



Casco, giubbotto riflettente & co. Ben equipaggiati in bici, e-bike e moto

Niente carrozzeria, assorbimento degli urti ridotto: in bici, e-bike, mountain bike o moto anche il minimo errore può avere conseguenze dolorose. Proteggetevi con l'equipaggiamento giusto. Dalla testa ai piedi.

Un equipaggiamento di protezione adeguato per cicliste e ciclisti, e-biker e mountain biker nonché centaure e centauri è di vitale importanza poiché in caso di incidente sono particolarmente esposti.

Fondamentale: il casco va indossato tutte le volte, anche nei tragitti più brevi. Il casco bici, ad esempio, è in grado di dimezzare il rischio di lesioni alla testa in caso di incidente.

Per chi pratica il mountain biking, su percorsi e trail occorre un equipaggiamento supplementare. Gli occhiali da sport prevengono lesioni agli occhi dovute a eventuali detriti volanti, e i guanti a dita intere proteggono le mani in caso di caduta. Sulle discese più impegnative nei bikepark sono raccomandati paragoniti, paraginocchia e paraschiena.

In moto, guanti e abbigliamento specifico in materiale resistente all'abrasione con protettori integrati offrono una protezione supplementare. Si raccomanda inoltre l'uso di abbigliamento con airbag integrato. E per completare l'equipaggiamento: stivali da moto robusti.

Se inoltre ti rendi ben visibile in strada, riduci il rischio di collisione con altri utenti della strada. L'equipaggiamento di protezione, i vestiti dai colori vivaci, gli elementi rifrangenti e circolare con le luci accese ti rendono più visibile, così come un giubbotto riflettente. Di giorno e di notte.

I consigli più importanti

- Indossa un **casco bici o un casco moto**.
- In **mountain bike** completa l'equipaggiamento con occhiali protettivi, guanti a dita intere e protettori.
- In **motocicletta** guanti, abbigliamento e stivali speciali offrono una protezione ancora maggiore.
- Per una visibilità migliore indossa un **giubbotto riflettente**.

Desideri andare ancora più sul sicuro? In tal caso, alla pagina upi.ch/casco-bici scopri le caratteristiche di un casco bici sicuro. Se vuoi sapere tutto sul mountain biking in sicurezza, visita upi.ch/mountainbike. Per conoscere i dettagli sull'equipaggiamento moto più sicuro, vai su upi.ch/equipaggiamento-moto. E tutto sulla sicurezza in bici ed e-bike lo trovi su upi.ch/bici-ed-bike.

