



## Servicios educativos gratuitos para fomentar Ir a la Escuela Caminando, en Bicicleta o Patinando

**¡Anime a sus alumnos a utilizar transporte no motorizado  
con una clase GRATUITA!\***

Ir a la escuela en bicicleta, caminando, en patines, patineta o monopatín son actividades que ayudan a fomentar la actividad física y un estilo de vida más saludable entre los alumnos. Las clases virtuales para fomentar Ir a la Escuela Caminando, en Bicicleta o Patinando están diseñadas para enseñarles a los alumnos a aprender destrezas y medidas de seguridad que los hacen sentirse más seguros de sí mismos y los animan a participar.

### **Ciclismo y la Seguridad de Tráfico para los Niños (Módulo en Línea)**

En esta presentación, la Coalición de Ciclistas del Condado de San Diego brindará a los alumnos un módulo de tres partes. Las lecciones abarcarán las normas de tráfico, los avisos y símbolos, los cascos y la seguridad, y las destrezas del ciclismo. Cada módulo incluye un video y una prueba que se puede completar en menos de 10 minutos. Se recomienda la supervisión/asistencia de un adulto para los alumnos menores de 10 años.

### **Reunión de Seguridad (en persona o virtual)**

Esta reunión de 40 minutos, ofrecida por la Coalición de Ciclistas del Condado de San Diego (San Diego County Bicycle Coalition, en inglés) puede adaptarse a los grados K-3°, 4°-6° o grados mayores. La presentación en vivo incluye una demostración de cómo ponerse el casco y enseñará a los alumnos conceptos básicos de seguridad para caminar y andar en bicicleta." Esta reunión es una buena adición a Wellness Wednesday (miércoles de bienestar), Spirit Week (semana de ánimo), o campañas de seguridad existente.

### **Reunión de Seguridad para las bicicletas eléctricas (en persona o virtual)**

Esta reunión de 40 minutos, ofrecida por la Coalición de Ciclistas del Condado de San Diego (San Diego County Bicycle Coalition, en inglés) abarcará las normas de tráfico para todos los ciclistas, pero se enfoca específicamente en las regulaciones para las bicicletas eléctricas y sugerencias sobre dónde y cómo andar en bicicleta eléctrica legal y seguramente. Esta reunión puede ser adaptada para los estudiantes de escuela primaria, intermedia y secundaria.

**Padres, por favor compartan este volante con el administrador escolar de su hijo. Solo los administradores pueden inscribir a una escuela para recibir estos servicios.**

**[iCommuteSD.com/WRR](https://iCommuteSD.com/WRR)**

**Para inscribir a su escuela en una de las clases,\* visite:**

*\*Distritos escolares y escuelas de grados K-12° del Condado de San Diego pueden inscribirse. Las clases se impartirán por orden de inscripción.*