COMO USAR CORRECTAMENTE LOS CAMBIOS DE UNA E-BIKE

La potencia de más que tienen las ebikes incide en la transmisión. Aprender a cambiar de la manera más adecuada, nos ayudará a pedalear con más naturalidad, a preservar nuestra transmisión y puede mejorar la autonomía de la batería.

Puede que te hayas dado cuenta que en la e-bike no se hace **uso del cambio de la misma manera que en una bici convencional**. Hay que tener en cuenta que en la ebike tienes asistencia de motor, que hace que **puedas pedalear con piñones más pequeños del *cassette***. De este modo de uso, si no llevas la cadencia adecuada, **provocarás un desgaste mayor en todos los componentes de transimisión**, además de hacer un gasto mayor de batería y el esfuerzo del usuario es mayor.

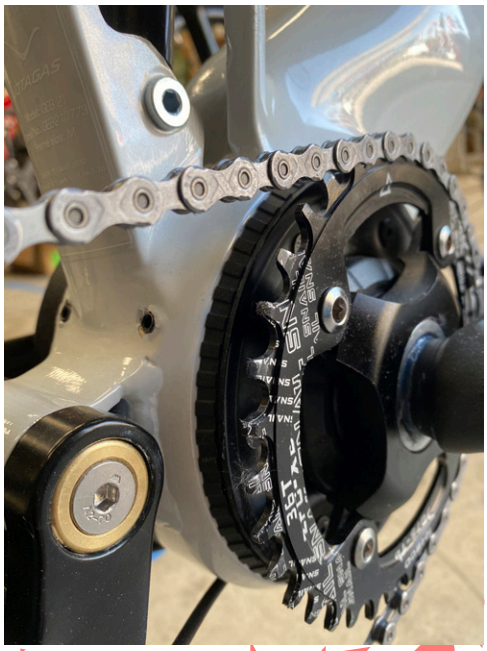
Para **usar de manera adecuada la transmisión de la e-bike, es haciendo uso de ello igual que en la bicicleta convencional**. Uno de los errores más comunes a la hora de hacer uso del cambio de la e-bike, es **usar cadencias demasiado bajas, es decir usar piñones muy pequeños y dejar que sea el motor que trabaje a la hora de aportar energía a la pedalada.**

Si pedaleas igual que en una bicicleta convencional, se hará en **una cadencia mayor, usando piñones más grandes, bajando la entrega de potencia del motor, conseguiendo así ahorro de batería y el desgaste de los componentes será menor**. Shimano, recientemente, presentaba su gama de componente DEORE XT, gama específica para e-bikes, consiguiendo en ello evitar el desgaste permaturo de las transmisiones de las e-bikes. Esto afecta directamente a la manera de utilizar los modos de asistencia. Si se hace uso de los cambios de la e-bike, de la misma manera que se hace uso en tu bicicleta normal. Normalmente, **con el modo eco o el modo de menor asistencia de la e-bike,**

se podrá pedalear de manera muy similar a como se hace en una bicicleta convencional. Es importante hacer **uso de los modos para que te aporten la potencia extra cuando se necesita**, pero hay que tener en cuenta que el uso de los modos **no condicione al uso del cambio**. Muchos usuarios, suben el modo de asistencia sin cambiar el piñon que están usando, lo que hace que si que aumenta la potencia de entrega del motor, pero **baja la cadencia y esto implica una mayor tensión y desgaste de la cadena, junto con todos los componentes de la transmisión**.

Se debe aprovechar de la **versatilidad de los modos de potencia de la e-bike** y ayudarse de una cadencia alta. Esto ayudara no solo a pedalear con mayor naturalidad, si no que, se **generará menos gasto de batería y los componentes de transmisión no sufriran tanto.**

Si se hace uso del **modo máxima asistencia** va a ocasionar no solo un **gran gasto de batería**, si no que además se estará usando más potencia de la necesaria. Los modos básicos aportan mucha **más potencia y son más eficientes en muchas ocasiones**. Por eso se debe subir el modo de asistencia cuando la cadencia empieza a bajar, en vez de seguir en el mismo modo y subir un par de piñones. Si se hace uso del modo turbo o el de máxima potencia de la e-bike continuamente, **los cambios no serán lo suficientemente suaves que deberían**, además de que se estará pedirá tanta potencia al motor, que la **batería se resentirá notablemente**.



Es muy importante que independientemente del modo que se use, l**a cadencia de la pedalada sea fluida** y esté codicionada por las condiciones e inclinación del terreno, más que de subir o bajar la potencia de asistencia del motor. Es decir, **en caso de subir una cuesta, se debe subir los piñones, del mismo modo que cuando se utiliza una bicicleta convencional**. Si se aplica constantemente esta norma **la pedalada será mucho más natural** y **se hará más uso del cambio y se abusará menos de la potencia del motor.**

Otro de los factores a tener en cuenta, es la potencia extra que da el propio motor, **puede ocasionar tirones en la cadena cuando se cambia de velocidad**. Se debe tener

en cuenta que cuando se cambia y el motor está asistiendo, no solo está las potencias de las piernas del usuario, **si no que se debe sumar la fuerza del motor**. Por eso es importante cambiar como si se usara una bicicleta convencional y se deba **acompañar el ciclo de la pedalada en el momento del cambio**, sin ejercer demasiada fuerda en los pedales. **Cuanto más alto el modo de asistencia más importante tenerlo en cuenta**. Esos tirones pueden ocasionar que la cadena pueda llegar a romperse, pero sobretodo va a generar un **mayor desgaste en la cadena, plato y *cassette***. Los ruidos que se producen a la hora de cambiar se pueden evitar en gran medida, **son mucho más llamativos que en una bicicleta convencional**.

Principales errores a la hora de hacer uso del cambio en una e-bike:

- Uso continuo de piñones pequeños con cadencia baja y modo de potencia alto.
- Aumentar el modo de asistencia, en vez de subir de piñones.
- La cadencia baja provoca un desgaste mayor en los componentes de transmisión
- Dejar que el motor asista, sin necesidad de cambiar de piñon.
- Uso de los modos demasiado potentes y no cambiar de piñon.

Consejos de como cambiar con mayor precisión en tu e-bike y alargar la vida de tu batería y componentes de transmisión:

- Cambiar de manera natural, con en una bicicleta convencional.
- Probar de subir piñones y no hacerlo en los modos de asistencia.
- Se hace un buen uso de los modos más básicos de asistencia con cadencias altas.
- No abusar de piñones pequeños, solo en caso de que la velocidad genere una buena cadencia.
- En la subida de cuestas, subir las velocidades del mismo modo que en una bicicleta convencional.
- Importante que el aporte de potencia por parte del usuario, mejora la autonomía de la batería