

第 17 章：

自行车规则

本章叙述了保持自行车适合上路，穿戴合适装备以及安全一致骑行的规则。您也**应该**熟悉有关自行车道的规则（参见第 159 页）以及手势信号（参见第 7 章）。

保持自行车适合上路

- 您的车闸、轮胎、链条、车灯、反光罩和车铃都**必须**处于良好的工作状态。
- 您的自行车**应该**尺寸合适，让您能够双脚触地。
- 在运载物品时，您**应该**使用适合的货架或车筐，并确保没有物品松落。
- 在夜间，自行车的前侧**必须**配有发出白光或黄光的车灯，后侧**须**有发出红光的车灯。这些是法律规定的最低灯光要求。但是，为了让机动车能够在夜间更易看到您，您**应该**：
 - 在自行车上添加反光材料条带（前侧为白色条带，后侧为红色条带），
 - 戴反光臂章，以及
 - 穿反光“警示”带或反光背心。



自行车核查表

- 把手**应该**与车架成直角，并与车座齐平。
把手活动**应该**既不太僵硬，也不太松散。
- 当骑在车座上时，双脚**应该**刚好触及地面。
- 车轮**应该**笔直，并位于一条直线上。如果车轮弯曲或没有对齐，则应予更换。
- 拧紧松动的轮辐并更换任何受损的部件。
- 确保轮胎充足气，并有清晰的花纹。
- 确保挡泥板紧固并且与车轮保持一定距离。
- 检查传动部件，并视需要调节。
- 检查刹车线，并视需要调节。若有磨损则需更换。
- 确保刹车块的封闭端朝前方。
- 确保刹车块离车轮边缘足够近。更换磨损的刹车块。
- 检查脚蹬，并在磨损或损坏时予以更换。

- 确保前侧车灯为白色或黄色，后侧车灯为红色。使用红色反光罩。视需要更换电池并清洁灯罩。
- 确保车铃位于拇指可轻松触及的范围内。
- 给所有活动部件上油。
- 随时戴自行车头盔。

自行车**应该**有以下制动系统：

- 若为有一个固定轮，或者专为 7 岁以下儿童设计的自行车，那么它**应该**至少有一套刹车；
- 若为没有固定车轮，且专为 7 岁以上儿童或成人设计的自行车，那么它**应该**具有一套作用于前轮的刹车和一套作用于后轮的刹车。

防护服和装备

作为一名骑自行车者，您是脆弱的道路使用者，并且您的自行车无法在交通事故中保护您。法律并未要求您戴头盔。但是，出于道路安全考虑，并为您自己的利益，您**应该**随时戴头盔。

在购买头盔时：

- 寻找表明产品按国家认可标准制造的标志，并且
- 检查其是否妨碍您的视野或听力。

当您拥有一个头盔之后，您应该：

- 在其损坏或掉落时予以更换，
- 调节头盔的系带，使之与您贴合。务必查阅制造商的说明。

安全骑车

- 您**必须**遵守适用于红绿灯、人行横道、自控人行横道和斑马线的规定。
- 除打手势或换档时，保持双手不离车把。
- 保持双脚位于脚踏上。
- 确保靠左骑行。在起步，换道或转弯时，始终后顾并给出正确的信号。
- 您的位置切勿处于大型车辆“内”，司机的视野之外。相反，当大型车辆停在交叉路口并有意左转时，呆在其后。
- 当左转时，紧贴道路左侧，并观察有无行人。
- 在右转时，进入右转道的左侧，在退出右转道之前向后看并给出正确的信号，并确保该车道的车辆没有直行。在陡坡或繁忙的道路上，停靠到道路左侧，等到两个方向的车流均有空隙，以安全地转弯。
- 当沿成队停止的车流骑行时，注意车流中的间隙，以让其它车辆能够通过静止道转向。由于交通拥堵，可能看不到正在转向的车辆。
- 在恶劣天气状况中，下车且步行过街可能更安全。视可用情况，您**应该**使用人行横道或有管控的过街横道。
- 随时穿反光服。

自行车道

自行车道是道路中专为自行车（非摩托车）预留的部分，可分为：

- 专用，或
- 非专用。

专用自行车道在其右侧有白色实线作为边界。仅供自行车和电动轮椅使用，因此任何其它车辆都**不得**使用或在其上停泊。

非专用自行车道在其右侧有白色虚线作为边界。如遇以下情况，骑自行车者应离开此类车道：

- 这些车道已经指示它们将变化方向，
- 巴士正在位于车道旁的车站上下客，或者
- 停泊在车道上的车辆正在上下货（参见第 10 章）。

专用自行车道每天 24 小时保留，除非在车道起始处或旁边有竖立信息牌表明另外的时间段。

自行车道还可作为步行道或其它非道路区域中的保留部分。若有自行车道提供，则骑自行车者**必须**使用此类车道。

若自行车道是双向的，意味着同时有反向骑行的自行车使用该车道，骑自行车者**应该**尽可能地靠车道左侧骑行。

您**必须**遵守自行车道交通灯。

针对其他道路使用者的自行车道规则

驾车

除电动轮椅外，任何车辆都**不得**进入或穿越专用自行车道，除非司机正在进入一个地方或一条支路。

泊车

任何司机都**不得**将车辆停泊在专用自行车道内。

司机最多可在非专用自行车道停泊 30 分钟，但仅在上下货时且无其它泊车位可选。牢记基本的注意责任，切勿阻碍自行车道。

如果司机将其车辆停泊在一天中仅某些时候用作自行车道的车道上（如自行车道标志下信息牌所示），那么他们**必须**在下一个自行车道启用时间开始前挪走其车辆。

如果没有信息牌，则意味着该自行车道全天启用并禁止任何泊车。



自行车道起始



自行车道终止



信息牌

下表列明了您**必须**遵守的具体自行车道路交通规则。

必做 ✓	勿做 ✗
<ul style="list-style-type: none">在超车时务必单行骑行。	<ul style="list-style-type: none">当处于酒精或麻醉品影响下时，切勿骑自行车或尝试骑自行车。
<ul style="list-style-type: none">在超过停泊车辆时，务必留足额外的空间，因为车门可能突然打开。	<ul style="list-style-type: none">切勿在步行道上骑行或横穿步行道，但包含自行车道的步行道除外。
<ul style="list-style-type: none">若存在自行车道，则务必在自行车道上骑行。	<ul style="list-style-type: none">切勿扒住移动的车辆。
<ul style="list-style-type: none">若与他人并排骑行可能对其它交通或行人造成危险或不便，或阻碍其它交通或行人，则务必单行骑行。	<ul style="list-style-type: none">切勿与一位以上骑自行车者并排骑行。
<ul style="list-style-type: none">在交通繁忙路段务必单行骑行。	<ul style="list-style-type: none">切勿在单行道上逆着车流方向骑行。
<ul style="list-style-type: none">若被要求，务必将您的姓名和地址提供给警察。	<ul style="list-style-type: none">切勿闯红灯或人行灯。
<ul style="list-style-type: none">务必遵守警察或学校交通指挥员给出的信号。	<ul style="list-style-type: none">切勿在机动车道上骑行。
<ul style="list-style-type: none">务必遵守所有适用于道路交通标志和道路标记的规则，包括红绿灯、人行横道、自控人行横道、平交道口和斑马线的标志和信号。	<ul style="list-style-type: none">切勿在逆向巴士车道上骑行。
<ul style="list-style-type: none">务必知道骑自行车者手势信号的意思，并在骑行时加以使用。	<ul style="list-style-type: none">切勿在没有适当照明的黑暗中骑行。

考虑到您和其他道路使用者的安全，下表列出了您应该采取或避免的行为。

必做 ✓	勿做 ✗
<ul style="list-style-type: none">当在较慢的车流中跟随机动车辆时，务必保持足够的距离。	<ul style="list-style-type: none">切勿扒住或依靠静止的车辆。
<ul style="list-style-type: none">在潮湿或冰冻路面以及大风天气时，务必格外小心。	<ul style="list-style-type: none">切勿在移动的车流中穿进穿出。
<ul style="list-style-type: none">务必仅将车铃用作警示装置。	<ul style="list-style-type: none">切勿带人，除非您的自行车专为带人而组装或改造。
<ul style="list-style-type: none">务必格外小心，充分观察前方是否有不平整的路面、排水沟和其它障碍，以便您不会在另一辆车前突然转向。	<ul style="list-style-type: none">切勿在骑行时使用个人娱乐系统。
<ul style="list-style-type: none">务必使用巴士车道，并且在巴士停泊和即将从车站起步时格外谨慎。	<ul style="list-style-type: none">切勿在骑行时使用手机。

自行车位于环形交叉口时

- 在接近环形交叉口时应特别小心。
- 应意识到司机可能无法注意到您。
- 注意在进出环形交叉口时穿越您路线的车辆。
- 骑行穿越各出口时应格外小心。
- 在环形交叉口中与超长车辆保持足够距离，因为此类车辆需要更多空间。切勿在这些车辆绕行环形交叉口会占用的区域中骑行。注意司机的盲点。如果您无法看到司机，那么他们也无法看到您。事实上，更安全的做法是，等到这些车辆驶离环形交叉口后，您再绕行。

