

موتورسوار ایمن

مؤلف: مرتضی مدرسی

سرشناسه	:	مدرسی، مرتضی، ۱۳۵۸
عنوان و نام پدیدآور	:	موتورسوار ایمن/ مؤلف مرتضی مدرسی
مشخصات نشر	:	بجنورد، گسترش علوم نوین، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری	:	۱۱۴ ص، مصور
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۹۵۸۶۴-۱-۷: ۱۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا
موضوع	:	موتورسیکلت سواری- پیش بینی های ایمنی
موضوع	:	موتورسیکلت سواری- قوانین و مقررات
رده بندی کنگره	:	TL۴۴۰/۵/م۹۱۹ ۱۳۹۴
رده بندی دیویی	:	۶۲۹/۲۲۷۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۰۰۵۵۵۲

به سرد- انتشارات گسترش علوم نوین

تهران- میدان انقلاب- خیابان ۱ فروردین- خیابان روانمهر نرسیده به فخر رازی- پلاک ۸۹

۰۹۱۲۷۰۳۵۶۰ - ۶۶۱۱۴۱۰

موتورسوار ایمن

مؤلف: مرتضی مدرسی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۴

چاپ: جباری

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۸۶۴-۱-۷

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

کلیه حقوق این اثر برای بخش (علم گستر) محفوظ است.

مقدمه:

با توجه به آمار تکان‌دهنده تصادف‌های موتورسواران - که بالاترین آمار تلفات منجر به مرگ تصادف‌های جاده‌ای را به خود اختصاص داده و بیشتر کشته‌شدگان آن را نیز هموطنان نوجوان و جوان تشکیل می‌دهند - و همچنین فقدان قوانین و آیین‌نامه‌های راهنمایی و رانندگی مختص به این وسایل نقلیه به شکل مدون، بر آن شدم که این مجموعه را تدوین کنم تا اطلاعات جدیدتر را به صورت متمرکز در اختیار شما قرار دهد.

این کتاب اطلاعات جامعی را جهت هر چه ایمن‌تر راندن با انواع وسایل نقلیه موتوری ارائه می‌دهد. از آنجا که تفاوت‌های زیادی بین مدل‌های مختلف وسایل نقلیه موتوری وجود دارد، این مجموعه جزئیات بیشتری را درباره انواع مدل‌های موتورها در راهنمای مخصوص هر یک توضیح می‌دهد که توسط کمپانی‌های سازنده، همراه وسیله نقلیه ارائه می‌شود. بهتر است که پیش از استفاده از این ویدئو، مطالعه این توضیحات بپردازید.

روش ایمن و مطمئن‌تر راندن، چه برای رانندگان مبتدی و چه برای افراد باتجربه، آموزش و تمرین مداوم و نیز شناخت کافی از وسیله موتوری است که با آن رانندگی می‌کنند. علاوه بر این، باید به یاد داشت که با خیره شدن در جزئیات، نه فقط در مهارت‌های رانندگی بلکه در استراتژی‌ها و توانمندی‌های ذهنی لازم برای رانندگی در خیابان‌ها مهارت کافی فراهم می‌شود. بدین منظور با اندکی زمان و دقت در نکات آموزشی و اطلاعات این مجموعه، بیشترین تلاش را برای یافتن مهارت در رانندگی و نیز ایمنی بیشتر خود به دست می‌آورید. با این باور که نجات جان یک شخص، نجات جان یک جامعه است، امیدواریم تا این کتاب بتواند دست‌کم به آگاهی افراد جامعه در حفظ جان خود بيفزاید.

پیشگفتار

رانندن موتورسیکلت:

رانندگی با موتور مهارتی آموختنی است. هر فرد نیازمند تمرین‌های مداوم برای کسب مهارت در رانندگی با این وسیله نقلیه است. متأسفانه بسیاری از موتورسواران تلاشی برای فراگیری این مهم نمی‌کنند تا در ایمنی کامل برای خود و دیگران رانندگی کنند. این کتاب و دقت در سرفصل‌های آن می‌تواند کمک شایان توجه‌ای به این رانندگان ارائه کند.

در هنگام رانندگی چه باید پوشید؟

پوشیدن لباس مناسب، برای یک راننده ایمن ضرورت است. (با پوشیدن لباس متناسب برای هر فعالیتی، می‌توانید حداکثر لذت و ایمنی را در انجام آن به دست آورید.) یادتان باشد که رانندگی با موتورسیکلت به معنی افزایش احتمال جراحات‌های جدی در کمترین میزان ضربه است؛ این رو پوشیدن لباس و تجهیزاتی که می‌تواند میزان آسیب را به حداقل ممکن برساند یکی از مهم‌ترین ضرورت‌های استفاده از این وسایل نقلیه است.

کلاه ایمنی:

در تمام دنیا، افراد زیادی از موتورسیکلت در فعالیتهای روزانه کاری یا تفریحی خود استفاده می‌کنند. استفاده از کلاه‌های ایمنی، بهترین و مهم‌ترین گزینه برای مراقبت از خود محسوب می‌شود. کلاه‌های ایمنی در اندازه‌های مختلف تولید و عرضه می‌شود. کلاه‌هایی در اندازه‌های کوچک، حتی برای استفاده کودکان نیز وجود دارد. زمانی که کلاه می‌خرید حتماً آن را امتحان کنید تا از مناسب بودنش مطمئن شوید. کلاه باید به اندازه کافی راحت باشد. استحکام، سایز مناسب و نیز امکان استفاده آن در فصول سرد و گرم از ویژگی‌های مهم یک کلاه مناسب است تا در هر شرایطی بتوانید از آن استفاده کنید. همچنین، به خاطر داشته‌باشید که تصمیم دارید از کلاه به مدت طولانی استفاده کنید، پس باید با آن راحت باشید. تسمه زیر چانه باید محکم باشد. کلاه‌ای که ایمنی کافی ندارد، فقط یک وسیله تزئینی و ناکارآمد خواهد بود. DOT نوعی استاندارد در سیستم حمل و نقل است؛ کلاه‌ای که توسط این استاندارد توصیه می‌شود، ایمن‌ترین کلاه است. بهتر است این کلاه را به صورت جفت خریداری کنید، چراکه

فراموش نکنید، مسئولیت مراقبت از سرنشین پشت‌سرتان نیز با شماست. انواع کلاه‌های ایمنی و در قیمت‌ها، طرح‌ها و رنگ‌های مختلف وجود دارند، بنابراین کلاهی را انتخاب کنید که از استفاده از آن لذت ببرید. (به‌خصوص برای ترغیب کردن کودکان به استفاده از آن) توجه کنید که رنگی که انتخاب می‌کنید برای استفاده در شب نیز مفید و کاربردی باشد.

کلاه‌های ایمنی، رانندگی با وسایل نقلیه موتوری را آسان‌تر می‌کنند زیرا باعث کاهش صدای باد و همچنین کاهش برخورد باد با صورت و چشم‌های راننده می‌شود و در هنگام ورزش بادهای شدید از بروز ناراحتی و مشکل جلوگیری می‌کند. کلاه‌های ایمنی از موادی ساخته شده که علاوه بر مقاوم‌بودن، طوری طراحی شده‌اند که صدای اطراف را به‌وضوح بشنوید و نسبت به اتفاقات محیط پیرامون وارد، آگاه شوید و در نتیجه ایمنی شما در مقابل حوادث بالاتر برود.

مراقبت از چشم‌ها:

رانندگی بدون محافظ چشم، ریسک زیادی است. چشمان شما ارزشمند هستند و نباید به آن‌ها صدمه وارد شود. جسمی که با سرعت ۵ یا ۶ کیلومتر در ساعت (معادل ۴ یا ۵ مایل به چشمتان برخورد می‌کند، می‌تواند منجر به آسیب‌های دائمی جبران‌ناپذیر گردد. پس برای ایمن نگه‌داشتن چشم، هنگام رانندگی، استفاده از وسایل ایمنی، ضروری به نظر می‌رسد.

مطمئن شوید که محافظ‌های چشم تمیز و بدون خش‌خوشی باشند. اگر شما برای رانندگی در روز یا لیز یا وسایل دیگری نظیر عینک استفاده می‌کنید، در شرایط نور کم، آن را تمیز کنید. توجه داشته باشید که در هنگام خرید عینک ایمنی از نوع آفتاب‌پوش، مهربانی و معمولی، سخاوتمندانه‌تر از همیشه عمل کنید چرا که چشمان شما بسیار ارزشمند است.

اگر در حالت عادی از عینک یا لنز طبی استفاده می‌کنید، برای تهیه عینک ایمنی - همان‌طور که پزشک متخصص مشورت کنید

ژاکت:

ژاکت‌ها از مواد گوناگونی ساخته شده‌اند مثل: پارچه‌های کتان، نایلون، چرم و... چرم‌هایی با کیفیت متفاوت در بازار وجود دارد، به‌طور مسلم هرچه چرم با کیفیت‌تر باشد، محافظت بهتری از بدن شما خواهد داشت. شما باید ژاکت‌هایی را تهیه کنید که علاوه بر ایمنی، راحتی بیشتری را در موقعیت‌های متفاوت نیز داشته‌باشند، به‌طور مثال در فصل گرم، هوای خنک را به داخل عبور دهد و در فصل سرد گرما را حفظ کند و به‌خوبی بدن شما را گرم نگاه دارد.

شلوارها :

شلوارهایی که برای رانندگی به کار برده می‌شوند، باید از الباف ضخیم (مثل: چرم یا مواد نفتی سفت) تهیه شوند، تا بتوانند به‌خوبی نقش محافظتی داشته‌باشند. این شلوارها به‌صورت متنوع در بازار پیدا می‌شود. انتخاب و خرید شلوار مناسب نیز مانند توصیه‌های مربوط به ژاکت است. خرید این لباس‌ها از شرکت‌هایی که آن‌ها را با هم ارائه می‌کنند، تهیه آن را تسهیل می‌کند.

دستکش‌ها :

همه در شش‌پوشید حتی در هوای گرم، بنابراین در هوای گرم از نوعی دستکش ایمنی استفاده کنید که شما را اذیت نکند، به‌طوری که ایل و سری را مانده از آن داشته‌باشید. استفاده از دستکش موجب کنترل بهتر شما بر فرمان وسیله نقلیه و در نهایت رانندگی ایمنی شما می‌شود. دستکش‌ها در زمان بروز حادثه، از دستان شما محافظت می‌کنند، به‌خصوص در هنگام از دست دادن تعادل در رانندگی یا واگونی وسیله نقلیه به هر دلیلی.

چکمه‌ها :

از چکمه‌هایی استفاده کنید که تا بالای مچ پای شما می‌پوشانند و ترجیحاً آن را از چرم یا دوام و محکم انتخاب کنید. چکمه‌ها نیز در زمان بروز حادثه از پاهای شما مراقبت می‌کنند. پوشیدن چکمه‌هایی با کف لغزنده خودداری کنید، زیرا در حین گذاشتن پا روی زمین احتمال سُر خوردن شما را - به‌خصوص در روزهای باران - افزایش می‌دهد، البته چکمه‌های لاستیکی جدید با طرح‌ها و رنگ‌های زیبا و شبرنگ نیز وجود دارند که استاندارد بودن و ایمنی این منظور مناسب‌تر هستند. توجه داشته‌باشید، اندازه چکمه‌ها طوری انتخاب شوند که موجب آزار شما نشود و در سرعت رانندگی شما، تأثیر منفی نگذارد. در واقع باید در عین راحت بودن پاها در آن، فضای خالی اضافی نیز نداشته‌باشند.

لوازم ضروری روزهای بارانی :

ممکن است شما مجبور به رانندگی در باران باشید، هرچند که جهت ایمنی هرچه بیشتر، رانندگی با موتورسیکلت و دوچرخه در هوای بارانی توصیه نمی‌شود اما در صورتی که مجبور به چنین کاری هستید، باید لباس مناسبی به تن داشته‌باشید که کاملاً اندازه شما بوده و مانع از خیس شدن لباس ایمنی زیرین شما شود. در واقع مانند یک روکش بر روی لباس ایمنی شما عمل کند و شبرنگ نیز باشد. فراموش نکنید از چکمه و دستکشی که مختص هوای بارانی طراحی شده، استفاده کنید تا بتوانید

در باران با ایمنی بیشتر، به راحتی و آسودگی، رانندگی کنید، معمولاً در دستکش‌ها، پوششی به صورت روکش روی دستکش ایمنی اصلی وجود دارد و در خصوص چکمه هم، علاوه بر ملاک ضد آب بودن، چکمه‌های مستقل و مخصوص برای روزهای بارانی طراحی شده‌است.

ابزارهای جلب توجه کننده :

هرچه توسط چشم سایر رانندگان راحت‌تر و سریع‌تر دیده شوید، خطر کمتری شما را تهدید می‌کند و در نهایت ایمن‌تر می‌رانید. برای این منظور، بهترین گزینه، استفاده از لباس‌هایی با رنگ روشن یا رنگ‌های تیره اما شبرنگ هستند. شما می‌توانید جللیقه‌های شبرنگ، روی لباس‌های ایمنی خود بپوشید، تا دیگران راحت‌تر شما را ببینند. لوازمی که از مواد انعکاس‌پذیر ساخته شده‌اند، روی موتوربان نصب کنید. در این باره نیز از بازتاب‌دهنده‌ها که به پشت چکمه‌ها نصب می‌شود استفاده کنید.

مسئولیت‌های شما در برابر قوانین راهنمایی و رانندگی :

فراموش نکنید که رانندگی در معابر عمومی، ایمنان و بزرگراه‌ها یک امتیاز محسوب می‌شود نه یک حق. اگر شما از قوانین راهنمایی و رانندگی سرپیچی کنید، جریمه خواهید شد و در شرایطی حتی گواهینامه‌تان ضبط می‌شود، قوانین راهنمایی و رانندگی تمهیدی برای مراقبت از شما و عموم مردم هستند. شما ممکن است بهترین راننده در کشور باشید اما این قوانین برای ایمنی و رفتارهای غیرقابل پیش‌بینی افراد طراحی شده‌است. در صورت زرد قانر، هرج و مرج‌های زیادی ایجاد خواهد شد. پس، رعایت آن کنید به‌طور مستقیم و غیرمستقیم به نفع هر فردی خواهد بود.

نیاز جامعه به شما و موتورسیکلت:

نیاز و کاربردهای این وسیله در هر شهر متفاوت است. در برخی از شهرها در انجام کارهای خاصی نظیر پیک‌ها، رساننده‌های مواد غذایی به منازل، نامه‌رسانی و ... از موتورها استفاده می‌شود. وسیله نقلیه موتوری زمانی که به عنوان ابزاری برای رفاه عمومی استفاده می‌شود سودمند است، در غیر این صورت استفاده‌های شخصی و تفریحی در سطح شهرها تشجیای جز ایجاد آلودگی‌های صوتی و هوا ندارد. چنانچه علاقمند به استفاده از این وسیله هستید و در استفاده از آن مهارت کافی و تجربه دارید، همواره به دنبال کسب اطلاعات برای یافتن این فعالیت‌های مفید و رفع آن در جهت کسب درآمد و خدمت به شهروندان شهر خود باشید، در غیر این صورت می‌توانید استفاده از آن را به پیست‌های تفریحی و مکان‌هایی که برای این منظور طراحی شده‌اند منتقل

کنید.

استفاده از بیمه راننده و وسیله نقلیه:

داشتن بیمه‌نامه برای هر نوع رانندگی بسیار مهم است. رانندگی همواره نیازمند داشتن بیمه است. برخی از شرکت‌های بیمه تخفیف‌هایی را ارائه می‌دهند که شما می‌توانید با استفاده از آن خود و موتورسیکلت خود را بیمه کنید، ولی باید توجه داشته باشید که با تحقیق از کارشناسان ذیصلاح در جریان پوشش‌های لازم قرار بگیرید و خدمات بیمه‌ای شرکت‌های گوناگون را با یکدیگر مقایسه کنید. اینکه آیا همه پوشش‌های لازم را به شما ارائه داده‌اند و نیز اینکه در نهایت هزینه حق بیمه شما با پوشش کامل چقدر خواهد بود؟ اگر مناسب‌ترین شرکت بیمه را انتخاب کنید. توجه داشته باشید که حق بیمه شرکت‌های مختلف با خدمات مشابه، نزدیک به هم است و اگر شرکتی با اختلاف زیادی حق بیمه کمتری طلب نمود، مطمئن باشید که پوشش کمتری ارائه می‌دهد. در نتیجه هنگام بیمه کردن خود و وسیله نقلیه‌تان، در گام نخست، هرگز به دنبال هزینه کمتر نباشید، بلکه پوشش‌های لازم و کامل و خدمات آن را در نظر بگیرید. باید بدانید که رانندگی شما بهتر باشد و تصادفی نداشته‌باشید، به ازای هر سال، حدود ۱۰ درصد تخفیف شامل حال شما شود، و هزینه بیم نیز کمتر خواهد شد، تا اینکه پس از گذشت ۱۰ سال، در صورت نداشتن تصادف، سالانه با پرداخت فقط یک درصد به بابت پوشش بیمه قرار خواهید گرفت. قابل ذکر است بیمه در دو بخش ثالث و بدنه، از شما حمایت می‌کند.

وسیله نقلیه خود را بشناسید:

برای اینکه به عنوان راننده‌ای ایمن شناخته شوید، باید وسیله نقلیه خود را هرچه بیشتر بشناسید. رانندگی با موتورسیکلت تفاوت بسیاری با اتومبیل دارد، به همین علت شما برای رانندگی با هر کدام از آن‌ها باید گواهینامه جداگانه بگیرید. به یاد داشته باشید، در واقع خلاف تصور خیلی از افراد جامعه، رانندگی با موتورسیکلت به مراتب دشوارتر از اتومبیل است و شما فقط زمانی به این مهم دست می‌یابید که تجربه رانندگی با اتومبیل و موتورسیکلت را داشته‌باشید. بارزترین علت تفاوت و دشوار بودن رانندگی با موتورسیکلت این است که موتورسیکلت دارای دو چرخ است و حفظ تعادل، در زمان حرکت، دشوار است. حتی ساختمان موتور به گونه‌ای طراحی شده که برای پارک کردن، باید آن را روی جک قرار داده و جهت تکیه دادن آن، موتور را به وسیله دستگیره‌های روی فرمانش به جایی تکیه دهید و فشار مختصری به آن وارد کرده تا در محل دلخواه به شکل درستی قرار گیرد و ثابت شود تا مانع از سرخوردن موتور روی آن سطح گردد.

توجه داشته باشید هنگام پارک کردن و قرار دادن آن روی چک‌ها، موتور در بهترین وضعیت تعادل قرار گرفته‌باشد.

حفظ تعادل زمانی سخت‌تر می‌شود که سرنشینی در پشت راننده نشسته باشد. در هنگام راندگی با اتومبیل، با وجود حضور سرنشین‌های دیگر بازهم نقش کنترل وسیله نقلیه، در دست راننده است، اما در راندگی با موتورسیکلت با کوچکترین حرکت نابه‌جای سرنشین که بدون هماهنگی با راننده باشد، تعادل موتور از دست می‌رود و حادثه به وجود می‌آید. عمده‌ترین ناهماهنگی، اغلب در هنگام دور زدن در محل پیچ‌ها و با سرعت بالا اتفاق می‌افتد که راننده جهت کنترل بهتر موتورسیکلت بدن خود را به یک سمت خم می‌کند، در این هنگام اگر سرنشین توجیه نشده‌باشد و حرکت بدنش با راننده هماهنگ نباشد، احتمال از بین رفتن تعادل موتور و در پی آن وقوع حادثه بسیار زیاد می‌شود.

یادآوری نکاتی مهم در راندگی:

- ۱- تا جایی که ممکن است، رانندگان و موتور سیکلت‌سواران کردن سرنشین خودداری کنند.
 - ۲- در صورت اجبار به همراهی سرنشین به ظرفیت تعیین شده در کتابچه راهنمای موتورسیکلت - که برای اغلب موتورسیکلت‌ها یک نفر قید شده‌است- توجه کنند.
 - ۳- قبل از سوار کردن، شخص را به استفاده از کلاه ایمنی مناسب تشویق نموده و او را نسبت به رعایت موارد ایمنی و نحوه هماهنگی با راننده، توجیه کنند.
- متأسفانه آمار نیز حاکی از آن است که در صورت بروز کوچک‌ترین برخوردی، اغلب بین سرنشین‌ها هستند که به علت پرت شدن دچار آسیب جدی می‌شوند، چراکه راننده به واسطه نگاه‌داشتن فرمان در برخوردهای ضربه‌ای پرت شدن خود جلوگیری می‌کند. بنابراین خلاف تصور عموم استفاده از کلاه ایمنی برای سرنشین عقب به مراتب ضروری‌تر از راننده به نظر می‌رسد.

پیشنهادهای:

در طراحی‌های نسل جدید موتورسیکلت‌ها باید ابزار نگهدارنده با رعایت استانداردها نصب گردد تا ایمنی راننده و سرنشین را فراهم نموده و از پرتاب شدن جلوگیری شود. ولی استفاده از این ابزار باید به‌گونه‌ای باشد که خود، منجر به بروز حادثه و یا تشدید آن نگردد.

حال با توجه به تنوع زیاد موتورسیکلت‌ها که در مدل‌ها و اندازه‌های مختلف در بازار عرضه می‌شود- جهت هرچه ایمن‌تر راندن آن‌ها- نیاز به کسب دانش و مهارت لازم درباره هر یک از این مدل‌های خاص وجود دارد. لازم است یادآور شویم که هرچه بیشتر تمرین رانندگی کنید، مهارت‌های بیشتری کسب خواهیدکرد و در نهایت می‌توانید حرفه‌ای‌تر و ایمن‌تر برانید. مطالعه دستورالعمل‌های قیدشده مربوط به هر وسیله نقلیه در کتابچه راهنما، کمک شایانی در شناخت کامل آن خواهدکرد. به‌طور مثال متوجه می‌شوید که تعداد مجاز سرنشین پشت راننده در آن مدل چند نفر است و آیا وسیله نقلیه شما مانند بسیاری از وسایل حمل و نقل، اجازه تردد در یزرگراه‌ها با سرعت بالا را دارد یا خیر؟ هم‌چنین قبل از رانندگی مطمئن شوید که آیا علاوه بر قوانین راهنمایی و رانندگی، اطلاعات لازم مربوط به وسیله نقلیه‌تان را آموختهاید؟ فراموش نکنید، برای حرفه‌ای‌شدن، و به تبع آن ایمن‌تر راندن هر وسیله نقلیه، زمان زیادی لازم است. به‌طور کلی راندن هر وسیله نقلیه مهارت خاص خود را می‌طلبد، که در مواقع اضطراری با آگاهی از آن می‌توانید از حداکثر توان آن وسیله در جهت امنیت بیشتر استفاده نمایید. (زمان تصمیم‌گیری صحیح شما کاهش و در نتیجه قدرت موتور شما افزایش می‌یابد) باید توجه داشته‌باشید که کسب مهارت خاص در راندن یک وسیله نقلیه، جز با رانندگی مداوم با همان وسیله نقلیه، میسر نمی‌گردد. همواره با وسیله نقلیه شخصی، مانند سایر وسایل شخصی و خصوصی رفتار کنید، نتیجه اینکه وسیله نقلیه خود را نه به کسی قرض داده و نه از کسی قرض بگیرید.

هدایت:

استانداردهایی برای هدایت ابتدایی موتورها وجود دارد. به جهت‌های راهنمای مخصوص موتورسیکلت -که یا در جعبه حامل آن بوده و یا فروشندگان آن را در اختیار شما قرار می‌دهند- مراجعه کنید، یا با اطمینان، توانمندی‌ها و نحوه استفاده از آن‌ها آشنا شوید.

موتورسیکلت خود را روی مرکز ثقل- یعنی جک‌هایش- قرار دهید و روی آن بنشینید، با بخش‌ها- کنترل‌کننده (فرمان و...) و با روش استفاده از آن‌ها آشنا شوید. با پدال‌ها به‌خصوص پدال مربوط به ترمز، کار کنید و از سلامت کامل آن اطمینان یابید.(اغلب ترمز چرخ عقب به صورت پدالی است). در این بین اگر به چیزی برخورد کردید که امکان دستیابی به آن برایتان میسر نیست، یعنی دست و پایتان به آن نمی‌رسد، در کتابچه راهنما جست‌وجو کنید، به‌طور یقین روش تنظیم آن بخش را به شما آموزش خواهدداد. فراموش نکنید همواره، همه قسمت‌ها باید به‌گونه‌ای تنظیم شوند که علاوه بر تأمین راحتی و ایمنی شما و سرنشین پشت‌سرتان، تسلط کامل در آن بخش و بخش‌های دیگر را در هنگام رانندگی برای شما میسر کنند، تا در شرایط اضطراری ضمن تصمیم‌گیری سریع و در عین حال صحیح، امکان به حداقل رساندن زمان عکس‌العمل مناسب را فراهم کنند و در نتیجه رانندگی

با ایمنی کامل را برای شما به ارمنان بیاورند. چراغ‌های جلو، چراغ خطر عقب، ترمز و راهنمای آن را روشن کنید. توجه کنید که بهترین زمان برای کنترل و تنظیم نور چراغ‌ها، در تاریکی شب است. دکمه بوق را بپایید و از سالم بودن آن اطمینان حاصل کنید. با محل منبع ذخیره سوخت آشنا شوید. باید تمرین کنید تا توانایی انجام عملیات سوخت‌گیری موتورتان را بدست آورید. با مطالعه کتابچه راهنما، آگاهی کامل نسبت به نوع و میزان مصرف سوخت و وسیله نقلیه خود را پیدا کنید تا با توجه به اندازه سوخت ذخیره‌شده در منبع، مسافت سفر خود را تعیین کنید. در سفرهای طولانی‌تر باکسب اطلاع از فواصل جایگاه‌های سوخت، برای سوخت‌گیری در محل، از پیش تعیین‌شده برنامه‌ریزی کرده تا به علت اتمام سوخت دچار مشکل در جاده نشوید.

ترمزگیری

قبل از سوار شدن از سمت ترمز اطمینان حاصل کنید. هیچ‌گاه فراموش نکنید:

ترمزهای جلویی در وسیله نقلیه ۷۰٪ توان بیشتری نسبت به ترمزهای عقبی دارند، در عوض ترمزهای عقب ایمن‌ترند. یکی از مهم‌ترین مهارت‌های راندن موتور این است که بتوانید به خوبی ترمز بگیرید و یا سرعت خود را کم کنید. همیشه از ترمزهای جلو و عقب به‌طور همزمان استفاده کنید. (بهینه‌ترین و ایمن‌ترین روش ترمزگیری) با اطمینان ترمز بگیرید، اما آن را به‌طور ناگهانی فشار ندهید، زیرا سبب قفل‌شدن چرخ‌ها می‌شوند. سرعت عمل شده باعث می‌شود که موتور پرتاب شود. در زمان ترمز همواره فرمان موتورسیکلت را محکم گرفته و به‌طور مستقیم تگه دارید. اگر نکات فوق را رعایت کنید زمان توقف موتورسیکلت شما برابر خواهد بود با مدت زمانی که طول می‌کشد تا پا را از روی ترمز بردارید و روح زمانه بگذارید. شما در هر زمانی می‌توانید از این روش ترمزگیری استفاده کنید.

چرخش:

زمانی که در حال رانندگی درون جاده‌ای هستید، بدیهی است به محض رسیدن به پیچ و برای عبور از آن، باید فرمان موتور را در جهت پیچ، بگردانید. به بیان دیگر، برای رفتن به راست، فرمان را به راست بچرخانید و بالعکس. چگونگی گرداندن فرمان، کار مهمی است که با تکرار، مهارت لازم در انجام آن را خواهید یافت و پس از مدتی جزء توانمندی‌هایی از رانندگی شما خواهد شد که به‌سهولت با موتور انجام می‌دهید. فرآیند پیچیدن در رانندگی با موتور نسبت به ماشین متفاوت و نیز خطرناک‌تر هم هست. همواره جهت ایمنی هرچه بیشتر، فرمان را با دو دست محکم گرفته تا با تسلط بیشتر برانید. با تمرین و تکرار میزان مانور و چرخش موتور به اطراف را ارزیابی کنید. راندن موتور در پیچ، با یک عمل اشتباه ممکن است، سبب تغییر جهت ناگهانی موتور شده که

اغلب غیرقابل پیش‌بینی است و در نهایت منجر به پرتاب شدن سرنشین به اطراف می‌شود.

شیوه‌های ایمن راندن در پیچ‌ها:

- قبل از وارد شدن به پیچ با توجه به تابلوهای تنظیم‌کننده، سرعت خود را تنظیم کرده و با دو دست فرمان را نگه دارید و با چشمانی باز، رفیک اطراف مسیر خود را بررسی کنید.
 - اگر نیاز به کم کردن سرعت دارید، به آرامی و بدون انجام هیچ عمل ناگهانی قبل از رسیدن به پیچ، سرعت خود را تنظیم کنید. (عبور از پیچ با سرعت کمتر از حد مجاز و در نتیجه ایمنی بیشتر)
 - هرگز در حین پیچیدن به تغییر سرعت خود فکر نکنید. (استفاده از گاز یا ترمز ممنوع)
 - موتور را به جهت قوس خم کرده و آرامش را پیچ عبور کنید.
 - برای داشتن چرخشی زیبا، بعد از آنکه با سرعت کمتر از حد مجاز وارد پیچ شدید، پس از عبور از رأس قوس، سرعت خود را تا حد مجاز افزایش داده و به اصطلاح پیچ را با سرعت ترک کنید.
 - (حتی در رانندگی با اتومبیل اگر به همین روش بپیچید، علاوه بر ایمنی، احساس خوبی نیز خواهید داشت)
- بررسی موتور قبل از حرکت :**

وقتی روی موتور هستید، نباید کار اشنیاهی انجام دهیم پس دقایق پیش از استفاده از موتور را از دست ندهید و از دفترچه راهنما اطلاعات مفید را درباره موتور دریافت نمایید. اطلاعاتی که لازم دارید نظیر فشار یا تنظیمات موتور، می‌توانید در این دفترچه پیدا کنید. به محض اینکه این کتابچه را تمام کردید، می‌توانید دستورالعمل‌ها را بخوانید. شما می‌توانید بیشتر با موارد خاص موتورتان و همچنین با بخش‌های مهم‌تر موتورتان آشنا شوید. اگر موتور از کار افتاده، باید آن را متوقف کنید. اگر چرخ‌ها به مشکلی برخوردند، باید آن‌ها را پیش از ادامه مسیر بررسی کنید و به دنبال خرابی لاستیک‌ها و آسیب اشیاء خارجی به آن باشید. فشار لاستیک‌ها و درجات آن را بررسی کنید. اگر یک چرخ هر دفعه که باد آن را تنظیم می‌کنید کم‌باد بود، مطمئن باشید که بی‌نزدیک در آن سوراخی وجود دارد.