

Kita Boleh

*Sebelum
Perlumbaan*

- peserta perlu mempunyai _____ yang baik
- peserta perlu memakai _____ yang sesuai dan _____ semasa _____ basikal
- basikal hendaklah dalam keadaan _____ dan _____ dengan _____

*Ketika
Perlumbaan*

- peserta perlu _____ dan mematuhi _____ arah laluan _____ dan tempat _____
- peserta perlu mengamalkan semangat _____
- peserta perlu saling _____