
InBici

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

SPOSTARSI IN BICICLETTA: 5 CONSIGLI PER CHI LO FARA' DURANTE LA FASE 2

· Sunday, May 3rd, 2020

Saranno sicuramente molte, o almeno ce lo auguriamo, le persone che decideranno di andare in bicicletta durante la fase 2 dell'emergenza sanitaria Coronavirus.

Ormai è un dato di fatto che la bici sarà un mezzo di trasporto fondamentale a partire dal 4 maggio, in quanto prendere i mezzi pubblici sarà molto difficile e mettersi in auto può contribuire a peggiorare la situazione del traffico. Anche per questo motivo, saranno tantissimi i chilometri di piste ciclabili provvisorie che i comuni delle principali città italiane stanno creando a poche ore dall'uscita parziale dal lockdown.

In questo articolo vogliamo quindi dare **pochi e semplici suggerimenti per chi non è abituato a spostarsi in bicicletta**, ma ha deciso di farlo per venire incontro alle esigenze di tutti i giorni, come fare la spesa, andare al lavoro e quant'altro.

1 – FARE UN CONTROLLO DEL PROPRIO MEZZO – A partire dal 4 maggio, sarà possibile recarsi presso le officine meccaniche di biciclette. Se rispolveriamo un mezzo tenuto fermo in garage per troppo tempo, facciamo fare a un meccanico un bel controllo a tutte le parti meccaniche, con particolare attenzione alla catena, ai freni e alle ruote.



2 – NON DIMENTICARE GLI ACCESSORI – Anche se devi fare pochissimi metri, **non dimenticare mai il casco, gli occhiali e la borraccia dell’acqua**. Il casco ti salva la vita in caso di caduta, anche accidentale. Gli occhiali ti permettono di proteggere gli occhi da eventuali polveri o moscerini portati in giro dal vento (non bisogna toccarsi gli occhi a meno che non si abbiano le mani pulite, così come il naso, perché il contatto con le mani potrebbe favorire il contagio). **Non dimentichiamo mai una borraccia di acqua: bevete poco e spesso**, non dovete arrivare a sentirvi assetati prima di bere.



3 – RICORDA I DISPOSITIVI DI PROTEZIONE – Portarsi dietro la **mascherina** è

importante: mettiamola in un sacchetto di plastica e riponiamola nella nostra tasca. Eventualmente, nessuno ci vieta di portare con noi uno **zainetto**, anche perché non dobbiamo dimenticarci nemmeno **l'autocertificazione, i nostri documenti e il gel igienizzante per le mani**.

4 – FATTI RICONOSCERE – Anche se dovessi pedalare solo su piste ciclabili, **cerca sempre di indossare abiti dai colori sgargianti, al fine di renderti sempre visibile dalle automobili**. Nei negozi sono in commercio anche le luci posteriori, molto utili per avere visibilità. La raccomandazione è sempre quella di **attenersi scrupolosamente alle regole del codice della strada**, scendendo dalla bicicletta quando bisogna attraversare la strada sulle strisce pedonali.



5 – GODITI LA PEDALATA – La bicicletta è sempre stata concepita, in Italia, come un mezzo ludico, ma può essere utilizzato per qualsiasi tipo di spostamento. **Anche se sei poco allenato e se decidi di andare in bici elettrica, goditi il paesaggio: andare in bici è molto diverso dall'andare in macchina**, e vedrai che piano piano ti piacerà sempre di più, al punto che non potrai più fare a meno.

This entry was posted on Sunday, May 3rd, 2020 at 2:37 pm and is filed under [G News](#), [News](#), [Top News](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

