

## 應該做的

### 踩單車前：

- 佩戴顏色鮮明、大小適中及符合國際標準的安全頭盔。
- 穿上鮮色、淺色、熒光或有反光物料及合身的衣服，或戴上反光帶，在夜間或光線微弱的環境中，更應如此。
- 穿上個人防護裝備，例如護肘、護膝及手套。
- 選擇類型和大小合適的單車。
- 單車須配備警告車鈴及車尾紅色反光體。
- 須確保單車剎車掣已妥為調校及操作正常，並能有效剎停車輪。
- 車胎狀況性能要良好，胎紋要清晰可見，並已適量充氣。
- 確保單車的活動部分已加上充分的潤滑油。
- 車鏈要鬆緊得宜，亦沒有受損或生銹的跡象。
- 記得檢查車燈的電池電量是否足以應付全程，並攜帶後備電池和車燈。
- 單車的前面或側面應裝上白色反光體，而腳踏則應裝上黃色反光體。
- 預先計劃行程，盡量使用單車徑。



■ 踩單車老少咸宜。

資料圖片



■ 踩單車人士切記遵守道路安全守則。資料圖片

### 踩單車時：

- 必須遵守交通規則，包括交通燈號、交通標誌和道路標記。
- 如在夜間或能見度低時騎單車，車頭必須亮白燈及車尾必須亮紅燈。你的單車燈應適當地向下，以免其他道路使用者目眩。
- 如路上有單車徑，必須在該處踏單車。
- 除超車或於單車徑上踏單車外，必須單排行車。
- 在任何時候，至少須單手緊握把手。
- 雙腳不可離開腳踏。
- 一般而言，應靠左行，並以穩定速度前進。
- 當你即將轉彎或在窄路時，如情況安全及在不會對交通造成嚴重干擾的情況下，你可駛往行車線的中間前進，駛出時應留心隨後而來的車輛。
- 在一段長而窄的路上踩單車，盡可能嘗試在避車處或有較多空間的地方暫停下來，讓隨後的車輛先駛過。
- 如要橫過行人過路處時，應下車把單車推過過路處。
- 應與前車保持安全距離。
- 小心其他車輛，駛近路口時，更要小心。

### 剎車：

- 應熟習控制前及後剎車掣。
- 一般而言，應先用後剎車掣，然後再加用前剎車掣。
- 如要單車平穩而逐漸地減速，應使用後剎車掣。
- 前剎車掣較為有力及有效，但如過分用力使用，會使單車急速停下，而後輪可能會離地，使你無法控制單車，甚至衝前墮地，在高速下坡時，更易出現這情況。
- 在下坡行車時或轉彎前，應適當地使用剎車掣以控制車速。
- 只有在前輪直向時，才可剎車。

### 停放單車：

- 在設有街燈的道路上，只可在指定供單車停泊的地方停泊單車。然而，任何單車均不得於同一泊車處停泊超過24小時。
- 如需作短暫停留（例如休息），可以把單車停放於行人路上或路旁，但要確定單車：
  - 不會妨礙行人；
  - 不會構成危險（如迫使行人走出馬路）；
  - 不影響其他道路使用者的視線。
- 應把單車鎖好，慎防單車被盜。



■ 踩單車時須遵守交通安全條例，以免遭到檢控。資料圖片

# 踩單車 最緊要安全

踩單車老少咸宜，但稍一不慎就會發生意外，如昨日舉行的沙田單車節，期間至少發生4次意外，涉及9男2女，大部分屬輕傷、擦傷，其中兩人須送院。有見及此，本報特別整理運輸署提醒踩單車人士的安全須知，供各位車友參考。

## 不應該做

- 不准載客。
- 不可被運載的動物或物品阻擋你的視線、影響你的平衡 / 妨礙你控制單車、或被車輪 / 車鏈纏着。
- 不准進入隧道區、管制區或快速公路。
- 不准攀附其他車輛前進，或用自己的單車拖着其他單車或其他車輛前進。
- 不可在行人路上騎單車。
- 不可在馬路上逆線騎單車。
- 不可牽領動物。
- 不應戴上任何音響裝置的耳機或使用流動電話。

### 認識香港單車法律

根據運輸署《騎單車者須知》，單車被視為車輛，騎單車者在道路上需要遵守與駕駛者一致的交通規例和規則，包括：

- 必須遵守交通標誌、交通燈號、道路標記及交通規則。
- 絕對不可在酒精或藥物影響下騎單車。
- 兒童在道路上騎單車，須先徵得父母或監護人同意；未滿11歲的兒童更必須在成年人陪同下，才可在道路上騎單車。
- 單車必須且只可配備一個警告車鈴。
- 不可雙手同時放開手柄。
- 不可手握或拖曳任何車輛。
- 未經許可，把單車帶進郊野公園和特別地區。
- 晚上或能見度低時，車頭必須安裝白燈及車尾必須安裝紅燈。

