Electra
AOS SEUS LUGARES.
PREPARADOS.
Espera, lê isto rapidamente.
COMEÇA!

Aqui ficam algumas dicas para desfrutares da tua bicicleta.

Visto, visto. 1-2, 1-2.
Antes de saíres para pedalar na tua bicicleta, faz uma pequena inspeção e certifica-te de que os pneus estão com a pressão correta e que a roda da frente está bem fixa. Nada pode estragar tanto um cavalinho como perder uma roda. Se não tens certeza de como a roda se aperta, os detalhes constam no interior.

Gostamos do teu cérebro, protege-o.
Já sabemos, tens o teu cabelo capacete, certo? Mas sabes o que é ainda pior? Cabelo de traumatismo craniano! Além disso, temos uma ótima gama de capacetes a condizer com a tua bicicleta.

Evita tudo o que possa ficar preso na tua roda dianteira.
Sacos de compras, malas, objetos pendurados. Se algo ficar preso ali e a roda da frente parar repentinamente, vais passar por um mau bocado.

Utiliza luzes em todas as voltas de bicicleta, de dia e de noite.
Utiliza-as sempre. Hoje em dia é como conduzir um carro. Há pessoas mais inteligentes do que nós que realizaram estudos onde ficou provado que as luzes são por si só a melhor forma de sermos detetados pelos motoristas, mesmo quando está sol.

Há alguma coisa que te pareça estranha? Manda verificar.
Tal como os aviões, as bicicletas são mais fáceis de reparar antes de arrancarem. As lojas da Electra estão lá para ajudar.

Tal como os guarda-lamas em pisos enlameados, nós protegemos-te.
Se alguma vez tiveres um problema que a tua loja Electra não possa resolver, entra em contacto com: customercare@electrabike.com ou escreve diretamente ao presidente da Electra Kevin Cox para kc@electrabike.com.

Lê o resto deste manual.
Parece trabalho de casa, mas vale a pena. Os 25 anos que temos na rua ensinaram-nos muitas coisas que vale a pena partilhar.

Primeiro o mais importante

Sabemos que queres ir para a rua e pedalar. Mas antes de o fazeres, é importante que completes os passos 1 & 2 abaixo. Não demora muito.

1 Registar a tua bicicleta

O registo guarda o teu número de série (que é importante se perderes ou se te roubarem a bicicleta) e serve como meio de comunicação com a Electra se houver alguns avisos de segurança acerca da tua bicicleta. Se tiveres questões acerca da tua bicicleta, mesmo que seja daqui a muitos anos, o registo permite-nos, em apenas alguns segundos, saber exatamente de que bicicleta estamos a falar, para que possamos prestar a melhor assistência possível.

Se tu ou a tua loja ainda não registaram a tua bicicleta, por favor, fá-lo na secção de **Assistência** no fundo da homepage em electrabike.com. É rápido e fácil

2 Lê este manual

Este manual contém informações de segurança essenciais. Mesmo que andes de bicicleta há anos, é importante que leias e percebas a informação contida neste manual antes de ires pedalar com a tua nova bicicleta. Podes lê-lo aqui ou online na seção de **Assistência** no topo da homepage em electrabike.com.

Pais ou tutores, se esta bicicleta é para uma criança ou alguém à sua guarda, por favor certifiquem-se que ele ou ela percebe toda a informação de segurança contida neste manual.

Como utilizar este manual

Este manual inclui todos os modelos de bicicletas Electra. Contém informação útil para a vida da tua bicicleta.

Ler os princípios básicos

Lê o Capítulo 1, **Princípios Básicos**, antes de ires pedalar na tua bicicleta.

Se compraste uma bicicleta com assistência elétrica (e-bike), lê também o guia de início rápido e Manual Suplementar do Utilizador de Bicicleta Elétrica. Também disponível na secção de **Assistência** em electrabike.com.

Vê online para obteres mais informações interessantes

Vais encontrar as informações mais atuais e detalhadas em electrabike.com.

Uma nota acerca dos avisos

À medida que lês este manual, vais encontrar pequenas caixas de aviso cinzentas como esta:

⚠ **AVISO!** *O texto na caixa cinzenta com o símbolo de alerta de segurança vai chamar a atenção acerca de uma situação ou comportamento que pode causar lesões severas ou morte.*

O motivo destes avisos reside no facto de não querermos que tu, ou os teus entes queridos ou a tua bicicleta, se lesionem ou magoem.

Queremos que te divirtas na tua bicicleta, da mesma forma que adoramos divertir-nos com as nossas bicicletas.

Sabemos o que é cair quando paramos num sinal de stop, ou o que é magoar os nós dos dedos a tentar arranjar a corrente ou cair em pavimento escorregadio. Passámos por isso tudo. Na melhor das hipóteses, estes incidentes, não são divertidos. Na pior, podes magoar-te.

Por isso, presta atenção a estes avisos. É a nossa forma de te deixar a saber que nos preocupamos acerca da tua segurança.

Mantém este manual para consulta

Este manual explica como pedalar em segurança e como e onde fazer inspeções básicas e manutenção (Capítulo 2). Mantém-no durante a o tempo de vida da tua bicicleta. Recomendamos também que mantenhas o comprovativo de compra com o manual para o caso de precisares de ativar a garantia.

Este manual está em conformidade com os seguintes padrões: ANSI Z535.6; AS/NZS 1927:1998, CPSC 16 CFR 1512, ISO 4210-2 e ISO 8098.

CAPÍTULO 1

Princípios Básicos

7 Informações de segurança importantes
10 Informações importantes para e-bikes
11 Conhece a tua loja de bicicletas
12 Diagrama da bicicleta
14 Antes de pedalares pela primeira vez
16 Antes de cada volta
20 Medidas de segurança
24 Condições de utilização e limites de peso
26 Técnicas básicas para pedalar
30 Pedalar com uma criança

Informações de segurança importantes

Lê estas importantes informações de segurança antes de pedalares na tua bicicleta.

A bicicleta não te consegue proteger num acidente

A causa mais comum para lesões numa bicicleta é a queda. Num acidente ou impacto, é comum que a tua bicicleta fique danificada e que tu caias. Os carros têm pára-choques, cintos de segurança, air bags e zonas de deformação. As bicicletas não têm. Se caíres, a tua bicicleta não consegue evitar que te magoes.

Se te envolveres em qualquer tipo de impacto, batida ou acidente, verifica cuidadosamente se tens alguma lesão. Depois, leva a tua bicicleta para ser meticulosamente inspecionada na loja antes de pedalares nela novamente.

Conhece os teus limites

A bicicleta pode ser perigosa, especialmente se tentares pedalar para lá dos limites das tuas capacidades. Fica ciente do teu nível de perícia e não o ultrapasses.

Conhece os limites da tua bicicleta.

Condições de utilização

A tua bicicleta foi concebida para resistir à tensão “normal” de pedalar dentro de condições específicas de utilização (ver secção de **Condições de Utilização**). Se utilizas indevidamente a bicicleta desrespeitando essas condições, a mesma pode sofrer danos por tensão ou fadiga *(A palavra “fadiga” vai surgir frequentemente neste manual. Significa que o material enfraquece ao longo do tempo devido a tensão ou cargas repetidas)*. Qualquer dano pode reduzir drasticamente a vida do quadro, da forqueta ou de outros componentes.

Vida útil

Uma bicicleta não é indestrutível e os seus componentes não vão durar para sempre. As nossas bicicletas estão concebidas para resistir à “tensão” normal de pedalar porque essas tensões são bem conhecidas e entendidas.

Contudo, não conseguimos prever as forças que possam ocorrer se pedalares em condições extremas, se estiver envolvida num acidente, se for utilizada para alugueres ou para fins comerciais ou se for utilizada de outras formas que apliquem altos níveis de tensão e ou sobrecarga de fadiga.

Com danos, a vida de qualquer componente pode ser drasticamente reduzida e pode haver falhas sem qualquer aviso.

A vida de um componente é determinada pela sua construção, materiais, utilização, manutenção, peso do ciclista, velocidade, terreno e ambiente (humidade, salinidade, temperatura, etc.), pelo que não é possível fornecer um calendário preciso para a sua substituição.

Qualquer fissura, arranhão ou mudança de cor numa zona de elevada tensão são indicativos que o componente (incluindo o quadro e a forqueta) atingiu o fim da sua vida e deve ser substituído. Se não tens a certeza ou se não te sentes confortável para inspecionar ou reparar a tua bicicleta, consulta a tua loja de bicicletas.

Em alguns casos, um quadro ou componente mais leve têm uma vida mais prolongada do que um pesado. Contudo, a manutenção regular, as inspeções frequentes e a substituição frequente de componentes são necessárias em qualquer bicicleta.

⚠ **AVISO:** *Uma bicicleta está sujeita a desgaste e alta tensão. Diferentes materiais e componentes reagem ao desgaste e à fadiga por tensão de formas diferentes. Se o tempo de vida útil de um componente for excedido, isso pode fazer com que falhe repentinamente.*

Para um calendário de manutenção consulta a secção de **Cuidados com a tua bicicleta**.

Manuseia-a com cuidado

Alguns componentes da tua bicicleta podem danificar-se se a manuseares mal. Há alguns pontos afiados, como por exemplo os dentes dos pratos pedaleiros e alguns pedais. Os travões e os seus componentes aquecem. A rotação das rodas pode cortar a pele e até mesmo partir ossos. As braçadeiras e peças oscilantes como manetes de travão podem beliscar, assim como a corrente quando gira nos dentes das engrenagens.

Os componentes das e-bikes são especialmente vulneráveis. Os cabos elétricos, os conectores, o encaixe da bateria, a bateria e o monitor de controlo podem danificar-se com facilidade se forem indevidamente manuseados.

Pensa em segurança

Mantém-te concentrado em relação ao teu ambiente e evita situações de perigo que são, normalmente, óbvias (trânsito, obstáculos, carros a largar pessoas e outras), mas nem sempre. Muitas dessas situações estão explicadas neste manual.

Algumas das acrobacias e saltos de alto risco vistos em revistas ou em vídeos são muito perigosos; mesmo atletas com alta perícia sofrem lesões graves quando caem (e eles caem mesmo).

Fazer modificações na tua bicicleta pode torná-la insegura. Cada componente da tua nova bicicleta foi cuidadosamente selecionado e aprovado. A segurança dos acessórios ou dos componentes de substituição, e especialmente como esses componentes se fixam e interligam com outros componentes da bicicleta, não é sempre visível. Por essa razão, deves apenas substituir componentes com equipamento original ou componentes que estão aprovados. Se não tens a certeza de quais os componentes aprovados, pergunta na tua loja de bicicletas.

Esta lista parcial destaca alguns exemplos de modificações:

- Alteração física de componentes existentes (lixar, encher, furar, etc.)
- Remoção de equipamento de segurança como refletores ou aparelhos secundários de retenção
- Utilização de adaptadores em sistemas de travões
- Adicionar motores ou mecanismos
- Instalação de acessórios
- Alteração de peças

Informações importantes para e-bikes

É importante fazer uma leitura cuidadosa deste manual, do guia de início rápido da bicicleta elétrica e do Manual de Utilizador de Bicicleta Elétrica suplementar antes de pedalares na tua nova bicicleta elétrica.

• Há boa informação em cada um dos manuais acerca da tua e-bike

• Estamos empenhados na proteção do planeta, pelo que precisas de utilizar, manter e descartar adequadamente os componentes elétricos.

Além da leitura da secção de funcionamento da tua e-bike, recomendamos que leias também a secção de **Importante ler antes de pedalar pela primeira vez** constante no suplemento.

⚠ **CUIDADO!** *Qualquer modificação não autorizada (adulteração) do sistema de direção da sua e-bike é proibida. Se você suspeitar que sua e-bike foi adulterada ou se perceber uma alteração na velocidade em que a assistência ao dirigir é cortada, pare de andar e entre em contato com um revendedor Electra autorizado para obter assistência.*

Conhece a tua loja de bicicletas

A melhor forma de garantir muitas horas de alegria e sem problemas a pedalar passa por construir uma relação com a tua loja de bicicletas favorita.

O derradeiro recurso

Este manual contém muita informação importante acerca da tua bicicleta e há ainda mais disponível na secção de **Assistência** em trekbikes.com.

Mas um manual ou site não conseguem arranjar um pneu furado, afinar um desviador, corrigir a altura do selim, servir-te um café ou falar contigo interminavelmente acerca daquela vez que quase ganhaste aquele evento.

As lojas de bicicletas locais são a alma e coração do ciclismo. Aqui fica apenas uma amostra do que podem oferecer:

Equipa de funcionários conhecedora

Os funcionários da loja de bicicletas não são apenas vendedores. São ciclistas que utilizam e percebem os produtos que vendem.

O ajuste correto

Na tua loja de bicicletas podes afinar a tua bicicleta para se ajustar a ti, ao teu estilo de pedalar e de acordo com as tuas preferências.

Mecânicos profissionais.

Os funcionários da assistência da tua loja vão manter a tua bicicleta ou e-bike no seu melhor época a seguir a época.

Serviço de garantia

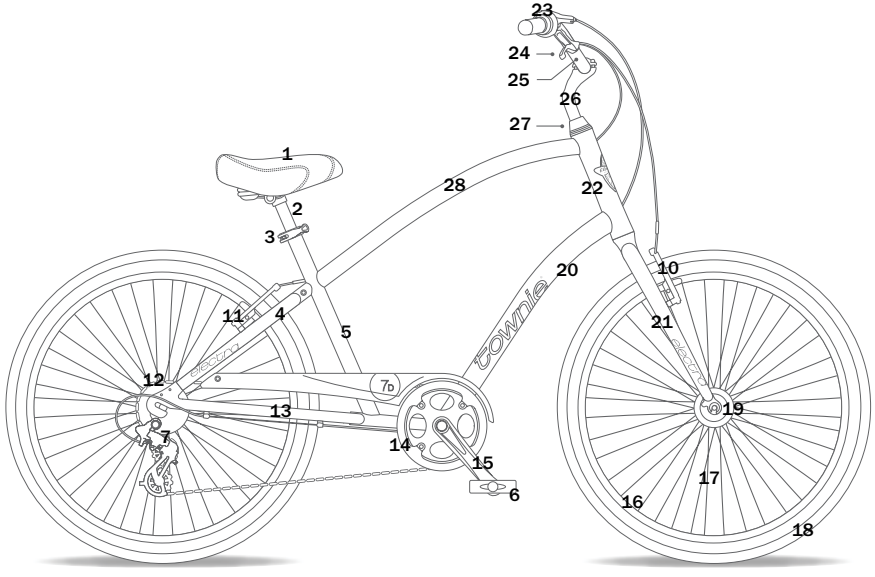
Se tiveres algum problema com um produto que vendemos, a tua loja de bicicletas está empenhada a corrigi-lo.

Há uma loja para cada ciclista.

Trabalhamos com mais de 2 mil lojas de bicicletas nos EUA e centenas mais espalhadas pelo mundo. Enquanto alguns revendedores são especializados em bicicletas de desempenho, os revendedores Electra oferecem algo para todos. Tem tudo a ver com andar de bicicleta e desfrutar da volta.

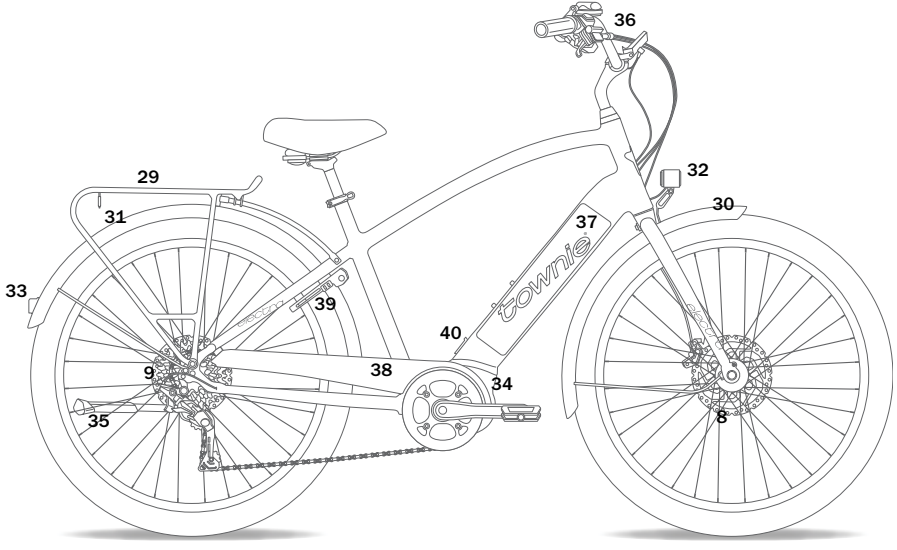
Se ainda não tens uma loja favorita, o melhor local para encontrares uma é em ***Encontrar uma loja*** em trekbikes.com.

Diagramas da bicicleta



1 Selim
2 Espigão do selim
3 Aperto de espigão
4 Escora superior
5 Tubo do selim
6 Pedal
7 Desviador traseiro
8 Travão de disco dianteiro
9 Travão de disco traseiro
10 Travão de aro dianteiro
11 Travão de aro traseiro
12 Cassete
13 Escora inferior
14 Prato pedaleiro
15 Braço pedaleiro
16 Aro
17 Raio
18 Pneu
19 Cubo
20 Tubo inferior
21 Forqueta
22 Tubo de direção
23 Manípulo de mudanças
24 Manete de travão
25 Guiador
26 Avanço
27 Caixa de direção
28 Tubo superior

Estes diagramas incluem os componentes básicos da bicicleta O teu modelo específico pode não ter todos os componentes apresentados. Visita a secção de **Assistência** em electrabike.com para obteres informações mais específicas.



29 Porta-bagagens
30 Guarda-lamas dianteiro
31 Guarda-lamas traseiro
32 Luz Dianteira
33 Luz Traseira
34 Motor
35 Descanso
36 Unidade de controlo
37 Bateria
38 Proteção de corrente
39 Cadeado de aro
40 Entrada de carregamento

Antes de pedalares pela primeira vez

É extremamente importante que te certifiques que a tua bicicleta está ajustada e preparada para ser utilizada antes da tua primeira saída a pedalar.

Utiliza uma bicicleta com o tamanho correto

Quase todos os modelos Electra utilizam a geometria de quadro patenteada Flat Foot Technology®. Um tamanho normalmente serve a maioria, mas na tua loja vais encontrar a ajuda que precisas para encontrar a bicicleta Electra que melhor se ajusta.

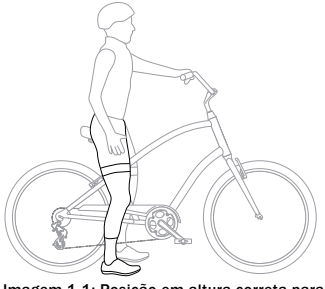


Imagem 1.1: Posição em altura correta para pedalar.

Sobe ou rebaixa o selim para uma altura que te permita tocar ligeiramente no chão com os pés assentes enquanto suportas todo o peso no selim. Certifica-te de que tens as pernas numa posição vertical direita e que os teus joelhos não estão fletidos (Imagem 1.1). Na maioria dos casos, isto vai permitir que obtenhas a extensão de perna correta para pedalar. Se preferes uma extensão maior, sobe o selim ligeiramente.

Respeita o limite de peso

A tua bicicleta tem um limite de peso Consulta a secção **Condições de utilização** para diretrizes gerais.

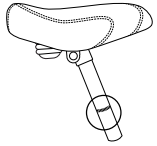


Imagem 1.2: Linha de inserção mínima do espigão.

Para evitar danos no espigão ou no quadro da bicicleta, não posiciones o selim além da linha que traça o limite mínimo de inserção do espigão ou do mastro do espigão de selim (Imagem 1.2). Se não consegues posicionar o teu selim corretamente, consulta a tua loja de bicicletas.

Ajusta o teu guiador e avanço a uma altura confortável.

A posição do guiador é importante para controlo e conforto. Apontas o guiador e a bicicleta vai nessa direção.

Necessitas de formação e ferramentas específicas para alinhar, ajustar e apertar o teu avanço, pelo que só a tua loja de bicicletas pode fazer isso.

Não tentes fazer os ajustamentos por tua conta, uma vez que estas alterações podem também requerer afinações dos manípulos das mudanças, manetes de travão e cabos.

⚠ **AVISO:** *Uma montagem incorreta da caixa de direção e do avanço e o seu aperto incorreto podem causar danos no tubo da caixa de direção, podendo inclusive causar a sua rutura. Se o tubo da caixa de direção partir, tu podes cair.*

Conhece a tua bicicleta

Para que desfrutes ao máximo da tua bicicleta, familiariza-te com:

- Pedais
- Travões (manetes ou pedais)
- Mudanças (se incluídas)

Vais desfrutar muito mais se tiveres uma bicicleta confortável e de confiança.

Antes de cada volta

Antes de pedalares na tua bicicleta, faz uma verificação de segurança em terreno plano e longe do trânsito. Se algum componente não passar na verificação de segurança, arranja-o ou leva a tua bicicleta à assistência antes de pedalares.

Lista de verificação pré-volta

Verificar o guiador

• Certifica-te que o guiador está a 90 graus em relação à roda (Imagem 1.3).

• Verifica se o guiador está apertado o suficiente para que não saia do alinhamento e não rode no avanço.

• Certifica-te que nenhum cabo é repuxado ou fica preso quando giras o guiador de um lado para o outro.

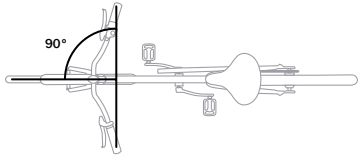


Imagem 1.3: Alinhamento correto do guiador e selim

Verifica o selim e o espigão

• Certifica-te que o selim está alinhado com o centro da bicicleta (Imagem 1.3).

• Certifica-te que os carris ou abraçadeira do selim estão bem apertados para não saírem do alinhamento, não se moverem ou oscilarem para cima e para baixo.

⚠ **AVISO:** *Um mecanismo de aperto rápido da roda mal ajustado e mal apertado pode mover-se inesperadamente e ficar preso nos raios ou no rotor dos travões. Também pode originar que a roda fique solta ou salte inesperadamente. Isto causar perda de controlo, provocar uma queda e originar ferimentos graves ou a morte. Antes de cada saída, comprova que o aperto rápido está ajustado e fechado corretamente.*

Verificar as rodas

• Verifica se os aros e os raios têm danos Girar a roda Deve girar a direito através da forqueta (dianteira) e entre as escoras (traseira) e não entrar em contacto com os calços de travão (travões de aro).

• Verifica se os eixos estão totalmente assentes nos dropouts.

• Levanta a tua bicicleta e dá uma pancada forte no topo do pneu. A roda não deve sair, estar solta ou mover-se de um lado para o outro.

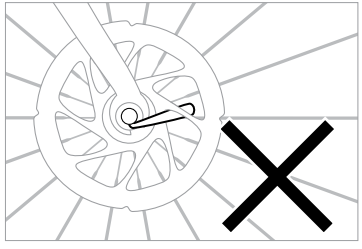


Imagem 1.4: Um aperto rápido mal posicionado pode interferir com o sistema de travagem.

Se a roda estiver equipada com um veio de aperto rápido, certifica-te de que a alavanca está corretamente fechada e posicionada: que não toca na forqueta ou em peças de acessórios (porta-bagagens, guarda-lamas, alforges, etc.) e não interfere com os raios ou com o sistema de travão de disco quando a roda gira (Imagem 1.4).

⚠ **AVISO:** *Fixar a roda de forma segura com um sistema de aperto de rápido requer uma força considerável. Se a roda não estiver devidamente fixa, pode ficar com folga ou soltar-se, causando danos sérios.*

A porca de ajuste deve ser apertada com força suficiente para que a força da alavanca de aperto rápido deixe uma marca na palma da tua mão. Se a alavanca não fechar corretamente, devido ao contacto com a forqueta ou acessório, reposiciona e fecha a alavanca.

Se a alavanca ficar a tocar em alguma coisa, poderá não estar fechada. Se não for possível realizar o ajuste para um fecho adequado, retira o veio de aperto rápido e coloca a alavanca no lado oposto da bicicleta. Ajusta e fecha corretamente ou substitui o aperto rápido.

Verificar os pneus

• Utiliza uma bomba com manómetro para te certificares que os pneus estão cheios dentro da variação de pressão recomendada. Não exceder o limite de pressão indicado na zona lateral do pneu ou do aro; aquele que for menor.

NOTA: É melhor utilizares uma bomba de mão ou de pé do que a de uma estação de serviço ou um compressor elétrico. As duas últimas opções têm maior probabilidade de permitir encher demais, o que pode causar o rebentamento do pneu.

Verificar os travões

• Mantendo uma posição fixa, certifica-te de que consegues aplicar a totalidade da potência de travagem sem que a manete do travão toque no guiador. (Se a manete tocar, os travões podem precisar de ser ajustados.)

• Verifica se o travão dianteiro está a funcionar corretamente. Pedala na bicicleta a baixa velocidade e utiliza o travão dianteiro. A bicicleta deve parar de imediato.

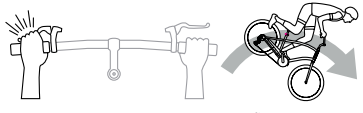


Imagem 1.5: Aplica ambos os travões em simultâneo. A utilização somente do travão dianteiro pode fazer com que a bicicleta se incline totalmente sobre a roda dianteira.

⚠ **AVISO:** *A potência de travagem aplicada à roda dianteira de forma repentina ou com demasiada força pode causar o levantamento do chão da roda traseira. Isto pode diminuir o controlo e causar uma queda. Para melhores resultados, utiliza ambos os travões em simultâneo. (Imagem 1.5)*

• Para os travões de aro ou de disco, repetir o processo com a roda traseira.

• Para os travões de contrapedal, começa com o cranque que está para trás em posição um pouco mais acima da horizontal. Aplica pressão para baixo no pedal de trás. Quando moves o pedal para baixo, os travões devem funcionar.

Verificar a corrente

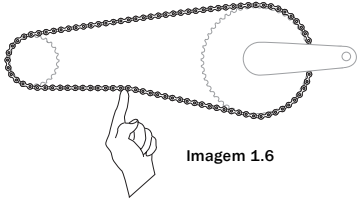


Imagem 1.6

• Certifica-te que a corrente ou cinta está com a tensão correta para que não caia. Se não tens certeza acerca de qual a tensão correta, consulta a tua loja de bicicletas.

• Verifica a corrente para ver se não tem torções, ferrugem, elos, placas ou rolamentos partidos.

• Travões de contrapedal Deve haver um movimento vertical total no centro da corrente entre os 6-12mm (Imagem 1.6).

Verificar os cabos

• Certifica-te que todos os cabos e espirais estão devidamente fixos ao quadro ou forqueta para que não interfiram ou sejam apanhados pelos componentes que se movimentam.

Verificar refletores, luzes e acessórios

• Verifica se os refletores estão limpos e corretamente posicionados na roda.

• Certifica-te que as luzes dianteira e traseira e quaisquer outros acessórios estão bem fixos, bem posicionados e a funcionar corretamente.

• Posiciona as luzes paralelas ao chão. Confirmar que as baterias estão carregadas.

Verificar a bateria e monitor de controlo da e-bike

• Numa e-bike, verifica se a bateria está fixa e bloqueada no encaixe, se está totalmente carregada e se o monitor de controlo e sistema da e-bike estão a funcionar corretamente.

Verifica os pedais.

• Certifica-te de que os pedais e sapatos estão limpos e sem detritos presos que possam afetar a conexão ou interface com o sistema de pedais.

Agarra nos pedais e no braço pedaleiro e move-os para cima e para baixo com forças opostas para ver se há alguma folga. Gira também os pedais para ver se eles rodam sem impedimentos.

Verificar uma caixa de direção bloqueada (se instalada)

• Certifica-te de que desbloqueias a caixa de direção antes de ires pedalar.

⚠ **AVISO:** *Uma caixa de direção bloqueada pode limitar a tua capacidade de rodar o guiador. Isto pode provocar perda de controlo, ferimentos ou morte. Desbloqueia a caixa de direção antes de ires pedalar para garantires o total controlo da bicicleta.*

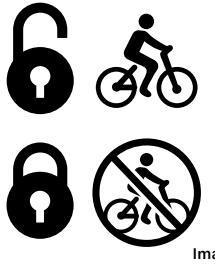


Imagem 1.7

Medidas de segurança

Segue estas medidas de segurança básicas para reduzir o risco de danos quando pedalas a tua bicicleta.

Equipa-te

• Utiliza sempre capacete quando andas na tua bicicleta para reduzires o risco de lesões na cabeça em caso de acidente. Certifica-te de que o teu capacete se ajusta corretamente e que está de acordo com os padrões de segurança requeridos.

• Veste-te de forma adequada Vestuário largo ou outros acessórios pendurados podem ficar presos nas rodas ou noutros componentes que se movem e causar uma queda
(ex: perna das calças no prato pedaleiro).

• Certifica-te que todas as alças soltas e acessórios estão bem fixos e presos (arnês das bagagens, alforges, etc.).

• Aumenta a tua visibilidade com a utilização de vestuário fluorescente durante o dia e de vestuário refletor à noite. Numa bicicleta, o movimento para cima e para baixo característico de quem pedala é o que te torna detetável na estrada. Durante a noite, realça os teus pés, tornozelos e pernas com produtos que tenham materiais refletores. Durante o dia, utiliza meias, sapatos, capas, manguitos, joelheiras ou perneiras fluorescentes.

• Utiliza luzes dianteira e traseira tanto de dia como de noite. Certifica-te de que os teus refletores estão limpos e posicionados corretamente.

⚠ **AVISO:** *Os refletores, que funcionam apenas quando a luz incide sobre os mesmos, não são substitutos das luzes. Pedalar na escuridão ou em alturas em que a visibilidade é baixa sem iluminação adequada é extremamente arriscado.*

Pedala com inteligência

Conhece o teu nível de perícia e não pedales acima do mesmo.

• Não pedales distraído. A utilização do telemóvel, do leitor de música ou de algum aparelho similar enquanto pedalas pode causar um acidente.

• Não pedales demasiado rápido. Quanto maior a velocidade maior é o risco e redunda em forças maiores se ocorrer um acidente. Podes ficar surpreendido com a potência de uma e-bike.

• Não pedales sem as mãos no guiador. Mantém sempre pelo menos uma mão no guiador.

• Nunca andes com outra pessoa na bicicleta a não ser que seja um tandem.

• Não pedales se estiveres embriagado ou sob a influência de medicamentos que possam causar sonolência ou falta de atenção.

• Não pedales em grupos demasiado grandes. Pedalar perto de outros ciclistas reduz a visibilidade da estrada o que pode causar a perda de controlo da bicicleta. Além disso, grandes grupos de ciclistas podem causar problemas aos outros utilizadores da estrada.

• Não pedales de forma não especificada para o tipo da tua bicicleta (ver secção **Condições de utilização**).

Nota para E-bike: *Leva em consideração que os outros utilizadores da estrada não esperam que uma bicicleta elétrica ande mais rápido do que uma bicicleta comum. Pedalar mais rápido pode também aumentar o risco de acidente.*

⚠ **AVISO:** *Aumentas o risco de lesões quando utilizas a bicicleta de forma incorreta. A utilização incorreta pode adicionar tensão à tua bicicleta. A tensão elevada pode fazer com que o quadro ou um componente se partam e aumentar assim o risco de lesão. Para diminuir o risco de lesão, utiliza a bicicleta da forma para a qual foi concebida.*

Evitar a utilização incorreta

Exemplos de utilização incorreta incluem dar saltos com a bicicleta, pedalar por cima de raízes, pedras e outros obstáculos; fazer acrobacias; pedalar em condições extremas de todo-o-terreno; pedalar demasiado rápido para as condições ou pedalar de forma incomum. Estas e outras utilizações incorretas adicionam tensão a cada componente da tua bicicleta.

Evita os perigos

Está atento aos carros, peões e outros ciclistas. Assume que os outros não te veem e está preparado para os evitares ou às suas ações como abrir uma porta de carro à tua frente.

Pedala com cuidado fora da estrada. Pedala somente pelos trilhos. Não pedales sobre pedras, ramos ou declives.

Não pedales com um objeto solto ou a trela do animal de estimação presos ao guiador ou a qualquer outra zona da bicicleta.

Mantém a atenção e evita os perigos na estrada como buracos, grelhas de esgoto, escapatórias ou detritos que possam causar impacto nas rodas, fazer com que as rodas deslizem, causar bloqueio repentino, sendo que tudo isto pode causar perda de controlo. Se não estás seguro ou segura acerca das condições da estrada, desmonta e leva a bicicleta à mão.

Quando passares por carris de comboio ou grelhas de esgoto, faz uma abordagem cuidadosa e passa por cima num ângulo de 90 graus de forma a manter as tuas rodas fora dos sulcos (Imagem 1.8).

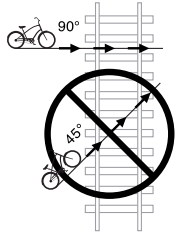


Imagem 1.8 Atravessar carris.

Respeitar as condições climatéricas

Toma precauções extra quando pedalares sob condições de chuva ou neve, porque a aderência dos pneus fica drasticamente reduzida.

As distâncias de travagem aumentam quando chove. Utiliza os travões mais cedo e sê mais prudente do que quando pedalas em piso seco.

Ouvir a tua bicicleta

Se a tua bicicleta apresenta um comportamento pouco comum (se treme ou oscila, por exemplo), ou se ouves algum ruído incomum, pára imediatamente de pedalar e identifica o problema.

Após qualquer acidente ou impacto vai com a tua bicicleta à loja para ser inspecionada cuidadosamente. Os danos da tua bicicleta podem não ser visíveis de imediato. Repara qualquer problema antes de voltares a pedalar ou leva a bicicleta para assistência na tua loja de bicicletas.

Planear com antecedência

É realmente aborrecido ter um furo ou outro problema mecânico qualquer quando se sai para desfrutar de uma agradável volta de bicicleta. Leva sempre uma bomba, uma câmara de ar suplente, kit de remendos, ferramentas e baterias de substituição ou carregadores para as tuas luzes e baterias. Prepara-te para arranjar a tua bicicleta e possas assim voltar a casa de forma segura.

Segue as regras em estrada e fora dela

É da tua responsabilidade o cumprimento das leis que se aplicam onde pedalas. Respeita todas as leis e regulamentos em relação às e-bikes, iluminação de bicicletas, circulação na estrada ou caminhos, capacetes, cadeiras de criança e trânsito.

Condições de utilização e limites de peso

A tua bicicleta tem um autocolante no quadro que indica as suas condições de utilização. Pedala dentro das condições de utilização especificadas para a tua bicicleta.

Autocolante do quadro

Verifica no teu quadro o autocolante com as condições de utilização e/ou o seguinte autocolante de Bicicletas com Assistência Elétrica (Electrically Power Assisted Cycles - EPAC):

Etiqueta EU EPAC ISO, específico para o modelo CE	Etiqueta US EPAC ISO, etiqueta de Categoria
 ISO 4210-2 **Cidade/Trekking**	 **ISO 4210-2** **Cidade/Trekking** **Class I E-bike** **Max 250 W** **Max 20 mph** **Vélo à assistance électrique** **EN 15194** **Cidade/Trekking** **EPAC**

⚠ **AVISO:** *Se a tua utilização de uma bicicleta aplicar mais tensão do que aquela para que está indicada nas Condições de Utilização, a bicicleta ou os seus componentes podem sofrer danos ou partir-se. Uma bicicleta danificada pode diminuir o teu controlo e causar a tua queda. Não pedales com condições de utilização que aplicam mais tensão do que os limites da bicicleta. Se não tens certeza dos limites da bicicleta, consulta a tua loja.*

Limite de peso = ciclista + bicicleta + equipamento/carga.

Condição	Terreno	Limite de peso	Tipo ou definição de bicicleta
Bicicleta de Criança 	Pedalar para crianças. As crianças não devem pedalar sem a supervisão de um dos pais. As crianças não devem pedalar perto de encostas, lancis, escadas, declives, piscinas ou de áreas utilizadas por automóveis.	36kg	Altura máxima do selim de 635mm Normalmente uma bicicleta com rodas de 12", 16", ou 20"; um triciclo para criança; e inclui um atrelado. Sem sistemas de fixação de rodas de aperto rápido
Condição 1 	Pedalar em piso pavimentado onde os pneus estão sempre em contacto com o chão.	125kg	Bicicleta de estrada com guiador de estrada
			Bicicleta de triatlo, de contrarrelógio ou de velocidade
			Cruiser com pneus largos de 26" e guiador "swept-back"
			Bicicleta de estrada elétrica com guiador de estrada com drops
		136kg	Bicicleta com sistema Pedelec padrão com assistência elétrica (e-bikes)
		250kg	Tandem
Condição 2 	Pedalar em Condição 1, mais estradas suaves em gravilha e trilhos bem cuidados com inclinações pouco acentuadas. Desníveis menores que 15 cm.	80kg	Bicicleta híbrida ou de montanha com rodas de 24"
		125kg	Bicicleta de ciclocrosse: guiador de estrada com drops, pneus cardados de 700c e travões cantilever ou de disco
		136kg	Bicicleta híbrida ou DuoSport com rodas de 700c, pneus mais largos do que 28c e guiador reto
			Bicicleta com sistema Pedelec padrão de assistência elétrica

Técnicas básicas para pedalar

Utiliza as seguintes dicas e técnicas para desfrutares ao máximo da tua experiência a pedalar.

Virar e manobrar

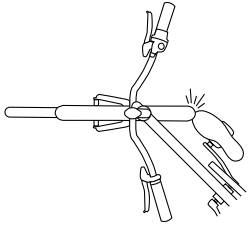


Imagem 1.9: Contacto da ponta do pé com a roda dianteira.

Tem cuidado com o contacto das pontas dos pés com a roda dianteira. Quando viras o guiador a baixa velocidade, o teu pé pode sobrepor-se ou tocar na roda dianteira ou no guarda-lama dianteiro. Não pedales em baixa velocidade com o guiador virado.

Piso molhado, detritos espalhados e piso irregular vão afetar a manobrabilidade da tua bicicleta. As superfícies pintadas (passadeiras e linhas de marcação das estradas) e de metal (grelhas e tampos de esgoto) podem ser especialmente escorregadias quando molhadas. Tenta evitar alterações repentinas de direção quando em superfícies pouco recomendáveis.

Parar

Pedala sempre a uma distância de segurança entre ti e outros veículos ou objetos para teres espaço suficiente para parar. Adequa as distâncias e forças de travagem de acordo com as condições em que pedalas e velocidades.

Para uma travagem segura, utiliza os travões de forma suave e equilibrada. Olha para a frente e ajusta a tua velocidade com antecedência para evitar travagens bruscas.

Bicicletas diferentes dispõem de sistemas de travões diferentes e dispõem de diferentes níveis de potência de travagem dependendo das suas condições de utilização (ver secção **Condições de utilização** e limites de peso). Fica ciente da potência de travagem da tua bicicleta e não pedales além disso. Se queres mais - ou menos - potência de travagem, consulta a tua loja de bicicletas.

Piso molhado, detritos espalhados e piso irregular vão afetar a forma como a tua bicicleta vai reagir à travagem. Tem cuidado extremo quando travares em condições de estrada pouco recomendáveis. Mantém a suavidade e confere mais tempo e distância para travar.

Travões de contrapedal

Pais ou tutores: expliquem isto às vossas crianças ou dependentes.

Se a tua bicicleta tem travões de contrapedal (travões ativados pelos pedais), aplica a travagem ao pedalar para trás.

Imagem 1.10

Para uma travagem mais forte, os braços do pedaleiro devem estar na horizontal quando é aplicada a travagem. O pedaleiro vai rodar um pouco antes de ativar o travão, pelo que é melhor aplicar a travagem com o pedal traseiro um pouco mais alto do que a horizontal. (Imagem 1.10)

Travões manuais

Antes de pedalar, certifica-te quais são as manetes que ativam quais travões (dianteiro ou traseiro).

Se tiveres dois travões manuais, aplica-os ambos em simultâneo.

O travão da frente confere maior potência de travagem do que o traseiro, pelo que não é recomendável que o utilizes com demasiada força ou de forma brusca. Pressiona gradualmente ambos os travões até abrandares para a velocidade desejada ou parar.

Se precisares de travar repentinamente, coloca o peso do teu corpo para trás à medida que travas para manter a roda traseira no chão.

⚠ **AVISO:** *A potência de travagem aplicada à roda dianteira de forma repentina ou com demasiada força pode causar o levantamento do chão da roda traseira ou fazer com que a roda da frente deslize por baixo de ti. Isto vai diminuir o controlo e causar uma queda.*

Alguns travões dianteiros incluem um "modulador", um mecanismo que torna mais gradual a ativação do travão dianteiro.

Engrenar mudanças

As mudanças da tua bicicleta permitem que possas pedalar de forma confortável em diferentes condições - como a subir uma montanha, pedalar contra o vento ou pedalar rápido em terreno plano. Seleciona a mudança mais confortável para as condições; uma mudança que te permita pedalar a uma cadência constante.

Existem dois sistemas de mudanças na maioria das bicicletas: o desviador que é externo e o cubo com mudanças internas (IGH). Utiliza a técnica indicada para a tua configuração.

Manípulos de mudanças e desviadores diferentes funcionam de forma diferente. Conhece o teu sistema.

Engrenar mudanças com um desviador

⚠ **AVISO:** *Usar uma técnica imprópria de engrenar mudanças com desviador pode bloquear ou fazer saltar a corrente.*

Um desviador move a corrente de uma mudança para outra. Engrenas mudanças ao alterar a posição da manete de mudanças (também conhecida como manípulo de mudanças), que controla o desviador.

As mudanças só engrenam com os pedais e corrente em movimento para a frente.

Diminui a força exercida nos pedais quando engrenas as mudanças. A tensão reduzida da corrente permite que esta engrene as mudanças rapidamente e com suavidade, o que reduz o desgaste da corrente, do desviador e das mudanças.

Não engrenes mudanças quando estiveres aos solavancos para evitar que a corrente salte ou fique bloqueada ou para não falhar uma mudança.

Engrenar mudanças num cubo de mudanças internas (IGH)

Para bicicletas não elétricas: Quando engrenas mudanças, mantém um andamento suave (não pedales). A tensão na corrente evita o funcionamento correto do mecanismo de engrenagem e pode mesmo danificar o mesmo.

Para bicicletas elétricas: com um sistema IGH podes engrenar mudanças quando desces em roda livre ou quando pedalas.

A maioria dos sistemas IGH permitem que engrenes mudanças quando a bicicleta não está em movimento. Podes, por exemplo, engrenar uma mudança mais leve num sinal stop para arrancares mais facilmente.

Pedalar

Apesar de existirem diferentes tipos de pedais disponíveis, as bicicletas Electra vêm originalmente equipadas com pedais planos.

Pedalar com uma criança

Toma as seguintes precauções para proporcionares aos ciclistas mais novos uma ótima experiência da forma mais segura possível.

Rebocar ou transportar uma criança na tua bicicleta

⚠ **AVISO:** *A colocação de uma cadeira de criança na bicicleta adiciona peso e eleva o centro de gravidade, o que pode fazer com que a bicicleta demore mais tempo a parar, seja mais difícil de manobrar e possa tombar com maior facilidade. Não deixar as crianças desacompanhadas numa cadeira de bicicleta. Ter máximo cuidado no equilíbrio, na travagem e nas curvas quando estiver uma cadeira de criança instalada na bicicleta. Uma queda ou uma perda de controlo pode causar lesões graves ou mesmo a morte do ciclista ou da criança transportada.*

⚠ **AVISO:** *Alguns porta-bagagens não são compatíveis com a utilização de uma cadeira de criança. Em caso de dúvida, é melhor contactares a tua loja Electra.*

⚠ **AVISO:** *Os fabricantes de cadeiras de criança utilizam diferentes sistemas de fixação que podem ou não ser compatíveis com determinados porta-bagagens de bicicletas. Em caso de incerteza, é melhor contactar o fabricante da cadeira de criança.*

⚠ **AVISO:** *Um porta-bagagens incompatível pode ficar frouxo ou soltar-se inesperadamente, fazendo com que a criança caia ou entre em contacto com peças em movimento, o que pode causar lesões graves ou até a morte.*

• Se permites que uma criança andes num atrelado ou reboque conectado a uma bicicleta, tens que redobrar a vigilância para garantir a segurança da criança. Certifica-te de que a tua bicicleta é compatível com um atrelado ou reboque de criança. Os atrelados devem utilizar as bandeiras fornecidas.

• Verifica a ligação ou conexão à tua bicicleta antes de cada volta.

• Os porta-bagagens foram concebidos para transportar bagagem e não passageiros, exceto quando é utilizada uma cadeira de criança aprovada.

• Nunca transportes nada que possa obstruir a tua visão ou o controlo total da bicicleta, ou que possa ficar preso nas peças móveis da bicicleta.

• Mantém presente a carga máxima permitida pela tua bicicleta quando conectas um atrelado de criança ao porta-bagagens. Nas e-bikes com bateria no porta-bagagens traseiro, a carga máxima é mais baixa devido ao peso da bateria. A carga máxima permitida pode ser consultada no porta-bagagens ou no suporte do mesmo. Em muitos casos, é recomendada a montagem do atrelado de criança no tubo do selim, para aliviar o porta-bagagens traseiro.

• Se conectares um atrelado de criança à traseira da tua bicicleta, as molas expostas do selim podem magoar os dedos das crianças. Cobre as molas ou utiliza um selim que não tenha molas.

• Nunca deixes uma criança sozinha num atrelado ou reboque de criança. A bicicleta pode cair e magoar a criança.

• Certifica-te que a criança utiliza equipamento de proteção, especialmente um capacete adequado e aprovado.

• Verifica com frequência se a criança no reboque (com pedais) está acordada e alerta.

• Reduz a tua velocidade. Lê e segue as instruções que acompanham o teu reboque.

Acompanhar uma criança a pedalar na sua própria bicicleta

• Certifica-te que a criança está devidamente vestida para pedalar com vestuário brilhante e altamente visível.

• Certifica-te que a tua criança está a pedalar uma bicicleta com o tamanho correto e que o selim e o guiador estão em posições corretas para o máximo conforto e controlo.

• As crianças têm menos capacidade para a deteção de perigos e podem não corresponder bem numa situação de emergência, pelo que lhes precisas de emprestar os teus olhos, ouvidos e discernimento para as manter em segurança.

• As crianças não devem pedalar perto de encostas, lancis, escadas, declives, piscinas ou de áreas utilizadas por automóveis.

• Ensinas as regras da estrada à tua criança e enfatiza a importância de lhes obedecer.

• Estabelece com clareza as tuas próprias regras para pedalar que se adeqúem à tua localização, incluindo ainda as variantes de onde, quando e durante quanto tempo a criança pode pedalar.

⚠ **AVISO:** *As rodinhas de apoio laterais evitam a normal inclinação da bicicleta quando vira. Se a criança virar demasiado rápido, a bicicleta pode cair e causar danos. Com rodinhas de apoio laterais, não permitas que a criança pedale rápido ou vire repentinamente.*

• Inspeciona a bicicleta da tua criança antes de cada volta (consultar secção **Antes de cada volta**).

• Presta especial atenção aos punhos ou coberturas do guiador da bicicleta da criança. Em caso de acidente, um terminal de guiador exposto é um potencial perigo.

⚠ **AVISO:** *Uma extremidade do guiador que não tenha um terminal ou que não esteja coberta, em caso de acidente, pode causar ferimentos graves ou a morte. Os pais devem inspecionar regularmente a bicicleta da criança e substituir os punhos ou coberturas do guiador em falta ou danificados.*

CAPÍTULO 2

Cuidar da tua bicicleta

35 Salvaguarda a tua bicicleta
39 Manutenção
40 Inspeção
45 Cinco reparações fáceis que todos os ciclistas devem saber fazer

Salvaguarda a tua bicicleta

Construímos as nossas bicicletas para durarem muito tempo, mas com uma pequena ajuda tua. Segue estas salvaguardas para manter a tua bicicleta em boa forma por um longo período de tempo.

Sempre limpa

Lava a tua bicicleta com água ou com detergente suave e uma esponja não abrasiva se a tua bicicleta estiver muito suja. Nunca laves a tua bicicleta com jatos de alta pressão e nunca apontes diretamente aos pontos com rolamentos ou componentes elétricos nas e-bikes. Nunca utilizes químicos agressivos ou toalhetes com álcool para limpar a tua bicicleta. Consulta a secção **Cinco reparações fáceis** para mais detalhes sobre como lavares a tua bicicleta.

Substituição de peças

Se precisares de substituir alguma peça da bicicleta (calços de travão gastos, por exemplo, ou peças partidas num acidente), visita a tua loja de bicicletas ou vai a electrabike.com.

Utiliza apenas peças de substituição genuínas. Se utilizares qualquer coisa que não sejam peças de substituição de genuínas, podes comprometer a segurança, desempenho e garantia da tua bicicleta.

Um aviso acerca de fazer assistência à tua bicicleta

São necessárias ferramentas especiais e perícia para fazer a assistência à tua bicicleta. Se uma reparação ou afinação não estiver elencada neste manual, pela tua segurança, apenas a tua loja de bicicletas a deve fazer.

Lista de ferramentas sugerida

Estas ferramentas não são necessárias para todas as bicicletas.

- Chaves sextavadas de 2, 4, 5, 6, 8mm
- Chaves de boca de 9, 10, 15, 18 mm
- Chaves de luneta de 15, 18 mm
- Chaves de caixa e pontas de 14, 15 e 19mm
- Chave de aperto T25 Torx
- Chave de fendas Phillips nº1
- Kit de remendos de câmara de ar, bomba com manómetro e desmontas para os pneus
- Chave de aperto

⚠ **AVISO:** *Muitas assistências e reparações requerem conhecimentos e ferramentas especiais. Não comeces a fazer afinações ou manutenções na tua bicicleta até teres sabido junto da tua loja de bicicletas como é que o podes fazer. Recomendamos que reparações mecânicas significativas sejam executadas por um mecânico de bicicletas qualificado. Afinações ou assistências impróprias podem resultar em danos na bicicleta ou num acidente que pode causar lesões graves ou morte.*

A tua segurança depende da manutenção correta da tua bicicleta. Se uma reparação, afinação ou atualização de software não estiver especificamente elencada neste manual, pela tua segurança, apenas a tua loja de bicicletas a deve fazer.

Após qualquer reparação ou instalação de acessórios, faz uma verificação à tua bicicleta como explicado na secção **Antes de cada volta**.

Parquear, arrumar e transportar a tua bicicleta

Evita o roubo

Não estaciones a tua bicicleta a menos que esta fique presa a um objeto fixo com um cadeado resistente a torquês e serras. Para as e-bikes, bloqueia a bateria e remove o monitor de controlo, se aplicável.

Regista a tua bicicleta online (consultar secção **Registar a bicicleta**). Guarda o número de série neste manual e coloca-o num local seguro.

Estaciona ou arruma a tua bicicleta de forma segura

Estaciona a tua bicicleta onde não possa cair ou rolar. Qualquer queda pode causar danos à tua bicicleta ou à propriedade em volta da mesma.

A utilização incorreta de um encaixe de estacionamento de bicicleta pode dobrar as tuas rodas, danificar os cabos dos travões ou, no caso das e-bikes, danificar o sistema de cabos elétricos.

Não apoies a bicicleta em cima dos seus desviadores. O desviador traseiro pode dobrar-se ou a transmissão pode ficar suja.

Protege a tua bicicleta dos elementos, quando possível. A chuva, a neve, o granizo e até mesmo a incidência direta do sol podem danificar o quadro da tua bicicleta, o seu acabamento ou componentes.

Antes de arrumares a tua bicicleta por um período longo de tempo, limpa-a, faz-lhe uma manutenção e aplica polimento no quadro. Pendura a bicicleta acima do chão com os pneus com ar a cerca de metade da pressão recomendada.

Consulta o guia de início rápido ou o Manual Suplementar do Utilizador de Bicicleta Elétrica para um armazenamento correto da bateria.

Protege o acabamento da tua bicicleta

O acabamento ou pintura da tua bicicleta pode ser danificado por químicos (incluindo algumas bebidas desportivas) ou por contacto abrasivo. A terra pode arranhar ou remover a pintura (e até mesmo o material do quadro) especialmente onde passam os cabos ou onde está uma cinta em torno de um tubo. Utiliza protetores adesivos para evitar a fricção em pontos críticos.

Evita calor excessivo

O calor excessivo pode danificar as juntas dos componentes do quadro. Não exponhas a tua bicicleta a temperaturas superiores a 65°C. O interior de um carro estacionado ao sol pode atingir esta temperatura.

Utiliza com muito cuidado os porta-bagagens, as estações de trabalho, os atrelados e os rolos de treino.

Os mecanismos de aperto como os que se encontram numa estação de trabalho, num atrelado, num rolo de treino ou num reboque de criança podem causar danos aos quadros das bicicletas. Segue as instruções específicas do teu acessório para proteger a tua bicicleta

contra eventuais danos. Nem todas as bicicletas são compatíveis com um porta-bagagens, atrelado de bicicleta, etc... Se não tens a certeza, pergunta na tua loja de bicicletas.

⚠ **AVISO:** *A colocação de uma cadeira de criança na bicicleta adiciona peso e eleva o centro de gravidade, o que pode fazer com que a bicicleta demore mais tempo a parar, seja mais difícil de manobrar e possa tombar com maior facilidade. Não deixar as crianças desacompanhadas numa cadeira de bicicleta. Ter máximo cuidado no equilíbrio, na travagem e nas curvas quando estiver uma cadeira de criança instalada na bicicleta. Uma queda ou uma perda de controlo pode causar lesões graves ou mesmo a morte do ciclista ou da criança transportada.*

⚠ **AVISO:** *Alguns porta-bagagens não são compatíveis com a utilização de uma cadeira de criança. Em caso de dúvida, é melhor contactares a tua loja Electra.*

⚠ **AVISO:** *Os fabricantes de cadeiras de criança utilizam diferentes sistemas de fixação que podem ou não ser compatíveis com determinados porta-bagagens de bicicletas. Em caso de incerteza, é melhor contactar o fabricante da cadeira de criança.*

⚠ **AVISO:** *Um porta-bagagens incompatível pode ficar frouxo ou soltar-se inesperadamente, fazendo com que a criança caia ou entre em contacto com peças em movimento, o que pode causar lesões graves ou até a morte.*

Acondiciona cuidadosamente a tua bicicleta para transporte.

Uma bicicleta incorretamente acondicionada pode sofrer danos com facilidade em trânsito. Utiliza sempre uma caixa rígida ou cartão que vai proteger a tua bicicleta quando a embalas para transporte. Coloca calços de esponja em todos os tubos do quadro e da forqueta e utiliza um bloco rígido para proteger as pontas da forqueta e manter o suporte estrutural dos seus braços.

Existem também regras e considerações especiais quando acondicionas uma bicicleta elétrica para transporte. Se não tens a certeza do que estás a fazer, consulta o Manual Suplementar de Utilizador de Bicicleta Elétrica em electrabike.com ou pergunta na tua loja de bicicletas se podem acondicionar-te a bicicleta.

Manutenção

Os avanços tecnológicos tornaram as bicicletas e os seus componentes mais complexos e o ritmo da inovação está a aumentar. É impossível este manual fornecer toda a informação requerida para fazer uma reparação ou manutenção correta em todas as bicicletas.

Para ajudar a minimizar as possibilidades de acidente e possíveis lesões, é essencial que leves a tua bicicleta à loja para fazer quaisquer reparações ou serviços de manutenção não especificamente descritos neste manual.

Muitas variáveis, desde o teu estilo de pedalar até à tua localização geográfica, vão determinar os teus requisitos de manutenção. Quanto mais tempo negligenciares a manutenção, mais esta se torna essencial. A tua loja de bicicletas pode ajudar-te a decidir sobre os teus requisitos de manutenção.

Após a utilização inicial, as bicicletas devem ser verificadas. Por exemplo, os cabos ficam laços com a utilização e isso pode afetar a operação de travagem ou de engrenagem de mudanças. Aproximadamente dois meses após a compra da tua nova bicicleta, leva-a à tua loja para uma inspeção integral. Leva a tua bicicleta à loja e faz uma verificação anual completa, mesmo que não tenhas pedalado muito.

Antes de cada volta, faz uma inspeção como mencionado na secção **Antes de cada volta**.

Inspeção

Como elencado no calendário de Manutenção, executa as seguintes verificações e manutenções quando indicado.

Verifica os apertos

A tua nova bicicleta saiu da loja com os parafusos e conexões devidamente apertados, mas esses parafusos e conexões ganham folga com o decorrer do tempo. Isso é normal. É importante a sua verificação e ajuste de acordo com as especificações de aperto indicadas.

Conhece as tuas especificações de aperto

O torque é uma medida de aperto de um parafuso ou porca.

Demasiado torque pode tensionar, deformar ou partir um parafuso (ou a zona onde este aperta). Torque a menos pode permitir que a peça se mova e pode causar fadiga ou quebra do parafuso (ou a da zona onde este aperta).

A utilização de uma chave de torque é o único método fiável de determinar o aperto correto. Se não tiveres uma chave de torque, não podes fazer uma inspeção correta dos apertos e deves ir à tua loja de bicicletas.

A especificação de torque encontra-se muitas vezes escrita perto do parafuso ou da peça. Se uma peça não incluir especificações, consulta a secção de **Assistência** em electrabike.com, ou vai à tua loja de bicicletas. Não deve demorar mais do que apenas uns minutos a fazer as seguintes verificações e, se necessário, os ajustes necessários às especificações de torque corretas.

- Parafuso(s) da braçadeira do selim
- Parafuso da braçadeira do espigão
- Parafusos do avanço
- Parafusos da conexão dos manípulos de mudanças
- Parafusos de conexão das manetes de travão
- Parafusos dos travões, dianteiro e traseiro, incluindo qualquer parafuso que fixe um terminal de espiral de cabos.

Guiador

Verifica:

- Que os punhos do guiador estão bem fixos (não devem mexer-se ou rodar).
- Se quaisquer extensores do guiador ou terminais estão corretamente posicionados e fixos e que os tampos do guiador estão fixos.

⚠ **AVISO:** *Uma lateral do guiador que não tenha um terminal ou que não esteja coberta pelo punho pode cortar o ciclista em caso de acidente. Os pais devem inspecionar regularmente a bicicleta da criança e substituir os punhos em falta ou danificados.*

Quadro e forqueta

Examina o teu quadro e forqueta, especialmente perto das junções, das zonas com abraçadeiras ou ligações.

Procura à vista e ao toque por sinais de fadiga: entalhes, fissuras, arranhões, deformação, descoloração, ruídos incomuns (ex: corrente a bater ou travões em fricção durante a aceleração). Se detetares alguns destes sinais, contacta a tua loja de bicicletas antes de voltares a pedalar na bicicleta novamente.

Travões

Verifica se os calços dos travões apresentam sinais de desgaste.

- Travões de aro: Se os sulcos da superfície do calço tiverem menos de 2mm de profundidade (ou 1mm e profundidades para travões de tração direta), substitui os calços de travão.
- Travões de disco: Substitui as pastilhas com menos de 1mm de espessura
- Rotores dos travões de disco: Verifica a espessura/desgaste do rotor. A espessura mínima consta frequentemente no disco.

Rodas e pneus

Verifica os pneus e procura por danos e zonas com desgaste. À medida que um pneu fica mais gasto, pode ficar mais suscetível de furar. Se houver um corte que perfure o revestimento ou se a malha do revestimento estiver visível através do revestimento, substitui o pneu.

A tua loja de bicicletas deve arranjar ou substituir os raios com folga ou danificados.

Uma palavra acerca do desgaste do aro. Os calços de travão removem material quando aplicas os travões. Se os travões removerem demasiado material ao longo do tempo, o aro pode enfraquecer e partir. Sinais de desgaste em aros de alumínio:

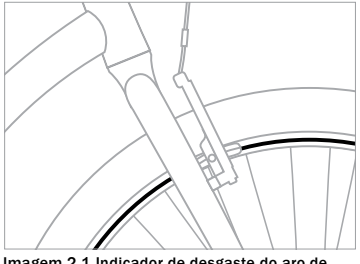


Imagem 2.1 Indicador de desgaste do aro de alumínio.

• Um sulco superficial em trono da circunferência do aro (Imagem 2.1). Se o sulco já não for visível em nenhum lado, substitui o aro.

• Um ponto no aro tipicamente perto da válvula de enchimento. Se este indicador estiver gasto de forma a que o ponto já não seja visível, substitui o aro.

Se o cubo parecer folgado ou fizer um ruído fora do comum, os teus rolamentos podem estar a precisar de atenção. Os rolamentos devem ser ajustados apenas na tua loja de bicicletas.

Desviadores

Engrena as mudanças em todas as combinações da cremalheira para te certificares que os desviadores funcionam correta e suavemente e que a corrente não salta.

Pedais

Abana os pedais para te certificares que estão bem presos aos cranques do pedaleiro. Roda os pedais nos cranques do pedaleiro. Se os pedais não girarem com suavidade, vai à tua loja de bicicletas para ajustar os rolamentos dos pedais.

Se necessário, aperta os pedais. O pedal direito enrosca na direção usual. O pedal esquerdo enrosca para a esquerda. Vai à tua loja para apertares os pedais com o torque correto.

Pedaleiro

Coloca tensão nos braços do pedaleiro no sentido oposto um do outro e gira o pedaleiro (prato pedaleiro) com a roda traseira no ar.

Se o pedaleiro parecer ou soar solto, ou se ouvires um ruído fora do comum quando giras o pedaleiro, não pedales a tua bicicleta. O eixo pedaleiro (o sistema de rolamentos que permite que os braços do pedaleiro girem no quadro) pode precisar de ajuste.

Se a tua inspeção evidenciar que a bicicleta precisa de manutenção, vai à secção **Assistência** em electrabike. com ou vai à tua loja de bicicletas para assistência. Os rolamentos devem ser ajustados apenas na tua loja de bicicletas.

Corrente

Verifica a corrente e procura pinos de ligação rígidos ou desgaste e sujidade. Limpa e lubrifica a corrente (consulta a secção **Cinco reparações fáceis**).

Acessórios

Verifica todos os acessórios e certifica-te que estão corretamente conectados.

Algumas bicicletas incluem acessórios, como descanso, ou tu podes acrescentar alguns depois. Consulta a secção de **Assistência** no nosso site para mais instruções sobre o funcionamento e manutenção ou segue as instruções que acompanham os teus acessórios.

Cabos

Verifica se os cabos têm problemas: dobras, ferrugem, filamentos partidos ou pontas desfiadas. Os cabos devem ter terminais para evitar que se desfiem. Verifica também as espirais dos cabos e procura filamentos de fio soltos, pontas dobradas, cortes e zonas desgastadas. Se houver algum problema com um cabo ou espiral, não pedales na tua bicicleta. A menos que te sintas confortável em ajustar os teus cabos, leva a bicicleta à tua loja para assistência.

Bicicletas elétricas

Verifica se há danos em todos os fios e conectores. Verifica o funcionamento do sistema. Verifica se há danos na base do controlador. Verifica o funcionamento de todas as luzes e buzina (se aplicável).

Guarda-lamas

Ao montares um guarda-lamas dianteiro, cobre os primeiros passos de rosca dos parafusos com cola Loctite Blue 242 (ou semelhante) em cada instalação.

Isto aplica-se a todos os parafusos de instalação nas forquetas: à frente, atrás ou debaixo da coroa da forqueta (Figura 2.1.1).

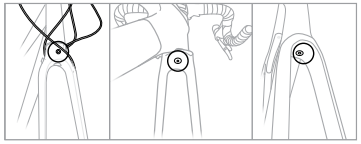


Imagem 2.1.1 Localização dos parafusos de montagem do guarda-lamas dianteiro. Da esquerda para a direita: à frente, atrás, debaixo da coroa.

⚠ **AVISO:** *Na reinstalação de um guarda-lamas, certificar que usa o(s) parafuso(s) fornecido com a bicicleta ou com o guarda-lamas. Estes parafusos têm uma dimensão e capacidade de bloqueio específicos. Não usar estes parafusos pode resultar no desaperto do guarda-lamas e causar uma travagem brusca se este entrar em contacto com o pneu.*

⚠ **AVISO:** *Os parafusos da parte superior do guarda-lamas podem ficar soltos. Para evitar que os parafusos superiores se desapertem, cobre os primeiros passos de rosca dos mesmos com cola Loctite Blue 242 (ou semelhante) em cada instalação. Não usar cola pode resultar no desaperto do guarda-lamas e causar uma travagem brusca se este entrar em contacto com o pneu.*

Cinco reparações fáceis que todos os ciclistas devem saber fazer

Sabemos que nem toda a gente tem inclinação para a mecânica... mas todos os ciclistas devem dominar estas cinco competências básicas. Elencamos os destaques abaixo.

1. Verifica os teus pneus

Os pneus cheios com a pressão certa contribuem para uma volta agradável. A verificação dos teus pneus no que respeita à inflação e desgaste é o nosso primeiro passo para melhorar o desempenho da tua bicicleta.

Verifica a pressão dos pneus

Utiliza um manómetro de pneus ou uma bomba com manómetro para verificares a pressão dos pneus.

Encher ou esvaziar os pneus

Utiliza uma bomba de mão para encher os pneus com a pressão recomendada na lateral do pneu ou no aro, a que for mais baixa. Certifica-te de que a tua bomba é compatível com as válvulas: Presta ou Schrader (ver Imagem 2.2).

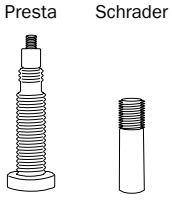


Imagem 2.2

Com uma válvula Presta, tens que folgar a cabeça da válvula com duas rotações antes de encheres o pneu.

Não enchas demais os pneus. Se o pneu ficar com mais pressão do que a variação recomendada, solta ar e volta a verificar a pressão.

***NOTA:** É melhor utilizares uma bomba de mão ou de pé do que a de uma estação de serviço ou um compressor elétrico. As duas últimas opções têm maior probabilidade de permitir encher demais, o que pode causar o rebentamento do pneu.*

PSI	BAR	kPA
35	2,41	241
40	2,76	276
45	3,10	310
50	3,45	345
55	3,79	379
60	4,14	414
65	4,48	448
70	4,83	483
75	5,17	517

2. Lavar a bicicleta

Sabe simplesmente melhor pedalar numa bicicleta limpa. Não tem apenas um melhor aspeto, como também acrescenta tempo de vida à bicicleta. A atenção constante aos detalhes da bicicleta vai fazer com que te mantenhas atualizado também com as manutenções.

Tudo o que precisas é de uma mangueira de água, de um balde, de sabão suave, de uma escova suave e de uma toalha.

Molha a bicicleta com a mangueira, depois trabalha com a escova desde o topo da bicicleta para baixo utilizando água ensaboada em abundância. Enxagua o sabão e limpa-a de cima para baixo.

***AVISO:** A água projetada a alta pressão pode danificar os componentes da bicicleta. Não limpas a tua bicicleta com uma ponteira de alta pressão. A água projetada a alta pressão pode também ensopar os conectores elétricos, motores, controladores e outros componentes do sistema elétrico.*

3. Desengordura e lubrifica a corrente

A correta lubrificação vai manter a tua corrente a funcionar suave e silenciosamente e vai prolongar também a sua duração. Recomendamos que limpes (desengordures) a corrente antes de a lubrificares.

Desengordurar

É um trabalho sujo, pelo que é melhor não utilizares a tua roupa de gala. Vais precisar de um desengordurante específico para bicicletas (uma opção biodegradável é bem pensada). Há ferramentas próprias para limpar a corrente, mas podes também usar uma escova de dentes.

Aplica o desengordurante com uma escova de dentes ou com uma ferramenta específica para limpar correntes ao longo da zona inferior da corrente e pedala para trás. Após desengordurares, lava a corrente com água ensaboada e uma escova, enxagua e limpa e deixa-a secar.

⚠ **AVISO:** *Não deixes cair lubrificante nas pistas de travagem dos aros ou nos rotores dos travões de disco. O lubrificante nas superfícies de travagem pode causar a diminuição da função de travagem e aumentar a possibilidade de um acidente ou lesão. Limpa qualquer resíduo de lubrificante que contacte com superfícies de travagem.*

Lubrificante

Utiliza um lubrificante específico para correntes de bicicletas. Aplica lubrificante em cada pino à medida que rodas a corrente para trás. Limpa o excesso de lubrificante.

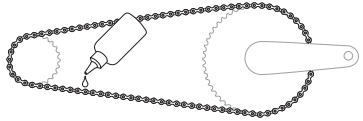


Imagem 2.3: Aplica lubrificante na zona inferior da corrente.

***DICA:** Aplica o lubrificante ao longo da zona inferior da corrente colocando um pano por baixo da mesma. Isto vai evitar que o lubrificante pingue para as escoras inferiores (quadro) ou roda e torna o processo um pouco menos sujo.*

4. Remover e substituir as tuas rodas

⚠ **AVISO:** *Se tens uma e-bike ou a tua bicicleta está equipada com um travão de cubo ou se tem um cubo traseiro de mudanças internas, não tentes remover a roda. A remoção e reinstalação da maioria dos travões de cubo e cubos de mudanças internas requerem conhecimento específico. A remoção ou montagem incorreta pode resultar na falha dos travões ou das mudanças, o que pode fazer com que percas controlo e caias.*

NOTA: *Se tens travões de disco, tem cuidado para não pressionar as manetes dos travões após removeres as rodas. Isso pode fechar as pastilhas de travão e dificultar a reposição do rotor entre as pastilhas.*

Remover a roda traseira

1. Coloca as mudanças na engrenagem mais pequena da cassete. Se tiveres travões de aro, abre o mecanismo de cabo de aperto rápido do travão traseiro para abrir os braços do travão.

2. Alivia o aperto rápido, as porcas ou eixo transversal da roda.

3. Agarra a estrutura do desviador e empurra para baixo, depois volta à posição inicial e desencaixa a roda dos dropouts.

4. Inclina a roda e remove a corrente da cassete. Coloca a roda e a bicicleta em baixo com as mudanças para cima.

Substituir a roda traseira

1. Posiciona-te por trás da bicicleta, com a roda entre os joelhos, agarra no desviador traseiro com a tua mão direita e puxa-o para trás e empurra para baixo certificando-te que o topo da corrente recai sobre a primeira (ou mais pequena) mudança da cassete. Certifica-te que o eixo da roda se ajusta ao quadro da bicicleta.

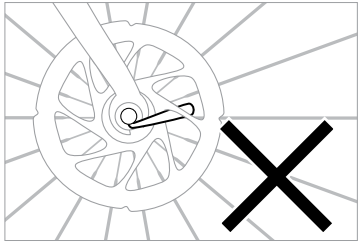


Imagem 2.4

2. Ajusta o aperto rápido certificando-te que está corretamente posicionado dentro dos dropouts e fechado. Se o aperto rápido não estiver corretamente fechado (alinhado com a escora do lado da transmissão), a manete pode interferir com o rotor dos travões de disco (Imagem 2.4).

3. Reposiciona o mecanismo de cabo de aperto rápido do travão traseiro (travões de aro) e está feito.

AVISO: *Um mecanismo de aperto rápido mal ajustado e mal apertado pode mover-se inesperadamente e apanhar os raios ou o rotor dos travões. Além disso, a roda pode soltar-se ou sair, parar de forma repentina, diminuir o teu controlo e causar uma queda. Certifica-te de que a manete do aperto rápido está corretamente posicionada nos dropouts e bem fechada antes de ires pedalar na tua bicicleta.*

Consulta as páginas 16 e 17 para informações mais completas sobre o aperto rápido.

5. Remover e substituir o pneu

Estas instruções estão escritas para sistemas de pneus padrão com câmaras de ar. Para outro tipo de pneu, consulta a tua loja de bicicletas.

Remover o pneu da roda

1. Esvazia a câmara de ar e alivia o tampo da válvula (válvula Presta).

2. Solta o pneu do aro.

3. Utiliza as tuas mãos ou desmontas para remover o pneu de um dos lados do aro. Não utilizes um objeto afiado, como uma chave de fendas, para remover o pneu.

4. Com um dos lados do pneu removido, podes aceder ao seu interior e retirar a câmara de ar.

5. Para retirar completamente o pneu utiliza as tuas mãos ou desmontas para remover o outro lado do pneu do aro.

CAPÍTULO 3

Referência

52 Conteúdos adicionais
54 Glossários de termos de ciclismo

Conteúdos adicionais

Este manual básico é apenas o início. Aqui fica alguma informação adicional para ajudar a apoiar a diversão a andar de bicicleta.

Vídeos de Como-Fazer

A Electra dispõe do seu próprio canal de YouTube em youtube.com/user/ElectraBicycle e aqui encontras muitos e úteis vídeos de “como fazer”.

Responsabilidade Social

PessoasPelasBicicletas (PeopleForBikes)

peopleforbikes.org

PessoasPelasBicicletas (PeopleForBikes) tem como objetivo fazer com que pedalar seja melhor para todos. Ao colaborar com milhões de ciclistas individuais, negócios, líderes das comunidades e representantes eleitos, eles unem as pessoas e criam uma voz poderosa e unida que defende o ciclismo e os seus benefícios.

World Bicycle Relief

worldbicyclerelief.org

Esta organização fornece bicicletas que são especial e localmente concebidas e montadas em toda a África rural através de programas sustentáveis que visam estimular a aquisição de uma bicicleta através dos estudos e do trabalho.

DreamBikes

dream-bikes.org

A DreamBikes é uma organização não lucrativa que contrata e forma adolescentes de bairros desfavorecidos para arranjarem e vender bicicletas usadas.

Trek 100

trek100.org

O Trek 100 é um evento ciclístico de caridade que tem lugar anualmente no quartel-geral mundial da Trek Bicycle em Waterloo, Wisconsin. Os fundos angariados revertem a favor da organização Atletas do Centro-Oeste Contra o Cancro Infantil (Fundo Midwest Athletes Against Childhood Cancer - MACC)

NICA

nationalmtb.org

A Associação Nacional de Ciclismo Interescolar (National Interscholastic Cycling Association - NICA) desenvolve programas de ciclismo de montanha para estudantes-atletas, oferecendo aconselhamento e liderança para comunidades e treinadores.

Garantia

Garantia Limitada Electra

Não te preocupes, estás coberto por nós.

Todas as bicicletas Electra estão abrangidas por uma garantia vitalícia limitada contra defeitos de fabrico e garante a substituição dos componentes das bicicletas Electra com defeito no material e/ou construção. Para leres o texto integral da garantia vai a electrabike.com/warranty.

Primeiro o mais importante

Entra em contacto com um revendedor ou distribuidor Electra autorizado para apresentar uma reclamação de garantia. É necessário o comprovativo de compra.

Glossários de termos de ciclismo

Talão
A parte do pneu que encaixa no aro da roda.

Extensores de guiador
Extensões perpendiculares colocadas nos terminais dos guiadores retos para proporcionar posições de mãos adicionais.

Bicicletas partilhadas
É um sistema de tráfego urbano divertido e acessível em que os utilizadores alugam bicicletas para deslocações curtas, fazendo a sua recolha e entrega em estações designadas.

Motricidade ou movimento corporal
Destacar o movimento dos teus pés e pernas com cores contrastantes para melhorar a tua visibilidade. Utiliza a fluorescência durante o dia e a refletividade à noite.

Cadência
O ritmo de pedalada dos ciclistas (em rotações por minuto)

Capitão
O ciclista de um tandem que manobra a direção (engrena mudanças, trava). Também pode ser piloto.

Proteção de corrente
Estrutura em volta da corrente.

Lado da transmissão
Refere-se ao lado da bicicleta onde estão situados a corrente e os restantes componentes da transmissão.

Transmissão
O sistema que transfere a potência da pedalada para as rodas. Os componentes incluem pedaleiro, pratos pedaleiros e corrente (ou cinta), assim como desviadores e uma cassete nas bicicletas com mudanças.

Dropout - Ponteira
Pequeno entalhe no quadro da bicicleta onde a escora do assento (superior) se junta com a escora da transmissão (inferior). O aperto-rápido ou eixo assenta nos dropouts.

Dínamo de cubo
Um pequeno gerador elétrico inserido no cubo da roda de uma bicicleta que é normalmente utilizado para fornecer energia às luzes.

Assistência e-bike
Uma e-bike amplifica a potência da tua pedalada com um motor e bateria. Quando estás em andamento, o motor só funciona quando estás a pedalar.

Fat Bike
Uma bicicleta de montanha robusta e capaz concebida para acomodar pneus extra-largos e concebida para andar em qualquer tipo de terreno que te esteja a apetecer.

Quadro
O quadro da bicicleta e a forqueta

High-vis
Diminutivo em inglês para alta-visibilidade O equipamento e vestuário de alta visibilidade aumentam a possibilidade de os ciclistas serem detetados.

Mobilidade
Uma bicicleta de estilo versátil que combina traços das bicicletas de estrada e de montanha. Adequa-se às ruas da cidade assim como aos caminhos em gravilha, mas não se destina a uma utilização intensa em todo-o-terreno.

Alforges
Um saco ou similar acoplado ao quadro, guiador ou no porta-bagagens traseiro acima das rodas da bicicleta.

Desengate rápido
Um mecanismo de conexão da roda à bicicleta Consiste num eixo roscado numa ponta e com um came operado através de uma manete na outra.

Pedalar afinado
Afinação para uma ótima sensação a pedalar.

Arranhões da estrada
Abrasões na pele causados por deslizar no asfalto durante um acidente.

Single-speed
Uma bonita e simples bicicleta: roda livre de apenas uma velocidade, sem mudanças.

Singletrack
Um trilho com largura para apenas uma bicicleta passar.

Coluna de direção
A parte da forqueta que é inserida no tubo da caixa de direção do quadro. Utilizado para conectar a forqueta ao quadro utilizando uma caixa de direção.

Step-Thru - Quadro com tubo superior rebaixado
Um tipo de quadro de bicicleta com o tubo superior rebaixado ou inexistente (também conhecido como quadro aberto ou quadro low-step).

Passageiro
O ciclista que vai atrás num tandem.

Tandem
Uma bicicleta concebida para dois.

Eixo passante
Uma alternativa ao eixo de aperto rápido. O eixo passante desliza por entre dois orifícios com dropouts fechados. É um eixo mais forte e resistente que há muito tempo é o padrão para as rodas das bicicletas de montanha.

Cavalinho
Levantar a roda da frente da bicicleta no ar e andar somente com a roda traseira no chão.

Sede da Electra

EUA
Electra Bicycle Company
1010 S. Coast Hwy 101 Ste. 101
Encinitas, CA 92024
Apoio ao Cliente 800-261-1644
electrabike.com

Reino Unido
Trek Bicycle Corporation Ltd.
9 Sherbourne Drive, Tilbrook,
Milton Keynes, MK7 8HX

Europa
Bikeurope BV
Ceintuurbaan 2-20C
3847 LG Harderwijk, The Netherlands
electrabike.com

Garantia vitalícia limitada

For more, go to electrabike.com.

AR للمزيد من المعلومات، قم بزيارة موقع electrabike.com.

CS Více informací naleznete na stránce electrabike.com.

DA Få mere at vide på electrabike.com.

DE Weitere Informationen findest du auf electrabike.com.

EL Για περισσότερες πληροφορίες, μεταβείτε στον ιστότοπο electrabike.com.

ESES Para más información, entra en electrabike.com.

ESMX Para más información, ir a electrabike.com.

FI Lisätietoja saat electrabike.com-sivustolta.

FR Pour en savoir plus, rendez-vous sur electrabike.com.

HE לקבלת מידע נוסף, עבור אל electrabike.com.

HR Saznajte više na electrabike.com.

HU További információért látogasson el az electrabike.com oldalra.

IT Per scoprire di più, vai su electrabike.com.

JP 詳しくは、electrabike.comをご覧ください。

KO 더 자세한 사항은, electrabike.com을 방문하시기 바랍니다.

NO For mer, gå til electrabike.com.

NL Voor meer informatie, ga naar electrabike.com.

PL Więcej informacji znajduje się na stronie electrabike.com.

PTBR Para maiores informações, acesse electrabike.com.

PTPT Para mais informações, vai a electrabike.com.

RU Подробнее см. на веб-сайте electrabike.com.

SK Viac nájdete na stránke electrabike.com.

SL Več informacij najdete na electrabike.com.

SV Mer information finns på electrabike.com.

UK Щоб дізнатися більше, відвідайте веб-сайт electrabike.com.

ZH 欲了解更多信息，请浏览electrabike.com。

To see this manual in your language, go to electrabike.com

AR لقراءة هذا الدليل بلغتك، قم بزيارة موقع electrabike.com.

CS Tuto příručku ve svém jazyce naleznete na stránce electrabike.com.

DA Du kan se denne brugervejledning på andre sprog på electrabike.com.

DE Auf electrabike.com findest du dieses Handbuch in deiner Sprache.

EL Για να διαβάσετε αυτό το εγχειρίδιο στη γλώσσα σας, μεταβείτε στον ιστότοπο electrabike.com.

ESES Para consultar este manual en tu idioma, entra en electrabike.com.

ESMX Para ver este manual en tu idioma, entra en electrabike.com.

FI Löydät tämän oppaan omalla kielelläsi osoitteesta electrabike.com.

FR Pour consulter ce manuel dans votre langue, rendez-vous sur electrabike.com.

HE כדי לראות מדריך זה בשפה שלך, עבור לדף electrabike.com.

HR Kako biste ovaj priručnik otvorili na svom jeziku idite na electrabike.com.

HU A kézikönyv saját nyelvén való megtekintéséhez látogasson el az electrabike.com oldalra.

IT Per leggere questo manuale nella tua lingua, vai su electrabike.com.

JP あなたの言語でこのマニュアルを読むには、electrabike.comをご覧ください。

KO 해당 설명서를 자국어로 보려면, electrabike.com을 방문하시기 바랍니다.

NO For å se denne håndboken i ditt språk, gå til electrabike.com.

NL Om deze handleiding in uw eigen taal te lezen, ga naar electrabike.com.

PL Aby znaleźć tę instrukcję w swoim języku, odwiedź stronę electrabike.com.

PTBR Para ver este manual em seu idioma, acesse electrabike.com.

PTPT Para consultar este manual no teu idioma, vai a electrabike.com.

RU Для просмотра этого руководства на вашем языке перейдите на страницу electrabike.com.

SK Na zobrazenie tejto príručky vo vašom jazyku prejdite na stránku electrabike.com.

SL Če želite prebrati ta priročnik v svojem jeziku, pojdite na electrabike.com.

SV Gå till electrabike.com om du vill läsa bruksanvisningen på ditt eget språk.

UK Цей посібник з експлуатації вашою мовою доступний на веб-сайті electrabike.com.

ZH 要查看您所用语言版本的本手册，请浏览 electrabike.com.

Electra Bicycle Company® | Apoio ao Cliente +1-800-261-1644 | electrabike.com
1010 S. Coast Highway 101, Ste. 101, Encinitas, CA 92024, USA
Electra Bicycle Company® GmbH, Falkenried 29, 20251 Hamburgo, Alemanha
© 2019 Electra Bicycle Company