



Sådan cykler vi ikke i ACK

Teoriprøve for håbløse cyklister

Eksemplerne i prøven bygger desværre delvist på virkelige begivenheder, som tidligere er oplevet i klubben.

Formålet med prøven er derfor, på en humoristisk måde, at sætte fokus på cyklisternes gode opførsel i trafikken, og samspillet med de andre trafikanter. ACK kan ikke alene ændre denne udvikling, men vi skal gå foran med et godt eksempel.

Facit

Sådan cykler vi ikke i ACK

Teoriprøve for håbløse cyklister



Korrekt svar – din duksedreng!



Delvist Korrekt svar – din duks!



Forkert svar – overvej en ny klub?



Under vintertræning kommer I kørende her. Hvad gør I?

- a) Køre i højre side i én lang række
- b) Køre på midten, for her er vejen bedst ryddet
- c) Tager cykelstien helt ude til venstre



Under vintertræning kommer I kørende her. Hvad gør I?

-  a) Køre i højre side i én lang række
(I få tilfælde er cykelstien ikke specielt egnede, så tager vi vejen)
-  b) Køre på midten, for her er vejen bedst ryddet
-  c) Tager cykelstien helt ude til venstre



Efter et interval kommer I kørende her. Hvad gør I?

- a) Råber hej til fodgængerne og trækker ud mod midten
- b) Fortsætter som intet er hændt. Fodgængere plejer at flytte sig
- c) Råber "VÆK!" og fortsætter



Efter et interval kommer I kørende her. Hvad gør I?

- ☒ a) Råber hej til fodgængerne og trækker ud mod midten
- ☐ b) Fortsætter som intet er hændt. Fodgængere plejer at flytte sig
- ☐ c) Råber "VÆK!" og fortsætter



I ligger i en vifte pga. kraftig sidevind fra højre. Hvad gør I?

- a) Trækker ind til højre pga. dårlig oversigt
- b) De stærke prøver at slagte de svage på bakken
- c) Fortsætter som intet er hændt, man sparer energi på den måde



I ligger i en vifte pga. kraftig sidevind fra højre. Hvad gør I?

-  a) Trækker ind til højre pga. dårlig oversigt
-  b) De stærke prøver at slagte de svage på bakken
-  c) Fortsætter som intet er hændt, man sparer energi på den måde



I har kørt 5 km, og rytteren JN skal tisse. Hvad gør I?

- a) Stopper straks, for når en mand skal, så skal han!
- b) Fortsætter 50 meter, og tisser op af træet ved den hvide gård
- c) Stopper på bakketoppen og gør det lidt diskret i hegnet



I har kørt 5 km, og rytteren JN skal tisse. Hvad gør I?

-  a) Stopper straks, for når en mand skal, så skal han!
-  b) Fortsætter 50 meter, og tisser op af træet ved den hvide gård
-  ;) Stopper på bakketoppen og gør det lidt diskret i hegnet



Der har lige været spisepause. Hvad gør I?

- a) Smider gel og bar papir i vejkannten
- b) Smider gel og bar papir ved manden og råber om han kan smide det i skraldespanden
- c) Stopper jeres gel og bar papir i lommen



Der har lige været spisepause. Hvad gør I?

- ☒ a) Smider gel og bar papir i vejkannten
- ☒ b) Smider gel og bar papir ved manden og råber om han kan smide det i skraldespanden
- ☒ c) Stopper jeres gel og bar papir i lommen

6



Der har været punktering og I er sent på den. Hvad gør I?

- a) Tager cykelstien og kommer hjem hurtigst muligt
- b) Cykler til Hellerup, og tager S-toget til Allerød
- c) Tager motorvejen for det er den mest direkte vej

6



Der har været punktering og I er sent på den. Hvad gør I?

-  a) Tager cykelstien og kommer hjem hurtigst muligt
-  b) Cykler til Hellerup, og tager S-toget til Allerød
-  c) Tager motorvejen for det er den mest direkte vej



Under et løb kommer du med feltet cyklende her. Hvad gør du?

- a) Klemmer ballerne sammen og prøver at følge med
- b) Giver tegn til at der er en forhindring
- c) Gør intet, for det vil forbedre dine chancer hvis der sker et styrt



Under et løb kommer du med feltet cyklende her. Hvad gør du?

-  a) Klemmer ballerne sammen og prøver at følge med
-  b) Giver tegn til at der er en forhindring
-  c) Gør intet, for det vil forbedre dine chancer hvis der sker et styrt



I kommer cyklende her. Hvad gør I?

- a) Adviserer rytteren i god tid
- b) Køre helt stille op til hesten, og råber "BØØHE"!
- c) Bemærker den flotte kirke i baggrunden



I kommer cyklende her. Hvad gør I?

- ☒ a) Adviserer rytteren i god tid
- ☐ b) Køre helt stille op til hesten, og råber "BØØHE"!
- ☐ c) Bemærker den flotte kirke i baggrunden



I træner holdkørsel og har fundet en god rytme i høj fart. Hvad gør I?

- a) Bremses kraftigt op og holder jer bag cyklerne
- b) Fortsætter som intet er hændt, der er plads til alle
- c) Giver lyd og fortsætter lidt langsommere forbi



I træner holdkørsel og har fundet en god rytme i høj fart. Hvad gør I?

-  a) Bremses kraftigt op og holder jer bag cyklerne
-  b) Fortsætter som intet er hændt, der er plads til alle
-  c) Giver lyd og fortsætter lidt langsommere forbi



Under en nedkørsel kommer du i høj fart her. Hvad gør du?

- a) Trækker ind på cykelstien og råber ad damen med barnevognen, så hun ser dig
- b) Fortsætter som intet er hændt, og tager farten af hvis du når bilen
- c) Overhaler venstre om midterhellen



Under en nedkørsel kommer du i høj fart her. Hvad gør du?

- ☒ a) Trækker ind på cykelstien og råber ad damen med barnevognen, så hun ser dig
- ☒ b) Fortsætter som intet er hændt, og tager farten af hvis du når bilen
- ☒ c) Overhaler venstre om midterhellen



Under søndagstræning kommer du her. Hvad gør du?

- a) Stopper op og pudser cykel, for den er blevet beskidt
- b) Råber bonderøv da du ser landmanden længere fremme
- c) Tænker bonderøv da du ser landmanden længere fremme
- d) Giver tegn til at der er "snavs" på vejen



Under søndagstræning kommer du her. Hvad gør du?

-  a) Stopper op og pudser cykel, for den er blevet beskidt
-  b) Råber bonderøv da du ser landmanden længere fremme
-  c) Tænker bonderøv da du ser landmanden længere fremme
-  d) Giver tegn til at der er "snavs" på vejen



I er på vej hjem på cykel fra sommercup. Hvad gør I?

- a) Det går nok, jeg kan lige nå hjem
- b) Tænder de små medbragte lygter – de er jo bedre end ingenting
- c) Aftaler at I kan ligge på hjul af jeres kammerat, der er kørt i bil



I er på vej hjem på cykel fra sommercup. Hvad gør I?

-  a) Det går nok, jeg kan lige nå hjem
-  b) Tænder de små medbragte lygter – de er jo bedre end ingenting
-  c) Aftaler at I kan ligge på hjul af jeres kammerat, der er kørt i bil



Der er netop sket en punktering. Hvad gør I?

- a) Fortsætter uændret, for alle er selv ansvarlige for at kunne finde hjem
- b) Mens rytteren med defekt skifter slange, fortsætter I andre til pølsevognen, hvor I får en pølse og en varm Cocio
- c) Et par kammerater bliver og hjælper mens resten fortsætter 2 km, hvorefter der vendes om
- d) Tisser, nu hvor der alligevel er pause



Der er netop sket en punktering. Hvad gør I?

- ☒ a) Fortsætter uændret, for alle er selv ansvarlige for at kunne finde hjem
- ☒ b) Mens rytteren med defekt skifter slange, fortsætter I andre til pølsevognen, hvor I får en pølse og en varm Cocio
- ☒ c) Et par kammerater bliver og hjælper mens resten fortsætter 2 km, hvorefter der vendes om
- ☒ d) Tisser, nu hvor der alligevel er pause



Harzen arrangøren KA er på vej til alm. søndagstræning, da han kommer til dette lyskryds. Hvad skal han gøre

- a) Stoppe og vente på der bliver grønt lys
- b) Liste sig over for rødt, da der ikke er tværgående trafik
- c) Give fuld gas. Jo hurtige der passerer jo mindre er chancen for at blive ramt.



KA er på vej til alm. søndagstræning, da han kommer til dette lyskryds. Hvad skal han gøre

-  a) Stoppe og vente på der bliver grønt lys
-  b) Liste sig over for rødt, da der ikke er tværgående trafik
-  c) Give fuld gas. Jo hurtige der passeres jo mindre er chancen for at blive ramt.



I skal til venstre i krydset. Hvad gør I?

- a) Cykler over til højere hjørne og venter på at der så bliver grønt, så I kan komme på tværs
- b) Tager venstresvingsbanen når der bliver grønt
- c) Cykler over til højere hjørne. Hvis der er fri bane cykler I på tværs



I skal til venstre i krydset. Hvad gør I?

-  a) Cykler over til højere hjørne og venter på at der så bliver grønt, så I kan komme på tværs
-  b) Tager venstresvingsbanen når der bliver grønt
-  c) Cykler over til højere hjørne. Hvis der er fri bane cykler I på tværs. Hvis det kan gøres i én glidende bevægelse er det tilladt



Under et interval kommer I til denne tunnel, hvor oversigten er dårlig. Her kolliderer I med en ældre herrer der også er på cykel. Hvad gør I?

- a) Hjælper den konfuse mand op, og tjekker om alt er vel
- b) Skynder jer op på cyklerne og fortsætter – det gik lige så godt
- c) Griber fat i kraven på den konfuse mand og truer ham med tæsk



Under et interval kommer I til denne tunnel, hvor oversigten er dårlig. Her kolliderer I med en ældre herrer der også er på cykel. Hvad gør I?

-  a) Hjælper den konfuse mand op, og tjekker om alt er vel
-  b) Skynder jer op på cyklerne og fortsætter – det gik lige så godt
-  c) Griber fat i kraven på den konfuse mand og truer ham med tæsk



**Du er netop blevet overhalet (alt for tæt på) af en cabriolet .
Hvad gør du?**

- a) Følger efter bilen til det næste lyskryds, hvor du råber "lede kælling" og spytter ned i bilen
- b) Tænker "sådan en idiot" men fortsætter uden at gøre noget
- c) Giver hende "fingeren" og håber hun ser det



**Du er netop blevet overhalet (alt for tæt på) af en cabriolet .
Hvad gør du?**

- ☒ a) Følger efter bilen til det næste lyskryds, hvor du råber "lede kælling" og spytter ned i bilen
- ☒ b) Tænker "sådan en idiot" men fortsætter uden at gøre noget
- ☒ c) Giver hende "fingeren" og håber hun ser det



Guiden PG siger venstre men peger mod højre. Hvad gør I?

- a) Cykler til venstre
- b) Fortsætter lige ud
- c) Cykler til højre



Guiden PG siger venstre men peger mod højre. Hvad gør I?

-  a) Cykler til venstre
-  b) Fortsætter lige ud
-  c) Cykler til højre (håndtegn er altid vigtige, da det kan være svært at høre hvad der siges)



I ligger i en gruppe, hvor en af rytterne er en ung smuk pige. Da I kommer til en mindre stigning kan du høre at din klubkammerat HB puster højlydt. Hvad gør du?

- a) Sætter tempoet op for at imponere pigen
- b) Fortsætter i uændret tempo
- c) Tænker på din kammerat, og sætter farten ned. Desuden er du jo også gift, så det er unødvendig at spille smart



I ligger i en gruppe, hvor en af rytterne er en ung smuk pige. Da I kommer til en mindre stigning kan du høre at din klubkammerat HB puster højlydt. Hvad gør du?

-  a) Sætter tempoet op for at imponere pigen
-  b) Fortsætter i uændret tempo
-  c) Tænker på din kammerat, og sætter farten ned. Desuden er du jo også gift, så det er unødvendig at spille smart