



Helm, Handschuhe & Co. Gut ausgerüstet auf Velo, E-Bike und Motorrad

Kein Blech, keine Knautschzone: Auf dem Velo, E-Bike, Mountainbike oder Motorrad kann schon der kleinste Ausrutscher schmerzhaft Folgen haben. Schützen Sie sich mit der richtigen Ausrüstung von Kopf bis Fuss.

Die richtige Schutzausrüstung ist für Velofahrerinnen, E-Biker und Mountainbikerinnen sowie Motorradfahrer überlebenswichtig. Denn sie sind bei einem Unfall besonders exponiert.

Ganz zentral: Der Helm. Er gehört bei jeder Fahrt auf den Kopf. Ein Velohelm beispielsweise halbiert das Risiko einer Kopfverletzung bei einem Unfall.

Wer mit dem Mountainbike auf Touren und Trails geht, braucht noch etwas mehr Ausrüstung. Eine Sportbrille schützt vor herumfliegenden Fremdkörpern. Langfingerhandschuhe schützen die ganze Hand bei einem Sturz. Und auf anspruchsvollen Abfahrten sind Knie- und Ellbogenschoner sowie Rückenpanzer sinnvoll.

Zusätzlicher Schutz ist auch auf dem Motorrad gefragt. Spezielle Handschuhe und Bekleidung aus abriebfestem Material mit integrierten Protektoren bieten optimalen Schutz. Stabile Motorradstiefel komplettieren das Outfit.

Wer sich immer gut sichtbar macht, sorgt für noch mehr Sicherheit: helle Kleidung und Leuchtweste tragen und Licht an – auch am Tag. Das schützt zwar nicht bei einem Sturz, reduziert aber das Risiko, dass es zu einer Kollision mit anderen Verkehrsteilnehmenden kommt.

Die wichtigsten Tipps:

- **Velo- oder Motorradhelm** tragen.
- Auf dem **Mountainbike** gehören zusätzlich **Schutzbrille, Langfingerhandschuhe und Protektoren** dazu.
- Auf dem **Motorrad** bieten **Handschuhe, Spezialstiefel und Motorradbekleidung** noch mehr Schutz.
- Für mehr Sichtbarkeit eine **Leuchtweste** tragen.

Noch mehr Sicherheit gefällig? Auf bfu.ch/velohelm erfahren Sie, was einen sicheren Velohelm ausmacht. Wer alles über sicheres Mountainbiken erfahren möchte, wird auf bfu.ch/mountainbike fündig. Und für alle, die im Detail wissen wollen, welche Motorradausrüstung sicher ist, gibts auf bfu.ch/motorradausruestung alle Infos.