



## Gedagsregels tijdens trainingsritten en toertochten van de NWVG toerafdeling

***Als we ons aan onderstaande regels en afspraken houden tijdens  
trainingsritten en toertochten is het fietsen voor iedereen maximaal veilig en  
plezierig***

- Er wordt als groep gereden, het motto is: ***‘Samen uit samen thuis’***
- We zijn een toerfietsafdeling. De trainingen en tochten zijn geen wedstrijd
- Het dragen van een helm is verplicht
- Alle deelnemers houden zich aan de verkeersregels
- Er wordt geen afval op de weg of in de berm gegooid
- Bij trainingsritten en toertochten wordt in clubkleding gefietst

***We houden rekening met elkaar en spreken elkaar met respect aan als een  
mede toerlid zich niet aan de afgesproken gedragsregels en afspraken houdt!***

- We vertrekken pas als de wegkapitein/ploegleider het sein ‘vertrek’ heeft gegeven. (ook na een pauze)
- Na een bocht en/of lastige situatie, houden de voorste fietsers tempo in tot de groep weer aaneengesloten is
- Bij pech wordt gewacht en geholpen bij de reparatie. Houd de rijweg of het fietspad vrij voor overig verkeer
- Nieuwe deelnemers worden opgevangen en begeleid door de wegkapitein/ploegleider
- Alle deelnemers doen kopwerk en krijgen daar ook de gelegenheid voor (indien gewenst)
- Als een deelnemer het tempo niet aan kan wordt er gewacht en wordt het tempo aangepast
- Als een deelnemer aanzienlijk beter is dan de overige deelnemers en mee op kop wil rijden is de opdracht zich aan te passen aan het tempo van de groep.
- De wegkapitein/ploegleider bepaalt de richting en geeft dat duidelijk aan. De voorste rijders geven d.m.v. arm uitsteken aan wat de groep gaat doen (ook voor overige verkeersdeelnemers)
- Bij twijfel rechtdoor fietsen (indien mogelijk)
- Obstakels (zoals paaltjes, gaten e.d.) worden tijdig en duidelijk aangegeven door de voorste rijders en daarna doorgegeven
- Een kruising wordt als groep overgestoken

- 'Auto voor' en 'auto achter' worden duidelijk hoorbaar doorgegeven
- Houd goed rechts op smalle wegen en bij onoverzichtelijke bochten
- In de bebouwde kom wordt het tempo aangepast aan de situatie
- Geen waaiers vormen bij zijwind als de verkeerssituatie zich hier niet voor leent
- Passeer in een beheerst tempo overige (fietsende) verkeersdeelnemers

***Nooit abrupt van richting veranderen of remmen!!***

- Iedereen wordt geacht deel te nemen op een goed onderhouden fiets
- Deelnemers zijn verplicht gebruik te maken van een **Helm ID** met daarin vermeld; wie gebeld moet worden in geval van een calamiteit en of er medisch gezien aandachtspunten zijn die van belang kunnen zijn. (verkrijgbaar bij [www.sosarmband.nl](http://www.sosarmband.nl))

**Waarschuwingstekens tijdens het fietsen:**

- Hand omhoog (voorste rijders) = oppassen, vaart minderen.
- Links- of rechts afslaan wordt duidelijk aangegeven middels hand uitsteken door de voorrijders
- Met je hand laag naast je zwaaien = Let op! Obstakel aan die kant van de weg
- Geef waarschuwingen direct en duidelijk door zowel naar achteren als naar voren

***Bedenk dat de meeste ongelukken gebeuren tegen het einde van de rit!***

Vastgesteld op de deelnemersraadpleging d.d. 21/10/'14