BIKE SMART
with the Houston Bikeway Program
BIKE ROUTE
HOUSTON is on A ROLL
HoustonBikewayProgram
CITY OF HOUSTON
TEXAS

BIKE SMART
con el Houston Bikeway Program
BIKE ROUTE
HOUSTON is on A ROLL
HoustonBikewayProgram
CITY OF HOUSTON
TEXAS

REGLAS DE CARRETERA:

Cuando estés en carretera, una bicicleta es como un carro o camioneta. Un ciclista debe seguir las mismas reglas que otros vehículos, y la regla más importante es estar ALERTA. ¡Observa lo que sucede a tu alrededor!

- **SIEMPRE** conduce en la misma dirección que el tráfico. Obedece las señales de tráfico y monta un solo ciclista por asiento.
- **Conduce por la derecha** (excepto cuando necesites virar a la izquierda) y evita la "zona de puerta de carro." Usa vías designadas para ciclismo cuando sea posible.
- En **altos de cuatro vías**, el primer vehículo en alcanzar la intersección tiene el derecho de paso primero. Si llegan varios a la vez, el primer vehículo a la derecha va primero. Haz contacto visual antes de cruzar.
- **MOTORISTAS:** Estén alerta con ciclistas y peatones, especialmente al salir de una entrada. Mira a tu derecha y a tu izquierda antes de girar. Y cede el paso a ciclistas y peatones que estén cruzando en un alto, vías peatonales o intersecciones para ciclistas.
- **Las bicicletas NO son permitidas en las aceras** con negocios a ambos lados o con ciclistas de 10 años o más **A NO SER** que condiciones peligrosas estén presentes en el camino.
- **Los padres deciden** cuándo sus niños estan listos para manejar en la carretera.
- **SIEMPRE** cede el paso a peatones.

Hay 290 MILLAS DE CAMINOS

para bicicleta para que disfrutes la ciudad de Houston. Algunos de estos están en las calles de Houston y otros están en parques y por el bayou. Algunos de estos caminos son sólo para ciclistas. Otros son para ambos, bicicletas y carros. Y tu debes estar siempre alerta para poder ver peatones en el camino.

Este manual cubre las reglas básicas de ciclismo en Houston. ¡Es importante saberlas – pueden salvarte la vida!

¡USA CASCO!

Es Bueno!

Cada ciclista

esta más seguro si él o ella usa un casco. Y en Houston todo ciclista hasta los 17 años DEBE usar un casco ajustado y apropiadamente asegurado. Un buen casco puede prevenir una lesión al cerebro – el cual funciona como el disco duro en tu computador. Hace funcionar el software de tu cuerpo.

¡Entonces no estropées tu disco duro – usa un casco! Un casco apropiadamente ajustado puede reducir el riesgo de lesiones graves o la muerte por un 88%, de acuerdo con bicyclinginfo.org.

Tu casco debe:

- **NO** bloquear tu vista a los lados o de frente
- **PONTELO DERECHO** y con la parte **GRUESA** en la parte de atrás **Y SOLO DOS DEDOS POR ENCIMA DE TU FRENTE.**
- **AJUSTADO CON LAS CORREAS LATERLES EN "V" JUSTO DEBAJO DE TUS OREJAS.** Deja espacio para dos dedos entre la correa y tu mentón.

Compra un casco que tenga una etiqueta por dentro de CONSUMER PRODUCT SAFETY COMMISSION (CPSC) ¡Y si te caes y hay algun impacto contra tu casco, cámbialo!

HABLEMOS DE BICICLETAS

- **Ciclista** – una persona que conduce una bicicleta
- **Designado** – marcado por una razón especial
- **Motorista** – alguien que conduce un carro, van o camioneta
- **Hidratado** – cuando tomas suficiente agua para mantener tu cuerpo funcionando correctamente
- **Peatón** – una persona que camina
- **Ceder** – Detenerte. Dejar que una persona o vehículo cruze frente a ti antes de que usted entres, o re-entres en el tráfico.

¿POR QUÉ USAR BICICLETA?

Es saludable – para ti y el planeta. Haces ejercicio y no usas gasolina o contaminas cuando usas una bicicleta. ¡Es una manera DIVERTIDA de movilizarte!

ROAD RULES:

When on the road, a bicycle is just like cars and trucks. A bike rider must follow the same rules as other vehicles and the most important rule is to be ALERT. Know what's going on around you!

- **ALWAYS** ride in the same direction as traffic. Obey traffic signs and signals, and ride only one cyclist per seat.
- **Ride to the right** (except when you need to turn left), and avoid the "car door zone." Use designated bikeways when possible.
- At **four-way stops**, the first vehicle to reach the intersection gets to cross the intersection first. If it is a tie, the first vehicle to the right goes first. Make eye contact before you cross.
- **MOTORISTS:** Watch for cyclists and pedestrians especially when exiting a driveway. Check your left and right before making a turn. And yield to crossing cyclists and pedestrians at stops, crosswalks or intersecting bikeways.
- **Bicycles are NOT allowed on sidewalks** with businesses on both sides or with riders 10 years of age or older UNLESS there are hazardous conditions on the road.
- **Parents decide** when children are ready to ride on the road.
- **ALWAYS** yield to pedestrians.

BE A HELMET HEAD!

Every bike rider

is safer when he or she wears a helmet. And in Houston, every bike rider up to age 17 MUST wear a good-fitting helmet that is properly secured. A good helmet can prevent an injury to your brain – which works like the hard drive on your computer. It runs your body's software.

So don't crash your hard drive – wear a helmet! A properly fitting helmet can reduce a bike rider's risk of major injury or death by 88%, according to bicyclinginfo.org

Your helmet should:

- **NOT** block your eyesight on either side or in front of you.
- **LAY STRAIGHT** across your head, with the thick part on the back and only two fingers above your forehead.
- **FIT SNUG** with the side straps in a "V" just below your ears. Leave room for two fingers between the strap and your chin.

Buy a helmet that has a Consumer Product Safety Commission (CPSC) certified tag on the inside. And if you fall or there's any impact to your helmet, replace it!

There are 290 miles of bikeways

for you to enjoy in the city of Houston. Some of these are on Houston streets, and others are in parks and on bayou trails. Some bikeways are for bike riders only. Others are for both bikes and cars. And you should always be alert so that you spot pedestrians along the way.

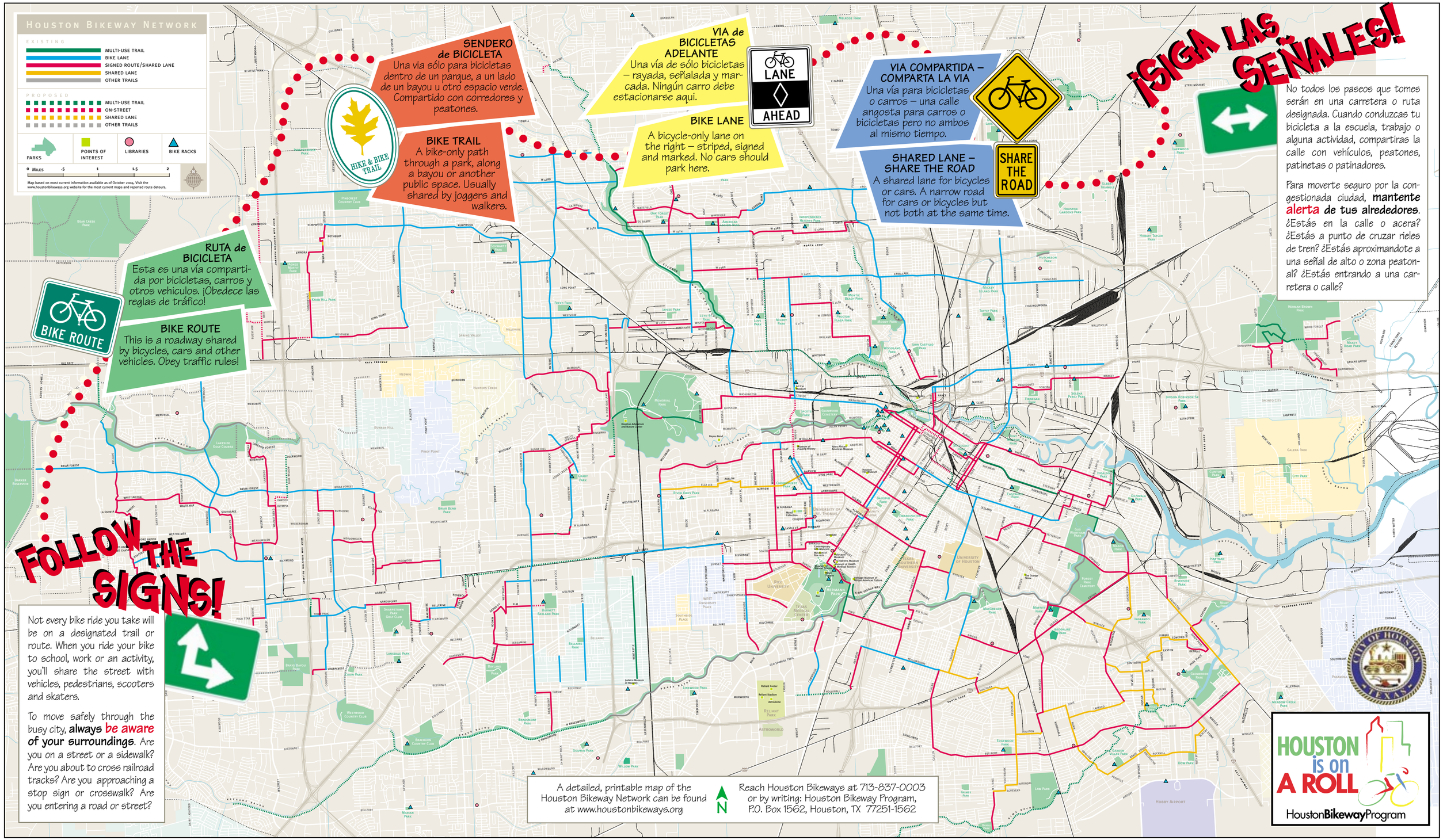
This handbook covers the basic rules of biycling in Houston. It's important to know them – they could even save your life!

BIKE TALK

- **Cyclist** – a person who rides a bicycle
- **Designated** – marked for a special purpose
- **Hydrated** – when you drink enough water to keep your body working well
- **Motorist** – someone who drives a car, van or truck
- **Pedestrian** – a person who walks
- **Yield** – Come to a complete stop and let a person or vehicle cross in front of you.

WHY BIKE?

- **It's healthy – for you & the planet.** You get exercise, and you don't gobble gasoline & burp pollution when you ride a bike. It's a FUN way to get around!


HOUSTON BIKEWAY NETWORK
EXISTING
MULTI-USE TRAIL
BIKE LANE
SIGNED ROUTE/SHARED LANE
SHARED LANE
OTHER TRAILS
PROPOSED
MULTI-USE TRAIL
ON-STREET
SHARED LANE
OTHER TRAILS
PARKS
POINTS OF INTEREST
LIBRARIES
BIKE RACKS
0 MILES .5 1 1.5 2
Map based on most current information available as of October 2004. Visit the www.houstonbikeways.org website for the most current maps and reported route detours.
SENDERO de BICICLETA
Una via sólo para bicicletas dentro de un parque, a un lado de un bayou u otro espacio verde. Compartido con corredores y peatones.
HIKE & BIKE TRAIL
BIKE TRAIL
A bike-only path through a park, along a bayou or another public space. Usually shared by joggers and walkers.
VIA de BICICLETAS ADELANTE
Una vía de sólo bicicletas – rayada, señalada y marcada. Ningún carro debe estacionarse aqui.
LANE
AHEAD
BIKE LANE
A bicycle-only lane on the right – striped, signed and marked. No cars should park here.
VIA COMPARTIDA – COMPARTA LA VIA
Una vía para bicicletas o carros – una calle angosta para carros o bicicletas pero no ambos al mismo tiempo.
SHARED LANE – SHARE THE ROAD
A shared lane for bicycles or cars. A narrow road for cars or bicycles but not both at the same time.
SHARE THE ROAD
RUTA de BICICLETA
Esta es una vía compartida por bicicletas, carros y otros vehiculos. ¡Obedece las reglas de tráfico!
BIKE ROUTE
BIKE ROUTE
This is a roadway shared by bicycles, cars and other vehicles. Obey traffic rules!
¡SIGA LAS SEÑALES!
No todos los paseos que tomes serán en una carretera o ruta designada. Cuando conduzcas tu bicicleta a la escuela, trabajo o alguna actividad, compartiras la calle con vehículos, peatones, patinetas o patinadores.
Para moverte seguro por la congestionada ciudad, mantente alerta de tus alrededores. ¿Estás en la calle o acera? ¿Estás a punto de cruzar rieles de tren? ¿Estás aproximandote a una señal de alto o zona peatonal? ¿Estás entrando a una carretera o calle?
FOLLOW THE SIGNS!
Not every bike ride you take will be on a designated trail or route. When you ride your bike to school, work or an activity, you'll share the street with vehicles, pedestrians, scooters and skaters.
To move safely through the busy city, always be aware of your surroundings. Are you on a street or a sidewalk? Are you about to cross railroad tracks? Are you approaching a stop sign or crosswalk? Are you entering a road or street?
A detailed, printable map of the Houston Bikeway Network can be found at www.houstonbikeways.org
N
Reach Houston Bikeways at 713-837-0003 or by writing: Houston Bikeway Program, P.O. Box 1562, Houston, TX 77251-1562
CITY OF HOUSTON TEXAS
HOUSTON is on A ROLL
HoustonBikewayProgram

Antes de Manejar

Un Checklist Bike Smart ✔

Asegúrate que tu equipo funcione **antes** de irte de tu casa. La bicicleta debe ser del tamaño correcto.

- ✔ Revisa tus **Llantas** – busca el número de PSI (presión) en el lateral de la llanta. Infla a la presión correcta.
- ✔ **Frenos** que causan que las llantas patinen en pavimento seco
- ✔ **Cadena** justa y lubricada
- ✔ Asegura la **Silla** & **Manubrio**. Si está apretado, está correcto.
- ✔ Aprieta los **Ejes**
- ✔ **Reflectores** y **Luces**
- ✔ **Campana** o **Bocina**
- ✔ **Marchas** que cambien correctamente

Y un afinamiento para bicicleta una vez al año es una buena idea. Conoce cuál es la vía más segura para tomar. **Prueba tu ruta** con un amigo o padre.

Trae una **botella de agua** y usa **bloqueador solar**.

Siempre **checa el tráfico** cuando salgas de una entrada antes de entrar a la carretera. Mira hacia la izquierda, derecha y luego hacia la izquierda otra vez.

Registro, por favor

Todas las bicicletas deben de estar registradas con la Ciudad de Houston. ¡Es fácil! Sólo ve a la estación de bomberos de Houston más cercana. El registro sólo cuesta **$1,** y la información puede ser usada por el departamento de policía de Houston si tu bicicleta se pierde o es robada. Visita: www.houstonfire.org para encontrar ubicaciones.

¡Vestido para Manejar!

¡Sé VISTO en la Oscuridad!

Es ley en Texas tener una luz blanca en la parte delantera de tu bicicleta, además de un REFLECTOR TRASERO ROJO o una luz roja intermitente. Es buena idea usar ambas y un espejo.

Usa bandas reflectivas y ropa blanca o brillante para que los conductores te vean fácilmente. Aún de día, el negro u otros colores oscuros pueden "desaparecer."

¡Cuidado!

¡Baja de velocidad, desmonta y camina con tu bicicleta sobre cualquier cosa que te pueda hacer tropezar – hoyos grandes en la carretera o acera, pavimento agrietado o disparejo, rejillas sobre alcantarillados! Cuando manejes sobre una acera debido a peligros en la carretera, recuerda que los peatones tienen el derecho de paso. **Avisa en voz alta** – por ejemplo "¡Pasando por la izquierda!" para hacerles saber lo que planeas hacer.

¡Envía las Señales Correctas!

Siempre mira a tu alrededor – **MIRA** hacia adelante, detrás y a los lados antes de dar vuelta. Usa **señales de mano** para decir a los demás lo que planeas hacer.

➡ Manten ambas manos **en el manubrio** excepto cuando estes señalando para virar.

➡ Cuando estés pasando, usa una campana o fuertemente di **"PASSING"** para que la persona al frente tuyo sepa que vás a pasarle.

➡ Dí **"slowing"** o **"stopping"** hacia atrás cuando vayas a reducir tu velocidad – evita encuentros.

Para girar a **LA IZQUIERDA**, lleva tu brazo izquierdo hacia afuera, señala hacia la izquierda y regresa tu mano al manubrio.

Para girar a **LA DERECHA**, lleva tu brazo derecho hacia afuera, señala hacia la derecha y regresa tu mano al manubrio.

Para **DETENERTE**, lleva el brazo izquierdo o derecho hacia afuera y déjalo colgar desde el codo. Regresa tu mano al manubrio.

Before you Ride

A BikeSmart Checklist ✔

Make sure your gear and equipment are working **before** you leave home. Bike should be right size, right fit.

✔ Check your **Tires** – find the PSI (pressure) number on the side of the tirewall. Inflate to the proper pressure.

✔ **Brakes** that cause tire to skid on dry pavement

✔ Snug, lubricated **Chain**

✔ Secure **Seat** & **Handlebars**. If it's tight, it's right.

✔ Tight **Spokes**

✔ **Reflectors** & **Lights**

✔ **Bell** or **Horn**

✔ **Gears** that shift correctly

AND a bike tune-up once a year is a good idea. Know the safest route to take. **Test your route** with a friend or parent.

Bring a **water bottle** and **wear sunscreen.**

Always **check for traffic** when you are entering the street from a driveway. Look left, right and then left again.

Registration, Please

All bicycles should be registered with the City of Houston. It's easy! Just go to your nearest Houston Fire station. Registration only costs **$1,** and the information can be used by the Houston Police Department if your bicycle is lost or stolen. Visit houstonfire.org for locations.

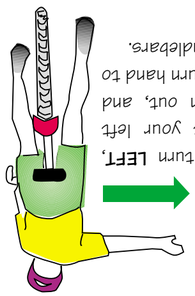
Dressed to Ride!

Be SEEN in the Dark!

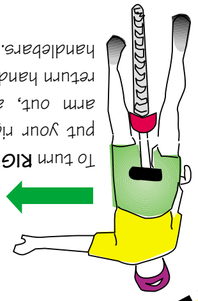
It's the law in Texas to have a white front light on your bike, plus a RED REAR REFLECTOR. It's a good idea to use both a BLINKING RED LIGHT and a REAR-VIEW MIRROR! Wear reflective strips and white or bright-colored clothing so drivers can see you easily. Even in the daylight, black and other dark colors can "disappear."

Send the Right Signals!

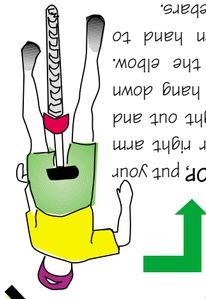
Always check around you – **LOOK** ahead, behind and to the sides – before you make a turn. Use **HAND SIGNALS** to tell others what you plan to do.



To turn **LEFT**, put your left arm out, and return hand to handlebars.



To turn **RIGHT**, put your right arm out, and return hand to handlebars.



To **STOP**, put your left or right arm straight out and let it hang down from the elbow. Return hand to handlebars.

➡ Keep both hands **on your handlebars** except when you are signaling a turn.

➡ When passing, use a bell or loudly say **"PASSING"** to let the person in front of you know that you're coming around them.

➡ Call out behind you **"SLOWING"** or **"STOP-PING"** when reducing your speed – avoid pile-ups.

Whoa!

Slow down, dismount and walk your bike over anything that might trip you – big holes in the road or sidewalk, cracked and uneven pavements, grating over sewer drains! When road hazards force you to ride on sidewalks, remember that pedestrians have the right of way. **Call out a warning** – such as "Passing on your left!" – to let them know what you plan to do.