



Sternfahrt 2016 bei Kaiserwetter ... mit Wermutstropfen



Bericht
ab Seite 3



Hat sich Ihre Adresse geändert?

In diesem Fall bitten wir Sie, unsere Mitgliederverwaltung zu informieren.
ADFC e.V. · Postfach 107747 · 28077 Bremen
Oder ändern Sie Ihre Adresse direkt unter
www.adfc.de.

IN DIESER AUSGABE
Radverkehrspolitik

- Sternfahrt 03
 Autofreier Sonntag: Zwei Schritte vor
 und einer zurück 06
 Stadtradeln 07

Bericht

- Schmerzfrei Rad fahren 10
 Die Fahrradstaffel der Polizei
 Düsseldorf 18

Reise

- Op de Fiets naar Nijmegen 12
 Die Kunst zu reisen – Venedig
 und Hinterland 16

Technik

- Viel Kunststoff, wenig Stahl ->
 wenig Sicherheit 22

Vorgestellt

- Ein Engel möchte radfahren lernen
 Harriet D. Bruce-Annan, „African
 Angel“ aus Ghana 23
 CYCLES – Der Zweiradmechaniker-
 betrieb in Bilk 24

Nachrichten

26

Zum Schluss

- (K)ein Blick zurück 37

Wir über uns

38

aktuelle Übersicht zu
 Touren- und Termine:
www.adfc-duesseldorf.de

IMPRESSUM

Rad am Rhein

erscheint zweimal jährlich (im März und Juli). Kostenlose
 Zustellung an ADFC-Mitglieder. Kostenlos erhältlich bei
 Veranstaltungen des ADFC Düsseldorf e.V.

Herausgeber: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC)
 Düsseldorf e.V., Siemensstr. 46, 40227 Düsseldorf, e-mail:
info@adfc-duesseldorf.de

**(Der ADFC Düsseldorf e.V. ist gemeinnützig und Spenden
 sind steuerlich abzugsfähig.)**

SPARDA-Bank West eG., IBAN: DE89 3306 0592 0005 5208 27,
 BIC: GENODED1SPW

Redaktion: Edda Schindler-Matthes (verantwortlich);
 Redaktionsschluss für die März-Ausgabe: 24. Januar 2017

Anzeigen: ADFC Düsseldorf e.V., es gilt Preisliste 2013,
 Anzeigenschluss für die März-Ausgabe: 1. Februar 2017

Anzeigenverkauf: anzeigen@adfc-duesseldorf.de

Layout: Delia Birr

Auflage: Frühjahr 3.000, Sommer 5.000

Gesamtherstellung: Düssel-Druck & Verlag GmbH, Bilker
 Allee 21-23, Tel. 0211/39 50 23, Fax 0211/30 73 46, e-mail:
duessel-druck@t-online.de



zertifiziertes Papier aus Recyclingpapier und
 Frischfasern aus nachhaltiger Waldwirtschaft.

Gastartikel und Kommentare unter vollem Namen, Kommen-
 tare oder Briefe müssen nicht die Meinung des ADFC wieder-
 geben. Für unverlangte Manuskripte und Fotos keine Gewähr.
 Nachdruck nur mit Genehmigung des ADFC.

Quellennachweis: Der Quellennachweis für das Titelbild und
 von aus fremden Quellen bezogenen Fotos befindet sich auf
 S. 38.

ADFC Fahrrad★Sternfahrt NRW 2016

Kaiserwetter, Feststimmung auf dem Oberbilker Markt und Ärger über die verkürzte Route

Fühlte sich an wie der große Lottogewinn: Sternfahrt-Wetter vom Feinsten! Der Aufbau auf dem Oberbilker Markt also ein ungetrübtes Vergnügen - wenn auch nicht für jeden. Zwei unbelehrbar im Weg parkende Autos bekamen die Quittung dafür, dass sie die Hinweisschilder ignoriert hatten, in Gestalt des Abschleppwagens. Wie soll's auch anders gehen: Am Tag der Sternfahrt fordern wir Vorfahrt! Dass das nicht immer so umgesetzt wird, bekamen wir später allerdings noch zu spüren.

Unter dem Motto „Rauf aufs Rad – Räder für alle!“ demonstrierten am Sonntag, 8. Mai wieder über zweitausend RadfahrerInnen für ein fahrradfreundliches Nordrhein-Westfalen. Von Dortmund und Wuppertal, von Solingen, Essen, Bottrop, Duisburg,

Wesel und Geldern, von Wülfrath, Velbert, Remscheid, Leverkusen und Bergisch Gladbach, von Krefeld, Kaarst, Mönchengladbach, Jüchen, Grevenbroich, von Köln und Neuss - von rund 40 Startpunkten aus schwangen sich Radbegeisterte in den Sattel und folgten bei sommerlichen Temperaturen dem Ruf des ADFC Düsseldorf und des Landesverbandes NRW an den Rhein.

Treffpunkt für die große Düsseldorfer Abschlussrunde war erstmalig der Oberbilker Markt, verkehrsreich und kulturell bunt. Schön auch, weil die Nachbarn mitmachten: Die Gastronomie rund um den Platz bot Grillwürstchen, Getränke, Brötchen und Kuchen an. Eine Premiere gab's für die Stadt, die an

“
„Ein kleiner
Tritt für den
Menschen, ein
großer Schritt
für lebens-
werte Städte“

ihrem knallgrünen Fahrrad-Info-stand zum ersten Mal die Chance unserer Sternfahrt nutzte und mit vollen Händen das Material ihrer Radkampagne „RADschlag-Düsseldorf tritt an“ verteilte.

Das dürfte auch unseren Sternfahrt-Schirmherrn, Oberbürgermeister und ADFC-Mitglied Thomas Geisel gefreut haben! Er kam persönlich zum Start zur improvisierten Bühne auf den

Oberbilker Markt.

Der für 15 Uhr geplante Start war eine echte Herausforderung - viel Platz boten der Oberbilker Markt plus Puschkinplatz gegenüber nicht, und die verzögerte Abfahrt wegen eines noch fehlenden größeren Zubringer-Strangs stellte die Geduld >>





◀▲ Sternchenfahrt

der Radelnden auf die Probe. Entspannung gab's durch den Samba von „Rhythms of Resistance“, denen wir nochmals herzlich für ihren Einsatz danken. Und es gab Zeit satt zum Gucken, wer alles so mitfährt: „Origami“-LiebhaberInnen mit ihren Falträdern, Cruiser auf ihren tiefergelegten Bikes, Kinderanhänger (es gab sogar einen Mini-Beiwagen), Lastenräder jeden Typs - teils bestückt mit Musikanlagen - und erstmals auch eine Gruppe Flüchtlinge auf eigenen Rädern, erfolgreiche Absolventen des ADFC-Fahrtrainings. Wieder dabei auch eine Gruppe Gehörloser; der ADFC sorgte mit einer Gebärdendolmetscherin dafür, dass sie später der Abschlusskundgebung folgen konnte.

Sprüche an den Fahrrädern wie „Ein kleiner Tritt für den Menschen, ein großer Schritt für lebenswerte Städte“, „Benzin stinkt - Diesel auch“, „Am Stau vorbei, wir sind so frei“ und „tschüss Mama-Taxi“ machten deutlich, wohin die Forderungen der radelnden Bevölkerung gehen.

Highlights der Düsseldorfer Abschlussrunde waren die Fahrt über zwei Rheinbrücken und – als Premiere – die Fahrt durch den Köbogen-Tunnel. Dabei sollte es allerdings bleiben, die beliebte Fahrt durch den Rheinufertunnel wurde gestrichen.

Die Polizei hatte wegen paralleler Demonstrationen alle Hände voll zu tun, das bekam unsere Sternfahrt zu spüren. Auf der Hälfte der Strecke musste nach einer

langen und heißen Viertelstunde Wartezeit an der Oberkassler Brücke erneut entschieden werden, ob die Tour so wie angemeldet würde fortgesetzt werden können. Die abgesprochene Route lehnte die Polizei als nicht mehr durchführbar ab, Alternativen mit Rheinufertunnel-Durchfahrt, so hieß es, seien mit weiteren längeren Wartezeiten zwecks Straßensperrungen verbunden - unzumutbar. Letztlich blieb so nur die Variante, die Fahrrad-Demo zu halbieren und nach rund 8 Kilometer zum Oberbilker Markt zurückzukehren. Für die SternfahrerInnen aus Düsseldorf und besonders aus den umliegenden Städten eine herbe Enttäuschung,

▼ ADFC-Vorsitzende Iris Franke mit Jochen Konrad-Klein





SternfahrerInnen auf der Rampe der Rheinkniebrücke

die etliche kritische Fragen aufwirft – so beispielsweise nach dem gefühlten Vorrang eines möglichst ungestört fließenden Autoverkehrs vor unserer Fahrrad-Demo. Der ADFC Düsseldorf kündigte dazu Gespräche mit der Polizei an.

Mit dem Laufrad durch Oberbilk

Während die Großen Düsseldorf auf ihrer verkürzten Sternfahrt umrundeten, gaben die Jüngsten Gummi auf ihrem eigenen zwei Kilometer langen Rundkurs über die Ellerstraße und den Bürgerpark des Internationalen Handelszentrums. Mit großem Eifer und vielen Luftballons zeigten schon die Kleinsten auf ihren Laufrädern, was sie draufhaben – zwei Kilometer waren zu schaffen, begleitet von Fahrradpolizei und vielen Eltern, die

“*„Im Radfahren steckt ein riesiges Potenzial, für jeden persönlich wie auch für Tourismus, Klima und Arbeitsmarkt.“*

teils ihre liebe Mühe hatten, nebenher zu laufen. Entsprechend groß war der Stolz über die anschließend ausgegebenen Urkunden für die mehr als 30 SternCHENradlerInnen.

Wächst und wächst: Fahrradfahren als Bewegung und Wachstumsmarkt

Es zeigt sich: Radpolitisch ist einiges ins Rollen gekommen, wenn es auch neben Licht noch viel Schatten gibt. Die Politik

tut sich schwer mit einem autofreien Sonntag in der Landeshauptstadt, der Ausbau des Radhauptnetzes lässt noch kein Ergebnis sehen. Der Radschnellweg RS1 durch das Ruhrgebiet – wie überhaupt jegliche Planung von Radschnellwegen – wurde nicht in den Entwurf des neuen Bundesverkehrswegeplans aufgenommen; für den ADFC ist diese

Null-Investition nicht zukunftsfähig.

Positive Signale sind die neue städtische Sympathiekampagne „RADschlag - Düsseldorf tritt an“ und die erneute Teilnahme vieler Kommunen am „Stadtradeln“.

Auf der kleinen Kundgebungsbühne diskutierten ADFC-Verbände aus Düsseldorf, den Nachbarstädten und der Landesverband über Radfahren als große Bewegung – auch die „Critical Mass“ gehört dazu, spontane Radtouren größerer Gruppen durch ihre Städte. „Eins ist klar“, so Lerke Tyra, stellvertretende ADFC Düsseldorf-Vorsitzende und Sternfahrt-Koordinatorin: „Im Radfahren steckt ein riesiges Potenzial, für jeden persönlich wie auch für Tourismus, Klima und Arbeitsmarkt. Wir setzen uns weiter dafür ein, dass das Fahrrad endlich als gleichwertiges Verkehrsmittel anerkannt wird!“

Der nächste ADFC-Sternfahrtstermin NRW steht schon fest: Sonntag, 7. Mai 2017. ■

Lerke Tyra

▼ OB Thomas Geisel auf der Sternfahrt



▼ Fahrt durch den Köbogen-Tunnel





Zwei Schritte vor und einer zurück

ADFC Düsseldorf stellt Antrag auf autofreien Sonntag - Stadt tut sich noch schwer

Ein ungewöhnliches Foto in historischem Schwarzweiß, festgehalten vom NRZ-Fotograf Winfried Göllner 1973: Die Kö an einem - damals durch die Ölkrise erzwungenen - autofreien Sonntag, bevölkert nur von drei jungen radfahrenden Menschen, die spielerisch über die leere Straße kurven (auffälliges Detail am Rande: Parkuhren wohin man schaut).

Heute sind Benzin und Diesel so günstig wie seit Jahren nicht, der Markt ist mit preiswertem Öl überschwemmt und somit eine Knappheit kurzfristig nicht zu erwarten. Aber warum nicht unter neuen Vorzeichen und mit neuem Konzept einen jährlichen autofreien Sonntag initiieren? So die Idee des ADFC Düsseldorf.

Solche Aktionstage gibt es seit vielen Jahren überall auf der Welt, in zahlreichen Großstädten Europas ebenso wie in Deutschland, und erfreuen sich großer Beliebtheit.

Prominente Beispiele - der Stadtraum lockt!

Nach erfolgreichem Test sind die Champs-Élysées seit dem 1. Mai dieses Jahres zwischen 11 und 18 Uhr jeden ersten Sonntag im Monat gesperrt („Paris sans voiture“, Paris ohne Auto), (nicht nur) ein Touristenmagnet.

Die Innenstadt Hannovers war dieses Jahr zum achten Mal autofrei und lockte rund 100.000 Besucher. In Bremen wird der „Traum vom Stadtraum ohne Autoverkehr jedes Jahr an einem Sonntag im September geträumt“ - sicher nicht immer ohne Wider-

stände, aber mit viel Kreativität: „Aus einer befahrenen Kreuzung wird an diesem Tag ein lebendiger Platz, und drum herum wird gefeiert, getanzt, gefeiert und gespielt. Die Bahnen der BSAG sind Teil des autofreien Geschehens und werden mit Musik durch das Gelände geleitet. Und für die Radfahrerinnen und Radfahrer bietet der ADFC wieder seine traditionelle Hochstraßentour an.“ (Zitate aus der Seite „autofreibremen.de“)

Wer dort war, dem ist das „Still-Leben Ruhrschnellweg“ unvergesslich: Als ein Leitprojekt der RUHR 2010 wurde am Sonntag, 18. Juli 2010 Teile der A 40 für den motorisierten Verkehr gesperrt und für Besucher freigegeben - tausende kamen.

Wir finden, die Zeit ist reif - was Städte wie Paris oder Hannover schaffen, kann Düsseldorf auch

Der ADFC Düsseldorf beschritt den Weg, der allen BürgerInnen oder auch Verbänden offen steht: Er machte eine Eingabe bei der Stadt und übermittelte am 6. März dem Anregungs- und Beschwerdeausschuss eine in der Presse viel beachtete Anregung „Autofreier Sonntag 2016 – autofreies Düsseldorf“: Antrag im Original s. www.adfc-nrw.de/kreisverbaende/kv-duesseldorf

Etappensieg für einen autofreien Sonntag ...

Der Anregungs- und Beschwerdeausschuss folgte nach mündlicher Erläuterung durch Lerke Tyra, stellvertretende Vorsitzende des ADFC Düsseldorf, und nach ausführlicher Diskussion einstimmig der Anregung des Fahrradclubs. Er empfahl dem Ordnungs- und Verwaltungsausschuss, die Anregung des ADFC Düsseldorf aufzugreifen und die Verwaltung zu beauftragen, bis zum Herbst ein

◀ Erster autofreier Sonntag in D'dorf Nov. 1973_ Foto Winfried Göllner

Konzept für die Einführung eines jährlichen „autofreien“ Tages für eine umweltfreundliche und emissionsfreie Mobilität vorzulegen. Dabei sollten die verschiedensten Vorschläge zur Ausgestaltung des Tages berücksichtigt werden.

„Ein autofreier Tag löst natürlich keine Verkehrsprobleme“, so Tyra. „Der Beschluss ist aber ein starkes und positives Signal für eine lebenswerte, umweltfreundlichere Landeshauptstadt - den Spaßfaktor nicht zu vergessen! Wir freuen uns sehr über diese Empfehlung. Das passt gut zum Engagement von Oberbürgermeister Geisel und Verkehrsdezernent Dr. Keller für ein fahrradfreundlicheres Düsseldorf. Wichtig wird sein, Ideen von Initiativen, Gruppierungen und Verbänden in das Konzept einzubeziehen.“

... und ein Schritt zurück - Politik noch nicht überzeugt

Zu früh gefreut: Der zuständige Ordnungs- und Verkehrsausschuss (OVA), der am 4. Mai tagte, mochte der einstimmigen Empfehlung des Anregungsausschusses nicht folgen. Er fasste nach langer und kontroverser Debatte keinen formalen Beschluss (der möglicherweise negativ ausgefallen wäre), sondern bat lediglich das Amt für Verkehrsmanagement, in einer der nächsten Sitzungen einmal vorzutragen, wie man sich der Frage eines autofreien Tages nähern könnte.

Die Zukunft eines autofreien Sonntages bleibt in Düsseldorf derzeit also offen.

Wir bleiben dran

Iris Franke, Düsseldorfer Vorsitzende: „Wir lassen uns nicht entmutigen! Und liefern gern weitere Argumente, warum ein autofreier Tag für unsere Stadt Sinn macht:

- ▶ Er soll Begeisterung wecken und beispielsweise den Schwung der neuen städtischen Radkampagne „RADschlag - Düsseldorf tritt an“ nutzen und verstärken.
- ▶ Für die Stadt bietet er einen hohen Sympathiefaktor und gute Vermarktungsmöglichkeiten: Den Stadtraum anders erlebbar zu machen mit Aktionen für RadlerInnen, FußgängerInnen, Familien mit kleinen Kindern u.v.m. liegt einfach im Trend.
- ▶ Das Konzept für einen autofreien Sonntag ließe sich sehr gut mit einer größeren Veranstaltung verknüpfen - für 2016 vielleicht der radaktiv-Tag, für 2017 in ein „Jedermann-Spaßradeln“ zum Grand Depart?“

Sicher braucht man nicht die ganze Stadt zu sperren, aber das Beispiel Rhein-Marathon vom 24. April zeigt, dass die Sperrung großer Teile der Innenstadt für eine gute Aktion machbar ist. Der ADFC Düsseldorf bleibt am Thema dran. ■ *Lerke Tyra*

„Schüler, Eltern, Mitarbeiter und Lehrer radeln gemeinsam.“



Klasse 4d auf einem Fahrradausflug,
Claudia van Laak

Die Franz-Vaahsen-Grundschule und ihr Erfolg beim Stadtradeln – Ein Projekt zum Nachmachen!

Zwei Mal hat Düsseldorf bereits beim Stadtradeln teilgenommen, zwei Mal war die Franz-Vaahsen-Grundschule das erfolgreichste Schul-Team und mit Platz 3 bzw. 4 in der Gesamtwertung eines der erfolgreichsten Teams überhaupt in Düsseldorf. Schüler, Lehrer, Mitarbeiter und Eltern radelten 2015 insgesamt 31.498,6 km.

Wie kam es dazu, dass ausgerechnet eine Grundschule so erfolgreich ist? Wie kommt man zu 500 Teilnehmerinnen und Teilnehmern?

Frau Leenders-Pannen gibt gerne Auskunft. Die Franz-Vaahsen-Schule ist eine städt. katholische Grundschule im nördlichen Düsseldorfer Stadtteil Wittlaer, die größte Grundschule der Landeshauptstadt. Wittlaer liegt idyllisch am Rhein und hat sich immer noch einen ländlichen Charakter bewahrt. Gute Voraussetzungen zum Radfahren sind also vorhanden.

Dennoch: 500 Teilnehmer bei einem dreiwöchigen Wettbewerb um die meisten geradelten Kilometer? Waren wirklich so viele dabei?

Es waren sogar noch einige mehr, lacht Frau Leenders-Pannen. Die Grundschule ist vierzünftig. Mehr als 400 Schülerinnen und Schüler aus Wittlaer besuchen sie. Dazu kommen Lehrerinnen und Mitarbeiterinnen der offenen Ganztagschule und der OASE, einer Betreuung bis 14 Uhr sowie die Eltern der gut 400 Kinder.

Aber werden Kinder heutzutage nicht mit dem Auto zur Schule gebracht?

Das ist leider auch in Wittlaer der Fall. Weil viele meinen, mit dem Auto sei man schneller. Oder auch aus zum Teil berechtigter Angst vor Gefahren im Straßenverkehr werden auch in Wittlaer viele Kinder mit dem Auto zur Schule gebracht. Vor allem bei schlechten Witterungsverhältnissen >>



Stadtradeln: Radkilometer sammeln vom 10. bis 30. September 2016

Wie in den beiden vergangenen Jahren nimmt die Landeshauptstadt Düsseldorf auch 2016 wieder am bundesweiten Wettbewerb STADTRADELN des Klima-Bündnis e.V. teil. Der dreiwöchige Zeitraum, in dem die Radkilometer gesammelt werden, ist ebenfalls wieder die Zeit vom **10. September bis 30. September 2016**.

2015 schaffte es Düsseldorf mit knapp 460.000 geradelten Kilometern auf Platz 11 unter allen teilnehmenden Kommunen. Nach dem für STADTRADELN erneuten Rekordjahr 2015 sind wir gespannt, was 2016 bringt.

Weitere Infos generell zum STADTRADELN: www.stadtradeln.de ■

Edda Schindler-Matthes

MietBar Bei uns können Sie mieten:



EINSPURANHÄNGER

Unser **Einspuranhänger** B.O.B. Yak ermöglicht einen leichten Transport von Taschen und kleineren Kisten. Durch seine einspurige Konstruktion bleibt er treu in der Spur. Er hat einen sehr niedrigen Schwerpunkt, folgt aufgrund seiner schmalen Baubreite ohne anzuecken. Die Befestigungsachse gehört zum Mietumfang und wird auf Wunsch auch von uns montiert. Bitte prüfen Sie zuvor, dass der Hersteller Ihres Fahrrades die Befestigung eines Einspuranhängers erlaubt. Der Mietpreis beträgt je Tag 4 €, für eine Woche 20 €. Mietpreis mit Tasche auf Anfrage möglich.

LAUFRAD

Ihr Kind soll „langsam“ und spielerisch ins Rollen kommen? Mit einem **LaufRAD** schult Ihr Nachwuchs – ab zwei Jahren – sein Gleichgewicht. Vor der Anschaffung steht ein Test, für den wir Ihnen gerne unser LaufRAD kurz kostenlos zur Verfügung stellen. Der Mietpreis beträgt für eine Woche 5 €.



TRAILERBIKE

Damit Sie immer wissen, wo Ihr Kind während der Tour fährt und das lästige „fahr rechts“ entfällt, ist ein **Trailerbike** gut. Unser Trailerbike eignet sich für Kinder im Alter von vier bis sieben Jahren. Der Mietpreis beträgt für eine Woche 10 €.

PACKTASCHEN

Sie brauchen nur mal kurz oder auch für Ihre Fahrradtour zwei oder mehr wasserdichte **Packtaschen**?

Packtaschen für vorne („Front-Roller“, ca. 25 l Volumen pro Paar) und hinten („Back-Roller“, ca. 40 l Volumen pro Paar) haben wir in verschiedenen Farben.

Die Vermietung erfolgt jeweils paarweise

	Front-Roller	Back-Roller
je Tag	1,50 €	2,00 €
eine Woche	8,00 €	10,00 €



REPARATURSTÄNDER

Unser **Reparaturständer** erlaubt, zu Hause in Ruhe am eigenen Fahrrad zu arbeiten. Der Mietpreis beträgt für eine Woche 5 €.



Wollen Sie einen unserer Mietgegenstände nutzen, besuchen Sie uns am besten dienstags und donnerstags zwischen 17 und 19 Uhr in unserem Fahrrad Info Zentrum in der Siemensstraße 46. Zu diesen Zeiten können Sie uns dort auch unter 0211-992255 erreichen. Zu anderen Zeiten meldet sich ein Anrufbeantworter; nennen Sie dann bitte deutlich Ihren Namen und eine Rückrufnummer. Über unsere Internetseite (-> Angebote -> Vermietung) erreichen Sie ein Reservierungsformular, in das Sie alle erforderlichen Angaben eintragen können. In jedem Fall werden wir uns mit Ihnen in Verbindung setzen.

Bitte denken Sie an rechtzeitige Vorausplanung. Wenn Sie erst freitags für das bevorstehende Wochenende telefonisch oder per Mail anfragen, wird das nicht funktionieren. Eine Woche Vorlauf muss sein, besser ist jedoch, wenn Sie sich und uns eine oder mehrere Wochen Zeit lassen.



Leicht angewinkelt sollen die Arme sein.

Nie mehr taube Hände und wehe Schultern

Schmerzfrei Rad fahren

Entspannung ist eine Sache der Einstellung, auch am Fahrrad.

Karsten Griesenbruch gibt unserem Autor wertvolle Tipps.

Von Gerd Dressen

Der Allerwerteste schmerzt nach den ersten 20 Kilometern im Sattel, ebenso Schultern, Nacken oder Handgelenke. Auch die Finger werden langsam taub. Viele Radler kennen diese Beschwerden, die so manchem den Spaß am Ritt auf dem Drahtesel verleiden. „In der Regel sind zum Beispiel ein falsch eingestellter Lenker oder Sattel die Ursache für solche Probleme,“ weiß Karsten Griesenbruch aus 25-jähriger Erfahrung.

Ein normaler Mensch ist nicht genormt

In seinem kleinen Fahrradladen in Wevelinghoven (www.erftrad.de) rückt er mit moderner Messtechnik all jenen Haltungproblemen zu Leibe, die entstehen, wenn standardisierte Fahrradrahmen der Massenhersteller auf normale, will heißen nicht normierte Menschen treffen: „Es gibt ihn nun mal nicht, den Norm-Menschen. Die einen haben lange Arme oder Beine, die anderen kurze. Manche sind in der Beweglichkeit durch Vorerkrankungen wie Arthrose eingeschränkt, bei anderen ist nur der Bauchspeck im Weg.“

Bitte Platz nehmen zum Vermessen

Wer zur Ergonomie-Beratung kommt, nimmt als erstes auf einer Art Spinningbike Platz, dem so genannten Ergotec-Scanner – und kann seine Haltung auf dem Sattel wahr-

scheinlich zum ersten Mal im Leben selbst via Monitor betrachten! Bevor es nun ans Justieren geht, erst einmal die Frage nach den Radel-Vorlieben. Die reichen von aufrecht auf dem Hollandrad bis zu stark gebeugt und sportlich auf dem Rennracer. Danach kann's losgehen mit den individuellen Einstellarbeiten an Pedalen, Sattel, Lenker und Lenkervorbau. Griesenbruch nennt das „an den richtigen Schraubchen drehen, um möglichst nahe an die perfekte Position herauszukommen“. Manchmal geht es nur um den entscheidenden Zentimeter, der dem Körper Entlastung bringt. Die ermittelten Werte werden später aufs „echte“ Rad des Kunden übertragen.

Wer daheim selbst Hand anlegen will, sollte, so der Fahrrad-Fachmann, wie folgt vorgehen: Dreh- und Angelpunkt beim Einstellen auf die persönliche Ergonomie ist die Tretlagermitte. Von hier aus bemisst sich die passende Sattelhöhe, die erreicht ist, wenn die Ferse auf der untersten Pedalposition aufliegt und das Bein dabei durchgestreckt ist. Beim späteren Pedalieren ist das Bein dann leicht angewinkelt, weil man ja nicht mit der Ferse, sondern mit den Fußballen in die Pedale tritt, genauer gesagt mit dem Großzeh-Grundgelenk über der Pedalachse.

Nun geht's an die Justierung des Knielots, indem der Sattel waagrecht nach vorne oder hinten verschoben wird. Alles passt, wenn der Knie-Knickpunkt (befindet sich direkt hinter der Kniescheibe) genau über der Pedalachse liegt und der Fußballen dabei auf dem Pedal steht. Karsten Griesenbruch:

„Bis hierhin haben wir alles getan, damit der Radfahrer ergonomisch optimal treten kann. Jetzt verlassen wir die Physik und kommen zum individuell gefühlten Komfort.“

“*Manchmal geht es nur um den entscheidenden Zentimeter, der dem Körper Entlastung bringt.*“

Die richtige Neigung ist Pflicht

Grundsätzlich gilt, dass mehr Kraft auf die Pedale bringen lässt, wenn der Oberkörper vorgebeugt ist. Es hat also tatsächlich nicht nur mit dem erhöhten Windwiderstand zu tun, dass der Hollandrad-Radler eher gemäch-

lich daherkommt und der Rennradfahrer mit ordentlich Speed. Mal abgesehen davon, dass derjenige, der sonntagsmorgens nur zum Bäcker rollt, nun mal nicht so stramme Waden hat wie der durchtrainierte Radrennfahrer.

Beim Neigewinkel des Oberkörpers muss jeder seinen bevorzugten finden. „Aber gerade bei diesen Einstellarbeiten werden die meisten Fehler gemacht. Denn der Neigewinkel

sollte nicht über einen höher oder tiefer gesetzten Lenker korrigiert werden, sondern über die Entfernung zwischen Sattel und diesem. Hier hilft nur ein passender Vorbau für den Lenker," rät Karsten Griesenbruch.

Grundsätzlich sollte der Lenker nicht mehr als zehn Zentimeter über dem Sattel stehen, da die Wirbelsäule ansonsten statt der gesunden S-Form einen Buckel macht. Wichtig sind auch ordentlich platzierte Griffe, so dass beim Fahren die Handgelenke in Verlängerung zum Arm geradebleiben und nicht abknicken.

Eine Fehlstellung führt unter Umständen schnell zu eingeschlafenen Händen, Nackenproblemen und schmerzenden Schultern. Und dann noch das für viele leidige Thema Fahrradsattel. Klar, jeder Popo ist anders. Und doch gibt es für den erfahrenen Zweiradmechaniker einige Grundsätze: Je aufrechter die Sitzposition, desto größer muss die Auflagefläche sein. Ein Sattel sollte nicht zu weich sein, da sonst der Allerwerteste einschläft. Und ein Ledersattel ist eher etwas für Vielfahrer, weil er mindestens 1.500 Kilometer „eingesessen“ werden muss und viel Pflege braucht. Griesenbruchs Tipp: „Einen neuen Sattel auf jeden Fall einen Tag Probe fahren, bevor man ihn kauft, denn Probleme tauchen in der Regel erst nach 30 Kilometern und mehr auf.“

Wer sein Rad auf seine persönlichen Kör-



Die richtige Sattelneigung ist sehr individuell.

permaße und Vorlieben umbauen lassen will, muss mit Kosten um die 100 Euro rechnen – inklusive eventuell notwendiger Umbauteile wie Lenker oder Vorbau.

Übrigens: Weitere gut aufbereitete Infos zum Thema bietet die Website www.ergotec.de. ■

Erstveröffentlichung in *meinRheinland*, mit freundlicher Genehmigung des Verlags

Rad am Rhein zur Verfügung gestellt von *Rad am Niederrhein*, dort veröffentlicht im Heft 2/15

Studie der Sporthochschule Köln:

90 Prozent fahren mit Schmerzen! Erschreckende Zahlen, die deutlich machen, wie wichtig ein ergonomisch richtig eingestelltes Fahrrad ist, lieferte eine Studie der Sporthochschule Köln aus dem Jahr 1999. Demnach sind rund 90 Prozent aller Mountainbike- und Trekkingrad-Fahrer regelmäßig mit Schmerzen unterwegs.

Auf Platz eins in der Hitliste der Problemmacher steht die Sitzfläche, gefolgt von Nacken-, Hand- und Finger- sowie Rückenbeschwerden. Dr. Achim Schmidt, Dozent für Radsport an der Sporthochschule Köln, warnt vor den Folgen: „Wer dauerhaft mit Schmerzen Rad fährt, schadet nicht nur seiner Gesundheit, sondern stellt auch schon bald seinen fahrbaren Untersatz in die Ecke!“

Strom unterwegs. Für Navi und Smartphone. Per Nabendynamo.



Freiheit von der Steckdose:

- 1 Beim Scheinwerfer LUXOS U ist im Lenker-Taster eine USB-Ladeoption integriert.
- 2 Das USB-WERK liefert schwankungsfreien USB-Ladestrom.
- 3 Das E-WERK ist der Alleskönner: völlig freie Wahl bei Spannung und Strom!

1 LUXOS U (179U)

IQ2-Technologie. Mit Panorama-Nahlicht, Flutlicht (90 Lux), Tagfahrlicht, Standlicht, Sensor-Automatik, integrierter Pufferakku und Rücklicht-Überwachung.

USB-Laden
via Lenker-Taster.

Busch+Müller
Meinerzhagen
+49 (0) 23 54-915-6

www.bm-m.de
ADFC Düsseldorf e.V.



2 USB-WERK (361BW)

Mit integriertem Pufferakku, liefert USB-Strom, 5 V Spannung und bis zu 1 A Stromstärke.



3 E-WERK (361)

Liefert Strom, frei einstellbar bis zu 13,3 V Spannung und 1,5 A Stromstärke. Kann Gleichstrom aufnehmen: Betrieb auch an E-Bike- oder Pkw-Akku möglich.

Made in
Germany

busch+müller

Rad am Rhein 2/2016

11

Blick auf 2.000 Jahre
Architekturgeschichte

Op de Fiets naar Nijmegen

Ein Ausflug nach Utopia

Radfahren zum gute Laune tanken? Gern, am liebsten jeden Tag! Leider fehlt zum einfachen Glück noch eine fahrradfreundliche Umgebung vor der Haustür. Zwei Bahnstunden rhein-abwärts werde ich fündig: seit 1998 führt die radtouristische Route Via Romana von Xanten nach Nijmegen entlang der römischen Militärlager und Handelsorte am Limes im einstigen Niedergermanien.

Der bikeline-Reiseführer macht mich neugierig auf grenzenloses Genussradeln durch

Natur und Kultur entlang dem großen Fluss, gewürzt mit vielen erholsamen Einblicken in den ganz anderen Verkehrsalltag unserer niederländischen Nachbarn.

Der RE 5 bringt mich zügig ohne Umsteigen von Köln Hbf nach Emmerich. Die Tafeln des Knotenpunktsystems für Radwanderer helfen beim Einstieg in die Via Romana-Region. Über die Dörfer Spij und Tolkamer erreiche ich gemächlich die Fiets & Foetveer nach Millingen an de Rijn. Knapp neben der Fähranlegestelle teilt sich der Rhein in drei Ströme: Waal, IJssel und Neder Rijn bringen nun

die Schiffe weiter zur Nordsee. Nach dem Winterhochwasser von 1995 wurde der Deich aufwändig verstärkt, darauf geht's weiter mit Blick ins weite Land nach Nijmegen. Eine große Ziegelbrennerei vor Ooij erinnert an die früher weiter verbreitete Nutzung der Waaluferlandschaft zur Rohstoffgewinnung. Im Millingerwaard ist in 20 Jahren aus stillgelegten Baggerseen zur Ton- und Sandförderung ein viel besuchtes Naturgebiet aus zweiter Hand entstanden. Konikspferde und robuste Galloway-Rinder grasen hier frei herum und halten die offenen Wild-

▼ Weiter geht's auf dem Wasserweg



▼ Nijmegen in Sicht



nisflächen von Verbuschungen frei. Zur Kaffeepause besonders einladend finde ich den Millinger Theetuin mit lauschigem Garten und das Café Oortjeshekken. Viel Platz zum Sonnenbaden oder eine erfrischende Runde Schwimmen gibt's nebenan am Bisonbaai.

Mit der Waalbrug und dem Turm der Stephenskerk grüßt die älteste Stadt der Niederlande schon von weitem. 105 erhielt Ulpia Noviomagus Batavorum von Kaiser Trianus das Marktrecht. Das Studium der römischen Spuren wie den Resten einer Wasserleitung, einem Soldatenlager und einer Tempelanlage sowie der Siedlungsgeschichte der späteren Jahrhunderte mag später Zeit und Muße bekommen. Heute steht noch eine Bergetappe zum Quartier auf dem Programm. Der Berg en Dalse Weg führt mit sanfter Steigung und einem breiten Fietspad zum gleichnamigen Ort – 75 m hoch droben auf dem Sandwall einer Eiszeitmoräne. Von mehreren Minicampings in der näheren Umgebung wähle ich diesmal De Grote Flierenberg auf einem alten Bauernhof neben einer prächtigen Buchenallee. Mein Tunnelzelt baue ich neben der großen Pferdeweide auf, eine rustikale Bank bietet den passenden Platz für das Abendpicknick.

Entdeckungstour durch die Universitätsstadt

Nur mit den kleinen Packtaschen rollt es sich heute leichter. Wieder sorgt ein durchgehender Fietspad für schnelles und stressfreies Voranrollen. Zuerst will ich mich am Touristenbüro VVV am Keizer Karelplein schlauer machen. Der große Kreisverkehr kann zur Hälfte in zwei Richtungen umradelt werden, abgestimmte Ampelschaltungen an den Fietspaden lotsen die vielen Radfahrer zügig und gekonnt durch diesen Knoten-

▼ Weites Land am Waal



Koffie met Appelgebak - eine traditionelle Radlerpause

punkt. Der ebenso quirlige Autoverkehr wird zur Nebensache. Ein geordnetes Chaos, wie solche Phänomene gelegentlich beschrieben werden. Ich bin so positiv beeindruckt, dass ich gleich eine zweite Umrundung anschliese. Auch der Stadtteil der Radboud Universität und die Bahnhöfe Central und Heyendaal überraschen mit großzügigen Anlagen zum autofreien Verkehr: detaillierte Wegweiser, Busspuren und Haltestellen kombiniert mit breiten Fietspaden, riesige moderne Abstellplätze. Im Centrum gibt es zehn große, kostenfreie und teils bewachte Fietsstallungen und am Hauptbahnhof natürlich eine Radstation. Zu dieser idealen Infrastruktur kommt eine traditionelle und gut gepflegte Kultur von Freiheit der Fortbewegung für die vielen Nutzer des kostengünstigen, spontanen und umweltschonenden „Fiets“. Sei es in der Verkehrspolitik, der regionalen Pla-

“
Entspanntes und geselliges Rollen auf zwei Rädern ist alltäglich

nung und Bauausführung oder im alltäglichen Umgangstil der mobilen Niederländer. Entspanntes und geselliges Rollen auf zwei Rädern ist alltäglich. Konkurrenzstress durch fahrlässige bis durchgeknallte Auto- und Radfahrer bleibt eine Seltenheit.

Zum Proviantauffüllen eignet sich bestens der Wochenmarkt (Samstag und Montag) am Kelfkenbos und am Grote Markt. Die vielen Terrassencafés in der Altstadt sind inzwischen gut besucht. Ich mische mich unters Volk und schaue bei einem Koffie verkeerd nebenan in Het Blaauwe Hand oder beim Blonde Pater am Ganzenheuveld dem bunten Stadtleben zu. Auch Viertel rund ums alte Centrum wie Botten-dal, Galgenveld oder Wolfskuil mit der Witte Molen lohnen eine Erkundung per Fiets. Ich möchte als Kontrast zur Stadtrunde

▼ Marktbesuch mit dem Rad





◀ **Campingglück unter den Buchen**

noch eine Portion Natur genießen und radle durch die Heumense Heide und dann längs der ehemaligen Bahnlinie Nijmegen-Kleve zurück zum Grote Flienberg. Wie viele der Minicampings in den Niederlanden ist dieser Platz einfach und klein, preisgünstig und angenehm gesellig. So komme ich beim Geschirrspülen im einstigen Kuhstall oft ins Gespräch mit anderen Gästen und der sympathischen Bauernfamilie. Oder ich schaue einfach nur den Fledermäusen beim stillen Flug am Abendhimmel zu.



◀ **Sommerzirkus unter der Waalbrücke**

Ausflug durch de Gelderse Poort

Die Sonne lockt zu einem Ausflug ins „Das Tor zu Gelderland“. Seit 1991 ist dies auch der Name für ein Naturschutzgebiet von 21.000 ha, entstanden als Gemeinschaftswerk vom Kreis Kleve und der Provinz Gelderland. Ehemalige Abgrabungsflächen, Altrheinarme sowie extensiv genutzte Wiesen und Weiden werden miteinander vernetzt. Selten gewordene Pflanzen und Tiere bekommen so den notwendigen Raum zur Weiterverbreitung über ihre bislang geschützten grünen Inseln hinaus. Damit einhergehend wird die umweltschonende Erholung durch neue Radrouten und Wanderpfade und verbesserte Buslinien gefördert. Die Zunahme der besiedelten Storchennester ist eine positive Entwicklung aus dieser Zusammenarbeit. Über den Oude Postweg gelange ich durch den Wald nach Groesbeek. In der Umgebung bauen seit über 15 Jahren einige Winzer dem Boden und Klima angepasste Rebsorten erfolgreich an, was sie beim jährlichen Weinfest entsprechend zelebrieren. Längs der Grenzland-Draisine, wo bis 1992 normale Regionalbahnen fuhren, geht ein frisch ausgebauter Fietspad nach Kranenburg. Nach einer Runde durch die alten Gassen fahre ich zum Naturschutzgebiet Kranenburger Bruch. Relativ autoarm sind die Straßen über Mehr, Niehl und Düffelward nach Keeken. Jetzt im April blühen im Düffelt die vielen Weißdornhecken und die Wiesen leuchten vom Gelb der Löwenzahnblüten. Über den Herbst und Winter lagern hier unzählige Gänse. Passend zur Halbzeit meiner Rundfahrt bietet das Café im Gärtchen einen schönen Platz zum Stärken und Ausruhen. Nebenan ist in der ehemaligen Scheune das Infozentrum „Gelderse Poort“ untergebracht. Weiter rolle ich über Zeeland und Leuth nach Zylfflich. Seit 1996 nistet hier am Dorfrand die Storchenfamilie Euwer. Meister Adebar ist an der Rastecke im Zentrum eine extra Ahnentafel gewidmet. Durch den Ooijpolder führt meine Route auf einer schmalen Deichstraße weiter nach Wercheren, Ooij, Persingen bis Beek. Zum Finale auf den Berg zurück darf ich auch mal schieben.



◀ **Gemütliche Cafés laden zum Verweilen ein**



◀ **Easterjazz - Musik satt in vielen Kneipen**

Kultur downtown

Ausgerüstet am VVV mit dem Monatskalender „Quo vadis“ starte ich zu einer Kulturtour hinunter in die Stadt. Direkt an der Waalkade liegt das National Fietsmuseum Velorama. Auf drei Etagen laufe ich durch zwei Jahrhunderte Fahrradgeschichte. Eine gelungene Überraschung ist die Ausstellung mit den alten Fahrrädern & Fotos der Königsfamilie. Fietskultur der Gegenwart verspricht das Festival der Lastenräder - hier bakfiets genannt - im April 2016. Am Ostermontag beginnt nachmittags Easterjazz, eine bunte Palette von Konzerten in diversen Kneipen von Oost-Nijmegen. Im Musikcafé The Shuffle, früher eine Tramhalte-Station, geselle ich mich unters Publikum. Die Bigband bringt Trommelfell und Mauern mit fetzigen Stücken zum schwingen. Rund ums Jahr treffen sich in Nijmegen die verschiedensten Künstler und ihr Publikum zu allerlei Darbietungen, Karneval, Römerfestival und Vierdaagse inklusive. Gut gefallen hat mir letztes Jahr „De Kaij“: von Juli bis September kann man unter der Waalbrug durch eine rustikale Freiluftgastronomie bummeln, um die Bühne herum Platz nehmen, am Strand liegen, Kulinarisches von diversen Hofläden der Umgebung probieren ... kurzum, die Sommertage einfach am großen Fluss verbringen.

Weiterreise durchs Radlerparadies

Meine Zeitreise auf den Spuren der Römer, Bataver, Hanseaten, katholischen Akademiker und anderer Siedler geht viel zu schnell vorbei. Auf der letzte Etappe rolle ich über die Mooker Heide, am Ketelwald vorbei zum Flüsschen Niers und schließlich zum Bahn-

“
Die Bigband
bringt Trommelfell und
Mauern mit
fetzigen
Stücken zum
schwingen

hof in Goch.

Wer mag, kann unser fahrradfreundliches Nachbarland weiter erfahren: zum Beispiel längs der Maasroute zu den Bergen im Süden oder zur Nordsee. Oder auf der Hanzeroute durch alte Städte wie Zutphen, Deventer und Zwolle bis in die Provinz Friesland. Dabei können die drei jungen Schnellwege für die einheimischen Fahrradpendler nach Beuningen, Arnhem und Cuijk getestet werden. Das Fietsen auf diesen Freeways wird nun futuristisch und spätestens jetzt ist klar: Die Städtereise Arnhem-Nijmegen wurde zu Recht für den Velocity-Kongress 2017 mit dem Motto „The Freedom of Cycling“ ausgewählt. Ob sich die hiesigen Rheinmetropolen jemals von ihrer gern gepflegten Rivalität zu einem jocken und erfolgreichen Tandem entwickeln können? Den Alltagsradlern in Köln und Düsseldorf wäre es zu wünschen!

Reichlich Informationen gibts hier:

vvvarnhemnijmegen.nl
viaromana.de
nederlandfietsland.nl
niederheinstoerche.de
gelderse-poort.de
kranenburg.de
minicampingnederland.nl
camperen-bij-de-boer.com

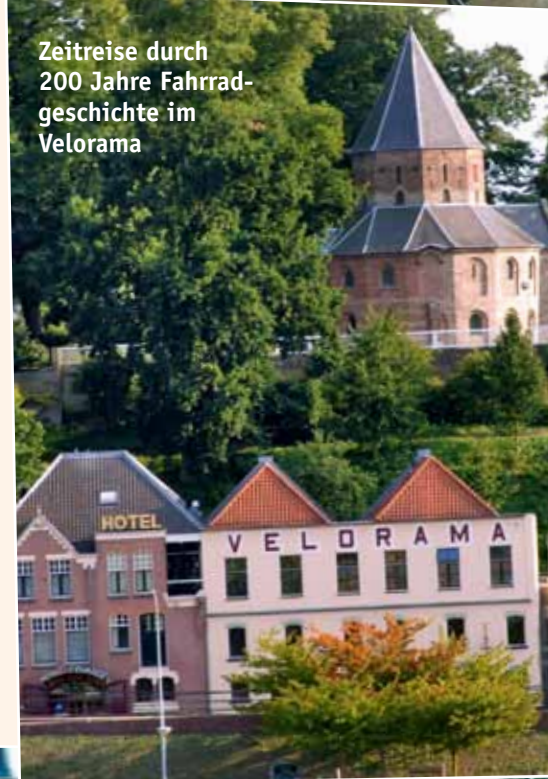
■ Gerhard Dimter

**Ungewohnter
Luxus: der Rad-
schnellweg „Rijn-
waalpad“ nach
Arnhem ▼**



Drahtesel und
Konikpferd

Zeitreise durch
200 Jahre Fahrrad-
geschichte im
Velorama



Rollende Reklame ▼





Die Kunst zu reisen

Venedig und Hinterland

Wahre Kunst besteht darin, dass sie uns die Augen öffnet. Und wo geht das besser als bei einer Reise nach Venedig?

Auf der Kunst-Biennale 2015 hieß das Motto „Eine Welt, viele Zukünfte“. 2016 dreht sich alles um die Architektur. Der Deutsche Pavillon wird vom HORNBACH Baumarkt gesponsert. Das Motto lautet:

„Es gibt immer was zu tun“

Also dann: Ärmel hoch krempeln und packen wir's an! Unser Basislager liegt im Hinterland von Venedig: ein preiswertes Kurhotel im Zentrum von Montegrotto Terme.

Von hier planen wir sternförmig unsere Expeditionen:

- ▶ nach Padua: Auf den Spuren von Galileo Galilei
- ▶ nach Venedig: Auf den Spuren von Commissario Brunetti
- ▶ nach Ábano Terme: Auf den Spuren von Willi, dem Reichen
- ▶ rund um die Euganiänschen Hügel: Auf den Spuren von Andrea Palladio

Der „Anello“, ein ringförmiger Radweg führt uns durch pittoreske Orte und zauberhafte

Landschaften. Dabei entdecken wir erlesene Spezialitäten, die sich auch per Spediteur an den Nordrhein befördern lassen, um dort an nass-grauen Winterabenden unsere trüben Gedanken aufzuhellen.

Anreise mit „bahn & bike“

Bevor wir das Land unserer Sehnsüchte erreichen, müssen zunächst die Alpen überwunden werden.

Reisebericht 2015 siehe *Rad am Rhein* 1/2015, S.15-16

Wer *Rad am Rhein* nicht mehr in der Schublade hat, kann es hier herunter laden: www.adfc-duesseldorf.de > [rad-am-rhein](#) > [archiv](#)

Früher ging die Alpenüberquerung nur zu Fuß oder auf alten Postkutschen-Routen, z.B. bei der Italienreise (1786-88) unseres Dichturfürsten Giovanni Wolfgango Goethe von München via Brenner nach Venedig:

*„Kennst du das Land,
wo die Zitronen blühn...“*

Und 40 Jahre später, im Jahre 1828 macht sich ein weiterer Dichter auf den Weg nach Italien, der in Düsseldorf geborene Heinrich

Vorbesprechung

Do. 22.09.2016 (Herbstanfang) ab 19 h
mit Bilderschau und Verkostung
regionaler Spezialitäten im Fahrrad Info
Zentrum Siemensstr. 46,
40227 Düsseldorf

**Voranmeldung erbeten unter
0172 291 089**

Heine. Mit seinen Reisebildern schafft er ein ganz neues Genre der Literatur.

Denn anders als bei Goethe werden die Zustände nicht mehr schöngeredet, sondern auf den Punkt gebracht, gesellschaftskritisch, mit spitzer Feder und einem Hauch Ironie; Kostprobe:

„Von Brescia selbst weiß ich ebenfalls wenig zu erzählen, indem ich die Zeit meines dortigen Aufenthalts dazu benutzte, ein gutes Pranzo einzunehmen. Man kann es einem armen Reisenden nicht verdenken, wenn er den Hunger des Leibes früher stillt als den des Geistes. Doch war ich gewissenhaft genug, ehe ich wieder in den Wagen stieg, einige Notizen über Brescia vom Cameriere zu erfragen; und da erfuhr ich unter anderen: die Stadt habe 40000 Einwohner, ein Rathaus, 21 Kaffeehäuser, 20 katholische Kirchen, ein Tollhaus, eine Synagoge, eine Menagerie, ein Zuchthaus, ein Krankenhaus, ein ebenso gutes Theater, und einen Galgen für Diebe, die unter 100000 Taler stehen.“

Heinrich Heine, Reisebilder Dritter Teil, Reise von München nach Genua

Revival-Tour in heutiger Zeit:

Über die Alpen nach Italien: Zu Fuß 1500 Kilometer auf den Spuren Heinrich Heines
Gebundene Ausgabe – April 2011, von Achill und Aaron Moser (Vater + Sohn)

Am Ziel unserer Träume

Mit literarischem Beistand und Teil-Etappen per Bahn erreichen wir schließlich unser Kurhotel in Montegrotto Terme bei Padua; Details siehe *Rad am Rhein* 2/2014, S.20-21. Kurhotel heißt Wellness und Regeneration,



Aktuelle Termine und Konditionen für Radtouren im Hinterland von Venedig

Unterkunft

familiär geführtes Kurhotel in Montegrotto mit guter Küche und freier Nutzung der großzügigen Thermal-Einrichtungen

Preis / Leistung

55 € pro Person und Tag, Übernachtung mit Halbpension im Doppel-Zimmer

Aktionswoche

Vom 23. bis 30.10.2016 werden fünf geführte Touren und ein gemeinsames Abend-Programm für ADFC-Mitglieder angeboten; ansonsten Info-Mappe und Touren in Eigeninitiative.

An- und Abreise

kostet ca. 200 € pro Person (mit Bahn, Bus oder Flieger; Fahrgemeinschaften werden angestrebt)

Koordination

Bruno Reble, Kirchfeldstr.87,
40215 Düsseldorf,
Mail: bruno@reble.net

wobei das warme Heilwasser ideal ist für Knochen und Gelenke. Und für sportliche Schwimmer gibt es ein Außenbecken mit olympischen Kriterien.

Das Programm ab Sonntag: „Wie es euch gefällt“ nach Venedig, Padua oder „Rund um die Euganäischen Hügel“ mit Präsentation und Nachlese im Hotel.

Zurück mit dem Nachtzug

Am Ende der Aktions-Woche kommt für Bahn-Reisende das Sahnehäubchen: die Rückfahrt mit dem Nachtzug von Venedig via München nach Düsseldorf.

Aufbruch in Montegrotto nach einem opulenten Frühstück; per Velo lassen wir die Highlights der vergangenen Tage noch einmal Revue passieren und radeln über Padua und Brenta-Kanal bis Venedig, Stazione Santa Lucia.

Ein letzter „Spritz“ am Canal Grande, die Räder verstaut und die Abendsonne genießen: Ciao Venezia !

Schlummernd unterqueren wir die Alpen und zum Lunch sind wir wieder zurück in Düsseldorf.

Ausblick 2017

Über Karneval ist eine Sonderreise nach Venedig geplant:

„Abfeiern wie zu Zeiten von
Giacomo Casanova“

vom 23. Februar bis 2. März 2017; Straßenkarneval mit bunten Verkleidungen und Spaß

an der Freude.

Außerdem eine Fahrradtour auf alten Pilgerpfaden nach Rom „Soweit die Füße tragen“ beste Reisezeit im Herbst von September bis Oktober

Avanti ragazzi! Bei Interesse bitte melden.

Reise-Literatur

(alles auch als eBook erhältlich)

Bertolt Brecht, Leben des Galilei, suhrkamp 1963, € 5,50

Thomas Mann, Der Tod in Venedig, Fischer 1998, € 7,-

Machatschek, Venedig, Michael Müller Verlag, € 18,-

Polyglott on tour, Reiseführer Venedig, € 13,-

Reiseführer Venedig, Marco Polo, € 12,-
Toni Sepeda, Mit Brunetti durch Venedig, Diogenes 2008, € 20,-

Auszüge aus diesem Buch werden auch als Stadtrallye an alle Teilnehmer ausgehändigt (gedruckt oder als PDF für Tablett-PC).

Alle Touren sind ausführlich getestet und dokumentiert, s. www.adfc-duesseldorf.de
> fahrradtouren > mehrtages-touren
Berichte von früheren Reisen auch in der Infothek des Autors www.reble.net ■

Bruno Reble

Ihr Partner in Unterbach



Wir bauen Ihr ganz persönliches Wunschbike...

Wir sind Ihr Maxx-Kooperationspartner:

Wählen Sie mit uns zusammen Modell, Farbe, Größe, Ausstattung und weitere Details aus. Wir stellen Ihr Traumrad ganz individuell nach Ihren Vorstellungen zusammen!



TOP SCHALTKOMFORT

NEU: Pinion 18 Gang Schaltgetriebe
Auf allen Kontinenten und unter den härtesten Bedingungen ein 1a Begleiter.

✓ 18 Gänge, 636 % Gesamtübersetzung



Christoph Jachertz

„Neben Rohloff das wohl beste Fahrradgetriebe der Welt - Gleich testen!“



esport.de



Die Fahrradstaffel der Polizei Düsseldorf

Seit fast zwei Jahren gibt es in Düsseldorf eine Fahrradstaffel. Im Juni 2014 wurde sie offiziell der Öffentlichkeit präsentiert. „Mobil, präsent und bürgernah“ sollte sie sein und insbesondere der Unfallprävention dienen.

„Die Polizei - dein Freund und Helfer“ ist ein gängiges Sprichwort. Mit der Polizeistaffel will die Polizei wieder näher am Bürger sein. Die uniformierten Polizisten auf dem Rad zeigen ähnlich wie Fußstreifen Präsenz in der Stadt und sind für den Bürger einfach ansprechbar; mit dem Fahrrad sind sie aber deutlich schneller und flexibler einsetzbar und haben so einen höheren Wirkungsradius als eine Fußstreife. Dank des Rades sind sie gerade im dichten Innenstadtverkehr der Inspektion „Mitte“ schnell an einem Einsatzort und können rasch hilfreich eingreifen, wo dies erforderlich ist.

Verkehrsteilnehmer aller Art können auf Fehlverhalten angesprochen und bei Bedarf auch sanktioniert werden. Die Polizei hat durch ihre Beamten auf Rädern die Augen und Ohren näher an der Realität, die wir als Radfahrer und auch sonstige Verkehrsteilnehmer täglich in Düsseldorf erleben. Die Probleme der Radler werden so beinahe „hautnah“ wahrgenommen und es können leichter Gegenmaßnahmen ergriffen werden.

Ein Beispiel sind die Lieferfahrzeuge im Bereich um die Kö. Diese haben früher regelmäßig auf den Radwegen geparkt. Durch die Streifen auf Bikes konnten die Lieferdienste sensibilisiert werden, so dass man heute deutlich seltener gefährlich auf die übrigen Fahrspuren ausweichen muss.

“
... die Augen
und Ohren
näher an der
Realität, ...

Der Radverkehr nimmt stetig zu und daher war die Einführung einer Fahrradstaffel in Düsseldorf hier eine logische Konsequenz. Ein Radfahrer gefährdet sicherlich sich selbst mehr als andere beim Überqueren einer roten Ampel, und von einem tonnenschweren sich bewegenden PKW geht sicherlich eine höhere Gefahr aus, dennoch ist die StVO für

alle Verkehrsteilnehmer da und jeder sollte seine Pflichten kennen und diesen nachkommen. Das unzulässige Fahren auf Gehwegen oder das Fahren auf der falschen Seite der Straße sind auch in Düsseldorf häufige Probleme und ein Grund für das manchmal beklagte „Rüpel-Image“ der Radfahrer. Die Radstaffel fährt auf Streife und kontrol-



Ausstattung der Diensträder:

- Nabendynamo
- Rücklicht mit Standlicht
- Schutzbleche und Gepäckträger
- Abschließbare Satteltasche oder Gepäckfach/Koffer
- Doppelständer

auf dem Rad unterwegs ist. All diese Phänomene kann die Polizei nicht abstellen, so lange sie selbst ausschließlich im Streifenwagen unterwegs ist. Daher ist die neue Perspektive der Polizei sicherlich ein Gewinn für jeden Radler in unserer Stadt. Insbesondere riskante Abbiege- und Überholvorgänge von Autofahrern als häufige Unfallursache waren bisher ein „Blinder Fleck“ der Polizei. Zudem ist eine Radstaffel verhältnismäßig günstig. Ein PKW-Dienstfahrzeug kostet ein Vielfaches im Vergleich zu einem Einsatzrad. Auch die Unterhalts- und Wartungskosten sind deutlich niedriger. Kleinreparaturen werden von den Beamten gleich selbst erledigt. Den Rest übernimmt eine Vertragswerkstatt. Pedelecs sind bisher nur in einer Sondereinheit im Verkehrsdienst im Einsatz. Die PI-Mitte fährt noch klassisch mit Muskelkraft.

Das Düsseldorfer Stadtgebiet teilen sich drei Polizeiinspektionen. Jede hat ihre eigene Radstaffel, um so Präsenz im gesamten Stadtgebiet zu zeigen. Wir durften einen Vormittag ein Team bei seiner Arbeit begleiten:

In einem Lagerraum einer Garage in der Innenstadt sind die Einsatzräder der Staffel „Mitte“ sicher deponiert. Die Kollegen sind wie jeder Streifenpolizist vollständig ausgerüstet, die Kleidung ist den Anforderungen auf dem Rad angepasst und kann »

liert so nicht nur im Rahmen von Schwerpunktkontrollen einseitig das Vergehen einzelner Verkehrsteilnehmergruppen, sondern achtet auch auf die Sicherheit im gesamten Verkehrsraum bei allen Teilnehmern vom Fußgänger bis zum Schwertransport.

Für uns als Radfahrer ist die neue Perspektive der Polizei wichtig:

Radfahren in Gegenrichtung von Einbahnstraßen? Radwege nicht benutzen müssen, auch wenn welche vorhanden sind? Bei vielen Autofahrern sind diese Regeln bzw. Ausnahmen scheinbar immer noch nicht bekannt. Hupen, Drängeln, sehr dichtes Überholen, Pkws in „zweiter Reihe“, Parken auf Radwegen und -schutzstreifen bis hin zu Beleidigungen kennt jeder, der in der Stadt

Der Lieferwagen hält den Radfahrstreifen frei ►



Daten und Fakten rund ums Thema Rad aus einer PM Landeshauptstadt Düsseldorf vom 21.4.2016:

14 Prozent aller Wege im Düsseldorfer Binnenverkehr werden mit dem Fahrrad zurückgelegt. Pro Werktag finden in Düsseldorf rund 240.000 Fahrradfahrten statt. Rund 75 Prozent der Düsseldorfer verfügen über ein Fahrrad. 90 Prozent aller Wege, die mit dem Fahrrad zurückgelegt werden, sind kürzer als sechs Kilometer. Die durchschnittliche Fahrtweite mit dem Fahrrad beträgt 3,1 Kilometer. (bis hier alles Stand 2013)

In Düsseldorf gibt es neun Dauerzählstellen, eine davon ist sichtbar platziert am Rheinufer. Im Jahr 2015 fuhren hier 917.564 Radfahrer vorbei. In fünf Düsseldorfer Biergärten können E-Biker ihr Fahrrad kostenlos mit Strom aufladen. Aktuell sind rund 260 Einbahnstraßen in Düsseldorf für den Radfahrer in Gegenrichtung geöffnet. Insgesamt sind im Stadtgebiet rund 7.700 Fahrradabstellplätze vorhanden. Jährlich stellt die Stadt rund 350 neue Bügel auf. (Das jetzt alles Stand 2015)

In Düsseldorf gibt es 54 Bike & Ride-Anlagen mit rund 2.600 Stellplätzen. An drei Standorten sind insgesamt 69 Fahrradboxen installiert. Die Länge des Düsseldorfer Radnetzes umfasst derzeit rund 700 Kilometer. Die Gesamtlänge des Wegweisungsnetzes beträgt 350 Kilometer. Im Rahmen der Bezirksnetze wurden rund 100 Einzelprojekte umgesetzt. Die Umsetzung des Radhauptnetzes umfasst rund 700 Einzelprojekte. (Dies jetzt wiederum Stand 2016)

Die Radstation am Düsseldorfer Hauptbahnhof bietet Platz für 500 Fahrräder und weist ein vielfältiges Serviceangebot auf. Seit 2007 ist die Landeshauptstadt Mitglied der „Arbeitsgemeinschaft Fußgänger- und fahrradfreundlicher Städte, Gemeinden und Kreise in NRW e.V.“ Mehr als 10.000 Besucher kamen zum 10-jährigen Jubiläum des Radaktivtags 2015.



Kleinreparaturen werden von den Beamten gleich selbst erledigt.

nach dem Zwiebelschalenprinzip der Witterung angepasst werden. Blaulicht und Sirene haben die Räder nicht. Klingel und Rufen müssen im Zweifel reichen, um einen Autofahrer zum Anhalten zu bewegen. Die Räder selbst sind im blau-weißen, sportlich-robusten Design. Die Beamten fallen am ehesten durch ihre Dienstkleidung als Polizisten auf. Material lagert in einem abschließbaren Fach auf dem Gepäckträger: Vom Erste-Hilfe-Kasten bis zum Schreibwerkzeug ist alles dabei. Natürlich auch Zahlkarten und ein Kartenlesegerät für „Knöllchen“. Nach Prüfen der Räder auf Einsatztauglichkeit geht es gut gerüstet und mit ausreichend Luftdruck und mit Helm (der ist im Dienst Pflicht) auf die Tour. Die Polizisten kennen ihr Revier gut. Sie können ihre Route frei festlegen und gelangen dabei auch an Orte, die mit einem Pkw nicht und zu Fuß nur mit begrenztem Radius erreicht werden können. Dabei werden neuralgische Punkte abgefahren, die bei früheren Einsätzen oder Streifen aufgefallen sind. Das können Verkehrsunfallsschwerpunkte oder Orte mit erhöhter Kriminalität sein. Die „Fahrrad-Polizisten“ genießen einen hohen Zuspruch. Viele Bürger sind noch immer überrascht, wenn sie die Polizei auf dem Fahrrad erblicken, einige machen spontan Fotos, viele freuen sich sichtlich. Dies liegt vielleicht daran, dass die Staffel Radfahrer auf Augenhöhe begegnen kann und auch Fußgänger die Radpolizisten unkompliziert ansprechen können.

Die Polizisten der Radstaffel konnten sich freiwillig für den Dienst auf dem Rad bewerben. Voraussetzung für den Dienst auf dem Bike ist die volle Außendienstfähigkeit der

Beamten. Diese mögen ihren Job. Natürlich besonders gerne bei gutem Wetter, aber auch bei Regen sind sie dank geeigneter Kleidung fast täglich unterwegs auf dem Rad.

Die Tour beginnt startend von der PI-Mitte Richtung Innenstadt/Kö. Ein Radler hatte sich rechts auf einer Abbiegespur eingeordnet und ist bei grün jedoch von seiner Spur geradeaus Richtung Kö gefahren. Dabei gefährdet er natürlich sich und den rechts abbiegenden Verkehr. Der Fahrradfahrer wird nach einem kurzen Tritt in die Pedale eingeholt und freundlich auf sein Fehlverhalten angesprochen. Dieser zeigt sich aber nur mäßig einsichtig und wird daher mit einem Verwarngeld bestraft. Es komme leider öfter vor, dass „die Ertapten“ sich uneinsichtig zeigen, so die Fahrradpolizisten.

Dann kam über den neuen digitalen Polizeifunk eine Meldung zu einem Falschgeldeinsatz im Bereich „Wehrhahn“. Zwei Personen hätten versucht, mit Falschgeld zu zahlen. Da wir nicht weit weg waren, führte es die Streife so nach Übermittlung der Täterbeschreibung Richtung „Wehrhahn“. Auf dem Weg wurden zwei Personen angesprochen, auf die die zunächst noch vage Täterbeschreibung gut passen konnte. Die Überprüfung zeigte jedoch, dass die beiden nichts mit der Tat zu tun hatten. Danach ging es weiter zum „Tatort“. Die Kassiererin konnte die Täter überraschend gut beschreiben. Auch eine weitere Personenkontrolle verlief ohne Hinweis auf einen Täter. Für mich war beeindruckend, wie schnell den beiden Beamten Personen aufgefallen sind, auf die die Täterbeschreibung passte. Leider war der Täter nicht dabei.



Fahrraddiebstähle (2015):

4.414 Räder wurden in Düsseldorf geklaut und dies auch zur Anzeige gebracht. Die Dunkelziffer ist sicher deutlich größer.

Unfälle mit Fahrradbeteiligung im gesamten Stadtgebiet Düsseldorf (2015):

501 Verkehrsunfälle mit Beteiligung eines Fahrradfahrers als Hauptverursacher

650 Verkehrsunfälle bei denen der Radfahrer eher das Opfer war

Im Bereich der PI-Mitte (2015):

118 Verkehrsunfälle mit Beteiligung eines Fahrradfahrers als Hauptverursacher

19-mal ist der Verursacher nicht auf der rechten Straßenseite gefahren, 21-mal war die Missachtung der Vorfahrt der Hauptgrund, 7-mal war der Fahrradfahrer alkoholisiert

154 Verkehrsunfälle bei denen der Radfahrer eher das Opfer war (87-mal war die Missachtung der Vorfahrt durch den Kfz-Fahrer der Grund für den Unfall, u. a. der klassische Abbiegeunfall)

Während der Personenkontrollen wurde nebenbei noch eine RadfahrerIn, die auf dem Bürgersteig und auch noch auf der linken Seite fuhr, zum Absteigen ermahnt. Sie zeigte sich umgehend einsichtig und schob ihr Rad bis zur Ampel, um ihren Weg korrekt fortzusetzen.

Auf der Steinstraße scherte ein Autofahrer, der im Stau nicht warten wollte, plötzlich aus und gefährdete so einen der beiden Fahrradpolizisten. Der Autofahrer war sichtlich überrascht, einem Polizisten auf dem Fahrrad die Vorfahrt genommen zu haben. Danach ging es durch den Hofgarten. Einige Wege und Ecken sind hier einfach nicht gut mit der Pkw-Streife zu erreichen und

„flüchtende“ Personen sind hier auch nur mit dem Fahrrad gut zu verfolgen. An diesem Tag war der Park trotz guten Wetters jedoch relativ leer. Einen Lkw-Fahrer, der sich in der Altstadt verfahren hatte, konnte die Staffel noch auf den rechten Weg zurückleiten. Dann war es fast schon Zeit für den Schichtwechsel. Nach im Schnitt 15 bis 20 km je Tour kehrt die Staffel zurück an ihre Inspektion. „Papierkram“ wie Anzeigen muss ein Fahrradpolizist natürlich auch erledigen. Das geschieht direkt am Ende einer jeden Schicht, da hier die Eindrücke und Erinnerungen noch frisch sind. Auch das Rad will noch gepflegt und sicher verstaut werden. Die Staffel sieht auf ihren Streifen unter-

wegs mehr, als sie tatsächlich ahnden kann. Die Polizei will hier erziehen statt bestrafen. Die Einsicht der Bürger ist hier wichtiger als das Erzielen von Einnahmen aus Bußgeldern. Zuletzt fragte man auch mich, warum ich denn keinen Helm trage. Das ist ein langes Thema, über das man sicher mehr als einen Artikel schreiben kann. Die Polizei sieht sich hier jedenfalls als Vorbild und so trägt die Staffel im Dienst konsequent einen Fahrrad-Helm.

Jan-Philipp Holthoff

Dank:

Wir danken Herrn Geppert, dem Polizeihauptkommissar und Leiter des Schwerpunktendienstes der PI Mitte für seine Unterstützung, besonderen Dank gilt dabei den beiden Radstreifen der PI-Mitte, dass wir sie begleiten durften, ebenso der Presseabteilung Frau Kynast und Herrn Hartwich für ihre freundliche Unterstützung. ■

Feedback zur Radstaffel:

Was habt ihr für Erfahrungen mit der Fahrradstaffel gemacht? Seid ihr mit der Arbeit zufrieden? Wir freuen uns über eure Meinung.



wsm[®]
QUALITÄT IN METALL

Wenn Mobilität mal Pause macht ...

ADFC-zertifizierte Fahrradparksysteme für Unternehmen, den öffentlichen Raum und alle Fahrradbesitzer.

Jetzt unter www.wsm.eu informieren!

Viel Kunststoff, wenig Stahl --> wenig Sicherheit



Billige Schlösser bieten nur unzureichend Schutz. Doch wie erkennt man ein gutes Schloss?

Viele Fahrradschlösser bestehen zum großen Teil aus Kunststoff und die darin enthaltene Stahlseilseele ist mehr als dünn, wirkt jedoch durch den transparenten Kunststoff sehr dick. Das ist jedoch nur eine optische Täuschung!

Empfehlenswert sind Fahrradschlösser der gehobenen Sicherheits-Kategorien der einzelnen Hersteller. In der Regel sind die schwereren Schlösser sicherer im Vergleich zu den leichten, da hier mehr Stahl verbaut

wurde. Einfach gesagt, schwerer ist wahrscheinlich sicherer. Das ist jedoch nur eine grobe Orientierung. Bei der Auswahl eines guten und sicheren Schlosses, kann der Fachhandel weiterhelfen. Auch der ADFC gibt Orientierung:

Fahrradschlösser mit dem Qualitätssiegel „ADFC-empfohlene Qualität“ haben eine Reihe umfangreicher Tests und Prüfbedingungen hinter sich und allesamt bestanden. Die Prüfgrundlagen auf europäisch vergleichbarem Niveau sind frei zugänglich und können somit von jedem Interessierten eingesehen werden. Einen aktuellen Überblick über vom ADFC empfohlene Fahrradschlösser kann man sich leicht im Internet verschaffen. Auch Versicherungen vertrauen auf die Einschätzung des ADFC, wenn es um gute Fahrradsicherung geht. ■

Jan-Philipp Holthoff

Weitere Informationen:

<http://www.adfc.de/technik/diebstahl/vorbeugen/fahrrad-schloesser/adfc-zertifizierte-fahrradschloesser>

Alles gute ist drei... das dritte Rad für Ihr Gepäck ob für eine Weltreise oder zum Einkaufen



www.extrawheel.de Richard Zymelka Ledderken 8 58455 Witten
Tel.: 02302 963 430 e-mail: info@extrawheel.de

Ein Engel möchte radfahren lernen

Harriet D. Bruce-Annan,
'African Angel' aus Ghana



Warum sollten Engel denn radfahren? Sie haben doch diese Flügel! Harriet hat keine. Ihren Titel bekam sie, weil sie sich selbstlos um die Kinder aus den Slums in Accra kümmert.

Ich besuche das winzige Büro des Vereins 'African Angel e.V.' in der Derendorfer Straße. Rudolf Lohmann hat mir ein Gespräch mit Harriet vermittelt. Er ist selbst Vereinsmitglied.

An den Wänden hängen Plakate von einer mondänen, eleganten Harriet. Sie selbst aber macht keine Umstände, ist herzlich, erzählt unkompliziert und voller Energie.

Sie fährt zwar Auto, möchte aber viel lieber radfahren. Als kleines Mädchen ist sie Rad gefahren und zwar in Accra, wo sie geboren ist. Für Frauen aber schickt es sich dort nicht, auf einem Fahrrad unterwegs zu sein. Begründung: „Es macht die Gebärmutter kaputt.“ Sich wie ein Mann zu benehmen, beschädigt außerdem den Ruf. So hat sie das Radfahren verlernt. Jetzt, da sie in Düsseldorf wohnt und unabhängig ist, sorgt sie dafür, dass alle ihre Mädchen in Accra Fahrräder bekommen, ebenso wie die Jungen. Gegenseitig bringen sie sich das Radfahren bei. Ihre etwa 100 Mädchen und Jungen wohnen im 'African Angel Cottage' und stammen größtenteils aus den Slums. Ihnen ist der laufende Unterhalt, ein sicheres Heim, die medizinische Versorgung und

Fahrradfahrschule
bei African Angel



Harriet und Rudi

der Schulbesuch durch den 'African Angel e.V.' in Düsseldorf gesichert. Eine Schule zu besuchen ist in Accra nicht selbstverständlich und sehr teuer.

Den Entschluss zu diesem Projekt hatte Harriet bereits als Kind gefasst. Sie selbst stammt aus einer wohlhabenden Familie, musste aber frühzeitig im Geschäft ihrer Mutter mitarbeiten und sollte die Schule nicht lange besuchen. Vielmehr war geplant, dass sie das Geschäft ihrer Mutter übernahm. Später ergab es sich dann aber doch, dass Harriet das College abschließen konnte.

Harriet sah die Kinder in den Slums, wo ihre Großmutter lebte, und stellte fest, dass diese überhaupt keine Schule besuchen konnten. So beschloss sie, eines Tages dafür zu sorgen, dass sie eine gute Schule besuchen und in einem schützenden Zuhause leben können. Diesen Traum hat sie wahr gemacht.

„50 Cent für einen Engel“ - das war ihr Motto, als sie 2002 begann, in Düsseldorf als Toilettenfrau Geld zu sammeln. Zuvor waren ihre Karrierepläne in Deutschland tragisch gescheitert. Ihre Lebensgeschichte hat sie in zwei Büchern niedergelegt: „Mit 50 Cent die Welt verändern“ und „Wie ein Stern am Horizont“. Für ihren selbstlosen und unermüdlichen Einsatz, den Kindern

„50 Cent für einen Engel“ - das war ihr Motto, als sie 2002 begann, in Düsseldorf als Toilettenfrau Geld zu sammeln.

eine Zukunft zu geben, bekam Harriet 2013 das Bundesverdienstkreuz. Die Medien haben über sie berichtet, sie ist in Talkshows aufgetreten. Ihre Arbeit ist bundesweit bekannt geworden und hat Unterstützung gefunden.

Inzwischen hat sie ein Grundstück in Accra erworben, Wohnheime eingerichtet und neue gebaut.

Eine Lehrwerkstätte für Handwerk und Handel ist im Bau. Vier ehemalige Schüler studieren bereits an der Universität Kiew und werden nach ihrem Abschluss in die Heimat zurückkehren, um dort ihr Wissen anzuwenden. Denn es geht auch um die zukünftige soziale und wirtschaftliche Entwicklung in Ghana.

Auf der 'African Angel Farm' werden die Kinder in Landwirtschaft und Gartenbau unterrichtet.

Ghana hat fruchtbares Land. „Es wächst dort von selbst. Aber das Land liegt brach. Ghana könnte sich selbst ernähren, aber die Landwirtschaft wird durch die billigen Einfuhrprodukte zerstört: Tomaten aus Holland, Hähnchen aus den USA ... Die Bevölkerung strömt in die Städte. Dieser Welthandel müsste abgeschafft werden!“

Radfahren in Accra und in Düsseldorf

„Radfahren macht fit. Den ADFC kenne ich schon lange und wollte vor einigen Jahren einen Kurs im Radfahren belegen, aber ich war zu beschäftigt.“ Der ADFC Düsseldorf bietet 2016 insgesamt acht Kurse an. Harriet will beim September-Kurs dabei sein. Rudi: „Die Erfolgsquote liegt bei 95%.“

Harriet wohnt seit 1992 in Flingern und sie sieht die Vorteile des Radfah- >>



rens in der Stadt. „In Düsseldorf ist das Radfahren nicht gefährlich, es gibt Radwege! In Accra habe ich Angst. Die Abwassergräben sind offen und groß. Es gibt keinen Bürgersteig, keine Bordsteine. Die Straßen sind nicht asphaltiert oder aber einfach zugebaut. Hier ist Radfahren einfach schön, man erlebt Geselligkeit, die Natur, braucht keinen Parkplatz. Für meine Arbeit brauche ich das Auto. Ich fahre nach Berlin, nach Hamburg, in die Schweiz, nach Österreich und transportiere Sachspenden.“

(Falls Radfahrer aus Düsseldorf – etwa mit ihrem Rad - nach Accra kommen wollen: Gäste können im Cottage auf dem Dach schlafen.)

Harriet muss bald nach Ghana reisen, um ihr Projekt zu besuchen und um nach dem Rechten zu sehen. „Aber erst muss ich noch die Spendenbescheinigungen unterschreiben!“

Rudi und Harriet: „Der helle Wahnsinn!“

Rudi hatte von Harriet aus der Hauspostille der Städtischen Wohnungsbaugesellschaft Düsseldorf erfahren. Kennengelernt hat er sie Mitte Januar dieses Jahres. „Zuerst haben meine Frau und ich nur gespendet, aber dann hat es mich gepackt! Seitdem bin ich voll eingestiegen. Harriet würde sagen: Gott hat den Rudi gepackt. Ich würde sagen: Die Sache hat mich gepackt. Für mich ist es eine sinnvolle Aufgabe, nachdem ich seit Ende 2014 im Ruhestand bin. Rund 100 Kinder in Ghana hängen daran. Es ist sinnvoll, wenn sie für ihr Land lernen und studieren, damit es sich entwickeln kann. Harriet sucht sich ihre Leute aus. Aufgrund meiner Berufserfahrung kann ich Unterstützung in technischen Fragen geben. Ich denke in Lösungen, nicht in Problemen.“ - So wie auch Harriet. Rudi nimmt auch die Aufgaben des Managers in der Öffentlichkeitsarbeit für den Verein wahr, sei es am 1. Mai oder bei der Sternfahrt des ADFC. Außerdem ist er im Vorstand des ADFC Düsseldorf.

Am 30. April 2016 ist Rudi zum Ersten Stellvertretenden Vorstandsvorsitzenden des African Angel e.V. gewählt worden.

Herzlichen Glückwunsch, Rudi!
Herzlichen Glückwunsch, Harriet!

African Angel e.V., Derendorfer Str.89,
40479 Düsseldorf
Tel.0211-55041876
info@african-angel.de
www.african-angel.de
... und auch auf Facebook

Annerose Schulz



CYCLES

Der Zweiradmechanikerbetrieb in Bilk

CYCLES ist unser jüngstes Fördermitglied, seit Februar 2016. Seit Frühjahr 2015 ist Ulrich Ramekers mit seinem Zweiradmechanikerbetrieb CYCLES bereits auf der Himmelgeister Str. 66 in Düsseldorf Bilk zu finden. Ulrich Ramekers, unterstützt von seinem Team mit zwei Mitarbeitern, bietet „Rad und Tat für: # Familie # Transport # Abenteuer # Alltag“. Und das sieht dann so aus:

Wartung

Kleinere Reparaturen wie beispielsweise platte Reifen werden in der Regel sofort er-



ledigt, größere Reparaturen werden gerne bei einer Tasse Kaffee besprochen. Im Angebot sind auch verschiedene Servicepakete und Inspektionen von Basis bis Top Service.

E-Bike-Service

CYCLES ist ein zertifizierter Bosch E-Bike Fachhändler und bietet technischen Service an für alle Bosch angetriebenen Fahrräder ab dem Baujahr 2014. Zur Zeit läuft eine Aktion für alle Bosch angetriebenen Fahrräder mit Antrieb ab Baujahr 2014 für 59,- Euro inklusive Software.

Hol- und Bringservice

CYCLES bietet einen Hol- und Bringservice. Ist das Fahrrad nicht mehr fahrbereit, dann genügt ein Anruf oder eine E-mail und das Rad wird abgeholt. Mancher Alltags-Radler ist auf sein Fahrrad angewiesen. Hier bietet CYCLES Hilfe, indem ein Ersatzrad gestellt werden kann, wenn nötig, wird es beim Abholen des zu reparierenden Fahrrades gleich mitgebracht. Allerdings sollte vorab die Verfügbarkeit eines Ersatzrades erfragt werden.

Fahrräder: CYCLES findet Dein passendes Rad!

Eine fachkundige Beratung beim Fahrradkauf ist für Uli das non plus ultra. Jeder weiß am besten selber, was er will, wofür das Rad eingesetzt werden soll – Familie, Transport, Alltag, Abenteuer. Und was er bereit ist, für seine Wünsche auszugeben. Das CYCLES Team berät und findet gemeinsam mit dem Kunden das passende Fahrrad! CYCLES hat eine ständig wechselnde Auswahl



nicht nur an neuen Rädern, sondern auch an Gebrauchträdern, die vor dem Verkauf durch die CYCLES-Techniker gewissenhaft geprüft und überarbeitet werden.

Segway Events

CYCLES kooperiert mit Segwayevents-Düsseldorf. Im Laden kann man Gutscheine für Segwayevents-Düsseldorf kaufen. Nähere Informationen dazu bietet CYCLES auf seiner eigenen Homepage oder direkt per Mausclick unter www.segwayevents-duesseldorf.de.

Vermietung: Fahrrad und Fahrradträger

Damit im Urlaub das eigene Fahrrad nicht entbehrt werden muss, vermietet CYCLES Fahrradträger, die auf einer Anhängerkuppelung zu montieren sind. Die Anhängerkuppelung muss allerdings vorhanden sein. Manchmal werden Fahrräder auf Zeit benötigt, beispielsweise, wenn man gemeinsam mit einem Besuch eine kleine Radtour machen möchte, der Besuch aber ohne Fahrrad

kommt. CYCLES bietet Mieträder an und zwar Neuräder mit Marathon Plus Pannenschutzbereifung, Front- und Heckträger. Preis inklusive Montage und Diebstahlsicherung pro Rad und Tag 10 €, pro Rad und Woche 50 €, pro Rad und Monat 120 €.

Und der ADFC?

Und der ADFC freut sich natürlich über sein jüngstes Fördermitglied.

Wo findet ihr CYCLES?

Himmelgeister Str. 66 in Düsseldorf Bilk Direkt neben Penny mit sehr guten Parkmöglichkeiten!

Öffnungszeiten

Montags bis Freitags: 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr

Weitere Informationen:

<http://www.cycles-duesseldorf.de/>

Text: Edda Schindler-Matthes

Fotos: Ulrich Pegelow



ADFC-Newsletter



Seit über vier Jahren gibt es ihn, den monatlichen Düsseldorfer ADFC Newsletter. Im Juni ist bereits die 61. Ausgabe erschienen, die an über 1.400 Adressen verschickt wurde.

Der newsletter ist das Medium des ADFC Düsseldorf e.V. für schnelle Informationen. Er informiert Mitglieder und Interessierte monatlich über aktuelle Termine und Veranstaltungen, interessante Aspekte der Düsseldorfer (Rad-) Verkehrspolitik und Berichtenswertes aus dem Verein sowie zu vielen Themen rund um das Rad.

Sie beziehen den newsletter noch nicht? So können Sie sich anmelden:



Anmeldung unter
www.adfc-duesseldorf.de ->
Publikationen -> Newsletter

KLEINANZEIGEN

Private Kleinanzeigen bis 5 Zeilen druckt
Rad am Rhein kostenfrei

➤ **Aktuelles Tourenprogramm von ADFC Düsseldorf e.V.**
www.adfc-duesseldorf.de

➤ **Geführte ADFC-Radtouren in NRW**
www.adfc-nrw.de

RADschlag -

Fahrradstadt Düsseldorf tritt an



Fahrradparade zum Start der RADschlag Kampagne

Düsseldorf tritt an, Fahrradstadt zu werden: Die großangelegte Kampagne „RADschlag“ startete am 21. April mit einer großen Fahrradparade mitten durch die Düsseldorfer Innenstadt.

Oberbürgermeister Thomas Geisel: „Ich bin überzeugt, dass das Fahrrad ein Verkehrsmittel mit Zukunft ist. Denn es ist nicht nur meistens schneller als das Auto, sondern auch ökologischer und braucht weniger Platz. Ein wichtiges Argument, gerade in einer wachsenden Stadt wie Düsseldorf.“

Bislang werden in Düsseldorf nur zirka 14 Prozent der Wege mit dem Fahrrad zurückgelegt – das soll mehr werden. Daher hat das Amt für Verkehrsmanagement der Landeshauptstadt Düsseldorf nun die Kampagne „RADschlag. Düsseldorf tritt an.“ gestartet.

Verkehrsdezernent Dr. Stephan Keller: „Damit wollen wir ein Umdenken im Kopf starten – und gleichzeitig deutlich machen, dass Düsseldorf als Fahrradstadt noch nicht perfekt ist. Wir haben in Düsseldorf schon einiges für den Radverkehr erreicht, es gibt aber auch noch viel zu tun.“

Kernstück der Kampagne sind die Internetseite www.duesseldorf.de/radschlag und die RADschlag-App, die unter anderem Informationen, Radrouten und Touren-Navigation für alle Radfahrerinnen und Radfahrer in der Landeshauptstadt liefern. Beide bieten zudem neben den Sehenswürdigkeiten zu den

zehn Fahrradtouren „Tour D“ der Stadt alle fahrradrelevanten Adressen wie Fahrradhändler, Fahrradwerkstätten, -verleiher und E-Bike-Stationen. Hinzu kommen Faltpläne, Radtourempfehlungen, Plakate, Kinospots, Kooperationen mit Fahrradhandel und -institutionen sowie Aktionen und Veranstaltungen.

Neben dem Werben für ein Umsteigen aufs Rad sollen unter dem Namen RADschlag aber auch die Voraussetzungen für Radfahrer in der Landeshauptstadt verbessert werden.

Nach dem Ausbau des stadtweiten Radverkehrsbezirksnetzes (700 Kilometer) gilt es nun, das 300 Kilometer lange Radhauptnetz mit Hilfe von Bürgerinnen und Bürgern und der regelmäßig tagenden Fachgruppe Radverkehr sowie die vom Land NRW prämierte Radschnellwegtrasse von Neuss über Düsseldorf nach Monheim umzusetzen. Zudem sollen der Bau von Fahrrad-Abstellanlagen und eine durchgängige Wegweisung forciert werden.

„Mit RADschlag treten alle gemeinsam an, um für Bürgerinnen und Bürger jeden Alters

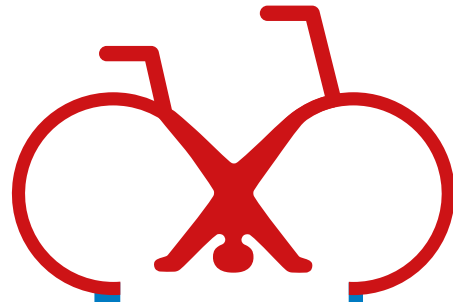


▲ Ankunft der Radparade vor dem Düsseldorfer Rathaus - Oberbürgermeister Thomas Geisel, Verkehrsdezernent Dr. Stephan Keller, Direktor der Tour de France Christian Prudhomme sowie Radrennveranstalter Sven Teutenberg und Radrennfahrer Ruben Zepunte

das Radfahren in Düsseldorf zu verbessern. Die Initiative will alle erreichen und diejenigen vernetzen, die daran mitwirken wollen – Fahrradhändler, Fahrradwerkstätten, Fahrradverleiher, Radstation, Institutionen, Verbände“, betont Verkehrsdezernent Dr. Stephan Keller.

„Dabei erhoffen wir uns durch die Begeisterung, die der Grand Départ 2017 in Düsseldorf auslöst, natürlich zusätzlichen Rückenwind für unsere Fahrradkampagne“, sagt Oberbürgermeister Thomas Geisel. „Zumal auch das attraktive Rahmenpro- >>>

**mach
mit!**



radschlag

Düsseldorf tritt an

**Du bist nicht
allein unterwegs!**

**Besser Radfahren
in Düsseldorf!**



Hol Dir Deine neue Fahrrad-App!



gramm ganz im Zeichen des Fahrrads stehen wird.“

Und ein Höhepunkt des Rahmenprogramms des Grand Départ in Düsseldorf steht dabei bereits fest: Neuneinhalb Monate vor dem Grand Départ der Tour de France 2017 wird ein Teil der 2. Etappe bereits zum Schauplatz eines Jedermann-Rennens.

Am Sonntag, 18. September 2016, führt das „Race am Rhein“ vom Start-/Zielpunkt Berliner Allee, Höhe Steinstraße Richtung Neandertal und zurück.

Ein weiterer wichtiger Termin für alle Fahrradfans: der alljährliche Radaktivtag an der Rheinufersperrpromenade am 02. Juli 2016.

Weitere Informationen im Internet:

RADschlag unter:
www.duesseldorf.de/radschlag

Grand Départ unter:
www.duesseldorf.de/tdf

Race am Rhein unter:
www.raceamrhein.de

Radaktivtag unter:
www.fahrradtag-duesseldorf.de ■



▲ RADschlag (Julia-Theresa Rittershaus und Heribert Schäfer) mit Oberbürgermeister Thomas Geisel bei der ADFC Sternfahrt



Am 14. Juli fällt mittags in Rheinberg der Startschuss für die NRW-Radtour 2016. Rund 1.000 Teilnehmer werden an der viertägigen Tour teilnehmen, die in diesem Jahr auf einer Gesamtstrecke von insgesamt rund 255 Kilometern durch die Landschaften des Niederrheins führen wird.

Westlotto bietet mit der Nordrhein-Westfalen-Stiftung bereits im achten Jahr diese Veranstaltung an, bei der die Radfahrer unterwegs auch ausgesuchte Kultureinrichtun-

gen und Naturschutzgebiete ansteuern, die im Zusammenhang mit der NRW-Stiftung stehen. Bei dieser Veranstaltung für Freizeitradler erwartet die Teilnehmer und Besucher an den Etappenzielen zudem abends das WDR4 Sommer Open Air mit hochkarätigen Künstlern.

Die NRW-Radtour 2016 führt am ersten Tag von Rheinberg über Kevelaer und Goch bis nach Kleve. Die zweite Etappe verläuft über Emmerich und Rees nach Xanten. Wei-

ter geht es am dritten Tag über Alpen und Voerde nach Moers, wo abends – wie an den anderen Etappenzielen auch – mehrere Tausend zusätzliche Gäste zu den WDR4 Sommer Open Air-Veranstaltungen erwartet werden. Am Sonntag, 17. Juli, endet die Tour nach einem Zwischenstopp in Kempen nachmittags am Ausgangspunkt in Rheinberg. Zu den Natur- und Kulturprojekten, die von der NRW-Stiftung mit Westlotto-Erträgen gefördert werden und an der Strecke liegen, gehören etwa das Haus Koekkoek in Kleve, das Naturschutzgebiet Hetter in Emmerich und Rees oder das Peschkenhaus in Moers.

Tagesgäste haben die Möglichkeit, auf Einzeletappen zwischen 55 und 75 Kilometer oder Teilstücke ab den ausgewiesenen Pausenorten mitzufahren. Unterwegs sorgen die Tour-Scouts des ADFC, der DRK-Sanitätsdienst und die Polizei für einen reibungslosen Ablauf. Die Teilnahmegebühren für eine Tagesetappe liegen bei zehn Euro, für die komplette Viertages-Tour einschließlich Übernachtungen, Frühstück und weiteren Leistungen zwischen 155 und 315 Euro. Anmeldungen sind ab sofort bei allen Westlotto-Annahmestellen oder unter www.nrw-radtour.de möglich. Für Rückfragen steht zudem das NRW-Radtour-Telefon unter 0180/500 15 95 (14 Cent / Min., max. 42 Cent / Min. aus Mobilfunknetzen) montags bis freitags von 10 bis 16 Uhr zur Verfügung. ■

Düsseldorf entdecken:

die kulinarische Schnitzeljagd

Bereits zum zweiten Mal lädt das Düsseldorfer Food-Start-up **abendtüte** am Samstag, den 16. Juli zu einer kulinarischen Schnitzeljagd durch Düsseldorf ein. Bei dem Format „abendtüte & friends“ sind insgesamt 19 lokale Anbieter aus der Rheinmetropole mit dabei und präsentieren den Besuchern, die mit dem Fahrrad unterwegs sind, ausgewählte kleine Köstlichkeiten. Als ADFC unterstützen wir das Konzept, weil es zeigt, wie leicht und bequem man mit dem Fahrrad auch in Düsseldorf mobil sein kann.

Neue Läden entdecken, die Stadt mit dem Fahrrad erkunden, Leckerbissen aus fernen Ländern probieren, fair produzierten Kaffee trinken, vegane Speisen testen – all das ist am 16. Juli von 10 bis 20 Uhr mitten in Düsseldorf möglich. Bei der kulinarischen Schnitzeljagd, die einmal quer durch die Stadt führt, warten in 19 teilnehmenden Läden kleine Köstlichkeiten zum Probieren auf die Besucher. Hinter der Tour steckt der Düsseldorfer Lieferservice **abendtüte**, der den Besuchern die lokalen Cafés, Läden und Restaurants vorstellt. Der ADFC ist diesmal selbst mit einem Stopp im FIZ, unserem Fahrrad Info Zentrum in der Siemensstraße, dabei. Wir bieten eine kleine Erfrischung auf eurem Weg durch die Stadt an und ihr könnt euch beim Infostand über Angebote des ADFC und das neue Kartenmaterial informieren.

Entdeckertour mit dem Fahrrad

Neben den kulinarischen Überraschungen lädt die Schnitzeljagd auch zu einer umweltfreundlichen Entdeckertour mit dem Fahrrad ein, denn die Strecke ist radoptimiert. An insgesamt 19 Stationen kann dann gestoppt, gelacht, getrunken, gegessen und geschoppt werden.

Besonderes Schmankerl für Leute, die „Ich habe leider kein Fahrrad“ vorschieben:

Wer kein eigenes Fahrrad hat, kann sich bei „nextbike“ kostenlos ein Fahrrad leihen.

Auf der Eintrittskarte finden Schatzjäger die Route mit allen teilnehmenden Partnern der **abendtüte**. Beim Vorzeigen der Karte in den Läden erhält jeder Teilnehmer eine

“
An insgesamt
19 Stationen
kann dann
gestoppt,
gelacht,
getrunken,
gegessen und
geschoppt
werden



kleine kulinarische Köstlichkeit sowie einen Stempel. Das Sammeln lohnt sich, denn es gibt Preise der lokalen Partner im Wert von 570 Euro zu gewinnen. Dazu einfach am Ende des Tages die vollgestempelte Karte auf der Website www.abendtuete-n-friends.de hochladen.

Freunde der abendtüte kennenlernen

Neben der **abendtüte** sind auch in diesem Jahr wieder viele individuelle und raffinierte Läden mit dabei, dazu gehören u.a. der Holy Craft Beer Store, Greentrees, Frucht & Genuss, OLIVE – Feines für die Sinne, Koch-DichTürkisch und Kucheneck. Ein Besuch aller Läden ist natürlich nicht verpflichtend, erhöht aber die Chancen beim Gewinnspiel. Ab 18 Uhr gibt es für alle Teilnehmer ein

Get-together in der Florabar im alten Bilker Friedhof.

Eintrittskarten für die kulinarische Reise gibt es im Vorverkauf bis zum 09. Juli für 20 Euro (anstatt 30 Euro an der Abendkasse) im FIZ zu den üblichen Öffnungszeiten (Dienstag und Donnerstag von 17 bis 19 Uhr), außerdem unter www.abendtuete-n-friends.de.

Über die abendtüte:

Der Lieferservice **abendtüte** wurde 2013 von Peter und Susanna Wiedeking gegründet und versorgt Düsseldorf mit frischen Zutaten von Bauernhöfen aus der Umgebung und Rezepten zum Selberkochen. In den Tünten landen die regionalen Produkte, die ein mit Erdgas betriebener Bio-Flitzer bei den Kunden ausliefert. ■



Mitgliedervorteile auf einen Blick

30 €

ENTEKA schenkt Ihnen im ersten Jahr zusätzlich zur Neukundenprämie 3 Monate den Grundpreis für Ökostrom (24 Euro) und Klimaneutrales Erdgas (30 Euro).

9 €

Sie sparen bei nextbike 9 Euro im RadCard-Tarif.

100%

Bei MeinFernbus FlixBus fährt Ihr Fahrrad auf den Linien mit Fahrradkapazitäten kostenlos mit (9 Euro pro Fahrt gespart!). Von März bis Nov.

5%

Bei Flinkster, dem Carsharing der Bahn, erhalten Sie 5 % Rabatt und sparen bis zu 50 Euro bei der Anmeldung.

10 €

Bei Call a Bike sparen Sie 10 Euro bei der Jahresgebühr, als BahnCard-Kunde können Sie zwei Fahrräder ausleihen.

15 €

Als ADFC-Neumitglied erhalten Sie 15 Euro Ermäßigung auf die VSF-Wartung.

Sie sind als Radfahrer und Fußgänger **haftpflicht- sowie rechtsschutz**versichert.

ADFC-Pannenhilfe: Über die 24h-Service-Hotline erhalten Sie im Pannenfall unkompliziert Hilfe, damit Sie Ihre Fahrradfahrt innerhalb Deutschlands schnell fortsetzen können.

24 h

Bei den Angeboten im „Radurlaub“ bieten Ihnen viele Reiseveranstalter auf Radreisen in Deutschland, Europa und weltweit 25 Euro Rabatt.

25 €

Über 11 % Beitragsnachlass auf die Beiträge zur **Fahrradversicherung** sowie spezielle Erweiterungen. Außerdem Rabatte bei vielen sonstigen Versicherungen sowie speziell entwickelte ADFC-Produkte in der „ADFC-ASSekuranz“.

11%

Alle Vorteile und
Konditionen auf
www.adfc.de





▲ von links nach rechts:

Heike Wiesmann (neu)	Beisitzerin
Rudi Lohmann (neu)	Beisitzer
Stephan Mieth (neu)	Schatzmeister
Edda Schindler-Matthes	Beisitzerin
Iris Franke	Erste Vorsitzende
Lerke Tyra	Zweite Vorsitzende
Daniel Tschernack	Beisitzer

Mitgliederversammlung 2016 - Vorstand wieder komplett!

Vieles wie immer, manches neu. Iris Franke, im letzten Jahr neu gewählte Vorsitzende, begrüßte zum ersten Mal die am 2. April zur 27. Mitgliederversammlung zahlreich erschienenen Mitglieder. Andrea Wimschneider leitete wie gewohnt souverän durch die Versammlung. Dagegen oblag die Protokollführung Ulrich Pegelow, da der langjährige Protokollant Michael Pastoors verhindert war.

Wie jedes Jahr: Über viele Aktivitäten wurde berichtet, angefangen bei der Rad am Rhein, über zahlreiche Touren, den Newsletter, Sternfahrt, Neujahrsempfang, bis hin zur Radverkehrspolitik. Erfreulicherweise ist die Anzahl der Mitglieder des ADFC in Düsseldorf auch in 2015 gewachsen. Schatzmeister

Rolf Borrmann gab einen schlüssigen Kasernenbericht ab. Die Entlastung des Vorstandes erfolgte einstimmig (ohne Enthaltungen). Der Haushaltsvorschlag für 2016, ebenfalls vorgestellt von Rolf Borrmann, wurde diskutiert; zwei Punkte, zu denen sich einige Mitglieder zu Wort meldeten, waren die angestrebte Unterstützungskraft für den Vorstand im Rahmen eines Minijobs sowie das Lastenrad, zu dessen Anschaffung allerdings noch Fragen zu klären sind. Nach der Diskussion wurde der Haushaltsvorschlag 2016 einstimmig genehmigt.

Eigentlich stand dieses Mal, nach der 2010 geänderten Satzung, gemäß der der Vorstand für zwei Jahre gewählt wird, keine Wahl an. Da jedoch unser Schatzmeister Rolf Borrmann sowie die beiden Beisitzer Matías Steinigk und Michael Pastoors aus persönli-

chen Gründen von ihrem Amt zurück traten, wurde dann doch gewählt. Der alte Vorstand bedankte sich bei den ausscheidenden Vorstandsmitgliedern für die Mitarbeit, insbesondere bei Rolf Borrmann, der seit 2008 – und damit acht Jahre lang – für die Finanzen als Schatzmeister zuständig war. Für seine hervorragenden Leistungen gab es lang anhaltenden Applaus.

Bei der anschließenden Wahl wurden alle Vorschläge ohne Gegenstimmen und Enthaltungen angenommen. Verantwortung für den Verein haben nun alt und neu gemeinsam im Vorstand. Die neuen Vorstandsmitglieder haben sich bereits im April Newsletter vorgestellt. Ihre Porträts sind auch auf unserer homepage zu finden ebenso wie das Protokoll der Mitgliederversammlung 2016, siehe www.adf-duesseldorf.de. ■

▼ Iris Franke bedankt sich beim ausscheidenden Schatzmeister Rolf Borrmann.

▼ Abstimmung per Handzeichen





TourNatur: alpine Outdoor- Aktivitäten im Fokus

Attraktive Mitmach-Aktionen wie Klettersteig und Fahrradparcour

Die ganze Welt zu Gast: mehr als 5.000 Reisedestinationen

U^mzug in die Halle 6 / einzigartiger Indoor-Klettersteig und attraktiver Fahrradparcour

Die größte deutsche Publikumsmesse für Wandern und Trekking, die 13. TourNatur, bietet zum Start in die herbstliche Hochzeit des Sports mit 5.000 Reisezielen und fast 280 Ausstellern ein attraktives und vielseitiges Programm mit Ausrüstungen, Destinationen und Informationsveranstaltungen. Damit verwandelt sich Düsseldorf vom 2. bis 4. September 2016 in eine echte Wander-Hochburg.

In diesem Jahr wird sich die TourNatur erstmals mit einem anspruchsvollen Mitmachangebot für alle Besucher präsentieren. „Die Erweiterung der TourNatur um den beliebten Sport des Trekking- und Mountainbikefahrens sowie eine noch stärkere Darstellung der alpinen Sportmöglichkeiten hat uns dazu bewogen, die Messe in unsere größte und attraktivste Halle wandern zu lassen. Hier in der Halle 6 haben wir einfach die besten Möglichkeiten sowohl einen einzigartigen Indoor-Klettersteig als auch einen attraktiven Fahrradparcour für unsere Besucher aufzubauen. Mit diesen Mitmachaktionen bietet die TourNatur auch für jüngere Outdoorfans ein spannendes Terrain“, erläutert TourNatur-Director Stefan Koschke, selbst begeisterter AlpinSportler. Mit ihrer neuen Heimat in der Halle 6 schließt die TourNatur den Hallenring mit dem CARAVAN SALON 2016, der sich ab diesem Jahr in den Hallen 4 und 5 sowie 7 bis 17 des Düsseldorfer Messegeländes präsentieren wird. Koschke ergänzt: „Unsere Besuchern stellen sich CARAVAN SALON und TourNatur nun als geschlossener Hallenkreis vor, was es den Messe-Gästen noch leichter macht, sich auf dem Messegelände zu orientieren. Zudem schließt die Halle 5 mit dem kompletten Angebot an Campingausrüstung auch thematisch direkt an die Halle 6 an.

Damit bieten wir unseren Messegästen noch größere Synergieeffekte als in den vergangenen Jahren.“

Besonderer Schwerpunkt der TourNatur: alpine Outdooraktivitäten

In diesem Jahr sind ein besonderer Schwerpunkt der TourNatur alpine Outdooraktivitäten, die zurzeit einen wahren Boom erleben. Präsentationen wie zum Beispiel der österreichischen Tourismusverbände vom aktiven Gebiet rund um den Tiroler Achensee über den beliebten Salzburger Almenweg bis zur wildromantischen Gletscherregion Zillertal machen hier eine wahre Lust auf einen Urlaub in den Bergen. Auch Frankreich mit dem unberührten Naturparadies Auvergne und seinen einzigartigen Vulkanlandschaften oder das sportlich-lebhafte italienische Trentino zeigen die spannende Vielfalt an alpinen Reisedestinationen.

Neben den Reisezielen wird auf der TourNatur 2016 auch die Ausrüstung für sportlich-aktive Outdoorfans eine große Rolle spielen. Stefan Koschke erklärt: „Der Sport in den Bergen wird immer vielfältiger, deshalb haben wir das Angebot der TourNatur um aktuelle Trendsportarten erweitert.“ Dabei spielen zum Beispiel das Schneeschuhwandern, das dem Sportler auch im Winter den Kontakt zur unberührten Natur ermöglicht, oder das Mountainbiken eine wichtige Rolle.

5.000 Wanderziele entdecken

Neben den Regionen, die sich auf der TourNatur präsentieren, stellen auch die Anbieter von organisierten Individual- und Gruppenreisen eine beeindruckende Vielzahl an weltweiten Reisezielen vor. Mehr als 5.000 Destinationen für Outdoorfans gibt es auf der TourNatur zu entdecken. Hier sind deutsche Mittelgebirge genauso vertreten wie zum Beispiel die griechischen Wanderregionen, das korsische Hochgebirge, Sardinien und Sizilien oder die Vulkanwanderwege auf Lanzarote. Beliebt sind auf der TourNatur jedoch auch exotischere Ziele wie Patagonien mit dem malerischen Fitz-Roy-Massiv, die Wüsten Afrikas oder Bhutan.

Die TourNatur behält auch mit diesen Ergänzungen ihren beliebten Auftritt und ihre traditionelle Gestaltung.



WANN Freitag bis Sonntag, 2. bis 4. September 2016, täglich von 10 bis 18 Uhr

WO Düsseldorfer Messegelände, Halle 6

EINTRITTSPREISE:

Tageskarte	€ 14
Ermäßigt	€ 10
Kinder von 6 bis 12 Jahren	€ 6

WEITERE INFORMATIONEN

www.tournatur.com



2.-4.9.2016

FREIHEIT PUR

DIE NR. 1 MESSE FÜR WANDERN
UND TREKKING

Bei Online-Einlösung
ist das eTicket
personengebunden
2 Tage gültig!

www.tournatur.com

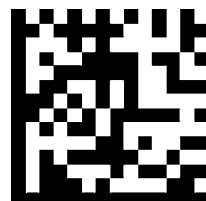
Sie sparen für zwei Erwachsene 8 €

Sichern Sie sich Ihr vergünstigtes eTicket zur TourNatur 2016:

- Ihre Daten und Gutscheincode **000005s29ttk** auf www.tournatur.com/gutschein eingeben.
- Bis zu 2 eTickets für Erwachsene zum Preis von jeweils 10 € statt 14 € erwerben.
- eTicket ausdrucken und als Eintrittskarte am Tag Ihres Messebesuchs mitbringen. Sie erhalten zur Sicherheit das eTicket auch als E-Mail.
- **Achtung:** Bei **Einlösung vor Ort an der Kasse** ist das Ticket personengebunden nur **1 Tag** gültig.

Ihr zusätzlicher Vorteil: Ihr eTicket berechtigt zur kostenlosen Hin- und Rückfahrt zum und vom Messegelände am Tage des Messebesuchs mit allen Verkehrsmitteln des VRR in der Preisstufe D (DB 2. Klasse, nur zuschlagfreie Züge).

PRO-ADFC



GUTSCHEIN



Zwei Messen mit einem Ticket besuchen

TourNatur und CARAVAN SALON 2016 können auch in diesem Jahr mit einer gemeinsamen Eintrittskarte besucht werden. Online-Tickets zum Preis von 14 Euro für Erwachsene, 10 Euro für Schüler, Studenten und CARAVAN SALON Club-Mitglieder sowie 6 Euro für Kinder von 6 bis 12 Jahren erlauben sogar einen zweitägigen Besuch in der Welt des Caravanning und der TourNatur. In diesem E-Ticket, erhältlich auf www.tournatur.com, ist die kostenlose Hin- und Rückfahrt zum Düsseldorfer Messegelände im Verkehrsverbund Rhein-Ruhr (VRR) inklusive.

Besucheransturm im letzten Jahr

In den 13 Jahren ihres Bestehens hat sich die TourNatur unter dem Motto „Freiheit pur“ zur Nr.1 Messe für Wandern und Trekking entwickelt. Sie erlebte 2015 einen regelrechten Besucheransturm, an den drei Messetagen kamen insgesamt 45.000 begeisterte Wander- und Outdoorfans nach Düsseldorf.

Weitere Informationen rund um die TourNatur und den Ticketshop gibt es auf der Website www.tournatur.com.

Und wie in den vergangenen Jahren präsentiert sich auch der ADFC auf der TourNatur. ■



 **LOHRMANN**
der Fahrradprofi

Meisterwerkstatt · Ersatzteile
Zubehör · Fahrräder aller Art

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 8.30 -13.00 Uhr
15.00 -18.30 Uhr
Mi. + Sa. 8.30 -13.00 Uhr

Kleinschmitthäuser Weg 9-11
40468 Düsseldorf-Unterrath
Tel. 0211/4 23 00 26
www.2-RadLohrmann.de

Der Verkehrsdezernent im FIZ: Vorstellung der Radkampagne „RADschlag - Düsseldorf tritt an“

Der Düsseldorfer Verkehrsdezernent Herr Keller hat mit drei weiteren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen am 13. April in unserem Fahrrad Info Zentrum die neue Radkampagne der Stadt vorgestellt, die am 21. April mit einer Pressekonferenz im Anschluss an eine "Fahrrad-Parade" gestartet ist.

Anwesend waren vom ADFC neben der Vorsitzenden Iris Franke und der stellvertretenden Vorsitzenden Lerke Tyra Edda Schindler-Matthes sowie Rüdiger Heumann, der bekanntlich seit vielen Jahren aktiv im Bereich Radverkehr ist, und Josef Kürten, der ebenfalls viel Erfahrung auf diesem Gebiet besitzt, schließlich Burkhard Karp, zwar

ebenfalls ADFC-Mitglied, jetzt aber für den VCD als dessen Vorstandsmitglied dabei.

Absicht der Kampagne: Sympathiewerbung fürs Radfahren, Präsentieren, dass Düsseldorf sich auf den Weg gemacht hat, Fortschritte im Radverkehr zeigen. Die Radkampagne wird uns einige Jahre begleiten.

Im Anschluss an die Präsentation gab es Gelegenheit, Fragen zu stellen, Sinn und Zweck der Kampagne wurde im FIZ ausführlich diskutiert, Vorschläge und kritische Anmerkungen gemacht, die Kampagne grundsätzlich positiv bewertet und Unterstützung vom ADFC zugesagt.

Über die Radkampagne berichten wir ausführlich ab S. 26. ■

Checkliste Fahrrad von der Zweiradinnung

Die Checkliste eignet sich auch für die eigene Inspektion. Hier ist sie zu finden:

<http://www.zweiradberufe.de/fileadmin/webstore/aufgabenbank/BIV/Insp2012Arbeitskreis.pdf>



Sekt oder Selters 2016

... oder besser: Kaffee und Kuchen

Auch in diesem Jahr fand wieder unser traditionelles Neumitgliedertreffen statt, bekannt als abendlicher Treff unter dem Motto „Sekt oder Selters“. Diesmal war es etwas anders: Eingeladen wurde zum Treff am Samstag, 23. April, 14 Uhr bis etwa voraussichtlich 16 Uhr.

Alle, die gekommen waren, wurden von einem Kuchenbüfett an der Theke in der Halle unseres Fahrrad Info Zentrums überrascht.

Geladene Gäste – wie immer: Alle im Jahr 2015 oder in den ersten Monaten 2016 neu in unseren Verein eingetretenen Mitglieder und solche, die schon länger im ADFC, aber neu in Düsseldorf sind, waren eingeladen. Bei immerhin teilweise sonnigem Wetter, wenn auch bei ziemlich niedrigen Temperaturen, fanden einige der Eingeladenen den Weg zur Siemensstraße ins Fahrrad Info

Zentrum. Mit den anwesenden Aktiven des Gastgebers trafen ungefähr 25 Menschen in der Halle zum Informationsaustausch und gemütlichen Beisammensein zusammen. Iris Franke begrüßte nach 2015 zum zweiten Mal als Vorsitzende die Runde, natürlich erhielt zunächst jeder Sekt oder Selters nach Wunsch. Iris präsentierte den ADFC mit seinen vielen Aktivitäten und Angeboten, unterstützt von anwesenden Vorstandsmitgliedern und Aktiven. Dabei gab es immer wieder einmal Rückfragen und Diskussionen in lockerer Atmosphäre. Schließlich lockte die Kuchentheke. In geselliger Runde klang der Nachmittag mit Gesprächen, Sekt oder Selters und Kaffee oder Tee nebst Kuchen aus.

Nächstes Jahr wieder: Kaffee und Kuchen? ■

Tragen Hörgeräte zur Sicherheit beim Radfahren bei?

Gemeinsam mit der TU Dresden führt die Fachhochschule Lübeck eine online-Umfrage zum Thema „Hörgerätenutzung beim Radfahren“ durch.

Dabei soll untersucht werden, ob es einen Zusammenhang zwischen der Nutzung von Hörgeräten und der Sicherheit im Straßenverkehr beim Radfahren gibt.

Direkt angesprochen sind HörgeräteträgerInnen mit der herzlichen Bitte, sich ein paar Minuten Zeit zu nehmen für die Umfrage.

Unter diesem link: www.fahrrad.fh-luebeck.de geht es direkt zur Umfrage.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung! ■

So. 18. SEP 2016

Jedermann-Rennen (m/w)

in Düsseldorf auf der Strecke der Tour-de-France 2017, mehr: www.raceamrhein.de, **START / ZIEL** = D-Zentrum, Berliner Allee; Testfahrten mit Rennrad gerne immer Sonntag morgens. Dann ist die Stadt (fast) autofrei.

Treffpunkt 7:00 h bei FERGHANA e-bike-store, Berliner Allee 40; von dort 46 km ins Neandertal, nach 2 Stunden ist man gut gelaunt und mit frischen Brötchen wieder zu Hause. Wer traut sich?

KONTAKT: bruno@reble.net / Mob: 0172 291 0898



FASZINATION LIEGERAD

Das Fahrrad ist ein hervorragendes Reisefahrzeug. Die Steigerung ist das Liegerad, vor allem das Liegedreirad: Bequem sitzend mit Lehne anstelle auf einem Sattel rutschend kann ich mich an der Aussicht erfreuen. Die Handgelenke werden geschont, weil ich mich nicht darauf abstütze.

Liegeräder gibt es in vielen Bauformen, mit Wetterschutz, windschnittiger Karosserie und auch als geräumigen Lastentransporter wie auf diesem Bild.

Darüber und mehr erfahren Sie in einem ausführlichen Bericht in der nächsten Rad am Rhein im Frühjahr 2017.

Vielleicht sehen wir uns vorher bei einer Tour, beispielsweise der Critical Mass, die in Düsseldorf jeden Monat am zweiten Freitag ab 19 Uhr vom Fürstenplatz aus stattfindet. ■

Michael Hänsch

ADFC-Infostand

Auch in 2016 macht der ADFC auf sich und sein Anliegen aufmerksam. Die folgenden Termine sind geplant:

Sonntag, 2. Juli 2016, ganztägig
Infostand bei *Rad aktiv C*

Freitag, 2. September bis Sonntag, 4. September 2016, ganztägig
Infostand auf der *Tour Natur*

Sonntag, 11. September 2016
Infostand beim Haus Bürgel (mit Codierung)

Codiertermine des ADFC Düsseldorf e.V.

Folgende Termine zur Fahrradcodierung sind geplant:

Sonntag, 2. Juli 2016, 10 bis 18 Uhr

Codierung beim Infostand beim RadAktivTag

Sonntag, 14. August 2016, 12 bis 16 Uhr

Codierung bei unserem Förderer Bauern-Café Am Kapellchen, Auf den Steinen 2 in Düsseldorf - Hamm

Sonntag, 11. September 2016, 11 bis 17 Uhr

Codierung beim Haus Bürgel, gleichzeitig mit Infostand Urdenbacher Weg in Monheim am Rhein

Sonntag, 9. Oktober 2016, 12 bis 16 Uhr

Codierung bei unserem Förderer Bauern-Café Am Kapellchen, Auf den Steinen 2 in Düsseldorf - Hamm

Personalausweis und Kaufbeleg unbedingt mitbringen!

Je Codierung zahlen ADFC-Mitglieder 4,- €, Nichtmitglieder 8,- €, bei Kinderrädern oder Anhänger jeweils 3,- € bzw. 6,- € (Ermäßigung nur gegen ADFC-Mitgliedsausweis). Kostenlos für alle, die bei dieser Gelegenheit Mitglied werden.



Foto: Ingo Rechenberg

Kann die Radlerspinne Radfahren?

Nur in der Sandwüste Erg Chebbi im Südwesten Marokkos, in der Sahara nahe der Grenze zu Algerien gelegen, kommt diese Spinne (Cebrennus rechenbergi) endemisch vor.

Sie wurde erst vor wenigen Jahren entdeckt. Diese besondere Spinneart fährt kein Rad, schlägt jedoch eins. So kann diese Spinne auf der Flucht sich doppelt so schnell fortbewegen wie auf ihre herkömmliche Fortbewegungsart. Im Gegensatz zum Radfahren ist diese Fortbewegung jedoch sehr kräftezehrend, so dass eine Spinne nach längerer Flucht oder Jagd versterben kann.

Weitere Info und Quelle:

https://de.wikipedia.org/wiki/Cebrennus_rechenbergi ■

Codierung – jetzt auch im FIZ

Nach Anmeldung Codierung jetzt auch im Fahrrad Info Zentrum, dienstags zu den Öffnungszeiten, also zwischen 17 und 19 Uhr.

Personalausweis und Kaufbeleg unbedingt mitbringen!

Je Codierung zahlen ADFC-Mitglieder 4,- €, Nichtmitglieder 8,- €, bei Kinderrädern oder Anhänger jeweils 3,- € bzw. 6,- € (Ermäßigung nur gegen ADFC-Mitgliedsausweis).

Kostenlos für alle, die bei dieser Gelegenheit Mitglied werden. ■

Bitte kaufen Sie Ihr Fahrrad beim Fachhändler.

Hochwertige Fahrräder und kompetente Beratung durch jahrelange Erfahrung und stetige Weiterbildung –

dafür steht ...



Willi Müller
Kölner Straße 42
40211 Düsseldorf
(zwischen Wehrhahn und Worringer Platz)

Telefon 02 11 / 16 15 00
Telefax 02 11 / 6 17 18 98
E-Mail info@wm-bike.de
Web www.wm-bike.de




IGA Berlin 2017

Geführte Radtour und individuelle Radrundtour

Katalog kostenfrei anfordern
www.aktiv-reisen-bb.de
info@aktiv-reisen-bb.de
Tel. 03322-25616, Fax-25614

(K)ein Blick zurück

Er wird lauter in mir, der Drang zurückzublicken, zurück in das Gestern. Der Grund dafür? Der Irrsinn der modernen, überurbanisierten, überarbeiteten, überdigitalisierten Zeit. Es ist der tosende, stets lärmende Verkehr auf der überbreiten Autobahn der Leistungsgesellschaft, der Verlust von Muße, von Atempausen, von der Möglichkeit, einmal inne halten zu dürfen, der mich immer häufiger zurückschauen lässt.

Der Blick in die Vergangenheit führt mich nicht selten auch zurück zu den ausgedehnten Radtouren im Jugend- und jungen Erwachsenenalter, zu Touren, die ich heute fast kopfschüttelnd und mit großer Verwunderung in den Schubladen meiner Erinnerungen zur Kenntnis nehme.

Völlig unverbunden, mobil nicht erreichbar und weit entfernt von GPS-Koordinatenortung fuhren wir Samstagmorgens um fünf Uhr auf Mountainbikes, die noch rund 20 Kilogramm wogen, und ausgestattet mit nur einigen Müsliriegeln, dicken Butterbroten, wenigen Bananen und ein wenig Traubenzucker allein mit Kartenunterstützung in die letzten Winkel der Vulkaneifel, nur um dort eine Nacht zu verbringen. Der Sonntag war, ebenso puristisch ausgestattet, der Rückfahrt vorbehalten. Irre.

Ich klinge wie mein Großvater, wenn ich davon berichte, dass wir damals – ebenfalls spärlich ausgestattet und in ebenfalls kurzer Zeit – „mal eben“ mit den Rädern an die holländische Nordsee fuhren, nur um zu testen, ob das geht. Oder Leipzig! Kurz nach Öffnung der Grenze mussten wir probieren, ob auch die Stadt in Sachsen auf zwei Rädern zu erreichen war. Ganz zu schweigen von unzähligen, mehr-

wöchigen Fahrten an der Loire. Dort ging es weniger um die Schlösser als vielmehr um die Strecke entlang des ruhigen, stets breiter werdenden Flusses. Und jedes Mal, wenn wir bei Saint-Nazaire endlich den Atlantik erreicht hatten und nachts in unseren Zelten am Meer lagen, träumten wir in die Zukunft und wollten noch mehr Kilometer unter die Räder nehmen.

Meine Erinnerungen an diese Zeit sind konserviert in großen, grauen Kästen, die unzählige Dias beinhalten. Verstaubte, analoge Erinnerungen.

Und heute? Es wird zunehmend schwerer „Zeitfenster“ zu finden, in denen tatsächlich einige Mitradler die Möglichkeit finden, kleine Touren zu begleiten. Wesentlich verhaltener werden Tourenziele ausgesucht, man verlässt sich mit seinen sportlich anmutenden, leichtgewichtigen Rädern zunehmend auf ausgelutschte GPS-Tourenvorschläge und ist gerne am frühen Abend wieder Zuhause. Zwischendurch setzen die Mitradler kleine Fotogrüße ab in die digitale Welt, um ihren Lieben daheim an den Monitoren mitzuteilen, wo man so ist, und wie das so ist, wo man da ist. Es wird geliked und kommentiert, fotografiert und gefilmt, es werden Kilometer und Höhenmeter gezählt, die Puls- und Herzfrequenz überprüft, verbrannte Kalorien gezählt und sich stets auf die digitale Karte am Lenker statt auf das einst gut funktionierende Gespür für den richtigen Weg verlassen. Müsliriegel, Butterbrote, Bananen und Traubenzucker sind noch gesundheitsbewussteren und bekömmlicheren Nahrungsmitteln gewichen, ein echtes Fernweh wird, wenn es denn noch existiert, in einem kleinen Schuhkarton in der dunkelsten Ecke des Kleiderschranks aufbewahrt.

Ich klinge wie mein Großvater, wenn ich von all diesen Touren berichte, von meiner Sehnsucht nach der analogen Welt. Spottend werden mir die modernen Menschen entgegen, dass das Digitale doch auch so viele Vorteile habe, und ich von diesen Vorteilen doch auch jeden Tag, in jeder Minute profitiere. Und, ja, natürlich tue ich das. Aber den Blick zurück – träumend und hoffnungslos romantisiert – lasse ich mir dennoch nicht nehmen. Denn es sind die kleinen Atempausen, die Möglichkeit, einmal inne halten zu dürfen, die mich den Irrsinn der modernen, überurbanisierten, überarbeiteten, überdigitalisierten Zeit überleben lassen. ■

Sven-André Dreyer

**Straßen, die uns in
die letzten Winkel der
Vulkaneifel brachten.
Und zurück.**

Beitritt

auch auf www.adfc.de

Bitte einsenden an **ADFC e. V.**, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen, oder per Fax an 0421/346 29 50, oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de

adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

Name _____

Vorname _____ Geburtsjahr _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Telefon (Angabe freiwillig) _____ Beruf (Angabe freiwillig) _____

E-Mail (Angabe freiwillig) _____

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift *Radwelt* und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

Einzelmitglied ab 27 Jahre (56 €) 18 – 26 Jahre (33 €)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft ab 27 Jahre (68 €) 18 – 26 Jahre (33 €)

Jugendmitglied unter 18 Jahren (16 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

Zusätzliche jährliche Spende: € _____

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Ich erteile dem ADFC hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf:
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF0000266847
Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit

Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber/in _____

DE _____

IBAN _____

BIC _____

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat) _____

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Datum _____ Unterschrift _____

Quellennachweise:

Titelbild: Die Spitze der SternfahrerInnen auf der Auffahrt zur Rheinkniebrücke, fotografiert von Ulrich Pegelow

Sternfahrt:
S.3, kleines Foto Mitte und rechts: Michael Hänsch
S.4, Sternchenfahrt Fotos: großes Foto oben + kleine Fotos Nr. 1, 2, 4: Heribert Adamsky
kleines Fotos Nr. 3: Lerke Tyra
Alle anderen Fotos: Ulrich Pegelow

S. 26 und S. 28: Nachrichten, RADschlag - Düsseldorf tritt an, Text und Fotos: Stadt Düsseldorf
S. 32 und S. 34: Nachrichten, TourNatur, Fotos: Messe Düsseldorf

Wie setzt sich der ADFC zusammen?

Der **ADFC-Bundesverband** kümmert sich um die Interessenvertretung auf Bundesebene, Gesetzgebung, Versicherungen, Öffentlichkeitsarbeit, technische Verbesserungen von Fahrrädern und Zubehör, Kontakte mit anderen Verbänden, Diebstahlschutz, Abstellanlagen, Landkarten, Radmitnahme in Bahnen uvm.

ADFC-Landesverbände leisten ähnliche Arbeit auf Landesebene.

Die **ADFC-Kreisverbände** nehmen die Interessen der Radler im örtlichen bzw. regionalen Bereich wahr. Sie kümmern sich um Verbesserungen vor Ort, verhandeln mit Behörden wie

Planungsämtern und Bauverwaltungen, veranstalten Infostände und Aktionen, bieten Touren und technische Hilfe an.

Wir sind kompetent in Sachen Fahrrad

- Nur jeder dritte Bundesbürger besitzt ein Auto, aber fast doppelt so viele besitzen ein Fahrrad.
- Das Rad ist das ökologisch und ökonomisch sinnvollste Verkehrsmittel im Nahbereich: umweltfreundlicher als jeder Katalysator, absolut bleifrei, leise und sauber.
- Radfahren ist gesund, macht Spaß und ist für jeden erschwinglich.
- Die meisten Wege sind kurz genug, um Tag für Tag bequem mit dem Rad zurückgelegt zu werden.

Hinter dem ADFC ...

steht **keine mächtige und finanzstarke Industrie**. Er ist eine **aus der Bevölkerung** kommende Bewegung und vertritt alle radfahrenden Bürger und ihre Interessen. Die kommunalen Aktivitäten des ADFC werden **fast ausschließlich ehrenamtlich** geleistet. Trotz seiner zunehmenden Erfolge ist der ADFC daher auf **Ihre Unterstützung** angewiesen, sei es als einfaches Mitglied, durch zusätzliche Spenden oder am besten durch **Ihre Mitarbeit!**

Vorteile für ADFC-Mitglieder

Die folgenden Leistungen sind im Beitrag bereits enthalten:

- **Haftpflichtversicherung** (bis zu 1 Mio Euro/500 Euro Selbstbeteiligung) und Rechtsschutzversicherung (bis 250.000 Euro/300 Euro Selbstbeteiligung) bei privater Nutzung eines Fahrrades, öffentlicher Verkehrsmittel oder zu Fuß;
- Bezug des ADFC-Magazins „**Radwelt**“ (sechsmal im Jahr) mit über-regionalen Informationen und Themen zur ganzen Welt des Rades;
- Bezug jeder Ausgabe der Düsseldorfer Fahrradzeitschrift „**Rad am Rhein**“, sofern Sie Mitglied des ADFC Düsseldorf e.V. sind. „**Rad am Rhein**“ konzentriert sich auf das Fahrradgeschehen in der Region und bildet ein Forum für alle Fahrradbenutzer/innen;
- Jährlich **500 Freikilometer im ADFC-Tourenportal**;
- **Vergünstigungen beim Kauf** von einigen durch den ADFC herausgegebenen Schriften, Karten oder durch ihn vertriebenen Sachartikeln;
- Kostenlose oder stark ermäßigte **Teilnahme an Veranstaltungen** des ADFC in der Region (Radtouren, Dia-Abende, Reparaturkurse u.ä.);
- **Beratung** in allen Fahrradangelegenheiten durch aktive Mitglieder des ADFC;
- Inanspruchnahme der Leistungen europäischer **Partnerorganisationen** des ADFC, als wären Sie dort Mitglied;
- die **ADFC Pannenhilfe** - 24-Stunden-Hotline
- Die Möglichkeit, sich aktiv für eine **umwelt- und menschenfreundliche Verkehrspolitik in unserer Stadt** einzusetzen und sich und andere von den Vorteilen der Fahrradnutzung zu überzeugen;

... **Gründe genug**, Ihre ausgefüllte Beitrittserklärung an den ADFC e.V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen zu senden oder zu faxen (0421/3462950). Bitte möglichst mit Einzugsermächtigung. Das spart Kosten. Danke!

DIESE FIRMAN FÖRDERN DEN ADFC UND UMWELTFREUNDLICHE MOBILITÄT

Rad am Rhein –
außer im FIZ nur
hier erhältlich

Rad ab Fahrradladen Friedrichstr. 112-116, 40217 Düsseldorf	Friedrichstadt	www.radab.de 33 66 61
Thomas Just Fahrradladen Mecklenburger Weg 1, 40468 Düsseldorf	Unterrath	www.zweirad-just.de 46 46 45
re-Cycler Fahrradladen Herderstr. 26, 40237 Düsseldorf	Düsseltal	www.re-cycler.de 68 35 85
Magno Fahrradladen Friedrichstr. 123, 40217 Düsseldorf	Unterbilk	www.magno.de 33 53 26
la bici Fahrradladen Leostr. 2, 40545 Düsseldorf	Oberkassel	www.labici.de 171 54 23
Fahrrad-Engel mobiler Fahrradservice Lichtstr. 50, 40235 Düsseldorf	Flingern-Nord	www.fahrrad-engel.de 139 55 110
e-Motion e-Bike und Dreirad Welt Düsseldorf www.emotion-technologies.de/filialen-kontakt/duesseldorf Niederrheinstraße 211, 40474 Düsseldorf	Lohausen	69 169 967
Bauern-Café Am Kapellchen selbstgemachte Kuchen, Salate und Suppen Auf den Steinen 2, 40221 Düsseldorf	Hamm	30 73 82
Andrea Jung Homöopathie, Osteopathie, Feldenkrais Kurfürstenstr. 14, 40211 Düsseldorf	Nähe Hbf	www.nhp-duesseldorf.de 87 630 299
Termine nach Absprache		
Peter Ciacca Radwandern, Radtouren, Radsport, Radverleih, Mountainbike, Trekkingrad, Rennrad	Lanzarote – Kanarische Inseln	www.lanzarote-cycling.com
Rheinfähre Zons-Urdenbach Die schnelle Verbindung über den Rhein für Fußgänger, Radfahrer, Pkw 41460 Neuss, Drususallee 91		www.faehe-zons.de 02131 2 32 62
Giant Fahrradladen 40215 Düsseldorf, Herzogstr. 33	Friedrichstadt	www.giant-duesseldorf.de 38 547 561
WM Bike Fahrradladen Kölner Str. 42, 40211 Düsseldorf	Stadtmitte	www.wm-bike.de 16 15 00
Ingo Holthaus Augenoptik Fachgeschäft Kölner Tor 34, 40625 Düsseldorf	Gerresheim	www.optik-holthaus.de 28 32 36
Vantastisch – alles vegan, vegane Lebensmittel, Sportergänzungsprodukte, Kosmetik, veganes Tierfutter Elisabethstr. 54a, 40217 Düsseldorf	Friedrichstadt	www.vantastisch-alles-vegan.de
conpor E-Commerce-Lösungen für Mittelständler Nordstr. 75, 40477 Düsseldorf	Pempelfort	41 65 12 89
Cycles Zweiradmechanikerbetrieb Himmelgeister Str. 66	Bilk	www.cycles-duesseldorf.de 957 855 70

Radurlaub 2016 schon geplant?



Im **Fahrrad Info Zentrum (FIZ)** des ADFC Düsseldorf gibt es hierzu eine umfangreiche Tourendatenbank, Fahrradkarten und Bücher für Deutschland und darüber hinaus sowie vielfältiges Katalogmaterial von Anbietern organisierter Radreisen.

Das FIZ ist geöffnet dienstags und donnerstags zwischen 17 und 19 Uhr. Ein Besuch lohnt sich.

Sonderheft Radtouren 2016

meinRHEINLAND begleitet Sie auf Ihren Radtouren durch die Region!

Freuen Sie sich auf:

- ✓ 16 neue Touren aus der Region
- ✓ Mit ADFC-Experten entwickelt
- ✓ Inkl. Gutscheincode für die verbesserte Navigations-App
- ✓ Ausflugs- und Einkehrtipps



Jetzt bestellen für 9,80 € versandkostenfrei

Jetzt versandkostenfrei bestellen:

www.meinrheinland.de/radmagazin oder 0211 505-2255

Auch erhältlich im gut sortierten Zeitungs- und Zeitschriftenhandel und als E-Book abrufbar unter: www.rp-online.de/radmagazin