



## Berörda

Alla ledare, föräldrar och aktiva som transporterar sig och andra i anslutning till klubbens aktiviteter, t.ex. till och från träningar och tävlingar.

Samtliga ska ta del av denna trafiksäkerhetspolicy.

## Ta alltid trafiksäkerhetshänsyn

- Vid löpträning på väg, spring på vänster sida.
- Vid träning med rullskidor på väg eller cykelbana, åk på höger sida om Du åker fortare än fotgängare går, annars åker Du på vänster sida.
- Vid träning under vinterhalvåret i mörker, ska Du alltid använda reflexväst.
- Vid cykling till och från samlingsplats eller Snapens Friluftsanläggning ska cykelhjälm användas.

## Vid bil- och minibustransporter gäller följande

Gällande trafikregler ska följas och särskilt viktigt är:

- Samtliga i fordonet ska använda bilbälte.
- Bälteskudde ska användas till barn som är kortare än 135 cm.
- Barn som är kortare än 140 cm får ej färdas som framsätesspassagerare om platsen är försedd med krockkudde.

## Resan

- Före start skall minst kontrolleras:  
att alla lampor fungerar,  
däcken har rätt tryck och tillräckligt mönsterdjup,  
att spolarvätska finns.
- Hastigheten ska anpassas efter rådande förhållanden.
- Paus ska tas efter max två timmars körning.
- Vid långfärd ska föraren inte ha tävlat omedelbart innan hemresan utan ska beredas möjlighet att vila före körning. Vid t.ex. budkavle bör således den som har sprungit första sträckan börja köra.
- Vid resa med flera minibussar ska det vara en strävan att få en blandad sammansättning av passagerarna i de olika bussarna.
- Passagerare som sitter bredvid föraren ska hålla sig vaken under färden och har ett ansvar att också föraren är det. Han/hon har också ett ansvar att vara "kartläsare" och att sköta radio/musikanläggning.



# TRAFIKSÄKERHETSPOLICY

Mariestads Friluftsklubb

Björn Holmgren

Antagen 2010-06-07

## Föraren

- Total trafiknykterhet är ett krav. Ingen påverkan av alkohol eller andra droger får förekomma.
- Föraren får under färd inte använda mobiltelefon.
- Föraren får inte övningsköra under föreningens resor.
- Förare som framför fordon ska ha haft körkort i minst två år och ha stor körvana.
- Om ungdom själv åker till tävling med egen bil och haft körkort mindre än två år ska förälder ge tillstånd att de får åka.
- Målsättningen är att alla som ska köra minibuss har genomgått en utbildning arrangerad av SISU och NTF.

## Fordonet

- Bil/minibuss skall vara framhjuls- eller fyrhjulsdriven.
- Vid hyra av minibuss ska krav ställas att tillräckligt utrymme finns för bagage så att väskor och dylikt inte behöver förvaras i sätena. Tungt bagage längst ned och liggunderlag med mera överst. Lasten ska med fördel vara surrad.
- Vid hyra av minibuss för längre resa måste också behovet av platser för förare beaktas förutom plats för de tävlande.

## Utvärdering

Denna policy skall utvärderas årligen och tas upp för diskussion och godkännande vid årsmöte.