

LA SICUREZZA INIZIA DALL'ACQUISTO

La guida per la vostra e-bike

*Comprare bene
Guidare sicuri*

Con il sostegno di



Fonds für Verkehrssicherheit FVS
Fonds de sécurité routière FSR
Fondo di sicurezza stradale FSS

bfu
bpa
upi

La mobilità
del futuro





Cara lettrice, caro lettore,

quasi una bicicletta su due in Svizzera è elettrica. È comprensibile, visto che l'e-bike combina il divertimento e la comodità della bicicletta con un po' di movimento. Sia come complemento alla bicicletta classica sia come alternativa all'automobile, l'e-bike è un prezioso apporto alla mobilità sostenibile: aumenta il raggio di spostamento, permette di affrontare anche salite importanti ed elimina i problemi di code e parcheggio.

Ma qual è l'e-bike che fa per me? In base alla potenza del motore e dell'assistenza alla pedalata, le biciclette elettriche si distinguono in due categorie: e-bike lenta e e-bike veloce. La prima parte di questa guida intende fare chiarezza in un mercato sempre più confuso, mentre la seconda parte è dedicata alle **possibilità di contribuire alla propria sicurezza nel traffico stradale come utenti in sella all'e-bike.**

Stare in sella a un'e-bike non è sostanzialmente più pericoloso che guidare una bicicletta convenzionale, purché tu sia ben consapevole del «vento elettrico in poppa». Quanto più l'e-bike è su misura per te, tanto maggiore sarà la tua sicurezza sulla strada. Per questo è tanto più importante porsi le domande giuste prima di andare da un rivenditore e fare la propria scelta.

ATA ti augura buon divertimento in tutta sicurezza con la tua nuova bicicletta elettrica!

Christine Steinmann
Responsabile di progetto Sicurezza stradale

Le categorie di e-bike a confronto

Descrizione Categoria	E-bike lenta Ciclomotore leggero	E-bike veloce Ciclomotore/motorino
		
Potenza del motore	al massimo 500 watt	al massimo 1 000 watt
Pedalata assistita	fino a 25 km/h	fino a 45 km/h
Simbolo		
Casco	consigliato	obbligatorio
Specchietto retrovisore	non necessario	necessario; sull'esterno a sinistra
Illuminazione	fanali da bicicletta montati stabilmente ^{1,2}	fanali da ciclomotore soggetti a omologazione ²
Dispositivo di avvertimento acustico	campanello necessario	campanello necessario
Licenza di condurre	dai 16 anni non necessaria; quattordicenni e quindicenni: licenza della categoria M	licenza di condurre della categoria M, età minima 14 anni
Targa	non necessaria	necessaria; targa gialla per ciclomotori
Omologazione	non necessaria	necessaria
Licenza di circolazione	non necessaria	necessaria
Rimorchio o seggiolino per trasporto bambini	ammesso	ammesso
Norme e aree di circolazione	applicabili ai ciclisti	applicabili ai ciclisti, eccezioni: - divieto di circolazione per i ciclomotori; anche con il motore spento. - segnalate deroghe all'obbligo di utilizzare la ciclo pista
	rispetto dei limiti di velocità generali e segnalati	rispetto dei limiti di velocità generali e segnalati

Testo di riferimento: USTRA – Disposizioni relative all'omologazione e alla circolazione dei ciclomotori (versione del 1° luglio 2025)

¹ Sono ammesse luci separate/fanali posticci purché siano fissati all'e-bike e non sul corpo di chi è alla guida.

² Obbligo di luci anche di giorno per tutti i motocicli.

Nota bene: tenere conto delle normative nazionali. Per le basi giuridiche cfr. pag. 23.

I principali segnali stradali per le e-bike

Denominazione del segnale	Bicicletta/e-bike ~25km/h	E-bike ~45km/h	Osservazioni
 Ciclopista	Uso obbligatorio	Uso obbligatorio Eccezione: Cartello suppl. e-bike facoltativo 	
 Ciclopista e strada pedonale	Uso obbligatorio;	Uso obbligatorio; Eccezione: Cartello suppl. e-bike facoltativo 	attenzione ai pedoni
 Strada pedonale	Divieto di passaggio³ Si può spingere la bicicletta o l'e-bike	Divieto di passaggio³ Si può spingere l'e-bike	
 Zona pedonale	Divieto di passaggio³ Si può spingere la bicicletta o l'e-bike	Divieto di passaggio³ Si può spingere l'e-bike	
 Divieto di circolazione per biciclette e ciclomotori	Divieto di passaggio³ Si può spingere la bicicletta o l'e-bike	Divieto di passaggio³ Si può spingere l'e-bike	
 Divieto di circolazione per ciclomotori	Passaggio consentito	Divieto di passaggio³ Si può spingere l'e-bike	
 Divieto di circolazione per gli autoveicoli, i motoveicoli e i ciclomotori	Passaggio consentito	Divieto di passaggio³ Si può spingere l'e-bike	
 Cartello suppl. e-bike consentita o ciclomotore elettrico consentito	Passaggio consentito	Passaggio consentito	In combinazione con i segnali «Divieto di circolazione per gli autoveicoli, i motoveicoli e i ciclomotori» e «Divieto di circolazione per ciclomotori»
 Cartello suppl. bicicletta consentita	Passaggio consentito	Passaggio consentito	In combinazione con i segnali «Strada pedonale», «Zona pedonale» (Velocità di passo!) e «Divieto l'accesso» (strada a senso unico)
 Cartello suppl. ciclomotore vietato	Passaggio consentito	Divieto di passaggio³	In combinazione con i segnali «Ciclopista», «Strada pedonale» e «Divieto l'accesso» (strada a senso unico)
 Svoltare a destra per ciclisti consentito	È consentito svoltare al semaforo rosso	È consentito svoltare al semaforo rosso	I pedoni e il traffico trasversale hanno la precedenza

³ Die Durchfahrt ist auch mit ausgeschaltetem Motor verboten.

Testo di riferimento: Ordinanza sulla segnaletica stradale (OSStr) e Ordinanza sulle norme della circolazione stradale (ONC). Per un elenco dettagliato dei segnali stradali si rimanda a www.ata.ch/e-bike

Prima dell'acquisto >>

page 2

In breve

page 2

Una buona consulenza è fondamentale

page 2

Come e dove uso la mia e-bike?

page 3

Le categorie di e-bike

page 5

Uno sguardo alle tipologie di e-bike più comuni

page 6

Un piccolo ABC dell'e-bike

page 9

In negozio >>

page 15

Giro di prova

page 15

Lista di controllo

page 16

Andare in giro sicuri >>

page 18

Consigli preziosi per divertirsi pedalando sicuri

page 18

Manutenzione e assistenza professionale

page 22

Basi giuridiche

Seite 23

Impressum

© ATA, aprile 2026, (4ª edizione);

testo: Christine Steinmann, Urs Geiser; fotografia: Ruben Ung, rubenung.ch; illustrazione: Judith Zaugg, judithzaugg.ch.

Il riutilizzo di testi, foto e grafici è consentito solo previa autorizzazione scritta dell'ATA Associazione traffico e ambiente. Ciò vale anche per le pubblicazioni elettroniche o di altro tipo e per le traduzioni.

In breve

Da sapere: **un'e-bike è ben diversa da una bicicletta convenzionale.** Perciò è utile informarsi bene prima dell'acquisto. Il principale criterio di scelta è l'idoneità all'uso quotidiano, perché soltanto scegliendo il modello giusto e adatto alle proprie capacità si può poi goderne e sentirsi sicuri nel guidarla sulla strada. Quindi vale la pena fare un acquisto oculato e ponderato. La regola generale è la seguente: un prodotto di alta qualità dà maggior sicurezza.

Da pagina 3 scoprirai da cosa dipende una buona scelta, mentre da pagina 9 troverai la spiegazione dei termini tecnici più importanti raccolti in un glossario.

L'utilizzo dell'e-bike con le sue specificità richiede una certa preparazione e pratica. Essere consapevoli che con l'età si diventa anche più vulnerabili è di aiuto soprattutto per evitare cadute e infortuni auto-provocati. Consigli di guida da pagina 18.

Non sottovalutare gli inizi: a causa del diverso comportamento alla guida, il passaggio dalla bici tradizionale all'e-bike non è scontato nemmeno per chi è abituato da sempre ad andare in bicicletta.

Una buona consulenza è fondamentale

Le biciclette elettriche sono sofisticate dal punto di vista tecnico. Perciò è assolutamente importante avvalersi di una buona consulenza e poter contare sempre su un'assistenza affidabile dopo l'acquisto, non solo quando sopraggiungono problemi. Anche se i prezzi in internet sono più bassi, è consigliabile rivolgersi comunque a un rivenditore specializzato. Solo così, infatti, si può approfittare di una consulenza, fare un giro di prova, far regolare in modo professionale l'e-bike alle proprie esigenze e contare su di un partner di riferimento nelle vicinanze. Punti da chiarire durante la consulenza e giro di prova a pagina 15 e seguenti.

La sicurezza è la priorità assoluta. Perciò è indispensabile acquistare una bicicletta elettrica di alta qualità.

Come e dove uso la mia e-bike?

Vuoi fare escursioni di diverse ore in collina nel fine settimana o coprire comodamente il tragitto casa-lavoro evitando le code? Vuoi trasportare i bambini o la spesa con un rimorchio? Dai la priorità al comfort o all'aspetto sportivo?

Le caratteristiche da considerare in un'e-bike sono molteplici quanto le possibilità di utilizzarla. È fondamentale, per esempio, chiedersi anche su quale fondo stradale si userà principalmente la bicicletta. Una bici elettrica da città, per esempio, non è adatta per sentieri accidentati nel bosco, mentre copertoni larghi e tasselli pronunciati provocano più attrito e resistenza al rotolamento sulle strade asfaltate. È molto importante quindi riflettere su cosa ci si aspetta dalla bici elettrica.

Prima di metterti alla ricerca del modello ideale, annotati le risposte alle domande che trovi a pagina 4.

Allenamenti per la sicurezza alla guida: saper controllare l'e-bike per evitare cadute.



Come e dove si utilizza soprattutto l'e-bike sono i due criteri principali che determinano la scelta.



Qual è il budget a mia disposizione?

Le e-bike sicure e di buona qualità hanno il loro prezzo. Ci sono modelli economici a partire da 2 500 franchi circa, ma modelli di design o «veloci» con componenti di alta qualità arrivano facilmente a costare più di 7 000 franchi. I discount e le grandi catene di bricolage propongono e-bike con prezzi allettanti. Tuttavia, è bene diffidare di queste offerte a basso costo perché di solito utilizzano i componenti più economici sul mercato. Per pedalare meglio, e soprattutto per pedalare in sicurezza, conviene rivolgersi a un negozio specializzato, in grado di garantire una **qualità adeguata e una consulenza competente**.

Ho l'intenzione di utilizzare un rimorchio da bicicletta?

La combinazione di e-bike e rimorchio è privilegiata soprattutto dalle famiglie, perché possono trasportare senza grandi sforzi sia i bambini che la spesa o altro materiale. Ma anche qui occorre fare attenzione: non tutte le forme di telaio, infatti, si prestano ad attaccare un rimorchio o a trasportare carichi pesanti sul portapacchi. È quindi essenziale leggere attentamente le indicazioni del produttore.

Nota bene: se desideri trasportare carichi di un certo rilievo, controlla il peso complessivo consentito (peso dell'e-bike più peso corporeo più carico).

Trovi informazioni dettagliate sui rimorchi per biciclette e sulle bici cargo su www.ata.ch/bici

Mi capita di trasportare l'e-bike anche in treno o in auto?

Pochi gradini possono non costituire un ostacolo, ma salire le scale con un'e-bike può rivelarsi poco agevole; le e-bike, infatti, pesano tra i 15 e i 35 chilogrammi, a seconda dell'equipaggiamento. Il trasporto in treno potrebbe richiedere un aiuto per il carico. Il trasporto con l'automobile è possibile solo con un portabici speciale fissato sul gancio di traino.

Una volta che si è chiarito l'uso principale che si vuole fare della nuova e-bike, diventa più facile trovare la risposta sulla giusta categoria da scegliere. Molto spesso la scelta ideale è un'e-bike «lenta» in quanto offre molti vantaggi e soddisfa la maggior parte delle esigenze, soprattutto nelle aree urbane dove ci sono sempre più zone a 30 km/h e zone d'incontro a 20 km/h.

Le categorie di e-bike

E-bike, bicicletta a pedalata assistita, s-pedelec, bicicletta elettrica: questi sono i termini con i quali comunemente si indica una bicicletta con l'ausilio di una propulsione elettrica. Azionando i pedali, si aziona il motore che assiste la pedalata. Se si frena o si smette di pedalare, si ferma anche il motore. In base alla potenza di trazione e all'assistenza alla pedalata si distinguono due categorie:

Ciclomotore leggero fino a 25 km/h

Nei cosiddetti modelli «lenti» il motore assiste la pedalata fino a una velocità massima di 25 km/h. Raggiunta questa velocità, l'assistenza del motore viene meno. Come per le biciclette normali, comunque, si può pedalare a una velocità superiore, ma senza l'assistenza elettrica. Su strada valgono le stesse regole e gli stessi obblighi che per le biciclette normali. Attualmente l'80% delle e-bike in circolazione rientrano nella categoria lenta.

Ciclomotore fino a 45 km/h

L'e-bike «veloce» funziona nello stesso identico modo; l'assistenza del motore, tuttavia, si interrompe quando si raggiungono i 45 km/h. Questa categoria deve rispettare gli stessi requisiti di legge dei motoveicoli. **Vige l'obbligo di indossare il casco e di munire l'e-bike di targa gialla.** Occorre inoltre una licenza di condurre della categoria M.

I giovani dai 14 ai 16 anni possono guidare un'e-bike di entrambe le categorie se in possesso di una licenza di condurre della categoria M.

Attenzione: le luci devono essere accese anche di giorno per entrambe le categorie! Informazioni dettagliate sulle norme della circolazione nella pagina interna del dépliant.

Ciclomotore leggero
fino a 25 km/h



Ciclomotore rapido
fino a 45 km/h



Uno sguardo alle tipologie di e-bike più comuni

City e-bike / e-bike comfort

Confortevole, pratica, chic. Questo tipo di e-bike si presta all'utilizzo quotidiano per tragitti brevi ed è particolarmente adatto agli spazi urbani. Permette una postura eretta in sella e quindi una buona visuale, mentre grazie al telaio basso al centro è comoda per salire e scendere e assicura un arresto rilassato ai semafori e agli incroci. Spesso queste e-bike sono dotate di serie di forcelle ammortizzate e di una sella comoda. Si possono utilizzare facilmente anche con la gonna! L'e-bike da città è accessoriata normalmente con parafanghi, portapacchi e un buon impianto luci.

- **Uso:** tragitti quotidiani di breve e media durata, escursioni con bagaglio giornaliero
- **Tragitti:** città o villaggio, strade asfaltate, sentieri
- **Postura in sella:** eretta, in modo da avere una visuale migliore sul traffico

E-bike da trekking / e-bike da cicloturismo

Con questo termine si intende una bicicletta universale, robusta e molto versatile, adatta per strade di campagna e sentieri sterrati, ma anche per la città o le vacanze in bicicletta. Le sue caratteristiche distintive sono una postura sportiva piegata in avanti, che permette di esercitare molta spinta sui pedali e un manubrio largo. Sono consigliabili forcelle ammortizzate, mentre gli ammortizzatori sulla ruota posteriore sono opzionali. I bagagli si sistemano in un lampo, o nel portapacchi posteriore o nelle borse laterali. Grazie al telaio rigido e alla stabilità delle ruote, la guida resta maneggevole anche a pieno carico. Sono di serie anche i parafanghi e un buon impianto luci.

- **Uso:** tour lunghi, tragitti casa-lavoro, trasporto di bagagli
- **Tragitti:** città, villaggio, campagna, strade asfaltate, strade battute
- **Postura:** sportiva

E-bike XXL

Un'e-bike XXL si distingue da un'e-bike normale per il telaio rafforzato che la rende più stabile. È la soluzione ideale per persone con un peso superiore alla media o per chi intende trasportare grossi carichi, come ad esempio pesanti borse laterali o un piccolo passeggero sul seggiolino posteriore. Il peso massimo complessivo consentito, che oscilla tra i 120 e i 140 kg compreso il peso della bicicletta, è presto

raggiunto; il sovraccarico può causare la rottura del telaio o della sella o il danneggiamento di componenti, aumentando il rischio d'incidenti gravi.

E-bike lifestyle

Le biciclette di questo tipo non sono solo tecnicamente sofisticate ed eleganti, ma anche appariscenti. Le urban e-bike sono stilose e civettuole, tanto da rinunciare di quando in quando persino a componenti essenziali, quali i parafanghi o il portapacchi, a favore dell'eleganza. I modelli più recenti, grazie a un motore più leggero e a una batteria più piccola, riducono notevolmente il peso dell'e-bike.

- **Uso:** percorsi giornalieri, giri brevi
- **Tragitti:** città, strade asfaltate
- **Postura:** da eretta a distesa

Le quattro forme diverse di telaio, a diamante, trapezoidale, comfort e ad accesso basso, sono indipendenti dal tipo di e-bike (e-bike da città, da trekking ecc.). Ciascun telaio ha vantaggi e svantaggi.

Telai a diamante

Sono molto stabili.



Telai trapezoidali

Offrono molta stabilità; è più agevole salire e scendere.



Telai comfort

Sono adatti anche per chi indossa una gonna.



Telai ad accesso basso

Assicurano una salita e discesa facile; la batteria non è di impedimento.



Telaio, ergonomia e posizione in sella

Il telaio è l'ossatura dell'e-bike. Porta il peso di chi guida, assorbe le forze propulsive e di frenata, nonché gli urti. Pertanto, ai fini della sicurezza è fondamentale scegliere un telaio di alta qualità. I telai economici tendono a «essere instabili» e di conseguenza possono portare a cadute. Perciò è indispensabile fare un lungo giro di prova prima dell'acquisto! Soltanto un'e-bike adatta sotto il profilo ergonomico permette anche il controllo ottimale in tutte le situazioni.

Sentirsi a proprio agio in sella a un'e-bike e averne il controllo non dipende solamente dal tipo di telaio, ma anche dalle sue dimensioni. Entrambi questi fattori devono essere adattati alle proporzioni del corpo. Un fattore determinante è costituito dalla posizione di guida: la posizione eretta è comoda e permette di avere una buona visuale nel traffico. La posizione distesa è ideale per chi fa sport con la bicicletta. In questa posizione, infatti, la forza viene trasmessa in modo ottimale, ma la postura sportiva richiede muscoli della schiena ben sviluppati. Un telaio ad accesso basso è comodo per salire e scendere dalla bici. A differenza di un telaio a diamante o a trapezio, per salire non occorre sollevare tanto in alto la gamba; inoltre, risulta più facile mantenere l'equilibrio quando si parte e quando ci si ferma.

Un buon negozio specializzato sa calcolare la giusta grandezza del telaio sulla base di una formula e determinare la posizione corretta della sella, l'altezza del manubrio e la lunghezza dell'attacco manubrio. Qui anche pochi centimetri possono fare la differenza in positivo o in negativo. La corretta regolazione di questi parametri infatti determina la buona manovrabilità della bicicletta anche in situazioni insidiose.

Postura verticale



Postura sportiva



Il piccolo ABC dell'e-bike

La trazione

I componenti della trazione elettrica sono il motore, la batteria, il display, i sensori e il dispositivo dei comandi.

Il motore

La potenza dei motori delle e-bike è indicata in watt. A seconda delle due categorie esistenti, la potenza non può superare rispettivamente i 500 e i 1000 watt. Per la collocazione del motore ci sono sostanzialmente due varianti: il motore centrale montato sul telaio in corrispondenza del movimento centrale e il motore nel mozzo della ruota posteriore. Entrambi i sistemi hanno vantaggi e svantaggi, anche se ormai il motore centrale è diventato la variante standard.

La batteria

La potenza è espressa in wattora (Wh): più elevato è il numero, tanto maggiore è la quantità di elettricità immagazzinabile. Ma maggior potenza si traduce in batteria più pesante. Le batterie agli ioni di litio normalmente in commercio hanno una potenza che varia tra i 300 e i 2000 Wh e hanno una durata di vita tra i 5 e gli 8 anni. Per quanto riguarda la ricarica, l'ideale è poterla effettuare sia con la batteria montata sull'e-bike sia separatamente, rimuovendola dall'alloggiamento.

Il dispositivo dei comandi e il display

Per garantire che il motore supporti al meglio la forza muscolare, l'e-bike dispone di una sofisticata elettronica di controllo. I sensori evitano che il motore acceleri troppo alla partenza e che

Display semplice



Baricentro centrale grazie al motore centrale



contrasti la frenata, favorendo così una pedalata fluida e armoniosa, proprio come con una bicicletta normale. Il display fornisce le informazioni trasmesse dalla centralina. Montato sul manubrio, il mini-schermo permette di monitorare vari tipi di dati, tra cui l'autonomia residua e la velocità. I modelli più sofisticati sono dotati di un sistema di navigazione integrato o registrano le prestazioni ai pedali. Tramite l'unità dei comandi si può regolare il grado di assistenza del motore. La maggior parte delle e-bike ha dai tre ai cinque livelli di assistenza, alternabili comodamente durante la pedalata.

Autonomia

L'autonomia di un'e-bike è spesso al centro delle considerazioni. La distanza percorribile con una batteria completamente carica, tuttavia, è difficile da predire perché dipende da diversi fattori, quali la topografia, il peso della persona in sella, lo stile di guida o il grado di assistenza selezionato. Inoltre, la capacità e di conseguenza l'autonomia si riducono d'inverno e in generale diminuiscono all'invecchiare della batteria.

Generalmente, a una velocità normale con tutti i tipi di e-bike si possono percorrere dai 30 ai 50 chilometri, sufficienti per un uso giornaliero. A chi fa regolarmente percorsi lunghi si consiglia l'acquisto di una batteria più efficiente o una batteria di riserva.

Coppia motrice

La coppia è espressa in newtonmetro (Nm) e indica la forza motrice, ossia la potenza del motore. Maggiore è la coppia, maggiore è l'assistenza percepita da chi pedala; e maggiore è l'attenzione richiesta. Non a caso, la maggior parte degli infortuni provocati da chi si mette in sella a un'e-bike si verifica proprio alla partenza.

Modalità di guida

Le e-bike hanno diversi livelli di assistenza alla pedalata. Spesso è sufficiente il livello più basso; se serve più potenza, basta passare al livello superiore. La batteria si scarica molto più in fretta in modalità Turbo che non in modalità Eco, riducendo di pari passo l'autonomia.

Altezza regolabile del reggisella

Al momento di salire o di scendere, o quando ci si ferma, si può abbassare il reggisella con un pulsante. Con tutti e due i piedi a terra, la partenza diventa comoda e sicura.



Frequenza della pedalata

La frequenza si riferisce ai giri dei pedali al minuto. Una frequenza di pedalata costante di 70-75 giri al minuto è la chiave per un utilizzo efficiente del motore. In questo intervallo di frequenza, l'energia generata dalla batteria viene trasferita in modo ottimale al motore elettrico.

Tipo di cambio

Le marce consentono la giusta frequenza di pedalata. Le marce più basse sono consigliate quando si pedala in salita e in prossimità di incroci e semafori, mentre le marce alte sono consigliabili quando si pedala in discesa per evitare una pedalata a vuoto incontrollata e regolare meglio la velocità.

Le e-bike possono avere un cambio a deragliatore o un cambio al mozzo. Le differenze non sono solo estetiche. Nel caso del cambio a deragliatore, infatti, la cassetta (pacco pignoni) si trova sulla ruota posteriore, mentre nel caso del cambio al mozzo il meccanismo è alloggiato nel mozzo della ruota posteriore, al riparo da influenze esterne.

I rivenditori specializzati conoscono vantaggi e svantaggi dei diversi tipi di cambio. In ogni caso, è certo che **un cambio di alta qualità è importante per un'esperienza di guida piacevole e sicura.**

Assistenza alla spinta

Molte e-bike hanno un cosiddetto pulsante acceleratore che, se premuto, aziona il motore con un'assistenza fino a 6 km/h senza pedalare. Questa funzionalità torna utile quando si deve affrontare una rampa ripida spingendo la bici a mano.

La scelta del cambio dipende dalle preferenze personali.



Freni e ABS (sistema frenante antibloccaggio)

Mediamente, le e-bike sono molto più veloci delle biciclette tradizionali e sono anche molto più pesanti. Per questo è estremamente importante avere dei freni idraulici efficienti. La gran parte delle e-bike sul mercato, perciò, è dotata di freni a disco che, grazie alle loro elevate prestazioni, garantiscono – anche in caso di pioggia o neve – spazi di frenata ridotti. Tuttavia, proprio perché altamente performanti, richiedono anche una sensibilità notevolmente maggiore rispetto ai freni a disco convenzionali!

I nuovi ABS per e-bike permettono di frenare in modo controllato e stabile anche in condizioni difficili. Grazie a una tecnologia sofisticata, anche in caso di frenata brusca il sistema evita che la ruota anteriore si blocchi e scivoli. Inoltre, il controllo del sollevamento della ruota posteriore riduce il rischio di ribaltamento. In definitiva: un notevole aumento della sicurezza e un prezioso contributo alla prevenzione degli incidenti.

Maggiori informazioni sulle caratteristiche tecniche dei freni alle pagine 18 e 19.

ABS per frenare in modo controllato e sicuro



Come frenare correttamente con i freni a disco: con due dita, ancora meglio soltanto con l'indice



Illuminazione

Vedere ed essere visti: con una buona illuminazione non solo si è più visibili, ma si può anche illuminare bene la strada. Adesso sul mercato si trovano anche fari con luce abbagliante supplementare che, come per le auto, bisogna spegnere quando sopraggiunge un veicolo in senso opposto. Dal 1° aprile 2022 le biciclette elettriche devono avere le luci accese anche di giorno, almeno quella anteriore. Inoltre, devono essere rispettate le norme applicabili alla rispettiva categoria di e-bike (cfr. pagina pieghevole).

Importante: la luce anteriore deve essere regolata in modo tale da non abbagliare chi sopraggiunge in senso opposto. Il cono di luce deve colpire la strada circa 20 metri davanti all'e-bike e va diretto leggermente verso il basso.

Sospensioni

Gli pneumatici assorbono solo in parte le asperità del fondo stradale. Una forcella sulla ruota anteriore non aumenta solo il comfort di guida ma costituisce anche un vero elemento di sicurezza perché assorbe gli urti di rialzi e buche. Grazie all'effetto ammortizzante la ruota mantiene un'aderenza uniforme al suolo, evitando così gravi cadute. La velocità più elevata delle e-bike, infatti, comporta anche impatti più forti. Perciò si consiglia vivamente una forcella ad aria di alta qualità che possa essere regolata in base al peso personale. Non ammortizza solo i colpi, ma allevia anche le articolazioni e la muscolatura della parte superiore del corpo.

Una buona illuminazione
è un fattore importante per
una maggiore sicurezza.

ca. 20 metri



Forcella ad aria



Giro di prova

Come detto, per l'acquisto di un'e-bike consigliamo di rivolgersi esclusivamente a un negozio specializzato. Prenditi il tempo per fare un giro di prova per testare i diversi modelli, capire qual è quello più adatto e se è maneggevole. In sella a quale bicicletta ti senti a tuo agio e quale modello ti dà più sicurezza? Sono questi i fattori decisivi.

Prima del giro di prova, è indispensabile far regolare l'e-bike in base alla propria altezza e corporatura. L'altezza della sella e la posizione delle leve dei freni in particolare richiedono una regolazione ottimale, anche se possono richiedere un po' di tempo.

La prima volta che si usa un'e-bike è richiesta un'attenzione particolare, **perché ci sono grandi differenze rispetto a una bicicletta normale.**

- **Insolito effetto spinta:** si consiglia di partire con una marcia bassa e un basso livello di assistenza alla pedalata.
- **Maggiore velocità:** le conseguenze di un incidente possono essere molto più pesanti.
- **Maggior peso:** per manovrare l'e-bike ci vuole più forza.
- **Spazi di frenata più lunghi:** perciò è indispensabile guardare bene in avanti e restare concentrati alla guida.
- **Freni con una migliore aderenza:** è importante azionare contemporaneamente e con la stessa intensità il freno anteriore e posteriore.

I preparativi per il giro di prova possono richiedere tranquillamente un po' di tempo.



Lista di controllo

Aspetti da considerare prima e durante il giro di prova:

Ergonomia

- ☐ Mi sento a mio agio sull'e-bike?
La sella e il manubrio sono regolabili in modo ottimale per me?
Non provo dolori dopo un certo tempo in sella alla bici?
Le mani non soffrono di formicolii?
- ☐ Salire e scendere non mi crea alcun problema (opzionale: reggisella abbassabile)?
La batteria non mi è d'intralcio?
La sella è comoda o avverto punti dolenti già dopo poco tempo?

Freni e ABS

- ☐ Ha montato un ABS (sistema antibloccante)?
- ☐ Le leve dei freni sono regolate in modo tale da permettere di frenare soltanto con gli indici?

Prestazioni del motore e comportamento di guida

- ☐ La trazione è fluida e si avvia subito dopo la partenza?
- ☐ La trazione si arresta senza stratonni quando smetto di pedalare?
- ☐ E si riavvia con altrettanta scioltezza?

Testare i diversi livelli di assistenza in pianura e in pendenza

- ☐ Avverto le differenze e non mi creano problemi (eventualmente la faccio regolare)?
- ☐ Sono sufficienti le marce basse per affrontare una salita senza sforzo?
- ☐ Come si comporta l'e-bike nelle curve strette e nelle discese?
- ☐ È stabile, mi dà sicurezza?
- ☐ L'e-bike resta maneggevole se guido più lentamente o più velocemente?
- ☐ Com'è la stabilità con e senza carichi? (Il telaio non deve «traballare».)

Viaggiare in tutta comodità

- ☐ Quanto è confortevole la guida su una strada di campagna o un sentiero?
- ☐ L'e-bike è dotata di una forcella con sospensione?
- ☐ È dotata di un pulsante di aiuto alla spinta o alla partenza? In caso affermativo, prova questa funzione su una rampa ripida.

Display

- ☐ Il display è facile da usare?
- ☐ Le informazioni desiderate si trovano facilmente?
- ☐ Il display è facilmente leggibile anche in pieno giorno e di notte?
- ☐ È facile azionare i pulsanti, anche indossando i guanti?

Batteria

- ☐ È facile mettere e togliere la batteria?
- ☐ È facile da caricare, ad esempio direttamente sull'e-bike?
- ☐ La batteria può essere bloccata per evitarne il furto?

Provare l'e-bike a motore spento

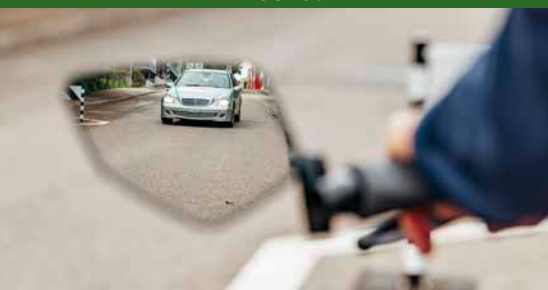
- ☐ Come ci si sente a pedalare senza assistenza elettrica?
- ☐ È possibile passare da una marcia all'altra senza strattoni?

Varie

- ☐ Ho un casco ben aderente, magari con visiera?
- ☐ Sarebbe utile uno specchietto retrovisore per sapere sempre cosa succede dietro di me? (Per le e-bike veloci è obbligatorio.)
- ☐ Volendo, è possibile montare un gancio da traino?
- ☐ Altri desideri

.....

Un equipaggiamento di buona qualità garantisce maggior sicurezza e piacere in sella.



Consigli preziosi per divertirsi pedalando sicuri

Congratulazioni per la tua nuova e-bike! Desideriamo richiamare la tua attenzione su alcuni punti importanti, per permetterti di approfittarne pienamente.

Spostarsi senza fatica e in tutta sicurezza

Le e-bike sono silenziose ma potenti. Rispetto a una bicicletta convenzionale, le caratteristiche di guida cambiano notevolmente grazie all'assistenza del motore elettrico. Ciò richiede una diversa abilità alla guida. Fai tesoro dei nostri consigli e prendi confidenza poco alla volta con la tua nuova due ruote.

Prima di metterti alla guida



Guarda il video su:

www.ata.ch/e-bike

Consiglio n. 1: regola l'e-bike in modo ottimale in base alla tua corporatura. Per sapere come, rimandiamo alle illustrazioni a pagina 19.

Consiglio n. 2: **indossa sempre un casco da bici che aderisca bene alla testa** – anche per tragitti brevi e con un'e-bike «lenta».

Consiglio n. 3: **esercitati in uno spazio senza traffico a fare le manovre principali** quali la partenza, il mantenimento dell'equilibrio, la guida con una mano sola per indicare l'intenzione di svolta con l'altro braccio, la guida diritta ma lenta. Tutte queste prove permettono di farsi un'idea delle differenze rispetto a una bicicletta tradizionale.

Consiglio n. 4: attenzione, i freni a disco richiedono una maggior sensibilità! **Se possibile, frena solo con gli indici**, azionando contemporaneamente il freno anteriore e il freno posteriore. Cerca di capire come dosare al meglio l'intensità di frenata, che richiede particolare attenzione in caso di neve, fango o ghiaia.

Consiglio n. 5: Partecipate a un corso con il e-bike. Iscriviti su www.ata.ch/e-bike

Regola correttamente l'e-bike in base alla corporatura

Altezza della sella

la gamba deve essere un po' tesa nella posizione più bassa della pedivella.



Posizione della sella

il ginocchio deve essere perpendicolare all'asse del pedale.



Sella

orizzontale, magari con la punta leggermente inclinata verso il basso



Posizione del manubrio

ca. 2-3 cm tra la punta del dito medio e il manubrio



Leva del freno

da azionare con un dito tenendo il polso dritto



Inclinazione del manubrio

centro dell'avambraccio e dell'articolazione delle dita in un'unica linea



Circolare sicuri e con un occhio di riguardo verso gli altri utenti della strada

Dopo aver preso dimestichezza con il nuovo veicolo, passiamo a muoverci con sicurezza nel traffico.



Guarda il video su:

www.ata.ch/e-bike

Consiglio n. 1: **guidare con cautela, guardando in avanti è la cosa più importante.** Restare concentrati e pronti a frenare; essere sempre consapevoli che altri utenti della strada possono commettere un errore.

Consiglio n. 2: **un comportamento rispettoso** nei confronti degli altri utenti della strada è sottinteso, in particolare se questi utenti sono bambini e persone anziane. Si è sempre consapevole del fatto che pedoni o ciclisti più lenti si spaventano facilmente se sorpassati da vicino, all'improvviso e a velocità sostenuta. Perciò rallenta e **sorpassa mantenendo almeno un 1 metro di distanza!** Inoltre, segnala in anticipo la tua presenza.

Consiglio n. 3: rendersi ben visibili indossando **materiali riflettenti**. Tutti i tipi di e-bike, inoltre, devono avere le luci accese anche di giorno.

Consiglio n. 4: naturalmente vanno sempre rispettate tutte **le norme della circolazione**, che trovi descritte nella pagina interna della copertina.

Gli indumenti riflettenti sono visibili da una distanza di 140 metri.



Indumenti scuri:
visibili a una distanza di 25 metri

25 metri



Indumenti chiari:
visibili a una distanza di 45 metri

40 metri

Indumenti riflettenti:
visibili a una distanza di 140 metri



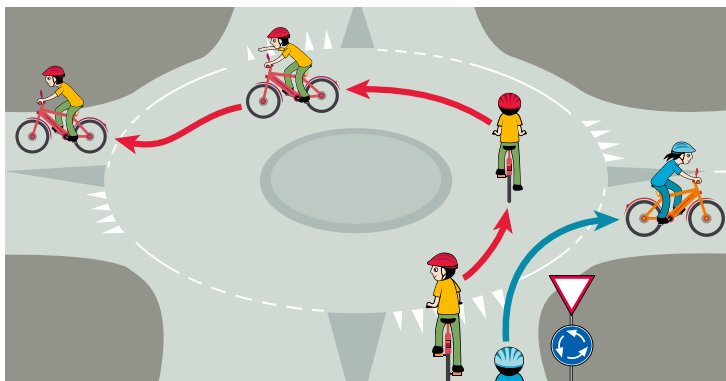
140 metri

Prevenire le situazioni di pericolo

Di fronte a determinate costellazioni si verificano spesso incidenti con l'e-bike. **Cosa fare per evitarli:**

- Consiglio n. 1:** è bene fare un'autovalutazione critica. Come sono le mie capacità di guida? Sono in grado di reagire correttamente in qualsiasi momento? Frequentare un corso di sicurezza alla guida. Ti stupirai di quanto siano preziosi i consigli!
- Consiglio n. 2:** supera i cordoli ribassati e le rotaie quanto più possibile ad angolo retto e presta attenzione agli ostacoli sulla carreggiata.
- Consiglio n. 3:** con un'e-bike si avanza molto più velocemente che con una bicicletta tradizionale. Di fronte a situazioni impreviste, di conseguenza, il tempo per reagire è minore. Quindi è necessario regolare la velocità.
- Consiglio n. 4:** va prestata particolare attenzione nelle rotonde perché gli altri utenti della strada spesso vedono le persone in bicicletta troppo tardi. Perciò guida al centro della carreggiata.
- Consiglio n. 5:** mantieni una buona distanza di un metro dalle auto parcheggiate a lato della carreggiata per non farti sorprendere dall'apertura improvvisa di una portiera. Stiano attenti

Attenzione quando si attraversano binari o scanalature.



Guidare sempre al centro della rotonda, a meno che non si esca alla prima uscita.

Manutenzione e assistenza

La manutenzione di un'e-bike è un po' più impegnativa e costosa di quella richiesta da una bicicletta tradizionale. **Un'e-bike ben tenuta funziona molto meglio** e la probabilità di guasti si riduce. Inoltre, una manutenzione ad opera d'arte aumenta notevolmente la sicurezza nella circolazione. La frequenza con cui ricorrere alla manutenzione da parte di un rivenditore specializzato dipende da quanto e come si usa l'e-bike. Tuttavia, la regola d'oro prevede un controllo generale almeno una volta l'anno. Chi pedala molto e con qualsiasi tempo atmosferico dovrebbe mettere in conto maggiori costi per la manutenzione periodica e i pezzi di ricambio; spese che restano comunque molto al di sotto dei costi di gestione e manutenzione di un'automobile!

Parti soggette a usura come gli pneumatici e i dischi e/o le pastiglie dei freni si consumano più rapidamente rispetto alle biciclette tradizionali. **Perciò controlla regolarmente la pressione e il battistrada degli pneumatici nonché lo stato dei freni.** Nell'incertezza rivolgiti al tuo rivenditore di fiducia. Durante la stagione fredda è consigliabile montare pneumatici invernali che, grazie allo speciale battistrada e alla mescola di gomma più morbida, offrono una maggiore aderenza al fondo stradale.

Ricarica e conservazione della batteria

Leggere attentamente le istruzioni per l'uso fornite dal produttore. Caricare la batteria a temperatura ambiente di 10-25 °C utilizzando il caricabatterie originale. Se la batteria non viene utilizzata per un lungo periodo, ad esempio in inverno, conservala mezza piena in un locale asciutto, separata dall'e-bike. Importante: ricaricare almeno ogni 2-3 mesi.

Più sicurezza grazie alla buona manutenzione



Basi giuridiche

Uso delle luci durante la corsa

ONC art. 30, cpv. 2

Per il resto, sui veicoli a motore si devono accendere le luci di circolazione diurna o i fari a luce anabbagliante e su quelli che ne sono sprovvisti, le luci prescritte per il tipo di veicolo in questione.

Dal 1° aprile 2022 gli utenti di e-bike devono accendere almeno la luce anteriore anche di giorno. Sono ammesse luci rimovibili fissate alla bici, ma non alla persona. Le luci devono essere visibili a 100 metri di distanza di notte, in buone condizioni atmosferiche, ma non devono abbagliare. Ciò si applica a tutte le superfici stradali pubbliche, compresi i sentieri forestali e di campagna.

Obbligo di tachimetro

OETV Art. 222q (in vigore dal 1.4.2024)

Dal 1° aprile 2024 le e-bike veloci possono essere messe in circolazione solo se dotate di tachimetro. Entro il 1o aprile 2027, tutti i ciclomotori già in circolazione dovranno aver installato un indicatore di velocità (tachimetro).

L'assicurazione

Chiarisci se i danni causati dalle e-bike «lente» sono coperti dalla tua assicurazione di responsabilità civile personale; le e-bike «veloci» sono assicurate tramite il numero di targa giallo. Si raccomanda inoltre di verificare la copertura assicurativa in caso di furto.

L'assicurazione bici ATA

L'assicurazione bici ATA offre una copertura completa in caso di danni, furto, difetti dell'accumulatore **e molto altro ancora – per la Sua bici** da corsa, la mountain bike o la bici elettrica.



Per saperne di più:

www.ata.ch/assicurazione-bici



Per saperne di più

Altre offerte per biciclette elettriche, alle biciclette nei trasporti pubblici o al trasporto merci in bicicletta sono disponibili su: www.ata.ch/bici



© Adobe Stock – Serge Ryzhov

Corso e-bike
GRATUITO:
Arrivare rilassato
e in tutta
sicurezza



Per saperne di più e iscriversi:
www.ata.ch/e-bike

