



## Fietsclub SC Klarenbeek

Hans van Dijk  
28-3-2024

## Veilig in een groep rijden: algemeen

- Aan de verkeersregels houden
  - Rechts heeft voorrang
  - Rood verkeerslicht = stoppen
  - Geef richting aan (ook voor je groep)
  - Geef aan dat je stopt ('ho' en gebaar)
- Maximaal 12 deelnemers per groep
- In de bebouwde kom maximaal 25 km/uur
- Zeker bij nat weer niet over putdeksels, witte strepen, zebravlakken ect



## Veilig rijden in een groep: algemeen

- Helm (verplicht) goed vast
- Deugdelijke fiets
  - Bel is verplicht
  - Harde banden
  - Goede remmen
- Beide handen aan het stuur
  
- Inhalen:
  - Bel op tijd
  - Geef aan dat er een groep komt
  - Geef aan dat je de laatste bent

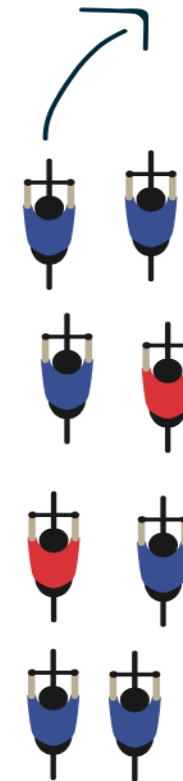


# Veilig in een groep rijden: formatie



De Utrechtse  
Wielervereniging

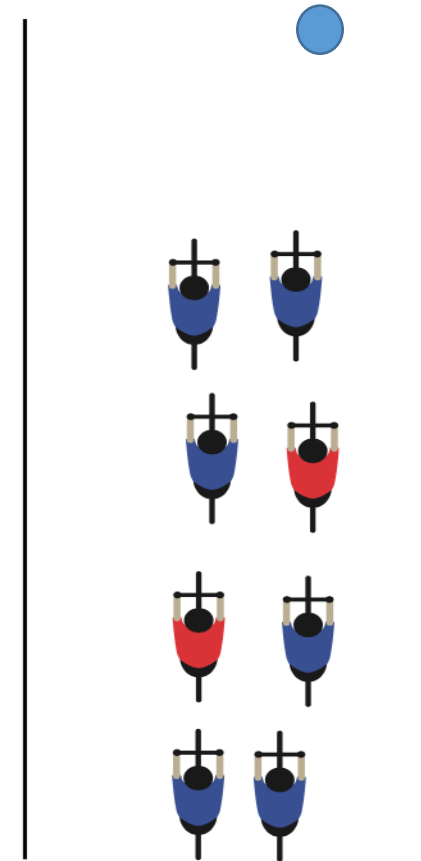
- Speeddaten
  - Twee aan twee
  - Circa 5-10 minuten (tenzij je eerder wilt)
  - Doordraaien,
    - Initiatief bij de voorste 2
    - Veilige plek (geen tegenliggers bv)
    - Commando 'doordraaien' evt gebaar erbij
- Je spreekt iedereen even
- Je gaat niet 'tot het gaatje' voorop
- Veiliger dan met 2 man van kop af te laten zakken naar achteraan



# Veilig in een groep rijden: commando's



- Voor (gebaar)
  - Als er iets (●) aan de rechterkant van de weg is:
  - Iedereen wijkt uit naar links
- Tegen (gebaar)
  - Als er iets aan de linkerkant van de weg is:
  - Iedereen blijft goed rechts.
- Maar alleen als het nodig is!



Vraag: wat als er een tegenligger komt aan de rechter kant van de weg?

# Veilig in een groep rijden: commando's

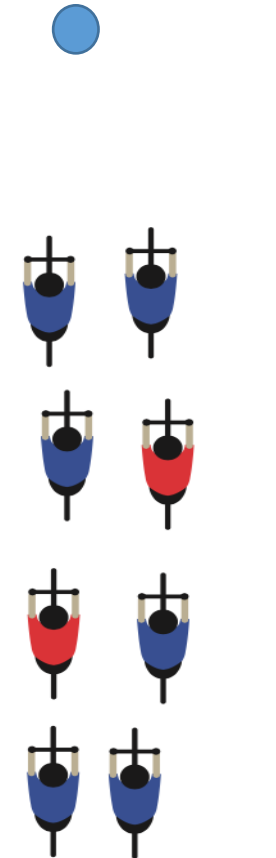


De Utrechtse  
Wielervereniging

- Paaltje
  - Als er iets op het midden van de weg is:
  - De twee rijen splitsen zich
  - Eén links en één rechts langs het paaltje

NB: ook als het wat anders is dan een paaltje!

Vraag: wat als er twee paaltjes staan, rechts en links van de weg?



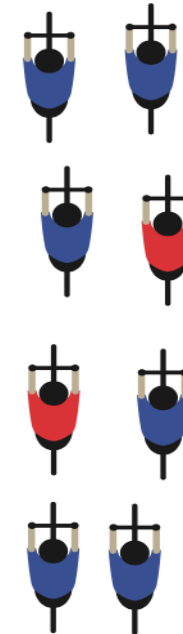
# Veilig in een groep rijden: commando's

- Ritsen

- Als de weg te smal wordt, grote tegenligger etc
- Voorste tweetal bepaalt
  - In één rij fietsen
  - Links achter rechts, want ?
  - Rechter rij maakt ruimte



De Utrechtse  
Wielervereniging



# Veilig in een groep rijden: commando's

- Achter: als er iets van achteren komt
- Los: als iemand achterop is geraakt en de groep dus even rustig moet rijden
- Compleet: als iedereen weer aangehaakt is en het tempo weer omhoog kan
- Ho (gebaar): als we moeten stoppen
- Commando's gaan van voor naar achter
- Behalve de eerste drie hierboven



# Voor als er dan toch wat gebeurt

- Thuis:

- Installeer apps op je telefoon



Hoofdletsel app van  
VeiligheidNL

- Vul ICE in op je telefoon (in case of emergency),
  - Contactpersonen,
  - Gezondheidsgegevens: bloedgroep, medicatie, allergieën etc.

- Uitrusting

- Paracetamol
- Pleisters, jodium
- Foliedeken
- Telefoon
- (vertel iemand even als je wat bijzonders hebt)

# Voor als er toch wat gebeurt

- Onderweg:
  - Zorg eerst voor je eigen veiligheid (ook bij pech!)
  - Zorg voor de veiligheid van de groep
  - Zorg voor het overige verkeer
    - Laat 2 mensen het verkeer regelen
  - Help gewonden
  - Bel 112, die helpen je bij wat je moet doen