



Norges
Cykleforbund

UCI UNION
CYCLISTE
INTERNATIONALE



Voss sykkleklubb

Trygg i feltet – grunnleggjande «internasjonale» teikn for god kommunikasjon

Allment

Handsignal må vera tydelege og skal varsla endringar i god tid, slik at resten av feltet oppfattar signala. Signal må meldast av fleire bakover i feltet slik at alle får den same infoen.

Retningsendring

Ved vegkryss skal eventuelle retningsendringar varslast med ein tydeleg utstrekt arm til venstre eller høgre.

Stogg eller ver klar til å stogga

Når den fremste i feltet kjem til ei hindring som krev oppbremsing, skal handa rekkjast tydeleg opp. *Obs!* Det kan vera fårleg å bremsa med berre ei hand på styret. Gje tydeleg teikn og brems deretter med begge hender på styret.

Mindre fart (ikkje synt med bilete her)

Om det krevst mindre fart, t.d. ved dårleg vegdekke i full breidd, uavklart framkome, e.l.l. skal det synast med ein utstrekt arm du rører opp og ned. Handflata skal venda ned.

Hindringar i vegen

Ein av dei vanlegaste grunnane til velt er hindringar i vegen, det kan vera dårleg vegdekke, steinar, flasker eller sykkelpumper. Peik ned på den sida av sykkelen der hindringa er slik at dei som kjem bak vert varsla og kan unngå hindringa.

Hindringar langs vegkanten

Møter du ei hindring ved vegkanten er det viktig å melda dette baketter i feltet. Hindringa kan vera ein bil, ein fotgjengar, eller ein syklist som feltet skal forbi. Vift tydeleg med handa på den sida som hindringa er på i god tid før du møter hindringa. Sving so unna slik at dei bak deg skjønar at dei skal gjera det same.

