

## Consejos sobre el agua en bici

Publicado por xixonman - 07 Ago 2014 11:14

---

1º No tiren el agua de su botellín antes de comprobar si la fuente tiene agua o no.

2º Si la fuente no tiene agua buscar si hay una llave de paso que haya que abrir (a veces están cerradas por motivos de ahorro).

3º Si oyen tronar...¡corran y busquen techo pronto!. en la mayoría de los casos significa que la tormenta les va a caer a ustedes en breve tiempo y a ¡¡cantaros!!.

4º Si hacen una ruta que no conocen y empieza a llover, JAMAS tiren hacia delante, si han visto un sitio atechado antes ¡retrocedan!

SOLO hay que seguir ruta si la conocen y saben que el atechadero está cerca.

La mayoría de ciclistas que no siguen ésta regla tan lógica y elemental suelen terminar mojándose hasta los huesos.....

5º No olviden limpiar de vez en cuando sus botellines de agua. Muchas veces la diarrea no es consecuencia del lugar de donde se coge el agua que se bebe, sino de dejar en el fondo del botellín restos hasta la siguiente salida y que multiplica la fauna microscópica.

Un consejo , después de cada salida, vacíen el botellín y déjenlo abierto para que se seque , y de cuando en cuando unas gotas de lejía para lavarlo.

De paso no está mal un recordatorio para personas novatas que empiezan:

[Tres reglas de oro](#)

=====