

## 14 lutego Zimowy Dzień Dojeżdżania Rowerem do Szkoły!

Zapraszamy wszystkich uczniów i pracowników szkół do aktywnego udziału w jednodniowej akcji organizowanej przez Porozumienie Rowerowe - Lublin. **Przyjedź tego dnia rowerem do szkoły i wygraj nagrodę!**

Lubelscy rowerzyści i rowerzystki włączają się w tę międzynarodową akcję już od trzech lat - tym razem adresujemy ją do szkół podstawowych, z którymi z sukcesem współpracujemy.

**Wydarzenie to obchodzone jest 14 lutego**, na całym świecie i ma na celu promocję ruchu rowerowego. Jest to świetna okazją by przekonać się, że nawet zimą można poruszać się rowerem. W obiegowej opinii jazda rowerem w zimie jest trudna lub wręcz niemożliwa. Wystarczy spróbować by przekonać się, że zima i rower to dobre połączenie. Oraz wygrać nagrodę.

Sama akcja jest bardzo prosta: wystarczy **14 lutego, w piątek, w Zimowy Dzień Dojeżdżania Rowerem do Szkoły, przyjechać rowerem na lekcje i wykonać wspólne, grupowe zdjęcie (z rowerami) przed budynkiem szkoły.**

Wszyscy bohaterowie wspólnego zdjęcia, którzy przyjechali rowerem tego dnia - **otrzymają nagrody w postaci najnowszego wydawnictwa - lubelski przewodnik rowerowy**, lokalne kompendium wiedzy o poruszaniu się rowerem po naszym mieście.

**Zdjęcie należy przesłać** -koniecznie tego samego dnia na mail organizatorów lub jako wiadomość na profil społecznościowy [www.facebook.com/lublinrowerem/](http://www.facebook.com/lublinrowerem/)

Zachęcamy wszystkich do wspólnej zabawy! **Zimowy Dzień Dojeżdżania Rowerem do Szkoły to pierwsza taka zimowa akcja rowerowa w lubelskich szkołach!**

### Jak przygotować się do jazdy zimą na rowerze?

Zimową jazdę na rowerze warto zacząć, gdy na drogach panują dobre warunki - jest sucho, główne trasy są przejezdne i odśnieżone, a temperatura nie jest zbyt mroźna. W takich warunkach różnica między zimowym a letnim jeżdżeniem sprowadza się głównie do różnicy w ubiorze. Unikniemy też zastanawiania się czy mój rower zerdzewieje od soli używanej do odśnieżania.

### Jak się ubrać?

Nie ubierajmy się zbyt ciepło, bo jazda na rowerze szybko rozgrzewa. Warto pamiętać o zasadzie ubierania się na cebulkę, wtedy możemy łatwo regulować jak będzie nam ciepło. Kwestia sposobu ubrania jest bardzo indywidualna, dlatego każdy musi wypracować swój styl. **Obowiązkowo musimy osłonić ręce, stopy i głowę** - są to części ciała, które najszybciej są narażone na wychłodzenie.

Rower musi być sprawny technicznie (jak zawsze). Zimą szybciej robi się ciemniej, więc obowiązkowo zabierajmy ze sobą oświetlenie do roweru. Przed wyruszeniem warto jeszcze sprawdzić ciśnienie w oponach. Zimą może być w dolnej granicy, co zwiększy naszą przyczepność. Jeśli nie lubimy siadać na zimnym siodelku warto zainwestować, np. w żelową nakładkę na siodelko. Jeśli będziemy nosić ją ze sobą siodelko zawsze będzie ciepłe;-)

### Tak nasza akcja w Lublinie wyglądała w zeszłym roku:

<https://tinyurl.com/ulg7ccc>

<http://www.facebook.com/lublinrowerem/videos/628273477619803/>

### Międzynarodowa strona akcji:

[www.facebook.com/WinterBikeToWorkDay/](http://www.facebook.com/WinterBikeToWorkDay/)

[www.winterbiketoworkday.org/](http://www.winterbiketoworkday.org/) (i Winter Bike To School Day)