

Projektový Newsletter

NA KOLE JEN S PŘILBOU 1/2026



Zahajujeme

Letos se projekt rozbíhá už po šestnácté a vy jste opět u toho s námi. Co všechno jsme si pro tento ročník připravili za aktivity a novinky?

Kalendář

Cyklohlídky opět vyrazí do terénu napříč celou Českou republikou. Podívejte se na přehled míst, kde se s námi můžete potkat.

Poděkování

Realizace projektu by se neobešla bez řady partnerů. Podívejte se, komu záleží na bezpečnosti cyklistů.

Ten pán s hlavou

Když se řekne „Na kole jen s přilbou“, ne každý si název projektu hned vybaví. Jakmile ale uvidí jeho typický vizuál, je jasno – charakteristická jizva ho provází už desátým rokem. Letos projekt slaví 16 let svého působení a za tu dobu urazil dlouhou cestu. Z regionální iniciativy vyrostl v celostátní kampaň. Dnes komunikuje nejen přínosy nošení cyklistické přilby, ale i bezpečnou cyklistiku obecně. S pánem se však loučíme.

V roce 2025 nemělo 59 %
usmrcených cyklistů
přilbu.



Cyklistika je dnes jedním z nejrychleji rostoucích trendů v Evropě – a není divu. Pro někoho je kolo každodenní dopravní prostředek, pro jiného způsob, jak si vyčistit hlavu, zlepšit kondici nebo si užít volný čas v přírodě. S rostoucím počtem cyklistů ale přibývá i rizik. Pády, nehody nebo nečekané situace v provozu i mimo něj nejsou výjimkou. A právě proto vznikl tento projekt – aby pomáhal těmto situacím předcházet.

Zaměřujeme se nejen na cykloturisty, ale i na každodenní jezdce ve městech – včetně uživatelů koloběžek a elektrokol. Přimo v terénu přinášíme praktické rady, ukázky a tipy, jak jezdit bezpečněji a s větší jistotou. Nejde o teorii, ale o reálné situace, se kterými se můžete potkat každý den.

Soutěž

Stejně jako každý rok i letos probíhá naše dlouhodobá soutěž o hodnotné ceny, mezi které patří horské kolo Rockrider, cyklistické přilby a další vybavení.

Soutěž běží do 30. 9. 2026 a obsahuje 5 soutěžních otázek. Do slosování jsou přitom zařazeny i špatné odpovědi – cílem je především zvýšit povědomí o bezpečné jízdě na kole.

Zapojit se můžete jednoduše prostřednictvím QR kódu:



Připravte své kolo na sezónu

Pravidelná údržba nejen prodlužuje jeho životnost, ale především zajišťuje bezpečnost vaši i ostatních účastníků provozu.

S prvními teplými dny se cyklisté vrací na silnice, cyklostezky i lesní trasy a chuť vyrazit na kolo bývá často silnější než trpělivost věnovat čas přípravě. Právě ta je ale klíčová. Než vyrazíte na první projížďku, dopřejte svému kolu zaslouženou péči.

Předsezónní údržbu začněte důkladným omytím kola – a to i v případě, že jste jej čistili už před zimním uskladněním. Zvláštní pozornost si zaslouží pohonná soustava. Řetěz, kazeta i převodník patří mezi nejvíce namáhané části kola a jejich zanedbaný stav se rychle projeví na kvalitě jízdy. Zkontrolujte stav plášťů a duší. Pneumatiky nahustěte na doporučený tlak a ověřte, zda neuniká vzduch. Důležitá je také kontrola brzd a řazení.



„Pro jistotu bezpečnosti se neobávejte svěřit kolo do profesionálních rukou servisu. Ne vše zvládnete sami a mnohé komponenty mají omezenou životnost, tak je vhodné je před sezónou obměnit – ať už se jedná o brzdové špalky nebo kontrolu hydraulického brzdového systému,“ říká Martin Bubla ze společnosti **DECATHLON**.

Bezpečnost na kole začíná u správně připraveného vybavení. Zkontrolujte povinnou výbavu, mezi kterou patří odrazky, za snížené viditelnosti světla a zaslepené konce řídítek. Při každé jízdě používejte přilbu a dodržujte pravidla silničního provozu.

Kdy a kde nás potkáte?

Přijďte se s námi potkat v terénu. Ukážeme vám správné nasazení přilby, připomeneme důležitá pravidla i tipy, jak být na kole dobře vidět. Rádi přivítáme všechny – bez ohledu na věk či zkušenosti. Na 100 akcí v roce 2026.



Více o akcích najdete na QR kódu výše nebo zde:
nakolejensprilbou.cz/akce



Deset pravidel pro pohyb cyklisty na horách

1. Naplánuj si trasu
2. Informuj se
3. Informuj
4. Jezdi pouze po povolených cestách
5. Znej značení cest
6. Ovládej své kolo
7. Dávej přednost ostatním
8. Jednej s rozmyslem a používej přilbu.
9. Poskytni pomoc
10. Buď ohleduplný k přírodě, lidem a majetku



Zlatopramen Soulad

**HARMONICKÉ OSVĚŽENÍ
A 0,0 % ALKOHOLU. TO JE SOULAD.**

Pamatujte – alkohol za říditka nepatří!

Cyklista je totiž účastníkem silničního provozu. Novinka Zlatopramen Soulad 0,0 % je ideální volbou pro ty, kteří se chtějí příjemně osvěžit a to bez jediné kapky alkoholu.

Na svých cyklovýletech se tak můžete bez kompromisů osvěžit nealkoholickým ochuceným pivem, které v sobě kombinuje chuť ovoce a unikátních bylinek. Zlatopramen Soulad 0,0 % nabízí 4 originální příchutě:

| Yuzu a zázvor

| Grep a rozmarýn

| Černý rybíz a lemongrass

| Malina, granátové jablko a ibišek





Cyklistická infrastruktura

Jezděte bezpečněji: cyklostezky nejsou pro cyklisty omezení, ale výhoda

Kvalitní cyklistická infrastruktura hraje zásadní roli v bezpečnosti všech, kdo se pohybují na kole. Vyhrazené cyklostezky a cyklopruhy poskytují cyklistům jasně definovaný a přehledný prostor, který je oddělený od motorové dopravy, a tím výrazně snižuje riziko nehod. Právě proto je důležité, aby cyklisté tuto infrastrukturu skutečně využívali – byla a je budována s cílem chránit jejich zdraví a zpříjemnit pohyb ve veřejném prostoru. Respektování dopravního značení a volba bezpečnějších tras přispívá nejen k ochraně samotných cyklistů, ale i k lepší plynulosti dopravy jako celku. Bezpečné návyky při jízdě na kole tak začínají už správným výběrem trasy. Mezi příklady takové infrastruktury patří stezky pro cyklisty, stezky pro chodce a cyklisty (společné i dělené), piktogramové koridory, vyhrazené jízdní pruhy pro cyklisty a další.



Nehod e-koloběžek přibývá

Jen v roce 2025 došlo v České republice k 823 nehodám s účastí elektrokoloběžek, což představovalo meziroční nárůst o více než 50 %. Přibývá přitom nejen lehkých, ale i vážných zranění.

Jezdci by proto měli dbát zvýšené opatrnosti, používat ochrannou přilbu, být dobře viditelní a uvědomit si, že i na elektrokoloběžce platí stejná pravidla jako pro cyklisty. Bezpečná a ohleduplná jízda může výrazně snížit riziko nehody a ochránit nejen samotného jezdce, ale i ostatní účastníky provozu.

Partneři

Tento projekt by v takovém měřítku nefungoval již řadu let bez partnerů, kteří společně s námi usilují o zvýšení bezpečnosti silničního provozu, s důrazem na bezpečnou cyklistiku.

