

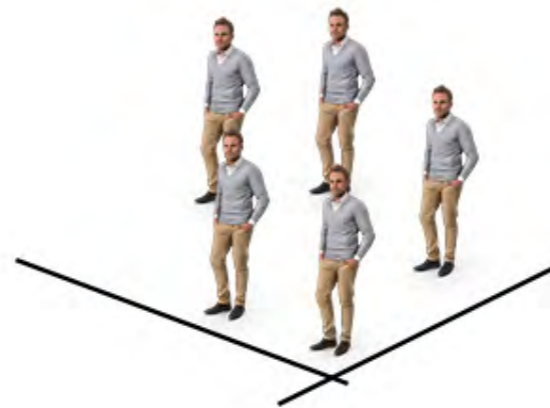


GUIA DO **CICLISTA**

Viva
Recife
@viva.recife @visitrecife
www.visit.recife.br



**1 CARRO OCUPA O ESPAÇO
DE 5 BICICLETAS**



**BOM PARA VOCÊ,
BOM PARA O TRÂNSITO,
MELHOR PARA A CIDADE.**



1 SINALIZAÇÕES NOTURNAS REFLETIVAS

Dianteira na cor branca, traseira na cor vermelha, pedais e laterais na cor amarela ou branca. Mantenha-as limpas para que possam refletir a luz.

2 CAMPAINHA

Deve ser de boa qualidade para permitir que os outros usuários identifiquem a bicicleta no trânsito e fiquem atentos.

3 ESPELHO RETROVISOR

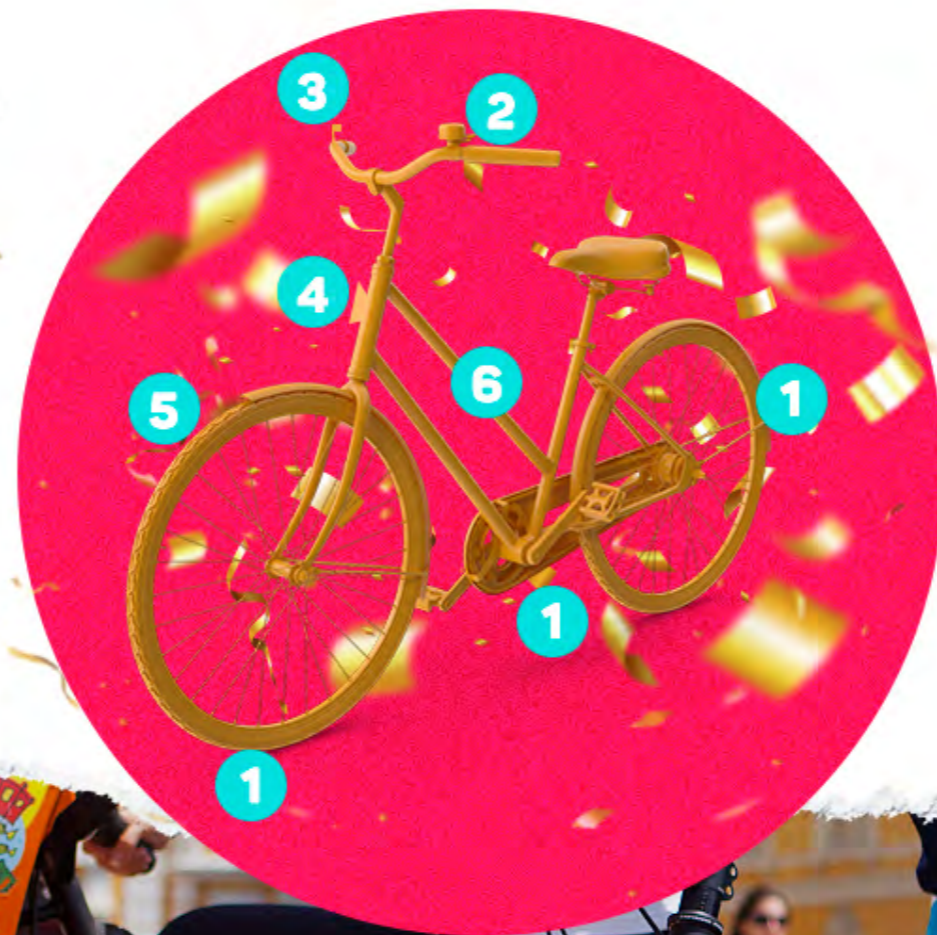
Deve ser colocado pelo menos do lado esquerdo. Escolha um acessório de qualidade que permita a visualização do que acontece atrás de você. O material desse equipamento deve ser de plástico para não oferecer risco.

4 LUZES ADICIONAIS E REFLETIVOS

Use e abuse dos refletivos na bicicleta e no capacete. Atualmente existem luzes de LED que tornam o ciclista e a bicicleta mais visíveis à noite.

5 PARA LAMA

Evita respingos na roupa.



6 PORTA-GARRAFA

Leve sempre água com você e mantenha-se hidratado.

7 CAPACETE

Apesar de não ser obrigatório, o equipamento protege em caso de queda. Escolha um de boa qualidade.

8 COLETE REFLETIVO

Favorece a visualização do ciclista na via, principalmente a noite.

9 PRESILHAS

Servem para prender a barra da calça evitando que enrosque na corrente.

10 CADEADOS/ TRAVAS / CABOS

Para estacionar a bicicleta com mais segurança e garantir mais tranquilidade para você.



**A BICICLETA É MEIO
SUSTENTÁVEL DE
TRANSPORTE E, MUITAS
VEZES, MAIS RÁPIDA DO
QUE O CARRO**

**ANDAR DE BICICLETA
POSSIBILITA MAIOR
INTERAÇÃO COM OS
OUTROS USUÁRIOS DA
VIA E COM A CIDADE**

**A BICICLETA É UM
VEÍCULO MAIS BARATO E
COM MENOR CUSTO DE
MANUTENÇÃO**



**COMO NÃO UTILIZA
COMBUSTÍVEL, O USO DA
BICICLETA EVITA A
EMIÇÃO DE GASES QUE
PROVOCAM O EFEITO
ESTUFA**

**PEDALAR PRODUZ
BEM-ESTAR CORPORAL,
POIS COMBATE O
SEDENTARISMO E
PREVINE DOENÇAS DOS
OSSOS E MÚSCULOS**

**NÃO POLUI E
NÃO CAUSA
CONGESTIONA
MENTOS**



DICAS PARA PEDALAR BEM



**1 - INICIE SUA PEDALADA EM RITMO MAIS LENTO.
ISSO AJUDA A AQUECER E A LONGAR O SEU CORPO.**

**2 - NÃO TRANSPORTE PESO QUE POSSA DESESTABILIZAR
VOCÊ E A BICICLETA.**

Secretaria de Turismo e Lazer



3- REGULE O SELIM DE ACORDO COM A SUA ALTURA PARA SE SENTIR CONFORTÁVEL. PARA EVITAR ACIDENTES, NÃO ULTRAPASSE O LIMITADOR DA ALTURA DO SELIM.

4 - A BICICLETA TAMBÉM É UM VEÍCULO E, PORTANTO, DEVE RESPEITAR AS REGRAS DE CIRCULAÇÃO COMO QUALQUER OUTRO.

5- RESPEITE SEMPRE OS SEMÁFOROS E AS SINALIZAÇÕES DE TRÂNSITO.



6- CUIDADO COM CORDÕES OU PARTES SOLTAS DO VESTUÁRIO, ELAS PODEM ENROSCAR NA CORRENTE E CAUSAR QUEDA. EVITE TAMBÉM LEVAR OBJETOS PENDURADOS NO GUIDÃO.

7- USE SEMPRE O CAPACETE BEM PRESO À CABEÇA E AJUSTADO ADEQUADAMENTE.

8- UTILIZE A CAMPAINHA QUANDO NECESSÁRIO, AVISE QUE VOCÊ ESTÁ PASSANDO.

9- NÃO USE CELULAR NEM FONE DE OUVIDO AO PEDALAR, NÃO SE DISTRAIA.



SINALIZAÇÃO SEMAFÓRICA PARA CICLISTA



Significado:

Indica para o ciclista a proibição do direito de passagem.

Ação do usuário da via:

Obrigatoriedade do ciclista em parar o veículo.



Significado:

Indica o término do direito de passagem.

Ação do usuário da via:

O condutor deve parar o veículo, salvo se não for possível imobilizá-lo em condições de segurança.



Significado:

Indica para o ciclista a permissão do direito de passagem.

Ação do usuário da via:

O ciclista tem a permissão de iniciar ou prosseguir em marcha.



REGRAS DE CIRCULAÇÃO E SEGURANÇA

A segurança e o respeito devem sempre estar em primeiro lugar. Para garantir um convívio saudável, existem algumas regras que precisam ser observadas.





QUANDO NÃO HOUVER ESPAÇO

delimitado para bicicletas, circule pela rua e não pelas calçadas, a menos que a calçada permita compartilhamento com pedestre.

DÊ SEMPRE PREFERÊNCIA AO PEDESTRE.

Ao atravessar a ciclovia com sentido duplo, o pedestre nem sempre olha para os dois lados.



CRIANÇAS DEVEM ANDAR DE BICICLETA

em parques e locais protegidos do tráfego comum.



QUANDO NÃO HOUVER ESPAÇO.

Ande no mesmo sentido dos outros veículos e nunca na contramão.

DÊ SEMPRE PREFERÊNCIA AO PEDESTRE.

Lembre-se: o pedestre é o mais vulnerável dos usuários do trânsito. É obrigação de todos cuidar da segurança dele.



NÃO CIRCULE em ponto cego e mantenha a distância dos veículos.



SINALIZAÇÃO DA CICLOFAIXA

CICLOFAIXA DE TURISMO E LAZER

TRECHO SUL	TRECHO OESTE	TRECHO NORTE
AVENIDA ALFREDO LISBOA	AVENIDA ALFREDO LISBOA	AVENIDA RIO BRANCO
PONTE GIRATÓRIA	CAIS DA ALFÂNDEGA	PONTE BUARQUE DE MACEDO
CAIS DE SANTA RITA	PONTE MAURÍCIO DE NASSAU	PRACA DA REPÚBLICA
VIADUTO CINCO PONTAS	RUA PRIMEIRO DE MARÇO	PONTE PRINCESA ISABEL
AVENIDA ENGENHEIRO JOSÉ ESTELITA	PRACA DO DIÁRIO	RUA DA AURORA
PONTE GOVERNADOR PAULO GUERRA	RUA NOVA	RUA MÁRIO MELO
AVENIDA ANTÔNIO DE GÓIS	PONTE DA BOA VISTA (PONTE DE FERRO)	RUA DOS PALMARES
AVENIDA BOA VIAGEM	RUA IMPERATRIZ TERESA CRISTINA	RUA ÁLVARES DE AZEVEDO
PARQUE DONA LINDU	PRACA MACIEL PINHEIRO	AVENIDA JOÃO DE BARROS
AVENIDA ANTÔNIO FALCÃO	AVENIDA MANOEL BORBA	RUA LEOPOLDO LINS
AVENIDA GENERAL MAC ARTHUR	RUA GERVÁSIO PIRES	RUA BUENOS AIRES
RUA ITACARÍ	RUA BARÃO DE SÃO BORJA	RUA DA HORA
RUA JEAN EMILE FAVRE	RUA JOSÉ DE ALENCAR	RUA AMÉLIA
	PRACA MIGUEL DE CERVANTES	AVENIDA RUI BARBOSA
	RUA ESTADO DE ISRAEL	PARQUE DA JAQUEIRA
	RUA GENERAL JOAQUIM INÁCIO	RUA LEONARDO BEZERRA CAVALCANTI
	RUA DO PAISSANDÚ	RUA AFONSO DE ALBUQUERQUE MELO
	AVENIDA SPORT CLUB DO RECIFE	RUA SAMUEL DE FARIAS
	AVENIDA ENGENHEIRO ABDIAS DE CARVALHO	RUA JORGE GOMES DE SÁ
	RUA JOÃO IVO DA SILVA - PISTA LESTE	PARQUE SANTANA ARIANO SUASSUNA
	RUA COSME VIANA	
	RUA VISCONDE DE PELOTAS	
	RUA SANTOS ARAÚJO	
	RUA QUITÉRIO INÁCIO DE MELO	
	RUA AUGUSTO CALHEIROS	
	RUA ARQUITETO LUIZ NUNES	
	RUA PARIS	
		AVENIDA RIO BRANCO
		PONTE BUARQUE DE MACEDO
		PRACA DA REPÚBLICA
		PONTE PRINCESA ISABEL
		RUA DA AURORA
		RUA MÁRIO MELO
		RUA DOS PALMARES
		RUA ÁLVARES DE AZEVEDO
		AVENIDA JOÃO DE BARROS
		RUA LEOPOLDO LINS
		RUA BUENOS AIRES
		RUA DA HORA
		RUA AMÉLIA
		AVENIDA RUI BARBOSA
		PARQUE DA JAQUEIRA
		AVENIDA PARNAMIRIM
		RUA DES. GÓIS CAVALCANTE
		AV. JOÃO DE BARROS ATÉ O N°1912



SALVA BIKE

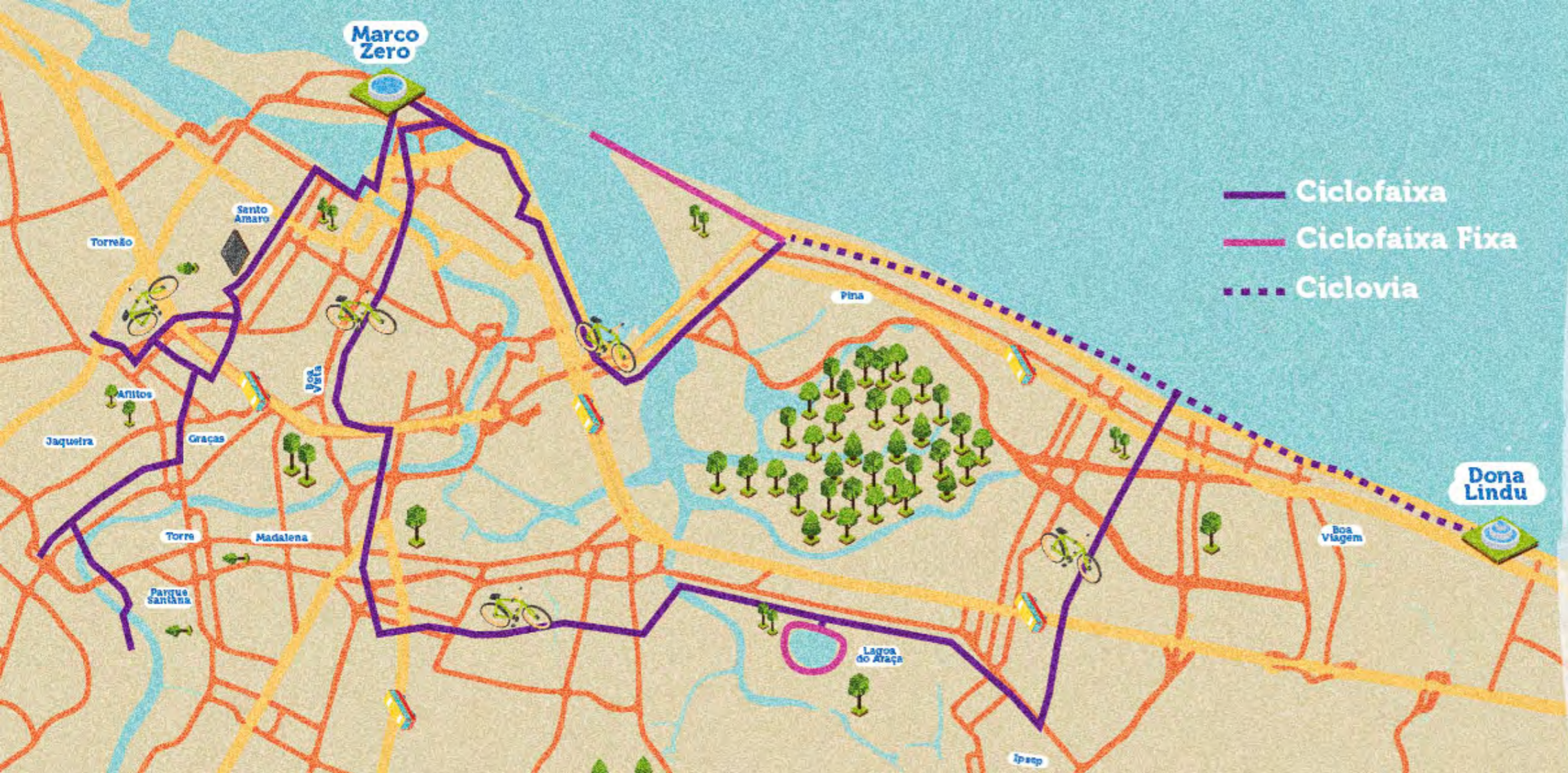
Deu alguma bronca na bike? Temos reparo de bicicletas espalhados por toda a ciclofaixa de turismo e lazer para te ajudar! As estações Salva Bike são compostas por uma base de suporte/sustentação para a bicicleta e dispõem ainda de bomba de ar para a calibragem de pneus, ferramentas para ajuste de selim, chaves diversas e espátula para pneus. Os equipamentos irão possibilitar que o ciclista realize pequenos ajustes e reparos em sua bike, de forma prática e segura.



As estações estão localizadas:

- Parque Santana
(Rua Jorge Gomes de Sá, s/n, Santana)
- Lagoa do Araçá
(Av. José Ferreira Lins, 224-294 - Imbiribeira)
- Parque da Jaqueira
(Rua do Futuro, oposto ao nº 979, Espinheiro)
- Avenida Alfredo Lisboa
(Av. Alfredo Lisboa, oposto ao nº 240 - Bairro do Recife)
- Segundo Jardim de Boa Viagem
(Av. Boa Viagem, s/n - Boa Viagem)
- Parque das Graças
(Rua Amélia, oposto ao nº 960 - Graças)
- Ciclovia Graça Araújo
(Rua dos Palmares, oposto ao nº 547 - Santo Amaro)
- Rua da Aurora
(Rua da Aurora, oposto ao nº 700 - Santo Amaro)
- Avenida Rio Branco
(Av. Rio Branco, 104 - Bairro do Recife)
- Posto 7 de Boa Viagem
(Av. Boa Viagem, oposto ao nº 3610 - Boa Viagem)





MAPA DA CICLOFAIXA

Viva
Recife

@viva.recife @visitrecife

www.visit.recife.br

