



ATY KU NA BASHKON
DASHURIA
PËR ÇIKLIZËM



Fletushkë **Informuese**

Këshilla dhe informacione rreth bicikletës.

Gjërat esenciale



Këto janë gjërat esenciale që çdo ciklistë duhet ti ketë në momentin që nget (vozitë) bicikletën.



! Ne si grup ju sygjerojmë që ta mbani helmetën që nga momenti i vozitjes së bicikletës, helmata nuk është reklamë por na mbron nga rreziku për jetë. Kemi vërejtur që të gjithë pjesëmarrsit në trafik ju respektojnë më shumë kur e keni helmetën.

- ▶ Pako e ndihmes se pare duhet te permbaje keto gjera esenciale: Hapa(brufen, paracetamol), fasha, jod, fllaster.
- ▶ Goma rezerve me pajisjet e tjera per ndrrimin e gomes jane te domosdoshme, sidomos ne udhe te gjata duhet te merren gjithsesi.
- ▶ Gjatë vozitjes natën jeni të obliguar të keni me vete drita dhe mundësisht rroba me ngjyra reflektuese.
- ▶ Sidomos ne qytete zilja eshte e domosdoshme, ajo ju ndihmon te qarkulloni me lehte ne trafik
- ▶ Multitool e nevojshme për çdo rregullim teknik të bicikletës.

Sinjalizimi me dorë



NDALO



NGADALSO



KTHIM
MAJTAS



KTHIM
DJATHTAS



KUJDES
GROPA



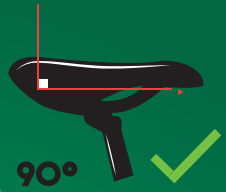
TEJKALO



Set up i shalës



Këmba duhet të shtrihet si në foto duke vendosur thembren tek pedalja



Shala duhet të jetë deri tek kuki.



Si të Frenojmë ?

2



FRENI PËRPARA

1



FRENI PRAPA

Se pari duhet te frenojme me frenin e djathtë(1) pastaj shtypim frenin e majtë(2).

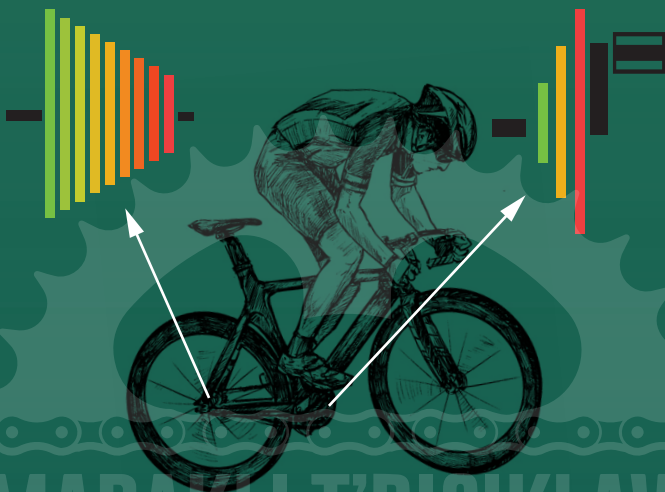
kujdes shtypja e frenit të majtë mund të ju rrëzoj përpara



Shpejtësitë

Shpejtësitë
e Pasma

Shpejtësitë
e Para



E Lehtë

E Rëndë

1-4

NË NGJITJE

1

2-8

NË
RRETHANA
NORMALE

2

4-9

NË ZBRITJE

3

BASHKOHUNI me ne dhe
përjetoni kënaqësinë,
sfidën dhe pozitivitetin
që ofron **CIKLIZMI**



Kjo broshurë u mundësua nga:
**MARAKLI T'BICIKLAVE DHE
KOMUNA E PRISHTINËS**



PRISHTINA



#maraklitbiciklave

<https://ojq-mb.al>

maraklitbiciklave@gmail.com