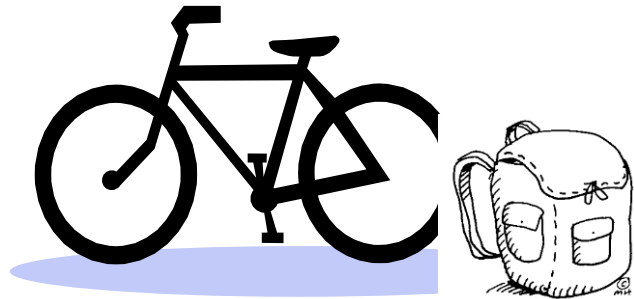




# ¡Seguridad en bicicleta con oficial de policía Martinez del DEPARTAMENTO de POLICIA de PASADENA!

¡Únase a nosotros el **lunes, 30 de septiembre del 2019** para aprender del oficial de policía Martinez seguridad importante cuando se trata de andar en bicicleta y el cuidado adecuado de su bicicleta!

Comenzaremos a las 6:30pm y terminaremos con un paseo en bicicleta/caminata alrededor de la cuadra con el oficial de policía Martinez. Será una gran noche para pasar son sus amigos o familia y hacer algo de ejercicio. Si no tiene una bicicleta, ¡aún puede unirse a nosotros y dar un paseo caminando!



## TEMAS DE DISCUSIÓN:

- Uso correcto del casco
- La importancia de tener y usar reflectores
- Asegurarse de que el asiento esté ajustado correctamente y las llantas infladas adecuadamente
- Como andar en bicicleta con seguridad en las calles y en las aceras

## POR FAVOR DE TRAER:

- Su bicicleta
- Casco
- Favor de vestir en ropa que sea reflectante o brillante, ya que se volverá más oscuro cuando sálganos a andar en bicicleta o caminar

El oficial de policía Martinez tendrá algunas cosas para repartir, así que por favor confirme su asistencia a [healthylifestyle@brookwoodpta.com](mailto:healthylifestyle@brookwoodpta.com) para asegurarnos de que traiga suficientes artículos.