

Di Chuyển Bằng Xe Đạp



FLIPYOURTRIP

Chương trình Flip Your Trip là gì?

- West Seattle, South Park & Georgetown
- Đi lại miễn phí trên phương tiện giao thông công cộng
- Đi xe điện e-scooter hoặc xe đạp dùng chung miễn phí
- Dịch vụ đi xe chung vanpool là miễn phí và có thể đi lại trên cầu thấp
- Hỗ trợ lập kế hoạch cho chuyến đi cho mỗi cá nhân
- Các chương trình khuyến mãi & sự kiện theo mùa



Hỗ Trợ cho Xe Đạp

- Đạp xe theo nhóm
- Sự kiện
- Hỗ trợ cho mỗi cá nhân
- Nguồn lực hỗ trợ



Đạp Xe ở West Seattle và Xa Hơn



Những gì quý vị cần: Xe đạp



Xe đạp đường bộ



Xe đạp leo núi



Xe đạp thành phố



Xe đạp chở đồ

★ Trước khi quý vị đạp xe: Kiểm tra nhanh ABC (ABC Quick Check)

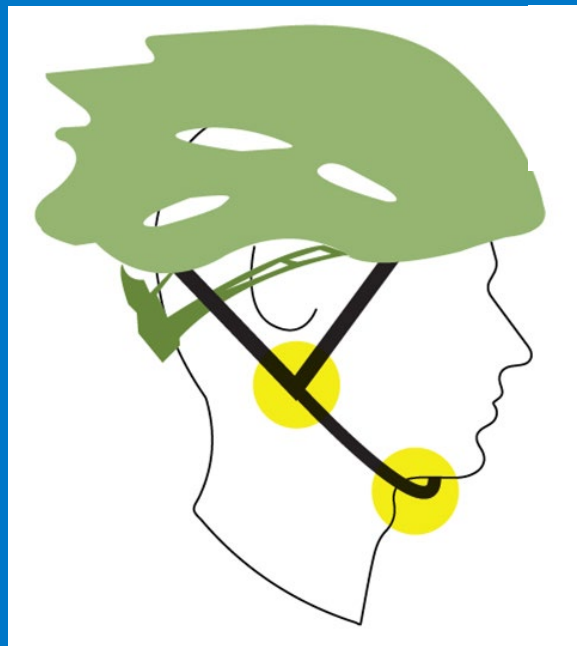
★ Thông tin về Định cỡ xe đạp cơ bản (Basic Bike Sizing)

Những gì quý vị cần: **Mũ bảo hiểm**

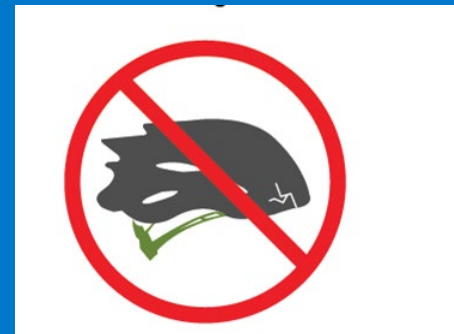
Mũ bảo hiểm phù hợp

- Cân bằng
- Dây đai bên được cố định ngay dưới tai
- Khóa cài vừa khít dưới cằm

Mũ bảo hiểm vừa vặn sẽ nằm yên một chỗ khi quý vị di chuyển đầu



Khi nào cần thay mũ bảo hiểm

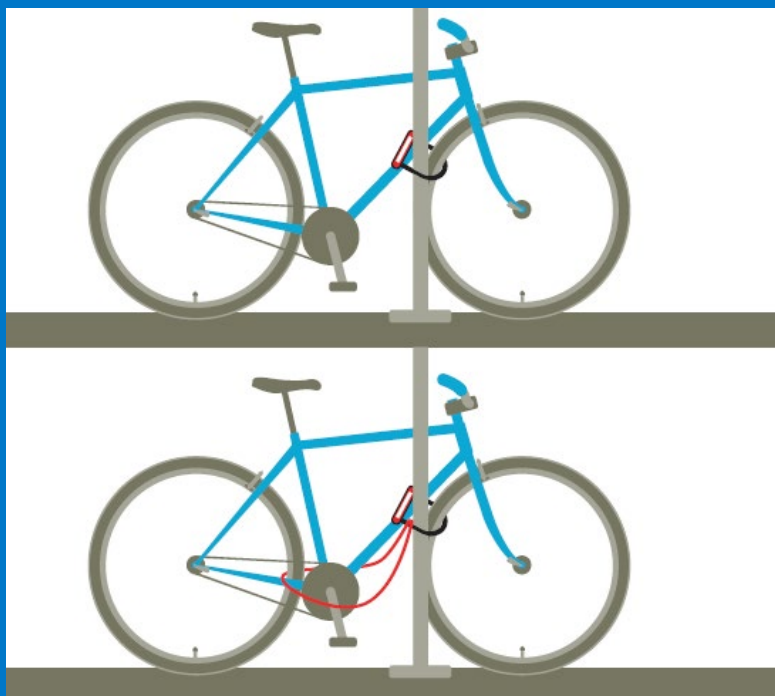


- 3 đến 5 năm một lần
- Nếu quý vị thấy một vết nứt hoặc bị hư
- Nếu mũ bảo hiểm của quý vị bị va chạm

★ Cách đội mũ bảo hiểm xe đạp của quý vị

Những gì quý vị cần: **Phụ kiện cơ bản**

Khóa



Đèn và phản quang



Bộ công cụ cơ bản



Những gì quý vị cần: Hệ thống mang theo đồ

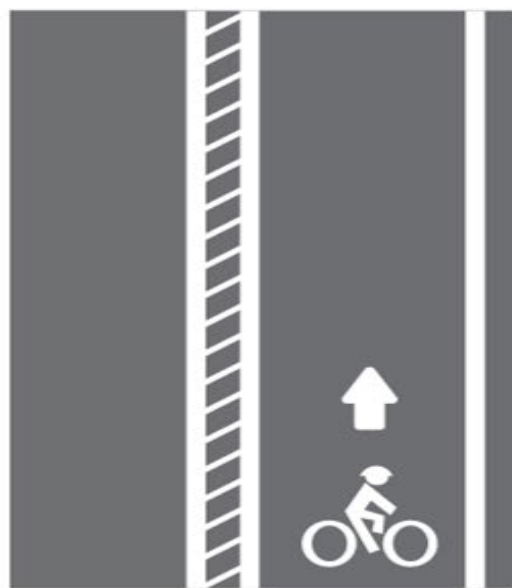
折叠式自行车篮筐



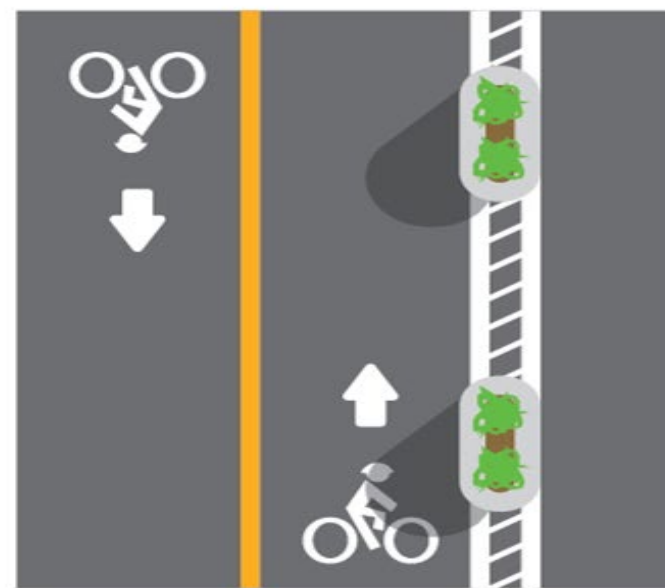
Lập kế hoạch cho lộ trình của quý vị: Các loại làn đường dành cho xe đạp



Dải sơn



Sơn dải phân cách rộng

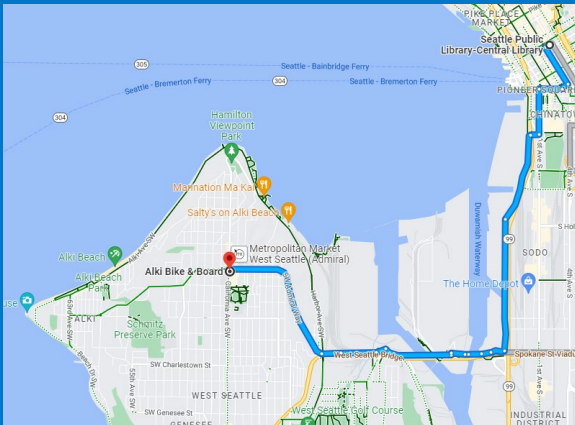


Rào cản vật lý

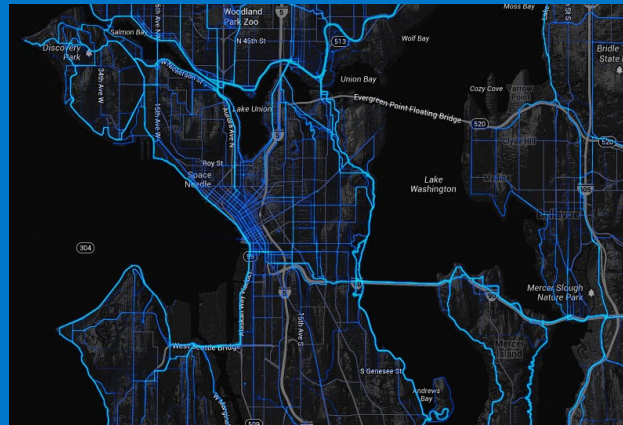
Lập kế hoạch cho lộ trình của quý vị:

Các công cụ lập kế hoạch lộ trình

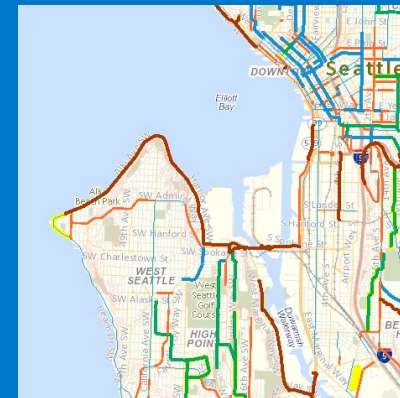
Google Maps



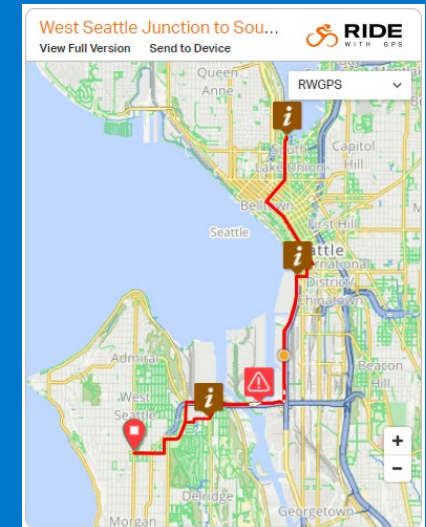
Bản đồ nhiệt Strava
(Strava Heatmap)



GIS của Thành
Phố Seattle



Đạp xe với GPS



Lập kế hoạch cho lộ trình của quý vị:

Nguồn lực hỗ trợ

- Kéo dài chuyến đi của quý vị với phương tiện giao thông công cộng!
 - Xe buýt
 - Tàu Điện Light Rail
 - Taxi Nước
 - Phà Tiểu Bang Washington
 - Bãi đậu xe đạp an toàn tại các trạm phương tiện giao thông công cộng
- Xem Nguồn Lực Hỗ Trợ ở West Seattle của Câu Lạc Bộ Xe Đạp Cascade
- Bộ Phận Trợ Giúp về Lộ Trình Đi Làm của Tổ Chức Bikery có thể trả lời các câu hỏi hoặc lên kế hoạch lộ trình cho quý vị.

Lập kế hoạch cho lộ trình của quý vị:

Meo

- Hãy từ từ: không có câu trả lời nào là sai
- Đạp xe thử
- Có kế hoạch dự phòng
 - Xe buýt
 - Có người đến đón quý vị
 - Uber/Lyft



Mẹo đi xe đạp an toàn

Các quy tắc giao thông dành cho xe đạp là gì?

Các quy tắc cũng giống như quy tắc khi lái xe ô tô!

- Tuân theo tất cả các biển báo và tín hiệu đường phố
- Đạp xe theo hướng giao thông
- Nhường người đi bộ



Mẹo đi xe đạp an toàn: **Tôi có thể đạp xe ở đâu?**

- Trên vỉa hè (ở Quận King)
 - Thường không được khuyến khích
- Trên những đường phố có làn đường dành cho xe đạp
 - Quý vị có thể chọn đạp xe trên làn đường dành cho xe đạp
HOẶC trên làn đường giao thông chung
- Trên các đường phố không có cơ sở hạ tầng dành cho xe đạp (ngoại trừ đường cao tốc)

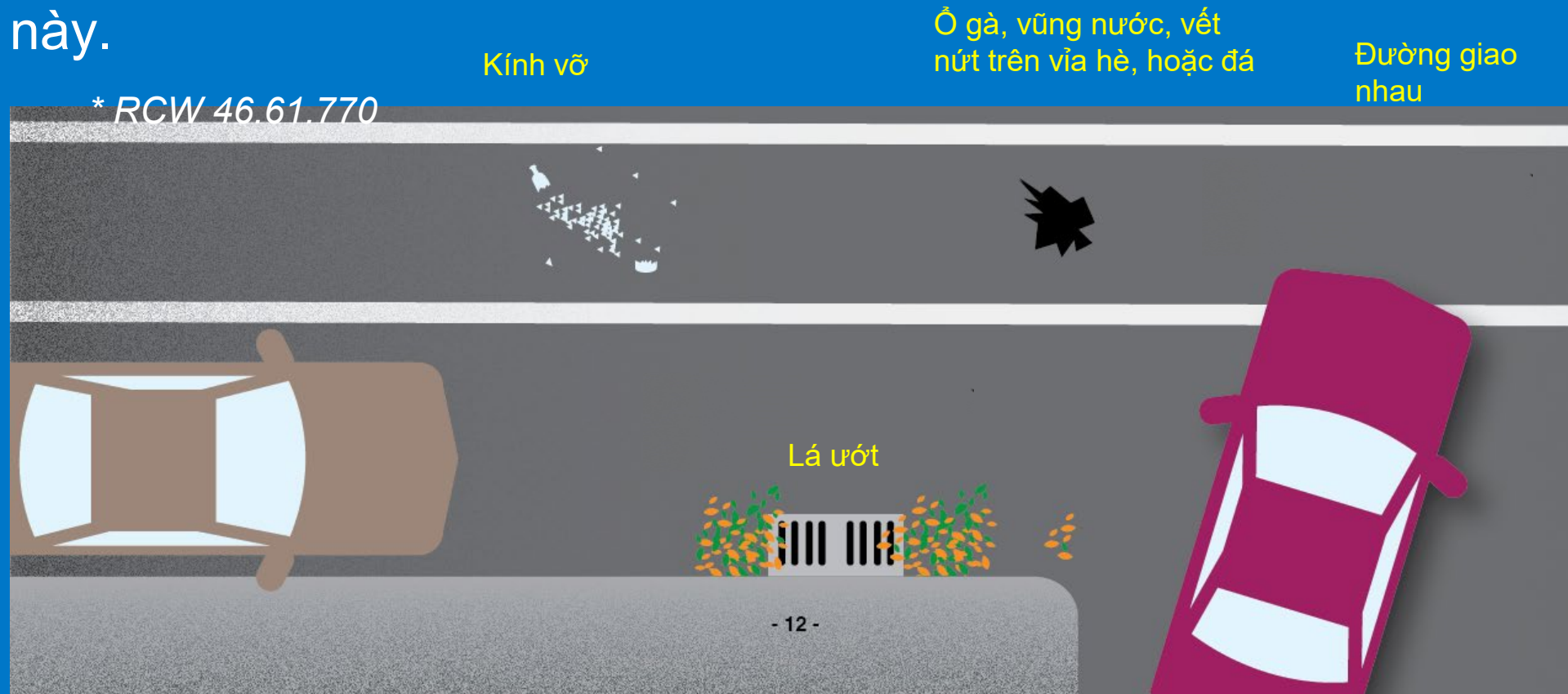
Mẹo đi xe đạp an toàn: **Vùng mở cửa xe**



Vùng cho vượt qua
hẹp

Vùng mở cửa
xe

Cảnh này cho thấy làn đường dành cho xe đạp với các mối nguy hiểm thường gặp. Luật giao thông của Tiểu Bang Washington* KHÔNG yêu cầu quý vị sử dụng làn đường dành cho xe đạp, và điều tốt nhất là quý vị nên rời khỏi làn đường dành cho xe đạp để tránh những chương ngại vật như thế này.



Mẹo đi xe đạp an toàn: **Đạp xe ở đâu trên làn đường**

Nếu có chỗ để cho xe vượt qua quý vị, hãy đạp xe sang bên phải.

Nếu **không** có chỗ để cho xe vượt qua quý vị, hãy đạp xe giữa làn đường.

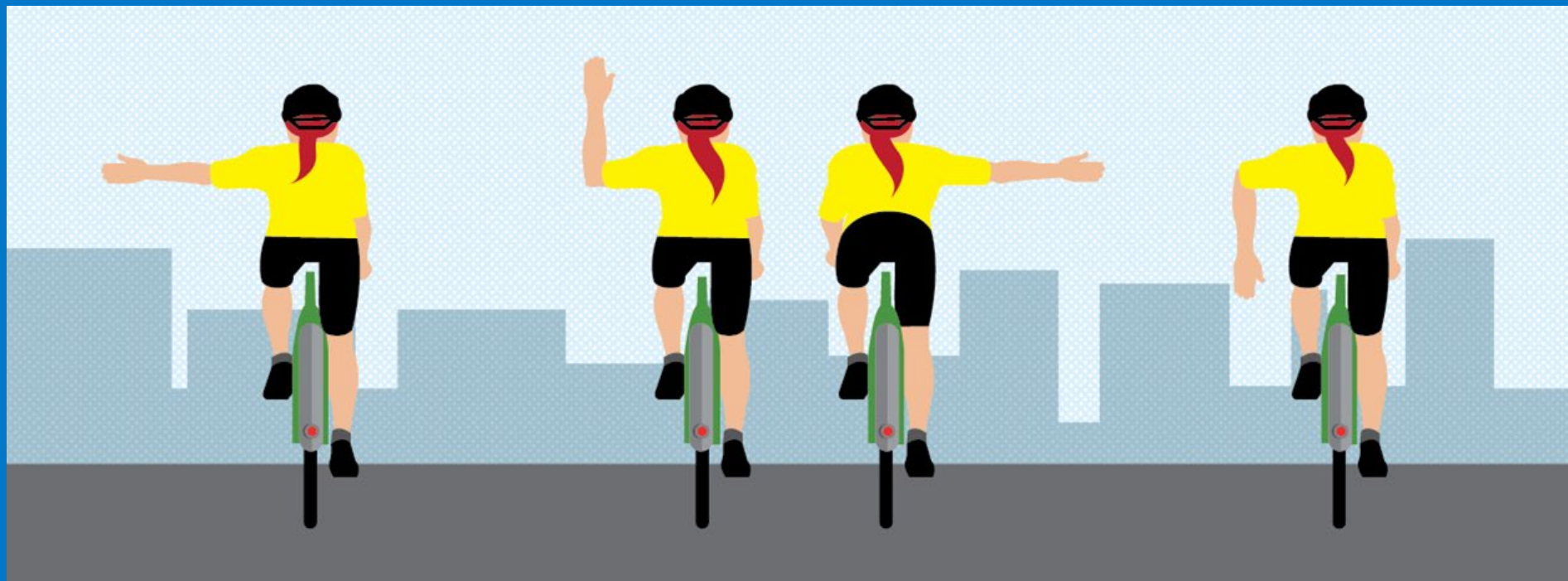


Mẹo đi xe đạp an toàn: **Báo hiệu dễ rẽ**

Bên trái

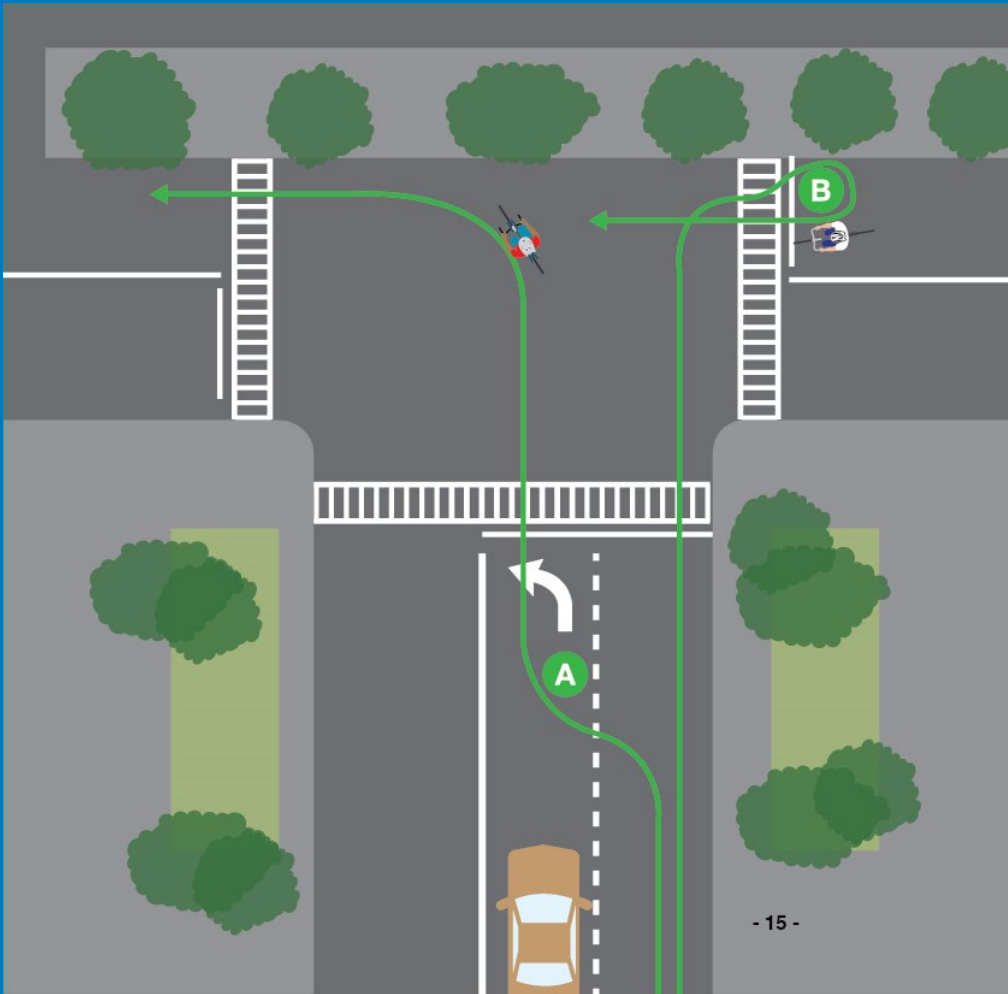
Bên phải (2 lựa chọn)

Chậm lại



- **KHÔNG** cần dùng tay để ra báo hiệu rẽ nếu quý vị cần tay để phanh xe đạp
- Ra báo hiệu trước khi rẽ

Mẹo đi xe đạp an toàn: **Rẽ trái**



A

Rẽ trái

Nhìn lại phía sau, ra hiệu và di chuyển sang trái khi an toàn. Sử dụng làn đường rẽ trái hoặc rẽ giữa

B

Rẽ trái hai giai đoạn.

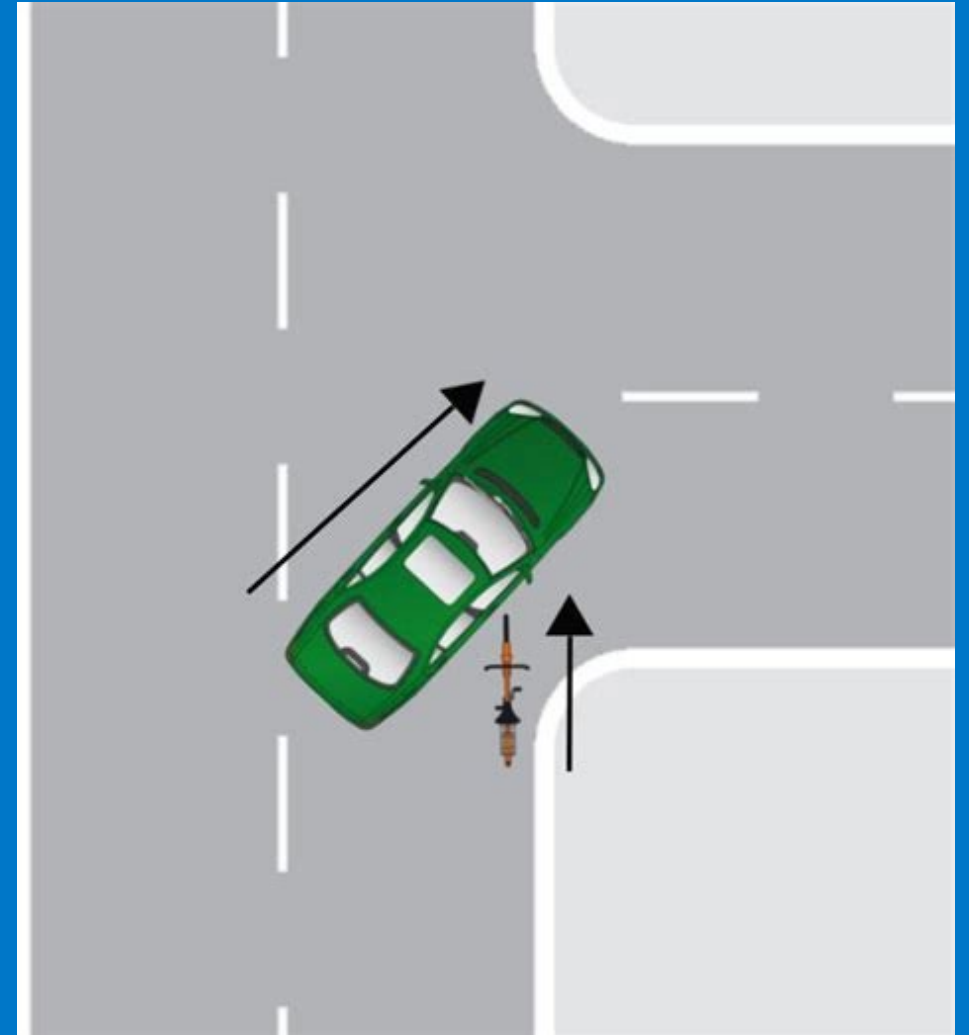
Nếu giao thông quá đông hoặc quý vị không thoải mái khi di chuyển sang trái, hãy sử dụng phương pháp này.

Mẹo đi xe đạp an toàn: **Ngăn chặn khỏi va chạm khi một phương tiện giao thông khác rẽ phải**

Điều này xảy ra khi một phương tiện rẽ phải và va chạm với người đang đi xe đạp.

Làm thế nào để tránh được điều này?

- Lưu ý khi làn đường dành cho xe đạp băng qua giao lộ
- Không vượt xe ở phía bên phải
- Đạp xe ở giữa làn đường khi đến gần giao lộ
- Vượt xe ở phía bên trái



Các nguồn lực hỗ trợ cho chương trình Flip Your Trip



Đăng ký cho chương trình Flip Your Trip

<http://FlipYourTrip.org>

Các câu hỏi về chương trình Flip Your Trip

info@FlipYourTrip.org

Các Câu Hỏi Chung về Cầu West Seattle

WestSeattleBridge@seattle.gov

[\(206\) 400-7511](tel:(206)400-7511)



XIN CẢM ƠN!



FL!PYOURTRiP