

# ¡Seguridad en Ruedas!



**Patines:** (también conocido como Zapatos de Ruedas o la marca, Heelys®):

- Nunca patine más rápido de lo que pueda caminar
- Evite patinar en las calles, aceras y superficies mojadas
- No patine sobre piedras, arena o agua
- Siempre use equipo de protección – tal como un casco, almohadillas para las muñecas, codos y rodillas

**Scooters (sin motor):**

- Siempre use un casco y almohadillas de protección
- Manténgase cubierto con ropa. Use zapatos cerrados (para tener buen agarre), pantalones largos y camisas de mangas largas (para protegerse de raspaduras y cortes)
- Use su scooter solamente durante el día
- Use su scooter en la acera o en caminos pavimentados – nunca cerca del tráfico

**Como otros deportes, hay una curva de aprendizaje. Aprenda a patinar seguramente y apropiadamente.**

**Guiadores de Patinetas:**

- Siempre use un casco deportivo (no un casco de bicicleta) y el equipo apropiado de protección
- Aprenda a caerse – practique en el pasto o una superficie suave
- Nunca patine en la calle
- Inspeccione su patineta cada vez que la use

**Biciclistas:**

- Cada vez que use su bicicleta siempre use el casco correctamente
- Use ropa de colores claros y reflectores para que conductores lo puedan ver
- Use zapatos apropiados – no sandalias, zapatos de tacón alto o zapatos de deporte
- ¡No use su bicicleta descalzo!
- Siga las reglas de la calle cuando use su bicicleta y use señales de brazo al doblar
- Inspeccione su bicicleta antes de usarla

A Program Of:



Proud Program Sponsors:

