas para el libre tránsito a consecuencia de obras públicas o privadas, eventos que interfieran de forma temporal la circulación o cuando el flujo de ciclistas supere la capacidad de la vía.

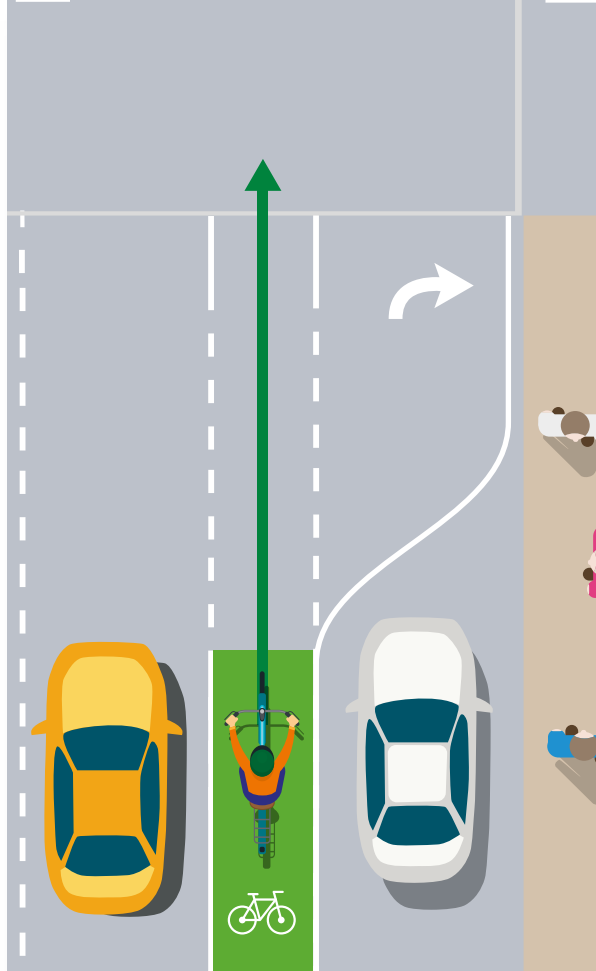
B. Circulen vehículos no motorizados que tengan un ancho mayor a 0.75m que impida la libre circulación de los demás ciclistas sobre la vía.

C. Se tenga que adelantar a otro usuario.

D. Vayan a girar hacia el lado contrario en el que se encuentre la vía ciclista o estén próximos a entrar a un predio.

Recuerda:

Los conductores de vehículos no motorizados tienen derecho a ocupar un carril completo.



LAS LEYES DE LA CALLE

VIAJANDO FUERA DE LA CICLOVÍA

CICLOVÍAS: UNA INVERSIÓN DE VANGUARDIA QUE DEBE PERMANECER.

VÍCTOR ALVARADO

Responsable del Área de Movilidad y Cambio Climático
El Poder del Consumidor

CICLOVÍAS EMERGENTES

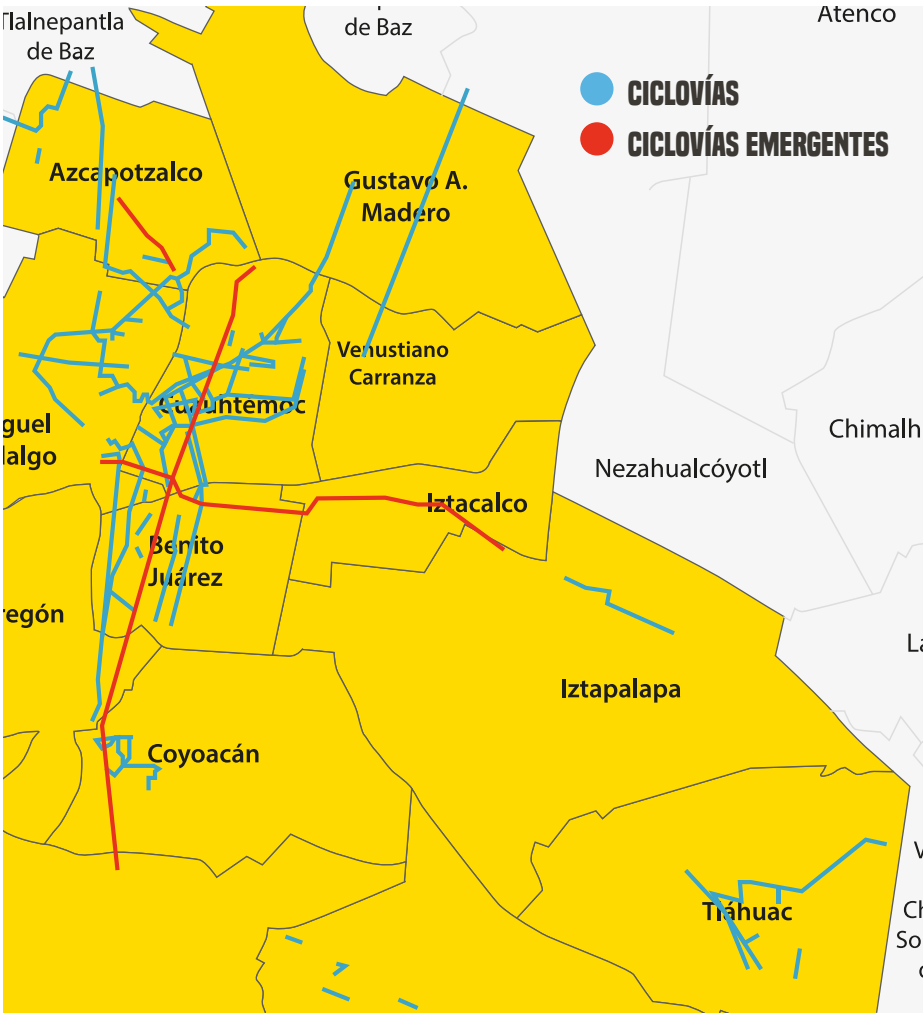
- ➔ Las ciclovías emergentes son acciones e intervenciones temporales dirigidas a su permanencia y modificación para la salvaguarda de todos los usuarios de la vía, privilegiando los principios y necesidades establecidos en la pirámide de movilidad.
- ➔ Las ciclovías emergentes resultan ser espacios delimitados para que las personas cuenten con una opción más de transporte para satisfacer sus necesidades de viaje y para quienes decidan utilizar modos de movilidad sustentable. La intervención o infraestructura debe ofrecer seguridad y eficiencia a las personas.

El principio básico de la seguridad vial es garantizar la integridad de todos los usuarios de la vía (personas a pie o con apoyos técnicos, bicicletas u otro vehículo no motorizado, usuarios de transporte público, transporte de carga y uso de vehículos particulares). Para cumplir este principio la mejor apuesta en las ciudades y regiones en general es contar con calles completas, que permitan mediante la infraestructura así como la optimización del diseño vial y del espacio público la operación de la movilidad activa, transporte público y la circulación de vehículos motorizados.

En ese sentido las ciclovías emergentes (que en su mayoría surgieron en distintas ciudades a consecuencia de la pandemia por COVID-19) han dejado constancia de la apremiante necesidad de recuperar el espacio público para las personas que se mueven de forma activa por encima de la hegemonía que exige la infraestructura vehicular.

Un ejemplo efectivo de la exigencia social sobre la permanencia de una ciclovía emergente una vez que se instala, es el caso de la habilitada en Avenida Insurgentes, la cual logró a sus cuatro meses de implementación una aprobación generalizada de varios sectores: 95% de los usuarios de la ciclovía; 73% de los usuarios de Metrobús (usuarios de transporte público); e incluso un 54% de comerciantes y automovilistas que operan y circulan respectivamente sobre el ahora carril permanente.

Finalmente decir, que ciudades que han apostado por la movilidad activa mediante ciclovías han incrementado un año de vida la esperanza de vida de su población. Asimismo, mediante el confinamiento, reconfiguración vial y semafórica se pueden salvar vidas y reducir los hechos de tránsito hasta en un 50%.





EN CASO DE UN INCIDENTE



¡MANTÉN LA CALMA!

ASEGÚRATE QUE NO HAYAS SUFRIDO LESIONES.

ACTIVA LOS SERVICIOS DE EMERGENCIA. 9-1-1

- I. SI RESULTASTE LESIONADO SOLICITA QUE SE DÉ AVISO AL PERSONAL DE AUXILIO.**
- II. TOMA NOTA DEL COLOR, MODELO Y PLACA DEL VEHÍCULO.**
- III. IDENTIFICA A LAS PERSONAS INVOLUCRADAS. HAZ LO POSIBLE POR OBTENER EL NOMBRE DE LA PERSONA, EL NÚMERO DE LA LICENCIA, Y LA PÓLIZA DEL SEGURO. TODA INFORMACIÓN ES RELEVANTE.**



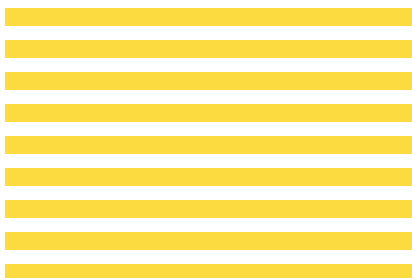
IV. CUANDO LLEGUE LA POLICÍA, REGISTRA EL NOMBRE Y NÚMERO DE PLACA DE LOS OFICIALES QUE ESTÉN AYUDÁNDOTE.

VI. RECUERDA QUE PUEDES SOLICITAR QUE EL CONDUCTOR DEL VEHÍCULO AUTOMOTOR SEA REMITIDO ANTE EL JUEZ CÍVICO.

V. SI EXISTEN CÁMARAS DE SEGURIDAD CERCA DEL LUGAR DEL INCIDENTE, ES IMPORTANTE SOLICITAR EL ID DE LA CÁMARA, PARA LUEGO SOLICITAR EL VIDEO.

VII. NO FIRMES NINGÚN DOCUMENTO HASTA CERCIORARTE DE QUE TE ENCUENTRAS BIEN Y QUE LA PERSONA RESPONSABLE, SE HARÁ CARGO DE TUS GASTOS MÉDICOS, MECÁNICOS DE LA BICICLETA Y LO QUE RESULTE POR INCAPACIDAD. TE PUEDES APOYAR DE UN ABOGADO.

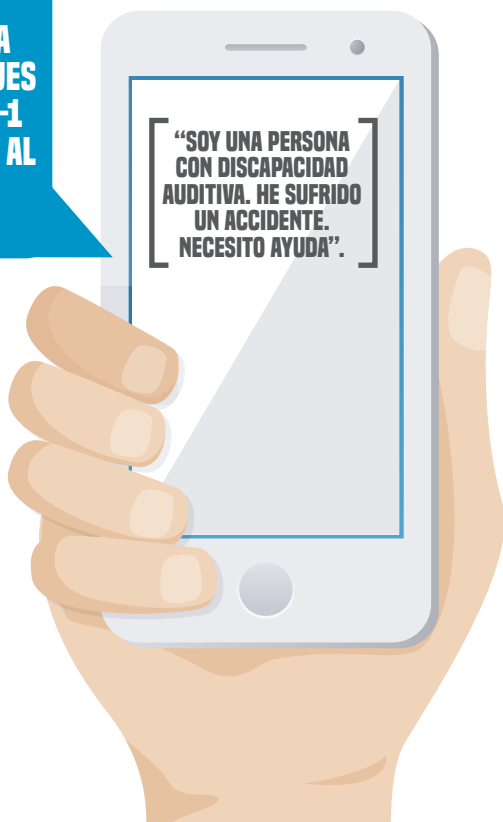
***RECUERDA QUE PUEDES PEDIR
ASESORÍA JURÍDICA GRATUITA
AL TELÉFONO DEL CONSEJO
CIUDADANO: 55-33-55-33**



NÚMEROS DE EMERGENCIA

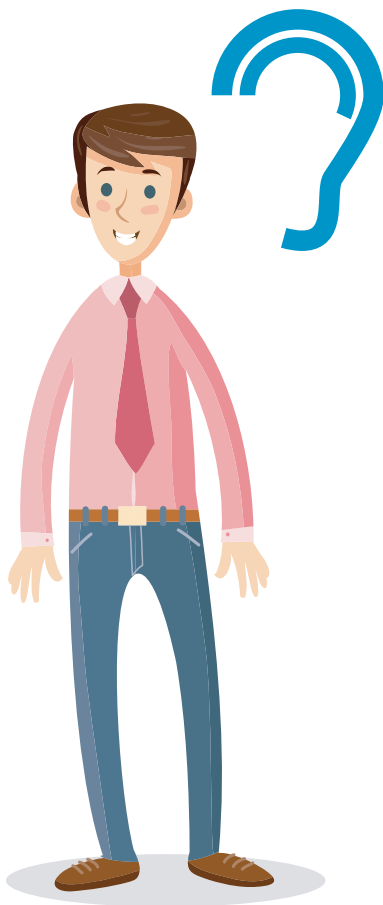
EMERGENCIAS: 911
CONSEJO CIUDADANO: 55 33 55 33

**SI TIENES UNA
DISCAPACIDAD AUDITIVA
PUEDES MANDAR MENSAJES
DE TEXTO EN LA APP 9-1-1
DEL GOBIERNO FEDERAL O AL
NÚMERO DEL CONSEJO
CIUDADANO**

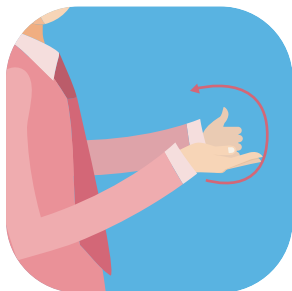


S.O.S CON SEÑAS

Si vas por la vía pública y una persona con discapacidad auditiva, se acerca a ti realizando las siguientes señales está pidiéndote ayuda, policía, o ambulancia.



AYUDA



POLICÍA



AMBULANCIA



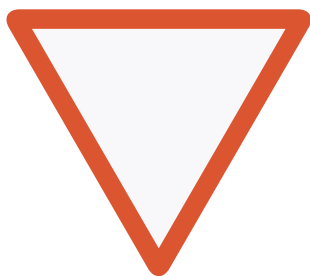
PON ESPECIAL ATENCIÓN A LA SEÑALIZACIÓN



ALTO: Indica a los conductores de vehículos que deben detenerse completamente y sólo reanudar la marcha cuando no exista riesgo de conflicto con los demás usuarios de la vía.



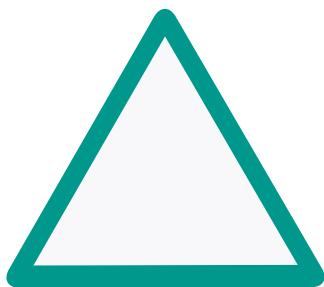
PRIORIDAD DE USO: Indica a los conductores el tipo de vehículo que tiene prioridad de uso de la vía.



CEDA EL PASO: Indica a los conductores de vehículos que deben disminuir la velocidad o detenerse en las intersecciones cuando sea necesario, para ceder el paso al tránsito que cruza o se incorpora a la vía.



ENCIENDA SUS LUCES: Indica a los conductores de vehículos la obligación de encender los faros de sus automóviles.



PREFERENCIA DE PASO: Indica a los conductores de vehículos que tienen preferencia de paso en las intersecciones, con respecto a aquellos que atraviesan o se incorporan a la vía.



PROHIBIDO EL TRÁNSITO DE BICICLETAS: Indica a los ciclistas que se prohíbe su tránsito en ciertos carriles o en un determinado tramo de la vía.



PROHIBIDO EL TRÁNSITO DE MOTOCICLETAS Y BICICLETAS: Indica a los ciclistas que se prohíbe su tránsito en ciertos carriles o en un determinado tramo de la vía.



DESMONTAR: Indica a los ciclistas la obligatoriedad de descender de la bicicleta.

“LA BICICLETA ES EL MODO DE TRANSPORTE MÁS BARATO, SIN CONTAR LAS PIERNAS, Y NO ENVENENA EL AIRE, NI CONTAMINA EL SILENCIO, NI TAPONA LAS CALLES. SI HUBIERA CARRILES, EL PAÍS AHORRARÍA PETRÓLEO Y MUCHA GENTE AHORRARÍA PASAJES Y SE LIBERARÍA DEL TORMENTO DE LOS ÓMNIBUS REPLETOS”.

EDUARDO GALEANO.



Fuentes referenciales:

http://www.sedema.cdmx.gob.mx/storage/app/media/guia_ciclista_cdmx.pdf
http://www.sedema.cdmx.gob.mx/storage/app/media/programas/movilidad-sustentable/movilidad-bicicleta/manual_ciclista_urbano.pdf
https://issuu.com/secretariadistritaldemovilidad/docs/digital_manual_del_buen_ciclista_2
https://issuu.com/bikeleague/docs/spanish-language_qg_watermark/1?ff=true&e=1335002/14379737
<https://roadcyclinguk.com/how-to/technique/essential-guide-road-cycling-hand-signals-calls.html>
<https://bikemaps.org/vis/@43.6698583,-79.4070339,13z>
http://eldigital.barcelona.cat/wp-content/uploads/2016/04/fullet_normativa_cast.pdf
<https://www.gov.uk/guidance/the-highway-code/rules-for-cyclists-59-to-82>

BREVE MANUAL PARA EL CICLISTA URBANO.

Autor:
México Previene, A.C.

Directora: María Fernanda
Rivero Benfield

Coordinador de Proyecto:
Julián Lomelín Gascón

Diseño gráfico:
Julián Pérez Huerta

WWW.MEXICOPREVIENEAC.ORG
Tel: 55548107

#PREVENIRSALVAVIDAS.
CIUDAD DE MÉXICO, MÉXICO. MARZO DE 2018.



#PrevenirSalvaVidas