



Fundamentos en desplazamiento en bici

Esta presentación interactiva cubre las habilidades esenciales para los viajeros en bicicleta potenciales o experimentados. Aprende a conducir de manera segura y legal, estrategias de planificación de rutas, mantenimiento básico de la bicicleta y algunos consejos valiosos para que los viajes en bicicleta sean más cómodos y divertidos.

Asegúrate de llevar tu bicicleta a la Revisión Rápida de Seguridad en Bicicleta, donde recibirás consejos sobre:

- **revisión del desgaste de llantas**
- **inflado adecuado de llantas**
- **evaluación de pastillas de frenos**
- **lubricado de cadena**
- **comprensión de los engranajes, técnica de cambios adecuada y ¡MÁS!**

¡Se recomienda encarecidamente registrarte y TODOS los niveles de habilidad son bienvenidos!

Escanea el código QR o visita: bit.ly/bikesafe101

*Ten en cuenta que este programa es bilingüe y se ofrece en inglés y español.
Esta clase la ofrecen los programas Go By Bike de SDCBC y SANDAG iCommute.*

Fechas / Horarios

Sábado, 20 de abril
10:30 a.m. - 12:00 p.m.
Biblioteca Paradise Hills

Sábado, 27 de abril
11:00 a.m. - 12:30 p.m.
Biblioteca Mountain View / Beckwourth

Sábado, 4 de mayo
11:00 a.m. - 12:30 p.m.
Biblioteca San Ysidro

Sábado, 11 de mayo
1:00 p.m. - 2:30 p.m.
Biblioteca Logan Heights

Sábado, 1 de junio
11:00 a.m. - 12:30 p.m.
Biblioteca Benjamin / Allied Gardens

