



ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΙΑ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
1ο Δημοτικό Διαμέρισμα Δήμου Ηρακλείου (κεντρικό)

Πληροφορίες στο CriticalMassHeraklion του googlegroups.

Email: criticalmassheraklion@googlegroups.com

Blog: <http://cmheraklion.blogspot.com>

Facebook: [criticalmassheraklion](https://www.facebook.com/criticalmassheraklion)



ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΙΑ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

1ο Δημοτικό Διαμέρισμα Δήμου Ηρακλείου (κεντρικό)



Συμμετέχουμε στην
**ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΗ
ΠΟΔΗΛΑΤΟΠΟΡΕΙΑ**



ΚΥΡΙΑΚΗ

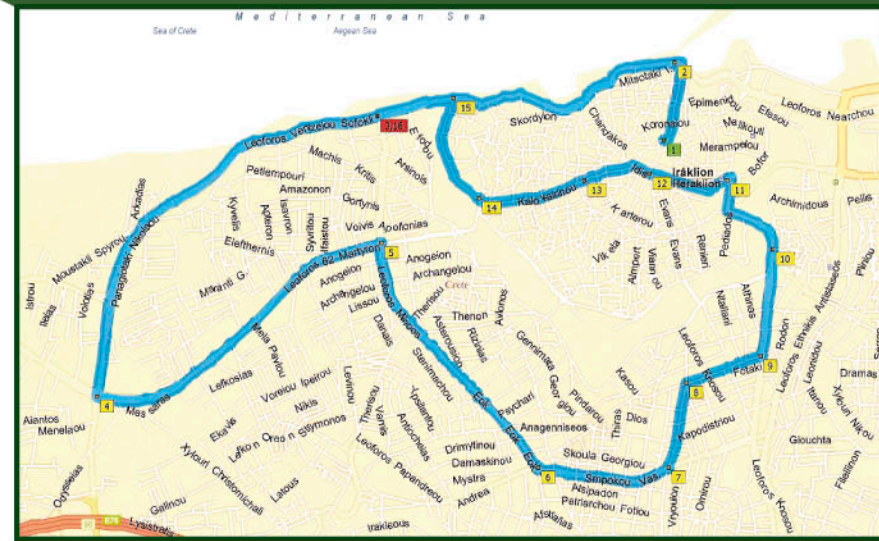
**09
ΜΑΪΟΥ**

Τόπος συνάντησης:
**Πλατεία Καλλεργών
(Λιοντάρια)**
ώρα 12:00

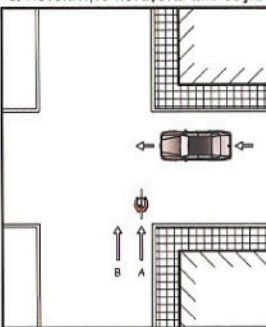
Critical mass
είναι η ιδέα δημιουργίας αυθόρμητων ομάδων ποδηλατιστών ανα τον κόσμο με σκοπό την εξάπλωση της χρήσης του ποδηλάτου! Η Critical mass είναι μια τέτοια ομάδα στην πόλη μας!

Γιατί το ποδήλατο είναι απλότητα,
είναι αρχοντιά, είναι πολιτισμός,
είναι η λύση στην πόλη και στην φύση!

Ποδηλατώντας στην πόλη Πρακτικές συμβουλές

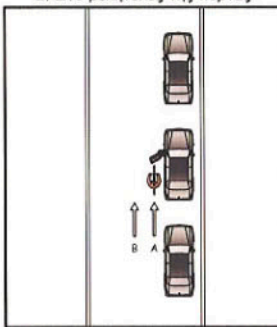


1. Αυτοκίνητο πετάγεται από δεξιά



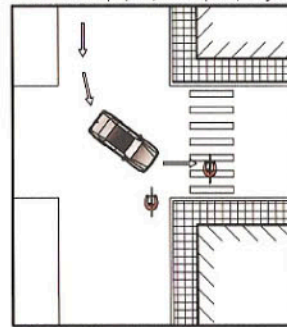
Τρόποι αποφυγής:
α. Χρησιμοποίησε φως μπροστά
β. Χρησιμοποίησε τον κόρνο ή τα καυδούν σου
γ. Ελάττωσε ταχύτητα
δ. Πήγαινε πιο αριστερά (γραμμή β)

2. Στο βεληκεές της πόρτας



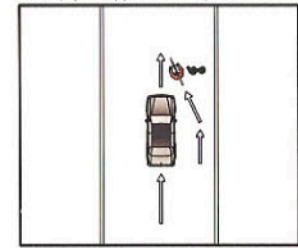
Τρόποι αποφυγής:
α. Κράτα απόσταση 1.00-1.50m (γραμμή β)
β. Προχώρη με χαμηλή ταχύτητα
γ. Έκλεψε τα αυτοκίνητα για ύπαιξη επιβραδύν

5. Στροφή αυτοκινήτου αριστερά ενώ κινείσαι στο δρόμο ή σε διάβαση πεζών



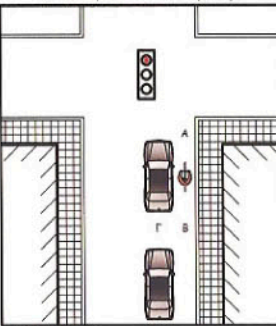
Τρόποι αποφυγής:
α. Μην κάνεις ποδήλατο στο πεζοδρόμιο
β. Πάρε μπροστινή φως
γ. Φόρα κίτα προτίμηση φωτεινό ρολόι
δ. Ελάττωσε ταχύτητα

6. Σύγκρουση με αυτοκίνητο από πίσω



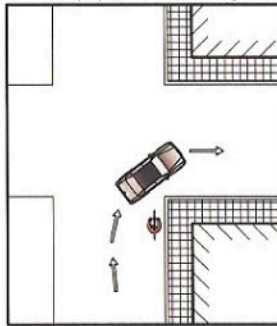
Τρόποι αποφυγής:
α. Μην αλλάξεις πορεία πριν ελέγξεις πρώτα
β. Κάνε εξόσκηση να κοιτάς πίσω χωρίς να αλλάξεις ακούσια πορεία
γ. Όταν υπάρχουν κινά ανάμεσα στο παρακείμενο αυτοκίνητο με μπροστινέες στις θέσεις αυτές, Πάρε ειδική πορεία
δ. Πάρε πίσω φως
ε. Φόρα κατά προτίμηση φωτεινό ρολόι
ζ. Να επιλέγεις φαρδύς δρόμους κυκλοφορίας
η. Να επιλέγεις δρόμους με αργή κυκλοφορία
θ. Τα Σ/Κ απόφυγε κεντρικούς με μεγάλες μμ.τ.

3. Στάση στο κόκκινο φανάρι



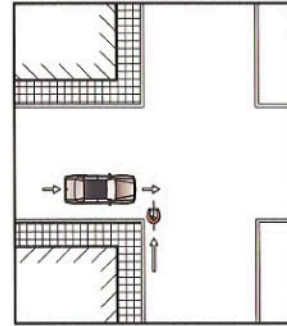
Τρόποι αποφυγής:
α. Μην σταματάς στο υψηλό σημείο του σήματος
β. Σταμάτα μπροστά και διαγώνια (σημείο α)
γ. Σταμάτα ανάμεσα στα αυτοκίνητα (σημείο β)
δ. Σταμάτα πίσω από το μπροστινό αυτοκίνητο (σημείο γ)

4. Στροφή αυτοκινήτου δεξιά



Τρόποι αποφυγής:
α. Μην κάνεις ποδήλατο στο πεζοδρόμιο
β. Μην κάνεις ποδήλατο στην όψη του δρόμου
γ. Έκλεψε με τον καβέλα σου
δ. Αν συμβεί, στρίψε κι εσύ δεξιά μαζί του

7. Πας ανάποδα και σε κτυπούν



Τρόποι αποφυγής:
α. Μην παίζεις με το κοντέρ σου
β. Ελάττωσε ταχύτητα
γ. Ελάττωσε ταχύτητα

8. Συμπληρωματικές Συμβουλές

1. Να αποφεύγεις δρόμους με μεγάλη κίνηση
2. Αγόρασε φώτα και χρησιμοποίησε τα
3. Κατέλαβε όλα τα κυκλώματα κυκλοφορίας αν είναι απαραίτητα
4. Κάνε ποδήλατο σου να φανει ορατός
5. Αγόρασε κρόνος και χρησιμοποίησε το
6. Μην τρως τούμπες! Τρόποι αποφυγής:
α. Μην κοιτάς κάτω το δρόμο
β. Αν χρησιμοποιείς μηχανικές συσκευές, μην αποσπώνται από τον άλλο κόσμο
γ. Μην παίζεις με το κοντέρ σου
δ. Έχει το ποδήλατό σου πάντα σε καλή κατάσταση
ε. Μην πατάς φρένο στη στροφή
ζ. Μην κάνεις απότομους ελιγμούς
η. Μη φοράς σταυρωτές ταινίες, ή μην τις ισχνύνε συνεχώς
θ. Μην περνάς με κρόνος
ι. Μη φοράς παλιά, τα τρία ή πέντε ράβδ
κ. Μη φοράς φαρδιά παντελόνια, τα τρία ή αλυσίδα
λ. Με ποδήλατο καύρας, πόλους ή υδροδρόμιο, να περνάς καθετί τα λούκια των εραστών
μ. Να ανδρικούς καθετί τις ανασταθμίες (πεζοδρόμια κλπ)
ν. Μη χαζεύεις, μην είσαι στον κόσμο σου
ξ. Να φοράς γάντια. Τα γυροφάρμα ποινών
α. Να έχεις πάντα ομπρέλα, τρόμπα, πολυεργαλείο

9. Λόγοι αγοράς και χρήσης κρόνου

1. Είναι ελαφρύ όσο σχεδόν ένα καπέλο
2. Είναι αεριζόμενο, και ιδρώνει λιγότερο από πολλά καπέλα
3. Είναι σπεί στο κεφάλι σου το κάλυμμα
4. Στεγνώνει το κεφάλι, έστω και κάλυμμα το κεφάλι σου
5. Για τη μορφή του θα χρειαστεί και θα οφείλονται να λείπει του, αλλιώς όσα χρόνια κι αν σε ταλαιπωρεί!

Ποδηλατοβόλτες στο κέντρο της πόλης!

Για να κυκλοφορούμε με ασφάλεια.
Για να διαδώσουμε τη νοοτροπία του ποδηλάτου.
Για να περνάμε καλά!

Για το χειμώνα
κάθε τελευταίο Σάββατο του μήνα
στις 12:00 το πρωί

Για το καλοκαίρι
κάθε τελευταία Παρασκευή του μήνα
στις 6:00

Τόπος συνάντησης:
Πλατεία Καλλεργών (Λιοντάρια)