

GUÍA PARA PRINCIPANTES

Si una instalación para bicicletas no aparece en el mapa o considera que una carretera debe designarse de manera diferente, háganoslo saber. Póngase en contacto con bikefairfax@fairfaxcounty.gov.



Si ve un peligro en un sendero, acera o carretera, repórtelo en www.vdot.virginia.gov o www.fairfaxcounty.gov/publicworks/walkways.



bikefairfax
www.fairfaxcounty.gov/transportation/bike-walk
bikefairfax@fairfaxcounty.gov
(703) 877-5600, TTY 711

MONTAR EN BICICLETA ES UNA FORMA DIVERTIDA, SALUDABLE, CONFIABLE Y ECONÓMICA PARA MOVILIZARSE

Las bicicletas son excelentes para ir al trabajo o la escuela, a la tienda, al parque o su lugar de culto. Puede andar en bicicleta para hacer ejercicio o simplemente por placer. Hay diferentes tipos de bicicletas disponibles para satisfacer sus necesidades, ya sea que prefiera montar sobre el pavimento o a la tierra, necesite transportar mucha carga o niños, o desee utilizar la tecnología de pedaleo asistido que hace que escalar colinas sea muy fácil.

CONSEJOS
Si nunca ha utilizado una bicicleta, considere tomar una clase para aprender a montar en bicicleta. Generalmente se proporcionan bicicletas y cascos. También puede contactar un instructor privado. Visite www.bikeleague.org/rideSMART para buscar clases o instructores privados.

Compare una bicicleta. Investigue qué tipo de bicicleta se adaptará a sus necesidades. Las tiendas de bicicletas en Fairfax County también pueden brindar consejo. Si no desea comprar una bicicleta nueva, puede encontrar una gran variedad de bicicletas de segunda mano en ventas de garage locales o virtuales. Si ya tiene una bicicleta, asegúrese de que esté en buenas condiciones. Puede hacer que la inspección en una tienda de bicicletas para asegurarse de que sea segura utilitaria.

Planifique su ruta. Antes de dar un paseo, planifique la ruta más cómoda. Use este mapa o un servicio en línea como Google Maps. Si no se siente cómodo manejando en el tráfico, elija una ruta morada, verde u azul oscura.

Practique. Intente montar en bicicleta a diferentes destinos, como la tienda, el centro comunitario o el parque. Cuanto más practique, más fácil se le hará montar en bicicleta.

CICLISMO SEGURO EN LA CARRETERA

ESTÉ ALERTA OTEE EL CAMINO

Siempre mire a su alrededor.

CONDUZA EN LA POSICIÓN Y CARRIL APROPIADO

Muévase al carril apropiado con anticipación. En carriles estrechos o tráfico lento, puede ser más seguro ocupar todo el carril. Cuando hay tráfico, conduzca a la derecha. No circule en un carril señalado únicamente para girar a la derecha si usted permanecerá manejando en línea recta.

TENGA CIUDAD EN LAS INTERSECCIONES

Tome precaución ya que la mayoría de las colisiones ocurren en las intersecciones. Esté atento a los vehículos que dan la vuelta a la izquierda y a los peatones.

SIGAS TODAS LAS NORMAS DE TRÁFICO

Obedezca todas las señales y semáforos.

CONDUZA EN LÍNEA RECTA

No cruce entre autos estacionados.

UTILICE SEÑALES DE MANO APROPIADAS

Informe lo que piensa hacer a los automovilistas, ciclistas y peatones. Sea predecible.

UTILICE UN CASCO

Los niños menores de 15 años deben usar un casco por ley.

USE LUCES PARA BICICLETA

Use luces cuando conduzca en condiciones de baja visibilidad y en la oscuridad. Use al menos una luz blanca delantera y una luz roja trasera intermitente.

Para más información, visite bikeleague.org/content/ride-better-tips.

DÓNDE MONTAR EN BICICLETA

Senderos

Un sendero es una forma de infraestructura que admite múltiples actividades de recreación y transporte, como caminar, correr, hacer una excursión y montar en bicicleta. En Fairfax County, los senderos primarios y secundarios son caminos anchos de asfalto o concreto de uso compartido que van a lo largo de calles y a través de parques. También hay una variedad de senderos naturales que están disponibles para el ciclismo de montaña. Montar bicicleta en las aceras también es legal en Fairfax County a menos que haya un letrero que prohíba el uso de bicicletas.

Carriles para Bicicletas

Los carriles para bicicletas estándar brindan a las personas que montan bicicleta su propio espacio en la calle.

Carriles para Bicicletas con Separaciones

Los carriles para bicicletas con separaciones son instalaciones dedicadas para bicicletas que brindan un espacio adicional entre las personas que montan en bicicleta y el tráfico de vehículos.

Demarcación de Carriles Compartidos

La demarcación de carriles compartidos y la señalización "Las bicicletas pueden usar el carril completo" indican un carril de viaje compartido para bicicletas y automóviles. Los automovilistas pueden cruzar legalmente la doble línea amarilla para pasar de manera segura a una persona que está montando una bicicleta, siempre que el carril contrario esté libre.

BICICLETAS EN TRÁNSITO

BICICLETAS EN AUTOBUSES

Llevar su bicicleta en un autobús puede ayudarlo a ir más lejos, más rápido. Todos los autobuses Fairfax Connector, Arlington Transit, Alexandria DASH, Ciudad de Fairfax CUE y WMATA Metrobus tienen portabicicletas incorporados en la parte delantera. Cada uno tiene capacidad para dos bicicletas de la mayoría de los tamaños estándar. No hay un cargo adicional.

RESERVE UN LUGAR EN UN DEPÓSITO DE BICICLETAS

Los lugares seguros de almacenamiento de bicicletas se pueden encontrar en la estación de Metro de Wiehle-Reston Este, la estación de Herndon, la estación de metro de Innovation Center, Stronigfield Park and Ride, Monument Garage y Springfield Garage. Estas instalaciones cerradas cuentan con rejillas para bicicletas montadas a nivel del piso y rejillas verticales para ahorrar espacio. El acceso incluye estacionamiento para bicicletas de gran tamaño/bicicletas con remolques, bancos para sentarse, una bomba de aire, herramientas para bicicletas y un puesto de trabajo. El acceso se controla electrónicamente. Debe suscribirse y pagar un tarifa anual para utilizar estas instalaciones.

ALQUELE UN CASILLERO PARA BICICLETA

Un casillero para bicicletas le permite almacenar su bicicleta de forma segura protegida de la lluvia, el sol y la nieve. Los casilleros generalmente se encuentran en centros de transferencia de tránsito, como aparcamientos disuasorios y estaciones de metro.

UBICACIONES

- Estación de Metro Herndon
- Estación de Metro del centro de la ciudad de Reston
- Estación de Metro Centro de Innovación
- Aparcamiento disuasorio (Park and Ride) de Reston South
- Estación de tránsito de Reston Town Center
- Lugar designado para paradas breves (Kiss and Ride) de la estación de metro Spring Hill
- Estación Burke Centro de Virginia Railway Express (VRE)
- Estación Backlick Road de Virginia Railway Express (VRE)

Hay casilleros adicionales disponibles para alquilar ofrecidos por otras entidades de tránsito. Consulte el mapa para conocer las ubicaciones exactas.

¿COMO ME INSCRIBO?

Para obtener más información, visite www.fairfaxcounty.gov/transportation/bike/parking

PROGRAMA DE EMBAJADORES DE BICICLETAS Y PEATONES DEL CONDADO DE FAIRFAX

¡Ayúdanos a hacer del Condado de Fairfax el lugar más seguro para caminar, andar en bicicleta y desplazarse en patinete! ¡Conviértete en Embajador!

- Comparte tus conocimientos sobre prácticas seguras de transporte activo con otros residentes del Condado.
- Apoya los eventos comunitarios representando al Condado de Fairfax para ayudar a difundir programas de transporte activo y mensajes de seguridad.
- Fomenta la comunidad en clases de iniciación al ciclismo, rodados de bicicletas, eventos informativos y otras actividades de transporte activo.

ÚNETE AL EQUIPO
Escanea el código o envía un correo electrónico a bikefairfax@fairfaxcounty.gov



MAPA DE RUTAS DE BICICLETAS

“Nada se compara con el SIMPLE PLACER de un PASEO EN BICICLETA”
—John F. Kennedy

RECURSOS

- Programa de Bicicletas del Condado de Fairfax www.fairfaxcounty.gov/transportation/bike-walk
- Autoridad del Parque del Condado de Fairfax www.fairfaxcounty.gov/parks
- Autoridad de Escuelas Públicas del Condado de Fairfax www.fcps.edu
- Departamento de Transporte de Virginia www.virginia.gov
- Comité de Senderos, Aceras y Ciclovías del Condado de Fairfax www.fairfaxcounty.gov/transportation/trails
- Alianza de Fairfax para un Mejor Ciclismo www.fafb-bikes.org
- Asociación de Ciclistas del Área de Washington www.waba.org
- Entusiastas Todo Terreno del Atlántico Medio www.more-mtb.org
- Liga de Ciclistas Estadounidenses www.bikeleague.org
- Reston Bike Club www.restonbikeclub.org
- Potomac Pedalers www.potomacpedalers.org
- Senderos para Jóvenes www.trailsfor youth.org

PLANIFIQUE SU VIAJE

Movit es una herramienta de movilidad urbana que ayuda con la planificación de viajes multimodales. Planifique su viaje; compare sus opciones de transporte; y encuentre la forma más baja en carbono, más saludable y más rápida de viajar.

Le recomendamos que comparta este mapa con alguien a quien le gustaría comenzar a montar en bicicleta. Para recibir una copia gratuita, contacte a bikefairfax@fairfaxcounty.gov

SEÑALIZACIÓN DE CAMINO

Las señales de orientación de bicicletas se colocan en puntos de decisión a lo largo de rutas de bicicleta preferidas en múltiples ubicaciones de Fairfax County. La información incluye el destino, la flecha direccional y la distancia en millas. Busque señales cerca de las estaciones de Metro de Franconia-Springfield, Huntington, Vienna y Wiehle-Reston Este; en el centro de McLean, Tysons; y a lo largo de Washington & Old Dominion (W&OD), Fairfax County Parkway y 66 Parallel Road.

PROGRAMA DE NEGOCIOS AMIGABLES PARA BICICLETAS

¿POR QUÉ DEBERÍA CONVERTIRSE EN UN NEGOCIO AMIGABLE CON LAS BICICLETAS?

- Ahora en Costos de Seguro Médico
- Disminuye el Absentismo y el Reemplazo de Personal
- Aumenta la Productividad
- Reduce los Costos de Estacionamiento

Solicite la Designación de Negocio Amigable con las Bicicletas

El programa de negocios amigables para bicicletas de la Liga de ciclistas estadounidenses proporciona normas para guiar su avance y reconocer los logros en el lugar de trabajo. La solicitud es gratuita, confidencial y le da derecho a comentarios detallados sobre cómo mejorar.

Participe en el Mes Nacional de la Bicicleta (mayo)

Organice un evento con el tema "Día para ir al trabajo en bicicleta", como ofrecer desayuno gratuito para los que llegan a la oficina en bicicleta o participan de un viaje en grupo desde la oficina. Inicie un desafío del "Mes de la bicicleta" en toda la empresa o aliente a sus empleados a participar en el "Desafío nacional de bicicleta."

Obtenga más información en www.bikeleague.org/bikemonth

PROGRAMA DE GUARDABOSQUES DE SENDEROS DEL CONDADO DE FAIRFAX

¡Únete a una nueva forma impulsada por la comunidad de cuidar los senderos y aceras del condado de Fairfax!

Construir una comunidad de senderos más Fuerte y Ayudar a que más personas se sientan cómodas caminando, en bicicleta y rodando

Conoce a otros vecinos que aman caminar y andar en bicicleta

Mejorar la seguridad, la accesibilidad y el orgullo comunitario — una milla a la vez.

Completa al menos 10 horas de servicio en senderos o aceras por año para convertirse en un Guardabosques oficial y tener un impacto en tu comunidad.

ÚNETE A NUESTRO PRÓXIMO EVENTO

Escanee el código o visite www.fairfaxcounty.gov y busque "Trail Ranger"

SEGURIDAD Y ETIQUETA EN SENDEROS

CONTROLE SU VELOCIDAD
Disminuya la velocidad al acercarse a un cruce de carretera o camino de entrada, cuando el sendero está ocupado, es resbaladizo o su vista está obstruida.

SEA VISIBLE
Use luces cuando conduzca en condiciones de baja visibilidad, incluida la oscuridad. Use al menos una luz blanca delantera y una luz roja trasera intermitente.

ESTÉ ALERTA
Esté atento a las condiciones del sendero. Está atento a superficies resbaladizas como puentes, hielo, secciones húmedas y grava. Esté atento a los escombros en el camino.

DOS RUEDAS O DOS PIES: COMPARTIENDO EL CAMINO
Los senderos de usos múltiples son compartidos por ciclistas, peatones, corredores, conductores de scooters, pasadores de perros y otros. Sea cortés y utilice el sentido común para evitar colisiones.

MANTÉNGASE A LA DERECHA
Todos los usuarios del sendero deben mantenerse a la derecha, excepto al adelantarse por la izquierda. Muévase a la derecha del sendero cuando se detenga.

BICICLETA EN MONTAÑA

FOUNTAINHEAD
El Parque Regional Fountainhead es un sendero desafiante de ciclismo de montaña en Fairfax County que utiliza designaciones de color para indicar el nivel de dificultad. El trayecto verde incluye senderos de flujo con raíces, puentes y caídas de 12 pulgadas. El trayecto azul incluye senderos de flujo con raíces, puentes, caídas y artículos técnicos de madera. El trayecto negro tiene artículos avanzados de roca y es apto solo para expertos en terrenos estrechos y sinuosos con caídas de 4 pies. Respete los senderos montando por el camino o caminando si se siente incómodo con el terreno.

BULL RUN OCCOQUAN TRAIL
Disfruta de excelentes vistas en este sendero de punto a punto a lo largo del embalse de Occoquan. El sendero de 6 millas comienza en el Parque Regional Fountainhead y llega al estacionamiento del puerto Bull Run. Este sendero es bastante técnico y tiene subidas/excursiones cortas y empinadas, y la mayoría también tiene raíces y rocas expuestas. Sigue las señales azules y ceda el paso a los excursionistas y caballos en todo momento.

EL PARQUE DEL LAGO FAIRFAX
Con 480 acres, el Parque del Lago Fairfax alberga una amplia gama de servicios, que incluyen un parque de patineta que permite bicicletas, una pista de "pump track" adecuada para ciclistas de todas las edades y capacidades, un lago y arroyos para remar o pescar, un parque acústico, área para campamentos, pabellones, campos de atletismo y casi 10 millas de senderos naturales. Los senderos tienen raíces, son rápidos, y tienen una cantidad engañosa de cambios de elevación. El sistema incluye una ruta de flujo, que es rápida y divertida para todos, desde principiantes hasta expertos.

LAUREL HILL
Ubicado en los terrenos de la antigua prisión de Lorton, Laurel Hill es un divertido sistema de senderos perfecto para principiantes. Con opciones desde senderos fáciles estrechos a senderos difíciles, Laurel Hill es un excelente lugar para dar un paseo rápido o comenzar una excursión de día en el sendero a campo traviesa "Cross County Trail" (CCT). que comienza en Laurel Hill y continúa hacia el norte hasta Great Falls Park. Los senderos en Laurel Hill tienden a drenar muy bien y, cuando llueva, a menudo son trillables antes que otros senderos.

MEADOWOOD
Los senderos atraviesan algunos de los mejores bosques maduros de madera dura en la península de Mason Neck. El sendero South Branch Loop es un sendero para principiantes de 4.7 millas, mientras que los senderos Box y Singer se combinan para proporcionar 1.5 millas de senderos con una gran variedad técnica. Cuentan con una rampa de bicicleta progresiva de 300 pies, múltiples "table tops" (saltos en secciones planas), "skinnies" de madera y grandes y rápidas bermas de madera. El Yard Sale es un sendero rápido y fluido que abarca 0.67 millas. Los senderos de Meadowood atraviesan una variedad de terrenos y vegetación, proporcionando a los ciclistas experiencias estacionales en constante cambio. Combina un paseo en Meadowood con una ruta al histórico Gunston Hall, o rema por Kane Creek desde el Parque Estatal Mason Neck en la punta de la península para una aventura de todo un día.

LAGO ACCOTINK
El sistema de senderos en Lago Accotink es la manera perfecta de agregar millas a un viaje más largo en el sendero Cross County o tomar un paseo rápido. Un circuito que rodea el lago Accotink ofrece vistas panorámicas del lago y es apropiado para principiantes. El sendero adyacente es estrecho y sinuoso, con raíces y algunas subidas empinadas. El parque también cuenta con alquiler de botes y áreas de picnic.

CAPITAL BIKESHARE

UNASE
Visite www.capitalbikeshare.com para registrarse para una membresía y una clave le será enviada a usted por correo. Coniga un pase de corto plazo desde la aplicación de Capital Bikeshare, Lyft, o en cualquier estación de Capital Bikeshare.

OBTENGA
Encuentre una bicicleta cercana que esté disponible, escanee el código QR en la aplicación, obtenga un código de viaje en el kiosko o use su clave de bicicleta para desbloquearla.

VIAJE
Realice gestiones, vaya a almorzar, disfrute de un paseo en el parque, vaya a una reunión o a una clase o conéctese al Metro. Puede hacer tantos viajes al día como desee de forma gratuita, si asegura su bicicleta cada 45 minutos. Los viajes de más de 45 minutos incurrirán en una pequeña tarifa de uso.

RETORNE
Retorne la bicicleta a cualquier estación de Capital Bikeshare. Asegúrese de que cuando vuelva a hacer clic en su bicicleta, usted vea una luz verde indicando que ya está bloqueada.

INFORMACIÓN DE LA ESTACIÓN DE BICICLETA EN TIEMPO REAL

Capital Bikeshare está expandiéndose en el Condado de Fairfax. Para ver la disponibilidad actual de bicicletas, muelles y estaciones, visite: account.capitalbikeshare.com, use el código QR o descargue la aplicación móvil, Capital Bikeshare, para obtener información sobre la marcha.

CORPORATE PARTNERS
Hay muchas formas en que su organización puede ayudar a Capital Bikeshare. Ingrese a www.capitalbikeshare.com para aprender acerca de convertirse en un miembro corporativo; subsidiar la membresía de sus empleados; adquirir en cantidad, pases de corto plazo para hoteles, eventos y convenciones o ser entronfo o patrocinador una estación.

MANTENGA SEGURA SU BICICLETA

Asegure el candado en el portabicicletas, la rueda y el cuadro.

Use un candado en U de acero endurecido.

Asegure su bicicleta en un área bien iluminada. En casa, cierre las puertas del garaje cuando no esté en uso.

Revisar su bicicleta con frecuencia y muévela de vez en cuando. No deje su bicicleta afuera por días o noches seguidas. Los ladrones podrían estar observando para dirigirse a bicicletas "no utilizadas."

Reemplace los mecanismos de liberación rápida con un perno o bloquee las piezas por separado.

Registre su bicicleta
Registro Nacional de Bicicletas: www.nationalbikeregistry.com
Tome una foto de su bicicleta y registre el número de serie. Esto lo ayudará a recuperarla en caso de robo.

ENCUENTRA ESTACIONAMIENTO PARA BICICLETAS
¿Quiere ver si hay un buen lugar para asegurar su bicicleta cerca de su destino? ¿Ya sea en casa o de viaje, echa un vistazo a www.rackspotter.com para encontrar (y compartir) portabicicletas cerca de usted.

UN RECORRIDO HISTÓRICO

El recorrido histórico en bicicleta de Fairfax ofrece una forma divertida y segura de aprender sobre la historia de Fairfax County mientras monta en bicicleta.

HISTORIC SULLY DISTRICT

Mapa de Ruta en Bicicleta

- Cabell's Mill and Middlegate House
- Walney Visitor Center
- Cross House
- Leeton
- Sully Governmental Center—Newton Boundary Stone
- Lanes Mill and Newton's Mill Ruins
- Harrison House
- Haverer House
- Centreville Methodist Church
- Stone Filling Station
- M. Gilead
- Spindle Sear House
- St. John's Episcopal Church
- Civil War Earthworks
- Sully Historic Site
- Udvar Hazy Air and Space Museum

Los sitios históricos a lo largo de los senderos de la Guerra Civil de Virginia se indican con una corneta

Solicite una guía impresa gratuita con información detallada sobre los sitios históricos escribiendo a bikefairfax@fairfaxcounty.gov.

MONTAR EN BICICLETA CON NIÑOS

MONTAR EN BICICLETA CON NIÑOS
A los niños les encanta andar en bicicleta. Dependiendo de la edad, pueden viajar en un asiento para niños o en un remolque (de 12 meses a 5 años) o en su propia bicicleta (más de 3 años). La ley requiere que los niños menores de 15 años usen un casco de bicicleta. La mayoría que normalmente conducen a veces no es la mejor ruta para bicicleta. Busque senderos y rutas verdes para bicicletas. Elegir buenas rutas para sus viajes en bicicleta puede hacer que sus viajes sean más seguros, más placenteros y más amigables para los niños.

CONSEJOS

- Así como es viajar con sus hijos otro medio de transporte, esté preparado llevando accesorios y ropa adecuada para diversos climas.
- Tener agua y aperitivos a la mano hacen de un viaje más divertido.
- Nunca deje su bicicleta sin ser observada con su hijo en el asiento de niños. Una pala de apoyo de doble lado pueden asistir en estabilizar durante la carga y descargar pero siempre manténgase a mano en la bicicleta durante el proceso.
- Los viajes en bicicleta tienden a calmar a los niños. Asegúrese de que sus cabezas y cuellos tengan suficiente apoyo cuando cabecen.
- Varias marcas ofrecen accesorios para las sillas de niños tales como los cobertores de lluvia, manillares, reposacabezas, reposapiés ajustables y más.
- Enseñar habilidades de seguridad en la calle. Viajar juntos en un buen momento para hablar sobre lo que significan las señales de alto, las marcas viales u otros controles de tráfico cuando están en bicicleta.

RUTAS SEGURAS PARA IR A LA ESCUELA

El programa de "Rutas Seguras para ir a la Escuela" de Fairfax County tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de los niños al alentarlos a caminar y montar en bicicleta para ir a la escuela. Alrededor del 30% de nuestras escuelas primarias y secundarias participan regularmente en el programa.

¿POR QUÉ IMPLEMENTAR EL PROGRAMA EN SU ESCUELA?

SALUD
Cuando los niños montan en bicicleta o caminan a la escuela, la calidad del aire mejora y los niños se benefician. Caminar y montar en bicicleta para ir a la escuela también es una excelente manera para que los niños hagan ejercicio.

SEGURIDAD
Todos queremos mantener a nuestros hijos seguros. El programa "Rutas seguras para ir a la escuela" incluye educación, aliento, cumplimiento y diseño para ayudar a mantener a los niños seguros.

CALIDAD DEL AIRE Y GASES DE EFECTO INVERNADERO
La contaminación del aire producida por el tráfico está relacionada con problemas de salud de los niños, como asma, enfermedades respiratorias crónicas y ciertos tipos de cáncer. El asma representa 14 millones de días de escuela perdidos por año en todo el país. El sector del transporte produce casi un tercio de todas las emisiones de gases de efecto invernadero de los EE. UU. Cuando las escuelas se construyen en vecindarios seguros para caminar y montar en bicicleta, la calidad del aire mejora y los niños se benefician.

Cada hora adicional al día que se pasa en un automóvil aumenta el riesgo de obesidad en un 6%.

Caminar 1 milla cada día y desde la escuela cada día genera 70 del nivel recomendado de actividad física por día.

Los niños que caminan a la escuela son más activos físicamente durante el día.

Los estudios de los programas existentes muestran una disminución del 50% en los accidentes que involucran a niños ciclistas y peatones.

Las escuelas diseñadas para que los niños puedan caminar y montar en bicicleta a la escuela tienen una calidad de aire notablemente mejor.

A medida que aumente el número de personas que caminan y montan en bicicleta, las lesiones se ven disminuidas.

Un aumento del 5% en la capacidad para caminar con los niños reduce las lesiones en un 6%.

PRIMEROS PASOS
Si está listo para planificar su primer evento de "Rutas Seguras para ir a la Escuela", visite www.fcps.edu/safe-routes-school-srts o www.vdot.virginia.gov/about/programs/safe-routes/srts-resources y comuníquese con nuestro coordinador del programa en saferroutes@school.fcps.edu

National Bike to School Day (BTS'D)
Cada año en mayo, miles de estudiantes, padres, profesores y comunidades en toda la nación participan en el BTS'D, el cual resalta la importancia del ciclismo como una forma divertida, saludable y segura para llegar a la escuela y viajar alrededor de la ciudad. Participar en el BTS'D y ser anfitrión de un evento es una gran forma de fomentar el ciclismo y enseñar las habilidades de seguridad del ciclismo. Aprenda más en: www.vdot.virginia.gov/about/programs/safe-routes/bike-to-school-day