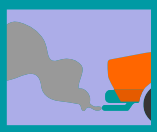
CAMPAÑA DE REGRESO A CLASES 2015

¡¡NUEVO CURSO SOBRE RUEDAS!!

¡¡¡Bienvenidos a un nuevo curso!!! Ya estamos preparándonos para llenar la mochila de ilusiones nuevas. Este año, venimos con las energias bien cargadas y llenos de nuevos proyectos que nos entusiasmen, emocionen y sobretodo con los que podamos mejorar como personas y en la sociedad que nos rodea.

Para ello y para que te dirijas con buen ritmo y seguro a tus nuevas metas, hemos elaborado esta campaña en la que intentamos que disfrutes del buen tiempo y de todo el medio ambiente que te rodea mientras aprovechas para hacer algo de ejercicio. ¿Qué te parecería ir con la bici a más sitios? La mayoría de las ciudades se están adaptando para que las bicis recorran sus calles y seguro que encuentras algún trayecto que hacer con ellas. Vete al cole y disfruta del paseo con tu familia o amigos y amigas; o esos recados que sales a hacer no dudes de acompañarlos de la bici; por no hablar de programar alguna excursión para los fines de semana y disfrutar de rutas por el campo y la sierra con tu bicicleta.

ALGUNAS COSAS BUENAS QUE NOS DA EL USO DE LA BICICLETA:



Ayuda a disminuir la contaminación, algo muy necesario en las ciudades muy grandes!

Hacer ejercicio... Nos pasamos muchas horas sentados en el cole, viendo la tele... así que un poco de ejercicio y vida sana mientras pedaleas te vendrá fenomenal.

Aumenta tu seguridad en tus habilidades y movimientos... ¡Ya verás como poco a poco te sentiras más seguro en ti mismo!

Poder hacer las cosas por tu propia cuenta, no necesitas que nadie te lleve a donde tengas que ir, tú sólo podrás ir y moverte (con el permiso de tus papis ¡Claro!).

A partir de ahora la bicicleta es casi una extensión más de tu cuerpo, y como tal debes cuidarla y protegerla como a ti mismo/a.

DIBUJO LA BICI Y YO

¿Te has planteado alguna vez lo bien que te sienta ir en bici? ¿Eres consciente de las imágenes tan bonitas que se crean cuando vas viajando con ella? Anímate y dibújate en un momento del día que elijas cuando vas con tu bici. Al ir desde casa, cuando llegas a la puerta del cole con tus amigos y amigas... Subelas a nuestra web o envialas a rayuela@rayuela.org. Los mejores dibujos los colgaremos en la web ¡Esperamos tus participaciones!

CON NUESTRAS BICIS VOLAMOS POR...

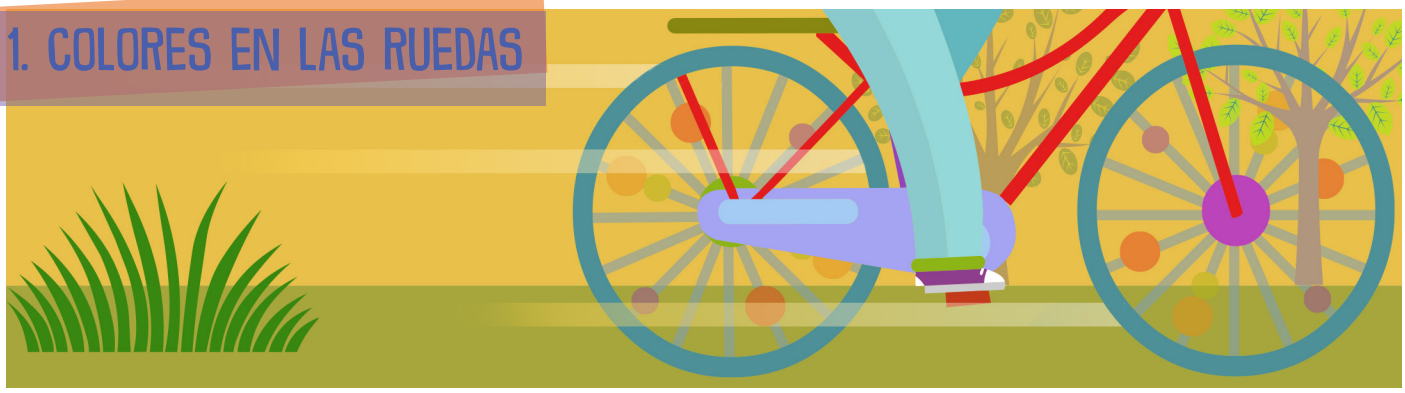
Cúentanos esas experiencias maravillosas de las que disfrutas cuando te mueves con tu bicicleta, los paisajes que recorres subido a ella o las últimas aventuras que has vivido este verano con tus amigos y amigas con vuestras bicis.

¡Mándanos tus redacciones y comparte con todos y todas nuestra aventura!

DECORA TU BICI

Una de las cosas más divertidas que puedes hacer con tu bici a parte de las que ya te hemos dicho, es DECORARLA. Ya verás lo original que puede quedar y el buen rato que pasarás con tu familia o amigos y amigas haciéndolo. ¡Muestra a todos tu creatividad y manos a la obra!

1. COLORES EN LAS RUEDAS



Coloca cintas u otros objetos de colores en sus radios. Las cintas (de tela, goma EVA o incluso de papel) se pueden entrelazar entre los radios para que completen un círculo por dentro de la rueda. También se pueden emplear piezas más pequeñas, como círculos u otras figuras de los mismos materiales pegados a los radios de forma simétrica.

Al ponerse las ruedas en movimiento, estos objetos coloridos giran a gran velocidad y generan efectos ópticos muy chulos. Mucho más si son piezas reflectantes, que brillan en la oscuridad. Este material se puede comprar, o bien reutilizarse el de chalecos de seguridad o de otros objetos en desuso.

Delante del manillar y encima de la rueda delantera se suelen colocan las cestas donde podemos llevar cosas y que además se pueden decorar de muchas maneras.

Otra opción es la de crear escudos o emblemas para las bicis y colocarlos en este mismo sitio. Se toma una pieza de cartón, plástico, tela, goma EVA, papel, botones y todo lo que la creatividad ofrezca. Decora como quieras, ya sea un escudo o cualquier otra clase de figuras. Este puede incluir tu personaje o equipo favorito, un número (como si fuera una bici de competición), cintas o flecos que cuelguen de él, etc.

Para sujetarlo al manillar, se pueden dejar dos pequeños agujeros a cada costado del escudo con el fin de pasar hilos a través de ellos, o bien adherir dos ganchos a la parte trasera para atar los hilos allí.

Recuerda que estos adorno nunca deben entorpecer el correcto funcionamiento de los frenos.

3. UN BANDERÍN PARA LA BICICLETA

El banderín se puede fabricar con tela, que se puede adquirir o bien obtener de cualquier prenda que ya no se use. En cuanto al mástil, si bien el material más apropiado es la fibra de vidrio, se puede improvisar uno con una simple barrita de plástico, como las del armazón de una cometa.

El banderín se debe sujetar bien, por medio de un alambre, al menos a dos puntos fijos de la bici, como el eje de la rueda trasera y el sillín.

4. CASCOS DE LA BICICLETA

La reciente reforma de la Ley de Tráfico y Seguridad Vial establece la obligatoriedad del uso de casco para los menores que circulen en bicicleta, tanto en ciudad como en vías interurbanas. Por eso, como el casco es una parte inseparable del equipo para salir a montar en bici, también se puede pensar en su decoración.

Si has decidido adornar la bicicleta con un escudo, quizá te parezca también bien que el emblema aparezca también en el casco. Así que puedes hacer una reproducción y pegar en el casco con cualquier pegamento e incluso, como es pequeño, con cinta adhesiva. También se puede repetir en el protector de su cabeza el dibujo que se haya elegido para el banderín. Y si no puedes también ponerle Pegatinas pequeñas, que se compran por muy bajo precio, o hacértelas tu a tu gusto.

Aquí te ponemos algunos ejemplos de cómo pueden quedar todas las ideas que te damos para que empieces a ponerlo en práctica.