

Sisällys

Esipuhe	4	4 Esimerkkejä pyöräilyn lähiliikunta-alueista	48
1 Johdanto	5	4.1 Esimerkkejä toteutuneista olosuhteista Suomessa	48
1.1 Pyöräily	5	4.1.2 Välituntirata, Tikkakoski, Jyväskylä	48
1.2 Pyöräily osana lähiliikuntaa	6	4.1.3 Lasten ja nuorten maastopyörä rata, Mäntyharju	49
1.3 Pyörätyypit	7	4.1.4 Mini BMX -rata, Hattula	50
1.4 Oppaassa käytetyt käsitteet	7	4.1.5 Iso-Vilunen, Tampere, BMX racing -rata lähiliikuntapaikkana	52
2 Radat ja reitit	9	4.1.6 Jämi, maastopyöräilyn tekniikkaradan ja pumptrackin yhdistelmä	55
2.1 Maa-ainesradat	9	4.1.7 Vantaa/Vierumäki maastorata (XCO)	56
2.1.1 Pumptrack	10	4.1.8 Betoninen moduulipumptrack, Roihvuori, Helsinki	58
2.1.2 Maastopyöräilyn tekniikkarata (MTB Skills Track)	11	4.1.9 Maarakenteinen pumptrack, Espoonlahti, Espoo	60
2.1.3 Dual Slalom -rata	12	4.1.10 Trial-pyöräilyn lähiliikuntapaikka, Iso-Vilunen, Tampere	62
2.1.4 FourCross (4X)	13	4.1.11 Asfalttipintainen pumptrack koulu- ja lähiliikuntarata, Metsolan koulu, Lohja	63
2.1.5 Enduro ja alamäkiajo (DH-rata)	13		
2.1.6 BMX-racing	14	5 Esimerkkejä pyöräilyn kansainvälisistä olosuhteista	66
2.1.7 Muut BMX-pyöräilyn alalajit	20		
2.1.8 Maastopyöräilyreitit	21		
2.2 Asfaltti- ja betonipintaiset pumptrackit	23		
2.2.1 Maantiepyöräilyyn rakennettu olosuhde: suljettu maantiepyöräilyrata	26		
2.2.2 Cyclocross-rata tai -reitti	27		
2.3 Moduulirakenteiset radat	28		
2.4 Muut rakennetut radat	30		
2.5 Tekniikkaradat	30		
2.6 Biketrial eli trial-pyöräily	31		
2.7 Bike parkit	32		
2.8 Ratojen ja reittien muut käyttömahdollisuudet	33		
3 Pyöräilyn lähiliikunta-alueen suunnittelu	34		
3.1 Tarveselvitys	35		
3.2 Hankesuunnittelu	35		
3.2.1 Turvallisuusasiat	37		
3.2.2 Opasteet	38		
3.2.3 Kunnossapito	39		
3.2.4 Valaistus	39		
3.2.5 Ilkivallan huomioiminen	40		
3.3 Toteutus suunnittelu	41		
3.3.1 Koulu- ja lähiliikuntaan soveltuvien ratojen ohjeellisia mittoja	41		
3.3.2 Erityisryhmien huomioiminen	42		
3.3.3 Uusiomateriaalien hyödyntäminen	43		
3.4 Rakentaminen ja valvonta	44		
3.4.1 Maarakenteet	44		
3.4.2 Maisemointi	44		
3.4.3 Valvonta ja projektin johto	45		
3.4.4 Yleiset turvallisuusasiat	46		
3.5 Avustukset	47		