

## 10 goldene Regeln für das Velofahren in Gruppen

1. Fahrt in Einer-Kolonnen in genügendem Abstand (auch auf Nebenstrassen)
  - Bremsbereitschaft halten
  - Keine Kurven schneiden
  - Genügend Abstand zum Strassenrand (mind. 1 Schachtbreite)
  - In der Mitte durch den Kreiseln fahren und beim Verlassen des Kreisels Zeichen geben
  - Nicht auf Strassenmarkierungen fahren (Rutschgefahr)
  - Auf Abfahrten unbedingt aus den Kick-Pedalen steigen, in den hohen Gang schalten und aktiv weiter pedalen
2. Auf Hauptstrassen kleine Gruppen bilden (max. 6 Personen pro Gruppe). Dies ermöglicht Lastwagen kurze Überholmanöver.
  - Nie in Parklücken ausweichen und rechts vorfahren.
  - Blick zurück vor dem Linksabbiegen
  - Gruppe anhalten, um LKW vorfahren zu lassen
3. Die Gruppe bleibt zusammen, auch bei einer Schwäche oder Panne eines Mitglieds
4. Velohelm, gültige Velovignette und Veloglocke sind ein Muss!
5. Der Helm ist mit angezogenen Riemen, satt anliegend, zwei Finger über den Augenbrauen tragen
6. Nach einem Sturz ist der Helm zu ersetzen (Evtl. defekte Innenschale)
7. Die Velokleidung sollte möglichst grelle Farben haben
8. Die Pneu (Profil, Pneu druck), die Bremsen und die Schaltung regelmässig prüfen oder prüfen lassen
9. Flickzeug, Ersatzschlauch und Nothilfepaket gehören zur Ausrüstung.
10. Jedes Mitglied in der Gruppe kennt folgende zwei Telefonnummern:

**Notfalldienst = 144 und REGA Tel. 1414**