



► **Sicher unterwegs** *mit dem eBike*

Wer sich ein eBike zulegt, neigt bisweilen dazu, dieses wie ein konventionelles Fahrrad zu behandeln. Dabei gibt es kleine, aber feine Unterschiede: Das Pedelec wiegt etwas mehr, es lassen sich durch den Extraschub höhere Durchschnittsgeschwindigkeiten erzielen und die Fahreigenschaften erfordern andere Fertigkeiten. Deshalb kann ein Fahrtraining für Pedelec-Neulinge sinnvoll sein. Verbände und Institutionen wie der ADFC bieten solche Trainings an. Bosch eBike Systems hat für den Einstieg wichtige Tipps zur eBike-Fahrtechnik zusammengestellt.

1 Bevor es losgeht

Für das eBike wie für alle technischen Produkte gilt: Man sollte sich zunächst etwas Zeit nehmen und das eBike und seine Besonderheiten kennenlernen. Ein Blick in die Bedienungsanleitung oder eine Recherche auf der Website des Herstellers sind sinnvoll. Anschließend bietet sich eine erste „Spritztour“ mit dem eBike an – beispielsweise auf einem Parkplatz oder einer Wiese – um die Fahreigenschaften in der Praxis zu testen. Dabei sind vor allem zwei sicherheitsrelevante Aspekte zu beachten:

- Durch das vergleichsweise höhere Tempo sind gute Bremsen und das richtige Bremsverhalten ein „Muss“. Also auf freier Strecke testen, bevor es auf Tour geht.



- Für eine gute Reichweite und einen sicheren Kurvenhalt ist der Reifendruck entscheidend. Auf der Mantelseite der Reifen sind der Minimal- und Maximaldruck des jeweiligen Modells ablesbar. Aber aufgepasst: Wer Reifen am eBike aufpumpt, sollte beachten, dass Antrieb und Akku zusätzliches Gewicht bedeuten. Den Reifendruck sollte man daher tendenziell etwas höher wählen als bei einem konventionellen Fahrrad.

Wer sich bei den technischen Aspekten unsicher ist, kann auch den Fachhändler fragen. Bosch bringt sich bei der Weiterbildung aktiv ein und bietet für Fachhändler regelmäßig umfassende Schulungen an.

2 Vorausschauend fahren

Elektrische Antriebe stellen unsere Gewohnheiten im Straßenverkehr auf den Prüfstand. Elektroautos „rauschen“ fast lautlos heran. Bei eBikes ist das ähnlich. Zudem müssen sich Verkehrsteilnehmer auf eine erhöhte Geschwindigkeit einstellen – bei Pedelecs um etwa ein bis vier Stundenkilometer. Deshalb gilt: Aufmerksam sein und sicherstellen, dass man auf unvorhersehbare Situationen jederzeit angemessen reagieren kann. Der eBiker sollte die Geschwindigkeit an die jeweilige Situation anpassen und gefährliche Situationen meiden.



3 Richtig bremsen

Die höhere Durchschnittsgeschwindigkeit und das Mehrgewicht von Motor und Antrieb verlangen, dass sich der eBiker stets bremsbereit zeigt. Einen möglichst kurzen Bremsweg erreicht man durch den gleichzeitigen Einsatz von Vorderrad- und Hinterradbremse. Der Fahrer sollte sich im Klaren darüber sein, welcher Hebel welche Bremse betätigt und wie das Fahrrad reagiert. Denn bei falscher Verwendung kann die Vorderradbremse einen aus dem Sattel werfen. Das bedeutet: üben, üben, üben. So tastet man sich an die optimale Dosierung heran. Doch nicht nur die Kraft auf den Bremshebel, auch der Untergrund hat Auswirkungen: Insbesondere auf Schnee, Matsch oder Schotter sollte der eBiker die Vorderradbremse dosiert einsetzen.



4 Gleichgewicht und Kurvenlage

Stop-and-go-Verkehr mit mäßiger Geschwindigkeit ist im Straßenverkehr an der Tagesordnung. Aber auch spurtreues Fahren lässt sich üben. Außerdem gilt: Den Blick stets in Fahrtrichtung halten und in Kurven Kopf und Oberkörper aktiv in Kurvenrichtung drehen.



5 Hindernisse überwinden

Bordsteinkanten und Schlaglöcher gehören zum Radalltag. Am besten lassen sie sich durch Entlasten des Vorderrades bezwingen: Dazu bewegt man den Oberkörper kurz vor der Kante in Richtung Lenkrad und zieht dann das Körpergewicht ruckartig nach oben. Dieser Bewegungsablauf erfordert eine gewisse Routine. Wer sich dabei unsicher fühlt oder wenn das Hindernis zu hoch ist, steigt einfach kurz ab. Zur Übung eignen sich niedrige Bordsteinkanten oder ein Stöckchen auf einem Übungsplatz. Wichtig: Nicht zu stark am Lenker reißen. Neigt man dennoch dazu, nach hinten zu kippen, einfach die Hinterradbremse betätigen und schon sinkt das Vorderrad wieder zu Boden. Generell gilt: Bordsteinkanten am Besten im rechten Winkel anfahren. So verhindert man ein Wegrutschen.



Ein wichtiger Grundsatz: Sicherheit genießt absolute Priorität. Bei keiner Fahrt mit dem eBike sollte der Helm fehlen. Guten Schutz bieten In-Mold-Helme. Das Besondere: Der dämpfende Hartschaum wird bei der Produktion direkt in die äußere Schale gespritzt. Käufer sollten auf ein entsprechendes Prüfsiegel achten: DIN EN 1078 (CE).
