

MARC BRODESSER

E-Bike

Fahrtechnik & Sicherheit

bly

INHALT

Vorwort 7

E-BIKE – MATERIAL UND FAHRTECHNIK 9

E-Bike versus Pedelec 9

Aufbau und Komponenten 10

Motorposition:
Mittel-, Heckmotor oder
Spezialsystem? 12

Sicher fahren mit dem E-Bike:
Ausrüstung und Material 14

Schmerzfrei auf dem Rad 16

Akku-Management 18

Ausrüstung 20

GRUNDLAGEN: FAHR SICHERHEIT 23

Im Stehen fahren 24

Gleichgewicht verbessern 27

Kurventechnik 34

Einfache Wende 36

Bremstechnik: sicher zum Stand kommen 40

TECHNIKTRAINING FÜR DIE STADT 45

Hindernisse meistern 45

Verkehrs-Tipps 46



Anfahren im steilen Anstieg 48

Enge Stellen passieren 49

Bodenunebenheiten
und rutschiger Untergrund 50

Bremsschikanen durchfahren 53

Kleine Hindernisse 54

Bahnschienen und
Bordsteinkanten 56

E-MTB – MATERIAL UND FAHRTECHNIK 65

Mehr Sicherheit und Spaß
im Gelände 65

Aufbau und Komponenten 66

Ausrüstung 68

TECHNIKTRAINING FÜR DEN TRAIL 71

Grundposition 72

Kurventechnik mit dem E-MTB 75

Hinterrad versetzen 80

Treppen fahren 82

Sicherheitsabstieg 84

Steilrampen bergauf 86

Manual 88

Wheelie 90

Bunny Hop 92

Über den Autor/Bildnachweis/Dank 96

