|  |  |
| --- | --- |
| English | Translation |
| Page 1 | पृष्ठ 1 |
|  |  |
| QUICK GUIDE | क्विक गाइड |
|  |  |
| To Bike Commuting | बाइक से चलने के लिए |
|  |  |
| THE BIKE | बाइक |
|  |  |
| Any bike will work as long as it fits properly! | कोई भी बाइक चलेगी, बस उसे ठीक से फिट होना चाहिए! |
| Check out the different styles: | देखें ये अलग-अलग स्टाइल्स: |
|  |  |
| Road Bike – good for speed, but not recommended for rides that have gravel/rocky segments | रोड बाइक – गति के लिए अच्छी है, लेकिन कंकरीले/पथरीले रास्तों के लिए सही नहीं है |
|  |  |
| Mountain Bike – wider tires, better for rougher rides but moves slower | माउन्टेन बाइक – चौड़े टायर, ऊबड़-खाबड़ रास्तों के लिए बेहतर है लेकिन चलने में धीमी है |
|  |  |
| Hybrid Bike – best for 1-10 mile rides, moves slower but more comfortable with more carrying capacity | हायब्रिड बाइक – एक से दस मील तक चलने के लिए सबसे सही है, धीरे चलती है लेकिन अधिक आरामदेह है और ज्यादा वहन क्षमता वाली है |
|  |  |
| THEGEAR | गियर |
| Helmet | हेलमेट |
| Shades | काला चश्मा |
| Gloves | दस्ताने |
| Comfortable clothes | आरामदेह कपड़े |
| Lights/reflectors | लाइट/रिफ्लेक्टर |
| Tools, tube, pump, and patch kit | औज़ार, ट्यूब, पम्प और पैच किट |
| (or ride with someone who does) | (या जिसके पास हो उसके साथ चलें) |
|  |  |
|  |  |
| For more info, visit | अधिक जानकारी के लिए देखें |
| www.cupertino.org/saferoutes | www.cupertino.org/saferoutes |
|  |  |
| Page 2 | पृष्ठ 2 |
|  |  |
| QUICK GUIDE | क्विक गाइड |
|  |  |
| To Bike Commuting | बाइक से चलने के लिए |
|  |  |
| ALWAYS PERFORM THE ABC QUICK CHECK BEFORE RIDING! | बाइक से चलने से पहले हमेशा ‘ABC क्विक चेक’ ज़रूर करें! |
|  |  |
| A. Air! Do your tires have enough? | A. एयर! टायरों में हवा ठीक है? |
| B. Brakes! Are they working? Use the “rule of thumb”. | B. ब्रेक! क्या वे काम कर रहे हैं? “रूल ऑफ़ थम्ब” का इस्तेमाल करें. |
| C. Chains, cranks, cassette, and chain rings. Check ‘em out! | C. चेन, क्रैंक्स, कैसेट्स और चेन रिंग्स. इन सबको चेक करना ना भूलें! |
|  |  |
| Quick: Quick release levers. Make sure yours are tightened! | क्विक: क्विक रिलीज़ लीवर. सुनिश्चित कर लें कि ये कसे हुए हैं! |
|  |  |
| Check: Check your bike with your eyes and ears for anything out of place. | चेक: अपनी आँखों और कानों से चेक करें कि आपकी बाइक में सब ठीक-ठाक है. |
|  |  |
| MORE QUESTIONS? | और सवाल हैं? |
| ASK YOUR LOCAL BIKE SHOP! | अपनी पास की साइकिल की दुकान पर पता लगाएँ! |
|  |  |
| For more info, visit | अधिक जानकारी के लिए देखें |
| www.cupertino.org/saferoutes | www.cupertino.org/saferoutes |