

maio 2019 – info 018

Andar de bicicleta está na moda todos sabemos e são imensas as novidades que as marcas nos vão apresentando, sendo um exemplo flagrante as bicicletas elétricas *e-bike*, que se tem vindo a tornar numa opção bastante válida e já com imensos aderentes ao conceito.

Iniciemos por dizer que uma *e-bike* se define como um modelo que utiliza um motor elétrico integrado para dar aquela mãozinha na propulsão do veículo e, num primeiro olhar, todos vemos que proliferam pela nossa cidade de uma forma um pouco descontrolada como opção de meio de deslocação ecológico e saudável, mas é nos trilhos que cada vez mais se tem tornado numa apetecível solução para quem, por diversos motivos, não consegue fazer longas distâncias ou subidas.

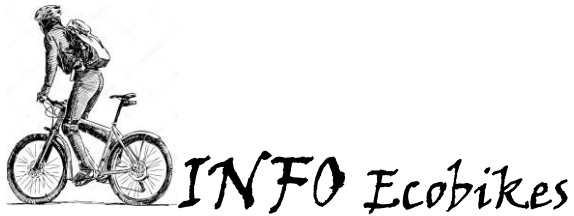


Atualmente as *e-bike* possuem baterias recarregáveis de lítio com uma autonomia que nos permite fazer cerca de 60 km em BTT, conseguindo atingir velocidades até 30 km/h o que, diga-se em abono da verdade, são indicadores bem atraentes, sendo que inclusive já as podemos ver integradas como modalidade de competição.

O principal benefício da bicicleta elétrica em relação à bicicleta normal é a sua praticidade, pois é um veículo praticamente não poluente para circular pela cidade de forma prática e rápida, abrindo possibilidades de deslocação autónoma para quem tem limitação física ou não quer, por exemplo, chegar suado ao trabalho, cumprindo uma função especial na mobilidade urbana, assumindo-se como uma alternativa em relação aos carros e à lotação dos transportes públicos.

As *e-bike* incentivam o exercício físico ao mesmo tempo que são grandes aliadas em trajetos com subidas acentuadas e o fato de se poder contar com ajuda elétrica e exigir menos esforço nas pedaladas, torna as pessoas mais confiantes a percorrerem distâncias um pouco maiores e a acompanhar colegas que possuem uma preparação física mais elevada.

[www.clubegalpenenergia.com](http://www.clubegalpenenergia.com)



Mas engane-se quem pensa que uma *e-bike* não tem utilidade para quem possui preparação física acima da média ou veja a *ajuda elétrica* como limitadora de treinos em esforço, pois, por norma, temos 3 níveis de ajuda à escolha e quem experimentar escolher o primeiro nível poderá sentir nas pernas o esforço que é manter o ritmo de pedalada numa *e-bike* que pesará o dobro de uma bicicleta tradicional... .

Certamente escolherá outro nível de *ajuda* que também lhe proporcionará transpor subidas que numa *bike* tradicional seriam impensáveis e conseguirá fazer treinos ou percursos de elevada distância em curto espaço de tempo, o que simplifica muito a nossa vida familiar.

Mas nem tudo são benefícios, pelo que devem ter em conta que quanto mais usarem a opção *race* mais consumo terão, contrastando logicamente com a redução do tempo de utilização estimado e se tal acontecer certamente nunca mais se vão esquecer do dia em que tiveram de chegar a casa pedalando numa *e-bike* sem bateria.

Por fim deixar também o alerta de que com uma *e-bike* sobem praticamente qualquer subida, mas devem ter em conta que não é transversal a transpor alguns trilhos muito técnicos, bem como algumas pedras e se não tiverem isso em conta na definição do vosso *track* ... o mais certo será terem de voltar atrás....

Olhe pela sua saúde. Pratique desporto!