



# GUÍA DE SEGURIDAD VIAL PARA BICICLETAS

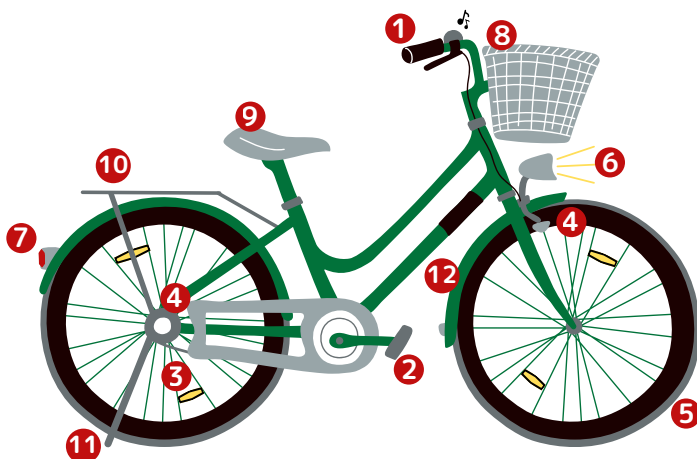
Creado en base a información de los sitios web del Departamento de Policía Metropolitana de Tokio y la Policía de la Prefectura de Hokkaido.



## Inspección de bicicletas

**Antes de montar en bicicleta, compruebe los siguientes puntos y repare inmediatamente cualquier zona problemática.**

- 1 El manillar está fijado de forma segura en ángulo recto con respecto a la rueda delantera
- 2 Los pedales no están doblados o tambaleantes
- 3 La cadena no está suelta ni oxidada y gira suavemente
- 4 Los frenos delanteros y traseros funcionan bien
- 5 Los neumáticos no están desgastados y están inflados adecuadamente
- 6 La luce delantera prende e ilumina
- 7 Tiene luce trasera y equipo reflectante (trasero y lateral)
- 8 Todas las piezas de la bicicleta están bien sujetas
- 9 El sillín está fijo y a una altura donde ambos pies puedan tocar el suelo
- 10 El dispositivo de carga no está suelto o dañado.
- 11 El soporte se mantiene firme y se mueve suavemente, sin tambalearse
- 12 Los guardabarros no están sueltos o tambaleantes



### A tener en cuenta

Si no has utilizado tu bicicleta durante el invierno  
¡Asegúrese de revisarlo con especial cuidado!





# Cinco reglas para el uso seguro de la bicicleta

1

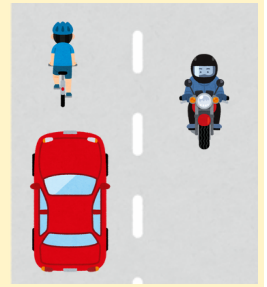
## Como regla general, la bicicleta debe circular en la carretera, y en la acera solo en casos excepcionales.

- ◆ Las bicicletas se consideran vehículos, por lo que como regla general deben circular por la carretera.  
**Sanciones: pena de prisión de hasta tres meses o multa de hasta 50.000 yenes.**
- ◆ Las bicicletas deben circular del lado izquierdo de la carretera.  
**Sanciones: pena de prisión de hasta tres meses o multa de hasta 50.000 yenes.**
- ◆ Como excepción podrá circular en la acera, en las siguientes situaciones:
  - Cuando hay un cartel en la acera que indique "Bicicleta permitida en la acera"
  - Cuando niños menores de 13 años, personas mayores de 70 años o personas con discapacidad física esté manejando la bicicleta.
  - Cuando es imposible circular por el lado izquierdo de la carretera debido a obras viales, fila de vehículos estacionados, o cuando la carretera sea estrecha.

**Sanción: Multa de hasta 20.000 yenes o multa menor.**

- ◆ Los peatones tienen prioridad de paso en la acera, así que al adelantar, circule despacio por el lado más cercano a la carretera. Si obstruye el paso de peatones, debe detenerse.

**Sanción: Multa de hasta 20.000 yenes o una multa menor.**



2

## Obedezca los semáforos y las señales de pare en las intersecciones, para verificar que no hay peligro.

- ◆ Las bicicletas deben respetar los semáforos y demás señales de tráfico al circular por la carretera.  
**Sanciones: pena de prisión de hasta tres meses o multa de hasta 50.000 yenes.**
- ◆ Deténgase en las intersecciones y verifique ambos lados  
**Sanciones: pena de prisión de hasta tres meses o multa de hasta 50.000 yenes.**



3

## Siempre encienda las luces durante la noche.

- ◆ Durante la noche, encienda las luces y utilice una bicicleta equipada con dispositivos reflectantes.  
**Sanción: multa de hasta 50.000 yenes.**



4

## Está prohibido conducir bajo los efectos del alcohol.

- ◆ Al igual que en el caso de los automóviles, no se debe conducir una bicicleta bajo los efectos del alcohol.  
**Sanciones: pena de prisión de hasta 5 años o multa de hasta 1.000.000 yenes (En caso de que maneje bajo los efectos del alcohol)**



5

## Use casco para bicicleta.

Al manejar una bicicleta, todos los usuarios, independientemente de su edad, deben esforzarse a usar casco. Los padres o tutores deben asegurarse de que los niños y bebés lleven casco cuando monten en bicicleta.



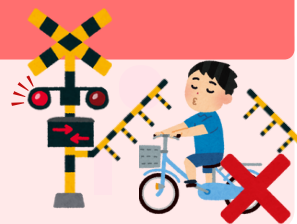


## Actos prohibidos

### Entrar al cruce ferroviario que se está cerrado

No entre en un cruce ferroviario mientras las puertas del cruce se estén cerrando o mientras la alarma esté sonando.

**Sanciones:** pena de prisión de hasta tres meses o multa de hasta 50.000 yenes.



### Manejar bicicletas con frenos defectuosos (o sin frenos)

Los frenos deben estar equipados tanto en las ruedas delanteras como en las traseras.

**Sanción:** multa de hasta 50.000 yenes.



### Uso del paraguas al manejar una bicicleta

No utilice paraguas u otros objetos que obstaculice su campo de visión o cause la pérdida del equilibrio.

**Sanción:** multa de hasta 50.000 yenes, etc.



### Uso del teléfono móvil al manejar una bicicleta

No se permite sostener un teléfono móvil en la mano para hablar por teléfono, enviar mensajes de texto, etc. mientras maneja una bicicleta.

**Sanciones:** pena de prisión de hasta 6 meses o multa de hasta 100.000 yenes. (Infractor)



### Uso de auriculares, etc. al manejar una bicicleta

No escuche música con auriculares u otros dispositivos mientras maneja una bicicleta, ya que esto le impedirá oír los sonidos y voces necesarios para conducir con seguridad.

**Sanción:** multa de hasta 50.000 yenes, etc.



### Circular en bicicleta de forma paralela

No se permite circular de forma paralela con otras bicicletas.

**Sanción:** Multa de hasta 20.000 yenes o multa menor.



A partir del 1 de noviembre del 2024, **se han establecido nuevas sanciones para aquellos ciclistas imprudentes** y así prevenir accidentes causados por ciclistas bajo la influencia del alcohol, por utilizar dispositivos móviles al manejar, etc. Para más detalles vea el panfleto creado por el departamento de Policía Metropolitana.

[www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=8730062336999](http://www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=8730062336999)





## En caso de un accidente de tránsito

- 1 Detenga su bicicleta de forma inmediata.**
- 2 Mueva su bicicleta al arcén de la carretera para no obstruir el resto del tráfico.**
- 3 En caso de que haya un herido, llame una “119” para solicitar una ambulancia.**
- 4 Llame al “110” para contactar a la policía, sin importar si hay heridos o no.**

Brinde primeros auxilios deteniendo la hemorragia con un pañuelo limpio y animar al herido, hasta que llegue la ambulancia. Sin embargo, no mueva al herido innecesariamente.

No abandone el lugar del accidente hasta que llegue la policía. Como conductor de una bicicleta, tiene la obligación de informar a la policía sobre las circunstancias del accidente.



## Afíliece en seguro contra accidentes

**Si va utilizar una bicicleta, asegúrese de contratar un seguro para cubrir en caso de que ocurra un accidente.**

- En caso de accidente de tráfico con bicicleta, el ciclista puede ser considerado responsable de grandes cantidades de daños.
- Es importante comprobar si su seguro cubre este tipo de siniestros.



## Prevención del robo de bicicletas

- 1 ¡Incluso si aparcas la bicicleta solo por un momento, asegúrate de ponerle doble candado!**

Los ladrones de bicicletas no quieren que el robo les lleve mucho tiempo, por lo que, además de las cerraduras normales, es muy eficaz utilizar candados de alambre o candados en forma de U como medida preventiva.



- 2 Incluso en un estacionamiento para bicicletas, no bajes la guardia. ¡Asegúrala a un objeto fijo siempre que sea posible!**



- 3 ¡Asegúrate de registrar tu bicicleta en el sistema de prevención de robos!**

El registro antirrobo es fundamental para prevenir el robo e identificar al propietario de una bicicleta abandonada. Asegúrese de registrar su bicicleta en el registro antirrobo.

C000000  
防犯登録証  
北海道警察