

Retningslinjer trafikk sikkerhet Kvam idrettslag



Kvam idrettslag tenker trafikk sikkerhet fordi

«.....vi har ingen å miste.....»

.....og oppfordrer alle idrettslag i Oppland til å følge etter oss!



Når vi går til trening eller kamper/renn/arrangement:

Bruker vi:

- ✓ Gang og sykkelstier der det er mulig
- ✓ Fortau der det er mulig
- ✓ Refleks/refleksvest i skumring eller mørke

Når vi krysser gaten:

- ✓ Benytter vi fotgjengerfelt når det finnes
- ✓ Går kun når det er «grønn mann»
- ✓ Ser vi oss godt om og ser at det ikke kommer biler



Når vi sykler til trening og kamper/renn/arrangement:

Bruker vi:

- ✓ Hjelm
- ✓ Gang og sykkelstier
- ✓ Sykkel med lys foran og bak
- ✓ Refleksvest

Når vi krysser gaten:

- ✓ Går vi av sykkelen ved kryssing av fotgjengerfelt
- ✓ Ser vi oss godt om og ser at det ikke komme biler

Vi har god sykkelopplæring før du får sykle

Når vi kjører til trening og kamper/renn/arrangement:



Skal vi ha og bruke:

- ✓ Sunne holdninger i trafikken
- ✓ Følge fartsgrensene
- ✓ Handsfree ved bruk av telefon under kjøring
- ✓ Sikkerhetsbelter på riktig måte
- ✓ God tid
- ✓ Kjøretøy og dekk i forskriftsmessig stand

Tips

- ✓ Vær aktpågivende
- ✓ Planlegg kjøring og unngå å rygge (spesielt oppmerksom om du må rygge)
- ✓ Påse at alle trygt kan forlate bilen
- ✓ Rusmidler og kjøring hører ikke sammen

Hvis vi leier buss:



Stiller vi krav til sjåfør og transportør:

- ✓ Kjøretøy og dekk i forskriftsmessig stand
- ✓ Buss utstyrt med trepunkts sikkerhetsbelter
- ✓ Minst mulig løst materiell i bussen/sikret bagasje
- ✓ Handsfree for sjåfør
- ✓ God tid skal brukes på oppdraget og følger kjøre og hviletidsbestemmelsene
- ✓ Voksne reiseledere på alle turer
- Rusmidler og kjøring hører ikke sammen!
- Reiseleder fra klubb på alle reiser
 - Egne retningslinjer for reiseleder og lagleder

Kvam idrettslags lover:



- At alle - trenere, ledere, foresatte, tillitsvalgte - skal kjenne til idrettslagets retningslinjer for transportsikkerhet
- At alle invitasjoner markeres med en påminnelse om å komme trygt fram til våre arrangement