

# De regels van KEK

## Communicatie tijdens de rit

Welk teken geef je?	Wat roep je?*	Wat doe je?	Wanneer?
Linkerarm omhoog	Stoppen	Rustig afremmen en stoppen	Bijvoorbeeld als je een rood stoplicht nadert
Linkerarm omhoog naar voren wuivend	Vrij / rechtdoor	Oversteken van een weg	Ook wanneer er eventueel twijfel kan ontstaan
Arm uitsteken naar rechts	Rechts	Rechts afslaan	
Arm uitsteken naar links	Links	Links afslaan	
Rechterarm naar achteren en naar beneden wuivend	Voor	Obstakel rechts van de weg	Bijvoorbeeld een wandelaar of een dubbel geparkeerde auto
Linkerarm naar achteren en naar beneden wuivend	Tegen	Obstakel links van de weg	Bijvoorbeeld een tegemoet komende fietser of auto
Arm naar beneden wijzend	Paal, gat, etc.	Obstakel in of op de weg	Bijvoorbeeld een diepe put of kuil
Wordt vanachter uit de groep naar voren geroepen	Achter	Ingehaald worden door een auto of fietser	
Wordt in de groep geroepen	Lek	Lekke band of ander technisch probleem	
Linkerarm recht omhoog met wijsvinger opgestoken en roepen	Lijn	De rechtsrijders schuiven naar voren en de linksrijders ertussen	Er is niet genoeg ruimte om naast elkaar te blijven rijden
Wordt in de groep geroepen	Smal / half	De rechtsrijders schuiven naar voren en de linksrijders rijden met hun voorwiel ter hoogte van het achterwiel van hun maatje	Er is net iets te weinig ruimte om naast elkaar te blijven rijden
Linkerarm wuift horizontaal achter	Rooster of drempel	Een veerooster of drempel in de weg	

\* Probeer zo min mogelijk te roepen. Zo blijft het rustig in de groep. Roepen doe je alleen in panieksituaties.

## Algemene gedragsregels

Wees er bewust van dat je als fietser altijd verantwoordelijk bent voor je eigen rijgedrag/stijl. Je bent en blijft weggebruiker, net als ieder ander.

- Houd je aan de verkeersregels
- Houd zichtbaar rekening met anderen in het verkeer
- Gebruik een fietsbel, maar bel met beleid (1x bellen; eventueel nog 1x herhalen; alleen voorste rij)
- Geef tijdig aan welke richting je gaat volgen
- Blijf beleefd tegen andere weggebruikers
- Rijd altijd op het aangegeven fietspad
- Passeer een fietser of wandelaar op gepaste snelheid
- Volg aanwijzingen op van politie en/of andere verkeersregelaars
- Gooi afval in een afvalbak (neem voor je bananenschil een plastic zakje mee)

## Ter voorbereiding op een rit

- Zorg ervoor dat je materiaal in orde is:
  - Opgepompte banden
  - Werkende remmen (check of de remhoeven dicht zijn)
- Zorg dat je goede en voldoende kleding aan hebt
- Draag altijd een helm
- Neem altijd voldoende eten en drinken mee
- Zorg ervoor dat je minimaal een ID-kaart en verzekeringspas bij je hebt en eventueel:
  - Pinpas
  - Kleingeld
  - OV-kaart

## Bespreek de rit vooraf met elkaar

- Wie zijn de wegkapiteins?
- Welke route wordt er gereden?
- Wordt er onderweg gepauzeerd?
- Op welk eindpunt gaat ieder zijn eigen weg?
- Hoe wordt er gedraaid op kop?

## Aandachtspunten bij fietsen in een groep

- Groepen zijn maximaal 12 fietsers groot
- Kijk zelf goed uit en vertrouw niet blindelings op je voorganger(s)
- Vermijd kuddegedrag
- Overzie situaties van te voren (net als bij het motorrijden)
- Rijd niet te dicht op je voorganger
- Rijd niet te dicht op de kant
- Rijd niet voortdurend op kalkstrepen (zeker niet in bochten)
- Neem je snelheid in acht

- Rem met beleid (gelijkmatig met beide remmen)
- Stop bij ORANJE stoplichten!
- Stop bij oversteken!
- Bij inhalen op smalle paden, laat je horen, geef informatie over de groepsomvang, minder snelheid en geef "LAATSTE" aan!
- Kan iemand het tempo niet aan? De wegkapitein laat de betreffende persoon op de tweede rij fietsen en/of het tempo wordt aangepast
- Bij een klim wachten we bovenaan tot de laatste boven is (niet meteen weer vertrekken gun ook de laatste dat hij of zij op adem komt)
- Er wordt altijd met de handen op of bij de remmen gereden
- Niet rijdend, achterom kijkend een gesprek voeren
- Nooit abrupt van richting veranderen of remmen, maar langzaam uitrijden
- Als je in de berm rijdt, niet de weg/het fietspad weer oprijden maar remmen en stoppen en voorzichtig de weg weer op gaan
- Niet mobiel bellen (of ander apparaat) bedienen tijdens het fietsen
- Er wordt rekening gehouden met nieuwe deelnemers in de groep
- Wees alert en blijf geconcentreerd
- Bij pech (bv. lek) rijdt iedereen naar een veilige plek. Ga, indien mogelijk, van de weg of fietspad af. Er wordt gewacht en geholpen bij de reparatie
- Bij twijfel over de richting rustig rechtdoor fietsen (indien mogelijk)
- Houd voldoende afstand
- Valt er een gat in de groep, roep dan 'Gaatje'. En roep 'Compleet' zodra de groep weer één geheel is.

### En verder...

- Ieder is zelf verantwoordelijk voor eigen veiligheid en gedrag
- Spreek elkaar aan op gevaarlijke situaties
- De tochten zijn geen wedstrijden (gedrag tegenover andere weggebruikers)
- En heb plezier in het fietsen!