

# FahrRad

ADFC-Fahrradzeitung für den Kreis Unna

Frühling 2015



**Pedelecs & Co – Radeln mit Rückenwind**

**Downhill an die Adria**

**Einradfahren**



# LIFE | STIJL



ab 999,- €



**Fahrrad Wilmes**  
**Werner Str. 112**  
**59192 Bergkamen**  
**T. 02307 - 299919**

alles ums Rad  
[www.fahrrad-wilmes.com](http://www.fahrrad-wilmes.com)

## DAS NEUE KOGA F3

Aus dem Land von Grachten, Stijl und Fiets kommt das neue F3. Der Premiumhersteller KOGA verbindet stilischer puristisches Understatement und sportlich-dynamische Leichtbautechnologie. Das neue KOGA F3 eignet sich gleichermaßen ideal für urbane Mobilität und entspannte Touren.



reddot design award  
winner 2013

[www.koga-f3.com](http://www.koga-f3.com)

**KOGA** 

## ADFC im Internet



Informationen rund ums Radfahren im Kreis Unna können Sie auch auf den Internetseiten des Kreisverbandes **kv.adfc-unna.de** erhalten. Dazu gehören unter anderem ein Newsletter, eine Tourendatenbank und eine Liste von Fahrradkarten, die Sie für ihre Tour brauchen könnten.

Hier wie auf den verlinkten Internetseiten der einzelnen ADFC-Gruppen im Kreis finden Sie ebenfalls die aktuellen Touren- und Veranstaltungstermine. Gleiches gilt für aktuelle

Meldungen rund um das Thema Radfahren in den Städten und Gemeinden des Kreises.



## ADFC Kreis Unna

### Werner Wülfing

Vorsitzender, Tel.: 02303 / 12981

### Gaby Jöhnk

Vorsitzende, Tel.: 02303 / 63375

### Öffnungszeiten der

### Kreisgeschäftsstelle:

Dienstag, 17:00 – 18:30 Uhr  
Umweltberatungszentrum,  
Rathausplatz 21, 59423 Unna  
Tel.: 02303 / 103655  
info@adfc-unna.de

## Copenhagenezize – Radfahren wie in Kopenhagen

Liebe **FahrRad**freundinnen und -freunde!

Letztes Jahr haben meine Frau und ich eine einwöchige Radrundreise durch Seeland unternommen. Start- und Zielort war Kopenhagen. Wenn man in Kopenhagen Urlaub macht, kann man spüren, was es heißt, wenn eine Großstadt einen Radverkehrsanteil von 37 Prozent hat. Die Stadt ist jung und lebendig und doch ruhig und nicht so laut. Straßen sind an vielen Stellen Lebensraum statt Verkehrsraum. Dies scheinen nicht nur die Urlauber zu schätzen. Nach starken Einwohnerverlusten in den 80er Jahren des letzten Jahrhunderts stieg nach dem Umdenken in der Verkehrspolitik die Einwohnerzahl wieder deutlich an.



Kopenhagen möchte noch besser werden. Die 2011 vom Stadtrat verabschiedete Fahrradstrategie heißt: „Good, Better, Best 2011–2025“. Sie hat sich das Ziel gesetzt, im Jahr 2025 einen Radverkehrsanteil von 50 Prozent zu haben. Die Strategie sieht vor, Komfort, Sicherheit und Schnelligkeit zu erhöhen. Dazu sollen Radwege auf drei Fahrstreifen erweitert werden, um Nebeneinanderfahren mit zusätzlichem Überholen zu ermöglichen. Reisezeiten der Radfahrer sollen durch Grüne Wellen und zusätzliche Brücken über stark befahrene Straßen und Kanäle verringert werden. Besonders in und um Bahnhaltstellen sollen die Parkmöglichkeiten erhöht werden – die Fahrradmitnahme in S-Bahnen ist kostenlos.

Unnas Verwaltung hat in der Wiederbewerbung der Stadt Unna um Mitgliedschaft in der Arbeitsgemeinschaft fußgänger- und fahrradfreundlicher Städte (AGFS) eine Fahrradstrategie bis ins Jahr 2025 versprochen. Die Steigerung des Radverkehrsanteils von derzeit 11 auf 22 Prozent ist erklärtes Ziel. Näheres zum Verlauf der Planungen finden Sie auf Seite 16. Durch Kopenhagen fahren schon heute 20.000 Lastenfahrräder. Im Kreis Unna gibt es seit dem Frühjahr 2015 ein Lastenrad mehr. Mehr über die Lastenradinitiative „ULF – UNser Lastenfahrrad“ in diesem Heft auf Seite 9. Machen wir es wie die Kopenhagener!

Ihr Werner Wülfing

Editorial	3
Inhalt	4
Impressum	69
<b>Fahrrad-Technik</b>	
Pedelces und E-Bikes	5
ULF - UNser Lastenfahrrad	9
Lastenräder mit Rückenwind	10
<b>Fahrrad-Politik</b>	
Förderrichtlinie Nahmobilität	12
Nachruf FahrradBus	13
Mobilitätsbefragung im Kreis Unna	14
AGFS und Zielnetz 2025 für Unna	16
Streitfall Waltroper Straße in Lünen	18
Pro und Contra: Radfahren und Alkohol	20
<b>Fahrrad-Tourismus</b>	
Vom Brenner an die Adria	22
Saale-Elbe-Tour	26
Radfahren in Großbritannien	29
Selm – zwischen Schloss und See	32
Tour zu Westfälischen Salzwelten	33
Touren & Termine (März – August 2015)	36
<b>Fahrrad-Events</b>	
2. Stadtradeln Unna	49
Stadtradeln Unna: Aufruf zur Marga-Spiegel-Tour	52
Nachlese Marga-Spiegel-Tour	53
Nachlese Bundesradsporttreffen in Werne	55
10. Drahteselmarkt in in Lünen	58
ADFC-Sternfahrt nach Kamen	60
<b>Fahrrad-Spaß</b>	
Rudis Ritzelrätsel	61
<b>Fahrrad-Medien</b>	
Software BaseCamp / App 'GPS Test'	62
Von Bochum zum Baikalsee (Buchvorstellung)	64
<b>Fahrrad &amp; ADFC</b>	
Auswertung Leser/-innen-Umfrage zur <b>Fahrrad</b>	66
Vorteile für ADFC-Mitglieder	68
<b>Fahrrad-Jugend</b>	
Wie lerne ich Einradfahren?	70
Bauanleitung Tallbike	75

# Pedelecs und E-Bikes

**Ö**kologie, Gesundheit und Gemeinschaft sprechen für das Rad als effizientes Fortbewegungsmittel. Pedelecs und E-Bikes sind stark im Trend. In Deutschland fahren mittlerweile mehr als 1,6 Millionen Räder mit elektrischen Zusatzantrieb und der Trend nimmt weiter zu. Die Gründe für eine Pedelecnutzung sind vielfältig. Es sind schon lange nicht mehr nur die durch Alter oder Gebrechen mobilitätseingeschränkten Personen, die mit einem Elektrorad ihre Einbußen kompensieren wollen und so am sozialen Leben teilnehmen können. Viele junge und leistungsstarke Menschen steigen aufs Pedelec um. Selbst längere Wege zur Arbeit sind ohne Schweiß zurückzulegen. Besonders in Regionen mit fahrradunfreundlicher Topographie oder mit unzureichendem öffentlichen Nahverkehr ersetzen E-Bikes zunehmend den PKW.

## Unterschiede bei den Elektrorädern

Bei den Elektrorädern unterscheidet man drei Typen. Das Pedelec (Pedal Electric Cycle) unterstützt den Fahrer mit maximal 250 Watt bis zu einer Geschwindigkeit von 25 km/h. Wenn man bedenkt, dass ein Durchschnittsrädler etwa 100 Watt auf die Straße bringt, bedeutet dies eine mehr als Verdreifachung der Leistung. Die Pedelecs gelten rechtlich als Fahrrad. Man darf auf Fahrradwegen fahren und muss keinen Helm tragen.

Die sogenannten S-Pedelecs (S steht für schnell) gelten nicht als Fahrräder. S-Pedelecs unterstützen den Fahrer bis zu einer Geschwindigkeit von 45 km/h. Man muss auf der Straße fahren, selbst dann, wenn Mofas auf dem Radweg zugelassen sind. Es ist eine Betriebserlaubnis und ein Versicherungskennzeichen notwendig und es besteht eine Helmpflicht.

Der Fahrer muss mindestens 16 Jahre alt sein und eine Fahrerlaubnis der Klasse AM besitzen.

E-Bikes fahren selbständig auch ohne eine Pedalbewegung durch den Fahrer. Die Höchstgeschwindigkeit beträgt 20 km/h. Wenn man schneller fahren möchte, ist dies durch Eigenantrieb möglich. Eine Helmpflicht besteht zwar nicht, aber das E-Bike muss ein Versicherungskennzeichen tragen. Das Befahren von Radwegen ist innerorts mit dem Zusatz „Mofa frei“ und außerhalb immer erlaubt.



## Antriebsarten

Angetrieben werden Pedelecs durch einen Elektromotor, der über Sensoren gesteuert wird. Man unterscheidet drei grundsätzlich verschiedene Antriebskonzepte. Der Frontmotor sitzt in der Vorderradnabe. Nachrüstätze empfiehlt der ADFC nicht, da Gabeln und Rahmen zusätzliche Belastungen aushalten müssen, für die sie nicht gebaut sind. Da der Frontantrieb das Fahrrad hinter sich her zieht, kann das Vorderrad auf sandigem oder feuchtem Untergrund oder in Kurven durchdrehen und rutschen.

Beim Mittelmotor (Foto unten) ist der Antrieb in der Mitte über dem Tretlager angebracht und treibt das Hinterrad über die Kette an. Das Fahrverhalten ist einem normalen Fahrrad sehr ähnlich und man kann die üblichen Komponenten (Nabendynamo, Bremsen und Schaltungen) verbauen.

Ist der Elektromotor anstelle der Hinterradnabe eingebaut, spricht man vom Heckantrieb. Ist auch noch der schwere Akku hinten angebracht, ist das Rad oft hecklastig. Durch die ungleiche Gewichtsverteilung ist es schwer zu tragen.

Dies ist wichtig für Leute, die ihr Rad in einem Keller abstellen müssen oder die oft mit Bahn und Rad verreisen wollen. Muss man im Pannenfall das Hinterrad ausbauen, ist dies beim Heckmotor oft beschwerlich (siehe Tipp: neue Schlauchvariante)

## Unterschiedliche Sensoren

Der Trittfrequenzsensor zählt die Umdrehungen der Tretkurbeln und errechnet hieraus die Trittfrequenz. Der Sensor kann jedoch nicht die Kraft messen, die an den Kurbeln angreifen. Daher kommt es vor, dass die Motorunterstützung zu stark oder auch zu schwach ausfallen kann. Der Motor schaltet ab, wenn eine Trittfrequenz erreicht ist, die für den schnellsten Gang eine Geschwindigkeit über 25 km/h bedeuten würde.

Der Drehmomentsensor kann die wirkliche Antriebskraft ermitteln. Er ermöglicht es, die unterstützende Kraft genauer zu regeln. Ein Nachteil: Das Rad kann bei schlechter Steuerung plötzlich losfahren, wenn man einen Fuß aufs Pedal aufsetzt.

Der Geschwindigkeitssensor wird nur in Verbindung mit einem vorher beschriebenen Sensor eingesetzt. Er regelt die Drosselung der Unterstützung bei erreichter Höchstgeschwindigkeit.

## Akkupflege

Auch für legales Doping zahlt man einen Preis: Der Fahrradakku möchte gut gepflegt werden. Glücklicherweise sind moderne Lithium-Ionen-Akkus nicht mehr ganz so anspruchsvoll wie frühere Akku-Typen. Der Memory-Effekt und auch viele andere Schwierigkeiten, die es mit alten



## Schlauchwechsel ohne Radausbau

Besonders Hollandrad-Besitzer, aber auch Pedelect-Fahrer oder Rennfahrer können sich freuen. Eine neue Schlauchart der Firma GAADI ermöglicht es, einen Schlauch zu tauschen, ohne das Rad ausbauen zu müssen. Er ist nicht kreisförmig geschlossen, sondern hat zwei Enden. Diese lassen sich an den Streben vorbei in jeden Mantel legen. Das einzige Werkzeug, dass man neben einer Pumpe noch benötigt, ist eine Scheere oder ein Messer zum Durchtrennen des alten Schlauches. Wie man am besten vorgeht, kann man auf den Technikseiten des Kreisverbandes in einem Videotutorial anschauen:

<http://tinyurl.com/kpmmrao>



Akkus zu meistern gab, sind heute keine Thema mehr. Ein paar Kleinigkeiten gilt es allerdings trotzdem zu beachten.

Seine volle Leistung entwickelt der Akku erst nach einigen Ladezyklen. Neue Akkus sind dumm und ihnen muss erst beigebracht werden, was 100% ist. Deshalb sollte er die ersten drei bis vier mal fast leergefahren werden. Anschließend lädt man den Akku am besten sofort wieder voll auf. Nach dieser ersten Einfahrzeit wird das Leben einfacher. Der Akku kann im Prinzip nach jeder Fahrt wieder aufgeladen werden um beim nächsten Mal mit voller Kapazität zur Verfügung zu stehen. Da es keinen Memory-Effekt mehr gibt, schadet es dem Akku nicht. Was dagegen kein Akku mag, ist eine Tiefentladung. Schon aus diesem Grund ist es besser, immer mit gut geladenen Akkus loszufahren.

Generell ist für Lithium-Ionen-Akkus ein ständiger Ladezustand zwischen 30

und 70 Prozent ideal, denn auch die häufige und lange Vollauffladung schadet dem Akku. Die kurze Aufladung bei einer kurzen Mittagspause im Café schadet dem Akku also nicht, sondern tut ihm im Gegenteil sogar gut. Da die Ladedauer für die letzten 20% länger dauert, hat man nach einer kurzen Zwischenladung oft erst die 70% erreicht, bei denen sich der Akku am wohlsten fühlt. Um die vom Hersteller versprochenen Ladezyklen muss man sich dabei keine Sorgen machen, da diese sich auf volle Aufladungen beziehen.

Für eine längeren Lagerung sollte der Akku idealerweise eine Ladekapazität von 40-60% aufweisen. Ebenfalls wichtig bei der Lagerung: Der Akku hat es gerne kühl. Am besten entnimmt man bei längerer Nichtbenutzung den Akku der Radhalterung und lagert ihn bei einer Temperatur zwischen 0° und 15° Celsius.

Wer mit seinem Elektorad auf Fernreisen gehen will, muss wissen, dass ein Transport von Pedelects und E-Bikes im Flugzeug nicht möglich ist. Da Lithium sehr reaktionsfreudig ist, sind Elektoradakkus Gefahrgüter.

## Kaufberatung

Der Markt für Pedelects und E-Bikes ist in den letzten Jahren sehr stark gewachsen und das Angebot ist riesig.

Von sogenannten Schnäppchenkäufen im Discounter raten wir ab, da hier eine fundierte Beratung wie im Fachhandel nicht geleistet werden kann. Machen Sie ausgiebige Probefahrten mit unterschiedlichen Antriebssystemen. Achten Sie wie bei normalen Fahrrädern auch auf die richtige Größe und die richtige Sitzposition. Rechnen Sie mit höheren Kosten

für die Wartung eines Pedelec. Der Bremsverschleiß ist in der Regel höher als bei einem normalen Rad, da das Durchschnittsgewicht aktueller Elektrofahrräder heute bei 25 kg liegt. Fragen sie nach hochwertigen Bremssystemen. Pedelecs müssen ein CE-Zeichen tragen. Ein GS-Siegel (geprüfte Sicherheit) weist auf eine hohe Produktsicherheit hin.

Eine spezielle Kaufberatung kann an diese Stelle nicht geleistet werden. Wir verweisen auf einen aktuellen Test der Stiftung Warentest vom August 2014, der in unserer Kreisgeschäftsstelle im Umweltberatungszentrum Unna eingesehen werden kann.

### Auswirkungen auf die Infrastruktur

Das höhere Geschwindigkeitsniveau und Gewicht der Pedelecs führt zu längeren Bremswegen und verlangt zusätzliche Sicherheitsreserven bei der Dimensionierung und Gestaltung von Radverkehrsanlagen. Wege für Pedelecs sollten für eine Fahrgeschwindigkeit von 30 km/h ausgelegt werden und Kurvenradien von mindestens 20 m (bei Asphalt) haben. Der Anhalteweg von 25 m erfordert dann eine Sichtweite von 50 m. Außerorts müssen die geltenden Breitenanforderungen von 3 m (mindestens 2,5 m) für selbständig geführte Radwege und 2,5 m für Straßen begleitende Zweirichtungsradwege erfüllt werden.

Einzelheiten zur Infrastruktur sind in den Empfehlungen für Radverkehrsanlagen (ERA 2010) und beim ADFC NRW (PDF-Datei) verfügbar: <http://tinyurl.com/kgap2mn>

Die innerörtlichen Bordsteinradwege sind bereits für unmotorisierte Fahrräder problematisch, weil sie selten die heute (beim Neubau) erforderlichen Mindestbreiten haben. Wegen der Störungen an Kreuzungen, Einmündungen, Parkplätzen, Grundstückszufahrten und durch Fußgänger sind sie in aller Regel auch für Pedelecs nicht geeignet.

Wassergebundene Wegeoberflächen wie Dolomitsand sollten wegen der Rutschgefahr, besonders für Pedelecs mit Vorderradnabenmotor, ebenso wie Natursteinpflaster (z.B. Blaubasalt) oder Holz (bei Brücken) vermieden werden. Maschinell eingebauter Asphalt mit griffiger Oberfläche ist die ideale Fahrbahnoberfläche für Pedelecs und hat zudem die geringsten Unterhaltungskosten.

*Peter Heinrichmaier, Werner Wülfing,  
Jürgen Heidenreich*



## ULF – UNser Lastenfahrrad

**U**LF, das Lastenfahrrad des ADFC Kreisverbandes Unna, ist Gemeingut. **Jeder Bürger im Kreis Unna kann es ausleihen und nutzen – und zwar kostenlos.**

Im Kreis Unna gibt es derzeit keinen Fahrradhändler, der Lastenräder für Probefahrten bereithält. Potentielle Interessenten können somit nur unter einem hohen Aufwand „erfahren“, ob für sie ein Lastenrad als ein möglicher Autoersatz in Frage kommt. Da in Unna und Umgebung kaum Lastenfahräder unterwegs sind, ist auch die Nachfrage recht gering, so dass Radhändler keine Veranlassung haben,

sich Ausstellungsstücke in ihre Verkaufsräume zu stellen.



Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, hat der ADFC Unna das Lastenrad Cargo L der Firma Bakfiets angeschafft. Der Name Bakfiets leitet sich dabei von der niederländischen Bezeichnung für Kiste („Bak“) ab. Ein Bakfiets ist also ein „Kistenfahrrad“. Es ist ein einspuriges Rad und hat trotz 2,60 m Länge sehr gute Fahreigenschaften. Auch Ungeübte kommen mit diesem Rad schnell zurecht. Die Transportkiste ist mit 63 x 100 cm sehr geräumig und kann 100 kg Zuladung aufnehmen. Ein tiefer Einstieg und eine

leicht für alle Nutzer einstellbare Sitzposition ermöglicht die Nutzung durch möglichst viele Interessierte.

Ein besonderer Clou ist die Nuvinci-Schaltung. Die Idee geht bis auf das Renaissance-Genie Leonardo da Vinci zurück. Die Schaltung ermöglicht den Radfahrern stets die exakt passende Übersetzung, da sie sich stufenlos regulieren lässt.

### ■ Ausstattung von ULF

Zusammen mit ULF können die Nutzer auch ein Regenzelt und eine Kindersitzbank ausleihen. Das Kind wird mit einem Gurt gesichert. Desweiteren ist eine Halterung für einen Maxi-Cosi-Sitz ausleihbar. ULF ist daher besonders gut als ein Kindertransportrad nutzbar.

### ■ Ausleihbedingungen und Standort

Die Ausleihe ist umsonst. Wir freuen uns jedoch über jeden Erfahrungsbericht und jede Spende. Zur Ausleihe muss eine Kopie des Personalausweises vorliegen. ULF wechselt regelmäßig seinen Standort. Den aktuellen Standort und die Verfügbarkeit erfährt man auf den Seiten des ADFC Kreisverbandes [kv.adfc-unna.de](http://kv.adfc-unna.de). Anfragen sind auch unter der E-Mail [ULF@adfc-unna.de](mailto:ULF@adfc-unna.de) möglich.

### ■ Testfahrten möglich

ULF geht ab dem Frühjahr 2015 auf große Tour durch den Kreis Unna. Bei verschiedenen Märkten und Festen im Kreis können Interessierte ULF – UNser Lastenrad probefahren (siehe unten).

### ■ Unterstützer gesucht

Der ADFC Unna sucht für das Projekt Unterstützer. Zum einen benötigen wir Ausleihstationen. ULF soll an vielen un-

terschiedlichen Stellen im Kreis sichtbar und ausleihbar sein. Wir suchen aber auch TestfahrerInnen, die bereit sind, einen Artikel über ihre Erfahrungen zu schreiben. Gerne veröffentlichen wir diese Erfahrungen in der kommenden Fahrrad-Ausgabe.

### ULF on Tour

25.04.2015: Lünen, 10. Drahteselmarkt

09.05.2015: Unna, 26. Drahteselmarkt

17.05.2015: Lünen-Brambauer, Brami-Frühlingsfest

14.06.2015: Selm, Stadtfest mit Fahrrad-Aktionsmarkt

28.06.2015: Kamen, ADFC-Sternfahrt zum Café Familienbande

06.09.2015: Selm, Fahrrad-Aktionsmarkt

Auch Spenden sind gerne gesehen, da wir laufende Unkosten für Wartung und Versicherung haben. Wer spenden möchte, dem empfehlen wir das Konto bei der Sparkasse UnnaKamen, IBAN: DE37 4435 0060 0000 0615 23.

Geben Sie bitte das Stichwort ULF an. Spendenquittungen werden auf Nachfrage ausgestellt.

## Rückenwind für Lastenräder

**U**LF hat viele Brüder. Kasimir aus Köln war UNser Vorbild. Daniel fährt durch München und Rudolf zieht seine Kreise erfolgreich im Stadtgebiet von Dortmund. Weitere Projekte schießen derzeit wie Pilze aus dem Boden.

Lastenfahrräder haben ein großes bisher noch ungenutztes Potential. 51 Prozent aller motorisierten Transporte in europäischen Städten könnten auf Lastenräder verlagert werden. Dies ergab eine aktuelle Studie des EU-geförderten Cyclelogistics-Projektes. Insbesondere bei Transporten bis 250 Kilogramm ist das Lastenrad oft schneller, günstiger und praktischer als das Auto.

Dass dies nicht nur eine Theorie ist, sieht man tagtäglich zum Beispiel in Kopenhagen. Hier teilen sich etwa 20.000 Lastenräder und Cargo Bikes die Radwege mit normalen Fahrrädern. Sehr oft sieht man das Lastenrad als Familienkutsche. Neben Fahrradtaxis haben viele

Kleinhändler (Kaffee oder Sushi) ihre Geschäftsidee erfolgreich dank Lastenrad umgesetzt. Die Post wird fast ausschließlich auf Lastenrädern ausgetragen. Aber auch andere Dienstleister wie Straßenreinigung oder Pflegedienste setzen aufs Lastenrad. Wer einen Eindruck hiervon erhalten möchte, den verweisen wir auf ein Video auf unseren Webseiten [kv.adfc-unna.de](http://kv.adfc-unna.de).





Kopenhagen ist die Wiege der Lastenfahrräder. In Christiania, die vom Staat Dänemark geduldete autonome Gemeinde in Kopenhagen, werden schon seit mehr als 30 Jahren Lastenfahrräder produziert. Aber auch in anderen Metropolen wie Amsterdam gehört das Lastenrad zu den alltäglichen Verkehrsmitteln.

Auch in Deutschland erkennen immer mehr Unternehmen die Potentiale des Lastenrades. Die Deutsche Post nutzt seit 2013 sogenannte E-Trikes, um die letzte Meile beim Versand von Stückgut kostengünstig und umweltfreundlich zurückzulegen. Mittlerweile sind es schon

1500 in ganz Deutschland. In Schwerte fährt seit 2014 die Firma UPS ein Cargo Bike für die Zustellung in der Innenstadt, da diese verkehrsberuhigt ist und die Kunden mit motorisierten Fahrzeugen schlecht erreichbar sind. Auch im Kreis Unna sind schon etliche Fahrräder anzutreffen, die als Kaffee- und Getränkebars fungieren oder Kleinunternehmern als Transportfahrzeuge dienen. Auch ein Grillstand-Lastenrad und ein Leierkasten-Rad wurden schon gesichtet.

Die Modellvielfalt bei den Lastenrädern ist riesig. Der ADFC hat sich nach mehreren Testfahrten für ein zweirädriges Lastenrad entschieden, da sich dieses für den Anfänger sehr leicht fahren ließ. Aber auch bei dreirädrigen Lastenfahrrädern gewöhnt man sich sehr schnell an das neue Fahrverhalten.

Werner Wülfing

Zum Thema Lastenfahrrad siehe auch **FahrRad 1/2012**: S. 6 ff., S. 38 ff. (Archiv: [www.adfc-fahrrad.de](http://www.adfc-fahrrad.de))

**JETZT**  
zur AOK!

Warum zur AOK NORDWEST?  
**„Ich will keine Fernbeziehung.  
 Auch nicht mit meiner Krankenkasse.“**  
 1.380 AOK-Kundencenter und 54.000 Mitarbeiter deutschlandweit.  
 Wir sind da, wenn's drauf ankommt. Deshalb zur AOK NORDWEST.

Gesundheit in besten Händen [www.zur-aok.de](http://www.zur-aok.de)

## Schnäppchen „Förderrichtlinie Nahmobilität“

Die Landesregierung NRW beansprucht den Titel „Fahrradfreundlichstes Bundesland“. Zur Festigung dieser Position hat das Ministerium für Bauen, Wohnen, Stadtentwicklung und Verkehr Förderrichtlinien zur Förderung der Nahmobilität in den Städten, Kreisen und Gemeinden des Landes NRW erlassen. Sie sind seit dem 1.12.2014 in Kraft. Danach gewährt das Land Zuwendungen für Investitionen, Planungen, Service, Kommunikation und Informationen, die der Verbesserung der Nahmobilität dienen.

Gefördert werden „Vorhaben, die geeignet sind, sicheren Rad- und Fußverkehr zu gewährleisten und motorisierten Individualverkehr auf Rad- und Fußverkehr zu verlagern“. Das sind der Bau von Radwegen, die Markierung von Radstreifen und Schutzstreifen, die Aufstellung von Schildern, weiterhin Fahrradstationen, sofern sie umfangreiche Dienstleistungen anbieten, Fahrradabstellanlagen und Ladestationen für Elektroräder. Zu den förderfähigen Bauvorhaben gehören auch „Fußverkehrsanlagen“, zum Beispiel Gehwege und Querungseinrichtungen. In Gemeinden, die der AGFS angehören, können nicht investive Maßnahmen wie Öffentlichkeitsarbeit zur Förderung der Nahmobilität gefördert werden. Diese Arbeit kann auch von Vereinen erbracht werden. Der ADFC ist zwar nicht genannt, aber vielleicht gemeint. In § 3 werden unter Zuwendungsempfängern neben den Gemeinden auch „Vereine, die satzungsgemäß die Förderung der Nahmobilität verfolgen“ genannt.

Im nächsten Abschnitt sind die Planungsunterlagen aufgezählt, die eingereicht werden müssen. Für den, der vor der Vielzahl zurückschreckt, gibt es einen Hoffnungsschimmer, „die Bewilligungsbehörde kann die Anforderungen in Einzelfall reduzieren“.

Die Höhe der Förderung (§5) darf 80% nicht überschreiten. Der Mindestanteil für die Gemeinde beträgt 10%. Es ist festgelegt, dass Spenden nicht auf die Höhe der Zuwendungen angerechnet werden. Für freiwillige Leistungen in Form von bürgerlichem Engagement gilt das gleiche. Heißt das, dass die Stadt ihren Eigenanteil durch Spenden und freiwillige Leistungen aufbringen kann?

Die Anträge auf Förderung sind bei der Bezirksregierung einzureichen und zwar bis spätestens 1. Juni des Jahres, das dem Maßnahmenbeginn vorausgeht. Die Menge der erforderlichen Unterlagen (2-fach) ist beträchtlich. Ermutigend ist der Hinweis, dass für eine einfache Abwicklung Musterformulare im Internet bereitgestellt werden. In großer Ausführlichkeit wird abschließend festgelegt, wie die Unterlagen in den Mühlen der Bezirksregierung, des Ministeriums für Verkehr und im Regionalrat gemahlen werden. Die Förderrichtlinie Nahmobilität (FöRi-Nah) gilt bis 31.12. 2019.

Ob die Kommunen oder der ADFC im Kreis Unna es bis dahin schaffen, ein Stück vom Kuchen abzubekommen?

*Michael Richter*

Förderrichtlinie Nahmobilität bei der AGFS: <http://tinyurl.com/nk28sbq>

## FahrradBus: Ungeliebt und bald vergessen?

**M**ich als überzeugtem Anhänger und Befürworter des FahrradBusses hat der Todesstoß, den die PolitikerInnen des Kreistages im Dezember letzten Jahres dem einstigen Vorzeigebjekt „FahrradBus“ versetzten, sehr geschmerzt, obwohl das Ereignis den Interessierten nicht mehr überraschen konnte. Seit Anbeginn hat die Politik den Bus immer wieder zum Spielball ihrer Begehrlichkeit gemacht. Das Projekt hat durch die von dieser Seite bewirkte ewige Herumkasperierei nie die Zeit bekommen, die es benötigt hätte, um sich als feststehende Größe etablieren zu können. Bei ständiger Änderung der Linienführung und Abfahrtszeiten, Ausdünnung des Angebots sowie Kürzung des Budgets darf es logisch denkende Menschen nicht verwundern, dass der Nutzungsgrad des Busses von Jahr zu Jahr gesunken ist. 2010 hatte der FahrradBus die landesweit beste Nutzung in vergleichbaren Projekten! Gut 2500 Fahrgäste wurden transportiert, bei Mitnahme von fast 1000 Fahrrädern. Das war eine Auslastung von ca. 40 Prozent.

Aber der Politik fehlte wieder einmal der lange Atem, der erzielte Erfolg reichte ihr nicht. Schließlich läuft die Legislatur nur fünf Jahre, was interessieren dann positive Ergebnisse späterer Jahre? So nahm dann das Verhängnis seinen Lauf. Es verwundert nur, dass die Projekte, mit denen der FahrradBus seinerzeit verglichen wurde, sich noch immer des Lebens freuen und sogar als Vorbilder für gelungene Kooperation im Bereich Nahmobilität angesehen werden. Ein Schelm, wer Böses da-

bei denkt. Aber letztendlich fiel den Damen und Herren des Kreistages noch auf, dass die zwei gekauften Fahrradanhänger durch private Firmen unter Nutzung der Marke „FahrradBus“ vermarktet werden könnten. Unter den bisher im Raum stehenden Mietkonditionen und -kosten ist auch das wieder eine Totgeburt.

Fest steht, der FahrradBus ist zu Tode therapiert und gespart worden. Dafür hat man letztes Jahr noch ein recht teures externes Gutachten gebraucht, dessen Kosten – oh Wunder – natürlich aus dem ohnehin gekürzten Budget des Busses gezahlt werden mussten. Zur Belohnung dafür durfte der dann nur noch einen (!) Umlauf fahren.

Eine Frage bewegt mich allerdings: Wie will der Kreis dieses Desaster der Kommission, die 2016 die Verlängerung der Mitgliedschaft in der AGFS (Arbeitsgemeinschaft fahrrad- und fußgängerfreundlicher Kommunen) prüfen muss, vermitteln? Die Mitgliedschaft ist mehr als eine Frage des Prestiges und die Gewährung der Verlängerung kein lockerer Spaziergang. Erst kürzlich wurde die Stadt Marl ausgeschlossen.

*Wilfried Prenger*



## Mobil im Kreis Unna

**M**enschen müssen sich bewegen, um am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können. Ob der tägliche Weg zum Arbeitsplatz, der Besuch von einem Bekannten oder Verwandten, ob das wöchentliche Training im Fußballverein, Mobilität ist ein Bedürfnis, welches von allen Menschen gleichermaßen geteilt wird und maßgeblich die persönliche Lebensqualität beeinflusst. Der demografische Wandel, der unter anderem zu einer Alterung und Schrumpfung der Gesellschaft führt, stellt den Kreis Unna und die kreisangehörigen Kommunen in diesem Zusammenhang vor die Herausforderung Mobilität für alle Menschen auch zukünftig flächendeckend und nachhaltig bereitzustellen.

Im Zeitraum von 2012 bis 2013 hat der Kreis Unna daraufhin als Teilnehmer der „ZukunftWerkStadt“, ausgeschrieben vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), mit einer Förderung von 250.000 Euro und unter dem Titel „LebensWerte“ auf diese Herausforderung reagiert und die Nachhaltigkeitsstrategie für den Kreis Unna entwickelt. Ausgehend von den Themenfeldern Bildung, Wirtschaft, Beschäftigung, Klima und Mobilität wurden dabei 13 handlungslei-

tende strategische Ziele und insgesamt 47 konkretisierende Teilziele unter Berücksichtigung ihrer Anschlussfähigkeit an bereits existierende Initiativen und Pflichtaufgaben im Kreis und die vertikale Integration zu bestehenden Nachhaltigkeitsstrategien auf anderen administrativen Ebenen formuliert. Ziele im Themenfeld Mobilität sind zum einen die Stärkung der umweltschonenden Verkehrsmittel (Bus, Bahn, Rad und Fußverkehr = Umweltverbund) und zum anderen die bewusstere und umweltverträglichere Nutzung und Gestaltung des motorisierten Individualverkehrs im Kreis Unna. Um die entsprechenden Zielen zu erreichen, strebt die Nachhaltigkeitsstrategie dabei einen Anteil des Umweltverbundes von mindestens 55% (25% Radverkehr, 20% Fußverkehr und 10% öffentlicher Personennahverkehr) bis 2020 an. Dass dies eine große Herausforderung ist, zeigt die Modal Split Untersuchung vom Herbst 2013, die für den Kreis einen Anteil des Umweltverbundes von rund 35% (Bus = 5,3%, Bahn-Nahverkehr = 3,8%, Bahn-Fernverkehr = 0,8%, Fußverkehr = 12,8%, Radverkehr = 12,3%) attestiert.

Seit dem 1. September 2014 läuft nun die 2. Förderphase des Vorhabens, in der



die Umsetzung der Nachhaltigkeitsziele vor Ort im Mittelpunkt steht. Während bestimmte Nachhaltigkeitsziele vorrangig von Verwaltung, Politik und Planung gesteuert werden können, ist die zukünftige Ausgestaltung der Mobilität im Kreis Unna maßgeblich auf das Mitwirken der Bürgerinnen und Bürgern angewiesen. Deshalb haben sich der Kreis und die wissenschaftliche Begleitung (ILS und LAG21) dazu entschlossen exemplarisch an dem Thema Mobilität mit den Bürgerinnen und Bürgern zu arbeiten.

Während mehrerer Veranstaltungen soll gemeinsam diskutiert und überlegt werden, wie die Maßnahmen konkret aussehen können und inwiefern die Bürgerinnen und Bürger selbst bei der Umsetzung der aufgestellten Nachhaltigkeitsziele aktiv und selbstständig mitwirken können. So werden im Frühjahr 2015 neben einer Online-Umfrage „Mobilität“, Befragungen in voraussichtlich drei kreisangehörigen Kommunen und eine Fachtagung durchgeführt. Insbesondere die Fachtagung „Mobilität“ soll dabei Plattform für einen kreativen Dialog zwischen Fachexperten und Bürgerinnen und Bürgern sein und die Frage nach einer zukunftsfähigen, nachhaltigen und finanzierbaren Mobilitätsstrategie mit den

Schwerpunkten Nahmobilität, Tarifsystem, flexible Beförderungssysteme und Mobilitätsmanagement für Nutzergruppen zum Thema haben.

Termin für die Fachtagung „Mobilität“ ist Mittwoch, der 27. Mai 2015. Weitere Informationen erhalten Sie unter den untenstehenden Internetadressen. Da die Ergebnisse der Online-Befragungen ebenfalls bei der Fachtagung vorgestellt werden sollen, bitten wir Sie zudem an der Online-Befragung „Mobilität“ teilzunehmen. Die Befragung ist anonym und dauert ca. 10–15 Minuten.

*Sebastian Eichhorn*



Homepage: <http://www.kreis-unna.de/lebenswerte>

Facebook: <https://www.facebook.com/LebenswerteKreisUnna>

Online-Befragung: <http://goo.gl/forms/jkmmJN0gU3>

#### **Institut für Landes- und Stadtentwicklungsforschung gGmbH**

Brüderweg 22-24, 44135 Dortmund

Kontakt: Sebastian Eichhorn

Tel. 0231 - 9051 279;

[sebastian.eichhorn@ils-forschung.de](mailto:sebastian.eichhorn@ils-forschung.de)

#### **Landesarbeitsgemeinschaft Agenda 21 NRW e.V.**

Deutsche Str. 10, 44339 Dortmund

Kontakt: Melanie Schulte

Tel. 0231 - 93 69 60 - 17;

[m.schulte@lag21.de](mailto:m.schulte@lag21.de)

#### **Kreis Unna**

Kontakt: Ludwig Holzbeck

Tel. 02303 - 27 10 69;

[ludwig.holzbeck@kreis-unna.de](mailto:ludwig.holzbeck@kreis-unna.de)

## Unna bleibt in der AGFS „Zielnetz 2025“ führte zum Ziel

Unna bleibt in der Arbeitsgemeinschaft fußgänger- und fahrradfreundlicher Städte, Gemeinden und Kreise in Nordrhein-Westfalen e.V. (AGFS). Im Rahmen ihrer jährlichen Mitgliederversammlung wurde in der Landeshauptstadt Düsseldorf neben Unna weiteren 33 Mitgliedern Urkunden zur Verlängerung ihrer Mitgliedschaft verliehen. Der Stadt Marl wurde keine Verlängerung gewährt. Alle sieben Jahre müssen sich die Mitglieder des kommunalen Netzwerks erneut bewerben und unter Beweis stellen, dass sie aktiv und kontinuierlich daran arbeiten, zukunftsfähige, belebte und wohnliche Städte zu gestalten. Nur Kommunen, die den Kriterien der AGFS weiterhin gerecht werden, erhalten die begehrte Verlängerungsurkunde und profitieren weiter von den Vorteilen einer Mitgliedschaft.

Auch für Unna stand die Mitgliedschaft auf der Kippe. Der Verlängerungsantrag der Stadt Unna wurde vom zuständigen Ministerium sehr kritisch hinterfragt und erst die in den nachgeschobenen Antworten konkret formulierten Ziele bezüglich der zukünftigen Nahmobilität führten letztlich zum Verbleib.

Die Stadt Unna möchte den auch für sie nicht zufriedenstellenden Modal-Split-Anteil von derzeit 11% in der kommenden Dekade verdoppeln. Hierzu soll ein „Zielnetz 2025“ mit Haupt- und Nebenrouten definiert und umgesetzt werden. Derzeit erhebt eine Arbeitsgruppe, die aus Mitgliedern des Beirates „FahrRad“ und der Verwaltung besteht, Routenverläufe und Mängelpunkte und definiert die Qualitätsmerkmale der Haupt- und Nebennetzrou-

ten. In diesem Zusammenhang soll auch die Benutzungspflicht vorhandener Radwege und die Signalisierung der Kreuzungen untersucht und gegebenenfalls geändert werden.

Im öffentlichen Raum und besonders an weiterführenden Schulen sollen Radparkanlagen in ausreichenden Maße und Qualität geschaffen werden. Zur Steigerung der Öffentlichkeitsarbeit sieht die Stadt im „Stadtradeln“ Entwicklungspotential. Die Anbindung an den geplanten Radschnellweg (RS1) soll in die kommunalen Planungen einfließen und die Neugestaltung der Fußgängerzone soll den Belangen der Senioren und Menschen mit Behinderungen gerecht werden.



Von links: Michael Heinze (Ministerium Bauen etc. NRW), Patricia Reich, Renate Nick, Michael Ott (alle Stadt Unna), Christine Fuchs (AGFS)

Der ADFC Unna hatte sich trotz großer Kritik in einer Stellungnahme für den Verbleib Unnas in der AGFS eingesetzt. Nun begrüßt er die von der Verwaltung gesetzten Ziele für die kommenden Jahre und erklärt die Bereitschaft zur konstruktiven Mitarbeit.

Werner Wülfing



Foto: Stadtbergkamen | Stefan Milk

## Unterwegs zwischen Ruhr & Lippe

Lebendig. Aktiv. Faszinierend.

So präsentiert sich der Kreis Unna zwischen Münsterland, Hellweg und Sauerland gelegen, mit seiner malerischen Landschaft, mit historischen Altstädten, ungewöhnlichen Orten ehemaliger Industriestätten und einzigartiger Lichtkunst.

Für jeden Geschmack ist das Passende dabei: egal ob gemütliche Familienausflüge, ausgedehnte Rad- und Wandertouren oder Kunst- und Kulturerlebnisse - der Kreis Unna ist immer ein lohnendes Ziel.

Warum also in die Ferne schweifen, wenn das Gute doch direkt vor unserer Haustür beginnt.

Der Kreis Unna hält viele Broschüren mit Infos und Touren kostenlos für Sie bereit!



Infos und Broschüren: Kreis Unna | [www.kreis-unna.de](http://www.kreis-unna.de)  
Fon 02303/27-1361 | [tourismus@kreis-unna.de](mailto:tourismus@kreis-unna.de)

## Heißes Eisen in Lünen: Waltroper Straße

Es war schon erstaunlich, welchen Pressewirbel die „neue“ Radverkehrsführung auf der Waltroper Straße in Lünen-Brambauer hervorrief. Das Spektrum der Meinungen reichte von „sehr gefährlich“ bis „fast perfekt“, wobei manch Kommentar vermuten lässt, dass Begriffe und Rechtslage kaum bekannt sind. Doch wie ist die Situation und wo liegen die Probleme?

Die Waltroper Straße ist eine Hauptverkehrsachse durch den Ortsteil. Sie ist im Südbereich zwischen Königsheide und Ottostraße auch die Haupteinkaufsstraße (Tempo 30). Der Verkehr ist werktags entsprechend dicht. Die Fahrbahn wird auf beiden Seiten von Parkbuchten begleitet. Zwischen den Buchten liegen Grüninseln, Radstände, Bushaltestellen und anderes. An 7 Stellen liegen in der Fahrbahn erhöhte „Inseln“, die einseitig ein leichtes Versinken der Fahrbahn bedingen.

Auf den Gehwegen gilt „Radfahrer frei“. Gemäß StVO dürfen Radfahrer hier nicht schneller als „Schrittgeschwindigkeit“ fahren, wobei diese nicht genau definiert

ist. Die meisten Gerichte sehen sie bei 7 km/h. Es darf auf der gesamten Breite des Gehweges Rad gefahren werden. Ein Radweg, auch wenn die Pflasterung es suggeriert, ist hier nicht vorhanden! Wichtig ist, dass Fußgänger Vorrang haben und nicht behindert oder gefährdet werden dürfen. Diese Ausschilderung bestand schon vor Neugestaltung der Waltroper Straße.

Die wesentliche Änderung durch die Neugestaltung ist, dass auf der Fahrbahn die beidseitigen Flachborde durch „Schutzstreifen“ ersetzt wurden (unterbrochene Markierungslinie, Fahrradpiktogramme). Zickzack-Kurven an den Inseln, Fahrbahnschäden sowie das Unwissen von Autofahrern, dass Radler hier fahren durften, führten dazu, dass die Flachborde kaum zum Radfahren benutzt wurden. Flachborde, in Lünen noch an der Moltke- und Alsenstraße existent, wie auch Schutzstreifen sind rechtlich keine Radwege. Sie dürfen von Autos befahren werden, aber nur „bei Bedarf“, zum Beispiel um Gegenverkehr auszuweichen,

und nur wenn Radfahrer dadurch nicht gefährdet werden! Kann ein Seitenabstand von mindestens 1,5 m nicht gewahrt bleiben, ist ein Überholen des Radlers verboten. Parken ist auf dem Schutzstreifen ebenfalls verboten, Halten dagegen erlaubt. Die Breite der Schutzstreifen und der Fahrbahn der Waltroper Straße liegen am unteren Ende des gesetzlich Möglichen:

*Hier kann es sehr eng werden. Rechtswidriges Parken zwingt zum Ausweichen nach links.*



... seit 1992 am Markt

# fahr' **R**ad

Alles rund um's Rad.

**fahr' RAD**  
 Marktstraße 2b  
 D- 44532 Lünen

**Tel.** +49(0)2306.22623  
**Fax.** +49(0)2306.259616  
**Web.** www.fahrrad-luenen.de

**Öffnungszeiten:** **Mo, Di, Mi** von 10:00 - 18:30 Uhr  
**Do, und Fr** von 10:00 - 19:00 Uhr  
**Sa** von 10:00 - 14:00 Uhr

1,25 m bzw. 7 m. Umstritten ist, ob sich eine Benutzungspflicht für Radfahrer aus dem Rechtsfahrgebot ergibt. So gestehen Gerichte Radfahrern einen Seitenabstand von bis zu 80 cm vom Fahrbahnrand zu und schreiben bei parkenden Fahrzeugen einen Abstand von mindestens 1 m vor. Das ist auf der Waltroper Straße durchgehend nicht der Fall. Vor allem sich zur Straße hin öffnende Autotüren können so zum Problem werden. Besondere Aufmerksamkeit ist ebenfalls an den Verschwenkungen gefordert, da diese von Autofahrern meist geschnitten werden. Busse und LKWs müssen dies aufgrund der Platzverhältnisse sogar tun.

Dennoch, die Situation hat sich für alle Verkehrsteilnehmer verbessert. Autofahrende nehmen Radfahrende besser wahr, vor allem an Einmündungen. Hier passieren nachweislich die meisten schweren Unfälle, wenn hinter parkenden Autos plötzlich auftauchende Radler beim Abbiegen übersehen werden. Dies sollte die sicher ab und zu nötige Geduld beim Überholen von Radlern aufwiegen. Fußgänger können entspannter den Gehweg benutzen, da mehr Radler die Straße benutzen und Teil des fließenden Verkehrs sind.

Baulich wird nur eine Verschmälerung der Gehwege zu Gunsten der Fahrbahn und die Anlage von Radfahrstreifen ein weiterer Fortschritt sein. Eine solche Baumaßnahme ist derzeit unrealistisch und wegen der nötigen Baumfällungen auch nicht vermittelbar.

Schutzstreifen, zum Teil nur auf einer Seite, gibt es in Lünen außer an der Waltroper Straße auch an der Dortmunder und Niederadener Straße sowie an der Wehrenbold- und Bahnstraße. Es werden nicht die letzten sein.

*Andreas Abels*

*Kritisch kann das Schneiden der Schutzstreifen an den Verschwenkungen sein.*



**A**lkohol ist eine Droge, die gesellschaftlich sehr verharmlost wird. Aktuelle Untersuchungen zeigen, dass man schon ab 0,3 Promille die Entfernung und das Tempo eines Autos nicht mehr gut einschätzen kann. Bei 0,5 Promille verschlechtert sich die Sehleistung und ab 0,8 Promille sinkt die Reaktionsfähigkeit stark ab. Ab 1,1 Promille nehmen die alkoholbedingten Ausfallerscheinungen stark zu. Diese Wirkungen sind dieselben, ob man nun im Auto sitzt oder auf dem Sattel.

Die Unfallzahlen sprechen eine deutliche Sprache. Der Anteil der verunglückten Radfahrer, die unter Alkoholeinfluss standen, ist mit 4,4% fast doppelt so groß wie bei den Autofahrern. Wenn es gelänge, den Anteil auf das Niveau der Autofahrer zu senken, würden jedes Jahr 1.700 Radfahrer weniger verletzt oder sogar getötet.

Richtig ist, dass die gefahrenen Geschwindigkeiten beim Radfahren geringer sind. Bei gleichgroßen Reaktionszeiten bedeutet dies einen größeren Reaktionsraum für Radfahrer. Hieraus kann man meiner Meinung nach aber nicht ableiten, dass vom Radverkehr eine geringere Gefährdung ausgeht. Es geht ja nicht nur um die Eigengefährdung der Radfahrer auf eigenen vom Autoverkehr getrennten Radwegen. Rad- und Autoverkehr nutzen nicht nur bei Querungen über weite Strecken dieselbe Verkehrsfläche. Auch bei Straßen begleitenden Schutzstreifen kommen sich die unterschiedlichen Verkehrsteilnehmer beim Überholen sehr nah.

In anderen Ländern gibt es zu Recht seit langem tiefere Promillegrenzen als in Deutschland. In Italien, Frankreich, Kroatien, der Schweiz und den Niederlanden

## Streit um gleiche Promillegrenzen

**F**ür Autofahrer gilt seit 2001 die 0,5-Promillegrenze im Straßenverkehr als Gefahrengrenzwert, ab dem ein Bußgeld ab 500 Euro gezahlt werden muss. Einen solchen Gefahrengrenzwert gibt es für Radfahrer nicht. Ab 1,1 Promille sind Autofahrer, so die Rechtsprechung, sogar absolut fahruntauglich. Die Folge ist Füh-

sind maximal 0,5 Promille am Lenker erlaubt. Die Bußgelder variieren zwischen 65 Euro (Kroatien) und 500 Euro (Italien).

Recht tolerant zeigt sich Österreich. Unser Nachbarland akzeptiert bis zu 0,8 Promille, aber auch dies ist nur die Hälfte von den in Deutschland erlaubten Werten. Wer hier mit einem höheren Alkoholwert auf dem Fahrrad erwischt wird, muss mit einer Geldstrafe ab 800 Euro rechnen. In Tschechien liegt die Grenze sogar bei 0,0 Promille. Warum sollte dies nicht auch in Deutschland gelten? Alkoholfreie Biere schmecken richtig lecker, gleichen Wasser- und Mineralstoffverluste schnell aus und haben weniger Kalorien.

Radfahren ist an sich Balsam für Seele und Körper und macht auch ohne Alkohol Spaß. Gerade die gleichmäßige zyklische Bewegung setzt Endorphine frei und baut Stressoren ab. Fahren Sie, so viel Sie können, und tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes. Dann wird es Ihnen nicht schwerfallen, die Einführung eines niedrigen Promillegrenzwertes für Radfahrer zu akzeptieren.



## en für Radfahrer und Autofahrer

erscheinenzug. Bei Radfahrern liegt der Wert höher, sie gelten erst ab 1,6 Promille als fahruntüchtig. Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) will nun durchsetzen, dass Radfahren unter Alkoholeinfluss künftig als Ordnungswidrigkeit geahndet und ein Gefahrengrenzwert für Bußgeldstrafen wie bei Autofahrern eingeführt wird.

**F**ahrrad fahren macht besoffen doppelt so viel Spaß. Kann man so sehen, ganz so einfach ist die Sache dann aber doch nicht: Man sollte schon Herr seiner Sinne sein, wenn man aufs Rad steigt. Deshalb aber gleich die Promillegrenze auf das Niveau der Grenze für Autofahrer zu senken, hieße das Kind mit dem Bade auszuschütten. Schließlich ist man mit dem Rad bedeutend langsamer. Das Gefährdungspotential ist viel geringer als beim Auto und in der Regel wird man vor allem sich selbst gefährden.

Einer der größten Vorteile des Radfahrens ist die Einfachheit. Das Rad ist schnell zur Hand, kann überall geparkt werden und wenn man abends mal etwas trinken will, muss man sich keine Gedanken machen, wie man wieder nach Hause kommt. So lange man es nicht übertreibt, wird man nach ein paar Bierchen oder zwei Glas noch immer sicher fahren können. Auch mit einem Alkoholpegel, bei dem Autofahren nicht nur verboten, sondern auch aus Vernunftgründen schon zu gefährlich wäre. Diese Einfachheit sollte man nicht gesetzlich beschränken.

Zugegeben: Die zur Zeit gültigen 1,6 Promille als Grenze der Fahrtüchtigkeit von Radfahrern sind ein enorm hoher Wert. Wer diesen Wert erreicht, hat schon gehörig gebechert und sollte das Rad vielleicht wirklich lieber schieben. Aber

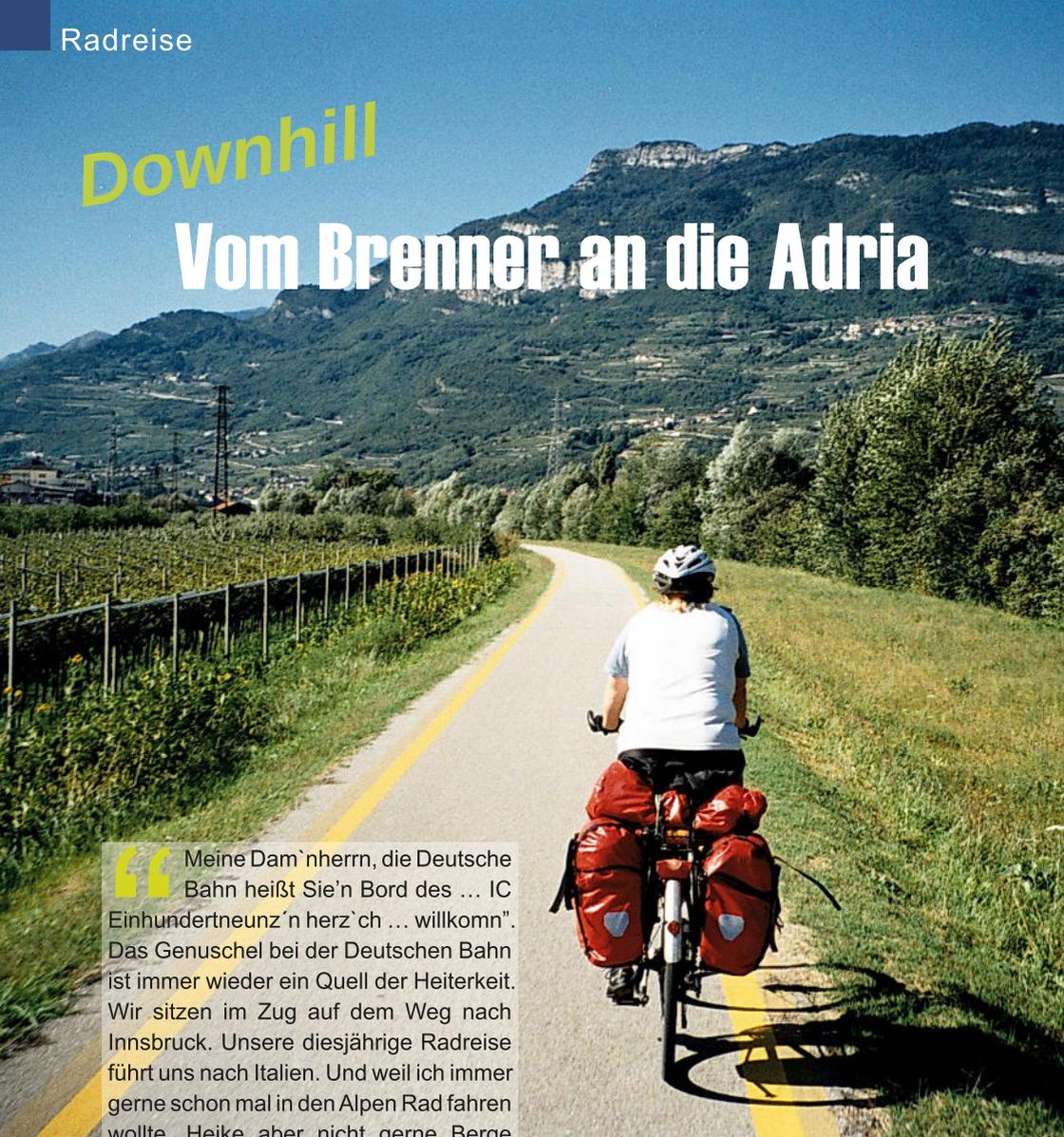
1,6 Promille ist auch nur der Oberwert, bei dem auf jeden Fall von absoluter Fahruntüchtigkeit auszugehen ist. Laut § 316 Strafgesetzbuch (StGB) wird bestraft, wer infolge des Genusses alkoholischer Getränke oder anderer berauschender Mittel nicht in der Lage ist, ein Fahrzeug sicher im Verkehr zu führen. Das kann auch schon der Fall sein, wenn man mit weniger Alkohol im Blut Schlangenlinien fährt. Wer auffällig wird oder einen Unfall verursacht, für den können auch jetzt schon die geringeren Grenzen für Autofahrer herangezogen werden.

Fakt ist aber auch, dass Radfahren deutlich weniger Anforderungen stellt als das Führen eines Kraftfahrzeugs. Der Gesetzgeber bestätigt dies indirekt indem er schon Kindern Radfahren erlaubt und keinen Führerschein verlangt. Aus diesem Grund würde eine strengere Alkoholregelung für Radfahrer auf geringe Akzeptanz treffen. Ein nicht unwichtiges Argument für ein Vergehen, das sich kaum kontrollieren lässt. Aus diesem Grunde ist es richtig, das Augenmerk mehr auf die Fähigkeit zum sicheren Führen eines Fahrzeugs zu legen als auf eine absolute Promillegrenze. Ein verantwortungsbewusstes Handeln des Einzelnen lässt sich mit polizeilichen Kontrollen in diesem Fall schlecht erzwingen. Daher ist das Appellieren an die Vernunft sinnvoller als die Senkung der Promillegrenze.



# Downhill

## Vom Brenner an die Adria



“Meine Dam`nherrn, die Deutsche Bahn heißt Sie`n Bord des ... IC Einhundertneunz`n herz`ch ... willkommn“. Das Genuschel bei der Deutschen Bahn ist immer wieder ein Quell der Heiterkeit. Wir sitzen im Zug auf dem Weg nach Innsbruck. Unsere diesjährige Radreise führt uns nach Italien. Und weil ich immer gerne schon mal in den Alpen Rad fahren wollte, Heike aber nicht gerne Berge fährt, lautet der Plan, uns vom Brennerpass bis Venedig hinunterrollen zu lassen. Ich habe es Heike bisher verschwiegen, aber sie ahnt natürlich schon, dass es auch ab und an mal bergan gehen wird. Doch zuerst mal müssen wir Bahn fahren, und so sitzen wir nun im IC, der uns in knapp zehn Stunden nach Innsbruck bringen soll.

Nach einer Übernachtung dort geht es am nächsten Morgen mit der Bahn auf den Brenner. Von hier fahren wir über eine neu asphaltierte ehemalige Eisenbahnstrecke sanft zu Tal. Bis hinter Sterzing, dann kommen sie endlich, die Berge. Kurze, knackige Anstiege wechseln sich mit rasanten Abfahrten ab. Heike hat es ja schon geahnt.

Nach einer verregneten Nacht in Vahrn bei Brixen überlegen wir, am nächsten Morgen einen Tag Pause einzulegen, doch beim Frühstück schaut die Sonne kurz durchs Fenster und lockt uns wieder raus. Doch leider ist sie ein untreuer Geselle. Kaum sind wir auf unseren Rädern, versteckt sie sich hinter dicken Regenvölkern und lässt sich den Rest des Tages nicht mehr blicken. Unsere stillgelegte Eisenbahnstrecke klebt stellenweise in einer engen Klamm direkt über der Eisack am Fels. Die landschaftlich spektakuläre Strecke könnten wir noch stundenlang weiter fahren, wenn nur der Regen nicht wäre. So aber sind wir froh, in Bozen ein Hotelzimmer mit warmer Dusche zu finden, wo wir uns trocken legen können.

Der Regen lässt uns am nächsten Morgen unsere Zimmerbuchung noch einmal verlängern. Als es gegen Mittag schöner wird, sind die Straßen plötzlich wieder voll. Die schwarzen Straßenverkäufer haben das Sortiment blitzschnell von Regenschirmen auf Sonnenbrillen umgestellt, und während im Radio davon berichtet wird, dass der plötzliche Wintereinbruch Probleme bereitet, sitzen wir im Straßencafé und schauen auf schneebedeckte Berge. Beinahe hätten wir den Brenner im Schnee hinunter rutschen müssen.

Am nächsten Tag hat der plötzliche Wintereinbruch Bozen noch immer voll im Griff. Die Bozener haben dicke Pullis, Jacken und Schals herausgeholt. Wir werten das als gutes Zeichen, als wir bei angenehmen 20° im T-Shirt weiterradeln.

Ab hier fahren wir an der Etsch entlang. Der Fluss ist ruhiger als die Eisack und das Tal ist deutlich breiter; die Berge werden zur Kulisse. Abgesehen von einem Zwischenstopp in Neumarkt fahren wir

den ganzen Tag auf dem Deich entlang. Als wir in Trento ankommen, zeigt das Thermometer 27°. Die Italiener tragen die Jacke mittlerweile offen.

Die nächste Etappe bis Rovereto hat auch ihre reizvollen Abschnitte, aber im Prinzip geht es heute genauso weiter wie gestern. Deshalb beschließen wir spontan, am Gardasee entlang zu fahren. Ist die Strecke bis zum Pass schon spektakulär, wird sie noch getoppt durch die Abfahrt nach Torbole. Den Blick zum Gardasee muss man vorher genießen. Während der Abfahrt bleibt dafür keine Zeit. Zu schnell geht die Schussfahrt den Berg hinunter und bringt die Bremsen zum Glühen. In Torbole packen wir dann zum ersten Mal unser Zelt aus. Schließlich wollen wir das ganze Geräffel ja nicht nur spazieren fahren.



Der Weg nach Malcesine am nächsten Tag gestaltet sich stressfreier als befürchtet. Der Autoverkehr auf der Küstenstraße hält sich in Grenzen und auch in den Tunnels ist es kein Problem. In Malcesine beschließen wir, das Wetter zu nutzen und nicht weiterzufahren. Der Ort kommt mir ein wenig wie die Disneylandversion von Italien vor. Alles ist kitschig schön, aus jedem Lautsprecher ertönen Italo-Schlager und jeder hat eine Kamera vor dem Bauch. Bis jetzt hatten wir eigentlich erst einen Tag Italien in Trient. Hier kann man schon wieder problemlos jeden Italiener auf Deutsch ansprechen.

Ein kleiner Einschub zum Thema „Plänemachen und warum es zwar schön, aber sinnlos ist“: Die Vorbereitung einer Radreise ist für mich das Größte. Das verlängert den Urlaub glatt um ein halbes Jahr. Vor Ort ist die Planung dann aber oft schnell wieder umgeworfen, und so ist auch dieses Mal der Plan, bis Venedig durchzufahren und dort noch ein paar Tage an der Adria zu verbringen, nach kurzer Zeit obsolet.

1. Änderung: Wir fahren nicht zügig, sondern biegen zum Gardasee ab.
2. unfreiwillige Änderung: In Malcesine wollten wir eigentlich länger bleiben. Leider ist das Zimmer nur für zwei Tage zu haben.
3. Änderung: Wenn wir weiter so bum-meln, wird es für die Adria knapp. Venedig wird wohl sowieso schon ausfallen.

Auch die nächste Etappe bis Bardolino ist kurz. Der Ort ist keine Sensation, aber sehr nett. Touristenrummel ohne Disneylandkulisse. Hier finden wir einen Campingplatz mit Mobilheimen direkt am See. Mindestmietdauer ist allerdings drei Tage. Etwas länger als wir bleiben wollten, aber 22° Wassertemperatur ist ein Argument.

Nach drei sonnigen Tagen süßen Nichtstuns müssen wir trotzdem wieder los, wenn wir noch zur Adria wollen. Über die letzten Ausläufer der Berge fahren wir zurück zur Etsch und nach Verona.

Der Campingplatz am Castel San Pietro in Verona ist einer der Plätze, wofür es sich dann doch lohnt, das Zelt mitzunehmen. Hoch über der Stadt liegt er in alten Festungsmauern mitten in einem kleinen botanischen Garten. Einen kleinen Laden gibt es auch, der allerdings vor allem Brötchen und Alkohol verkauft, aber keinen Mückenschutz. Das ist dumm, weil ohne diesen das Überleben hier oben schwierig wird. Als wir uns unten in der Stadt mit der chemischen Keule eingedeckt haben, ist es eigentlich schon zu spät. Wir sehen bereits aus, als hätten wir Masern.

Leider wird mittlerweile die Zeit etwas knapp. Wir schummeln deshalb etwas und überspringen eine Etappe, indem wir nach Padua mit dem Zug fahren. In Padua schaffen wir es, das schlechteste Hotel des Urlaubs zu buchen. Wir sind verschwitzt von der Zugfahrt, fühlen uns dreckig, und auf dem Bahnhofsplatz vor der Touristeninformation gibt es nirgends ein schattiges Plätzchen, wo man in Ruhe beraten und überlegen kann. Ich werte es mal als Kurzschlusshandlung, dass ich einfach das erste preiswerte Hotel in der Nähe buche. Nun wohnen wir laut Touristeninformation „einfach, aber sauber“, wobei „sauber“ ein sehr dehnbarer, merkwürdig riechender Begriff ist und „einfach“ für „alles ist Bruch“ steht. Der Geruch im Hotel ist uns anfangs gar nicht richtig aufgefallen, aber kaum auszuhalten, als wir abends aus Padua zurückkehren. Dafür ist es sehr zentral, was der Verkehrslärm vor dem Fenster beweist. Wir sehnen uns

nach dem Komfort unseres Trienter Ostellos und fragen uns, warum wir nicht hier auf die Idee gekommen sind, nach solchem zu suchen.

Irgendwie hätte es mich enttäuscht, wenn das Frühstück in unserem „Hotel“ irgendetwas wettgemacht hätte. Aber die Sorge war unberechtigt. Die ziehen das hier durch, um ihren Ruf als schlechtestes Hotel aller Zeiten nicht zu gefährden. Akustisch wird das Ganze untermalt durch das italienische Werbefernsehen, dessen Lautstärke zwecks Übertönung der Klimaanlage extra hoch gestellt ist. Wir geben den Versuch auf, hier satt zu werden, lassen jede Menge angebissene Lebensmittel im Tischabfalleimer zurück und setzen unsere ganze Hoffnung auf den Spar-Laden am Bahnhof.

So früh wie heute waren wir noch nie unterwegs, aber eigentlich war der Aufbruch auch eher eine Flucht. Es dauert noch ein paar Stunden, bis der pelzige Ekelgeschmack im Mund langsam nachlässt. Den luxuriösen Campingplatz in Sottomarina bei Chioggia teilen wir uns nur noch mit wenigen Leuten und die Adria ist sofort nebenan. So schön kann Zelten sein.

Chioggia ist die kleine Schwester von Venedig. Hier gibt es genauso stinkende Kanäle, bröckelnde venezianische Fassaden, eine Vaporetto-Haltestelle und einen spitzen Turm. Nur eben von allem weniger. Bei aufgehendem Mond in dunkelblauer, lauwarmer Nacht sitzen wir im

Hafen beim Essen und alles ist kitschig schön. An unserem letzten Abend zeigt sich Italien noch einmal von seiner besten Seite und macht es uns extra schwer, am nächsten Tag die Heimreise anzutreten.

Immerhin ist Bahnfahren in Italien angenehm. Auch der älteste Schienentriebwagen ist klimatisiert, hat bequeme Sitze und das Zugpersonal ist wunderbar relaxt. Eile beim Ein- und Aussteigen mit den Rädern können sie überhaupt nicht haben, dafür genießt man eine liebevolle Einzelbetreuung.



Ab Bologna fahren wir im Nachtzug. Viel geschlafen haben wir bei dem Geruckel allerdings nicht, als wir morgens in München ankommen, und so sehen wir nicht viel besser aus als die Reste vom Oktoberfest, die in München durch den Bahnhof geistern. Mehr erlebt haben wir aber allemal.

*Peter Heinrichsmaier*

In der letzten **Fahrrad** hieß es im Artikel „La France à vélo“, dass im Schnellzug TGV die Fahrradmitnahme nur sehr eingeschränkt möglich ist. Laut SNCF ist es in vielen TGV nun doch gut möglich (interessant besonders ab Straßburg).

# Entlang Saale und Elbe

500 km zum Genießen

- Jena – Naumburg (50 km)
- Naumburg – Halle (75 km)
- Halle – Bernburg (65 km)
- Bernburg – Dessau (65 km)
- Dessau – Wittenberg (50 km)
- Wittenberg – Torgau (75 km)
- Torgau – Riesa (60 km)
- Riesa – Dresden (60 km)

**D**er Saaleradweg kann in diesem Abschnitt nicht nur mit reizvollen Landschaften, Burgen und Schlössern punkten, sondern besticht durch seine Qualität hinsichtlich Streckenführung und Beschaffenheit. Nach den zum Teil verheerenden Überschwemmungen vom Mai 2013 wurde viel investiert und die Strecke verführt den Radler nunmehr zu wohligerem Dahingleiten. Sie ist in diesem Bereich fast durchgängig asphaltiert und zahlreiche gastronomische Angebote laden zum Verweilen ein. Der vorzügliche Mohnkuchen der Region, Klöße, der Saale-Unstrut-Wein und später „Eierschecke“, lokale Biere und Traminer von den Weinbergen der Elbe: dies sind die Verlockungen, denen man besonders am Ende einer Etappe erliegen kann.

Zwischen Dessau und Wittenberg, Meissen und Dresden zeigt sich der Radweg entlang der Elbe von seiner schönsten Seite. Auenwälder und Weinberge prägen die Landschaft und hinterlassen trotz einiger holp-

riger Teilstücke einen bleibenden Eindruck. Unvergesslich wird mir die Einfahrt nach Dresden bleiben, wo die Radler rechtselbisch über eine Hängebrücke in schwingvollem Bogen zum Stadtzentrum geführt werden – mit dem unvergleichlichen Panorama von Frauenkirche, Brühlscher Terrasse, Schlosskirche und Semperoper zur Rechten. An Saale und Elbe sind zum Teil blühende Landschaften entstanden.

Dennoch bleibt mir die hohe Bewertung des Elbe-Radweg unverständlich. Schlecht beschilderte Umleitungen, Kopfsteinpflaster und fehlende Infrastruktur zwischen Wittenberg und Riesa trübten unseren insgesamt positiven Eindruck. Kein Wunder, dass sich Dutzende von Radfahrern fast zeitgleich jenseits der Elbfähre von Pretzsch trafen, um sich an einem Imbisswagen zu stärken. Unter den Gästen – viele bekannte Gesichter.



Das machte dann wieder Freude.

Unsere Reisegruppe startet in Jena, der jungen aufblühenden Universitätsstadt in Thüringen. Ein kurzer Stadtrundgang über den Markt zum einzigen verbliebenen Stadttor (Johannistor) und dem Jentower, im Volksmund „Keksrolle“ und Schandfleck zu DDR-Zeiten. Jetzt aufgehübscht bietet dieser von seinem 29. Stock einen herrlichen Blick über Jena und das Saaletal, das Paradies mit DB-Bahnhof und Stadion, die Kernberge, St. Michael und den Jenzig (385 m) und auf das 'Empire Späth Building', das Zeiss-Hochhaus. Wieder am Boden sollte ein Besuch in Schillers Gartenhaus, im Optischen Museum und im Stadtmuseum am Markt nicht fehlen.

Aber die Räder wollen bewegt werden. Auf dem nagelneuen Radweg geht es Richtung Naumburg. Nach knapp 15 km erblicken wir zu unserer Linken die drei Dornburger Schlösser. Wer die 15% Steigung und den kilometerlangen Anstieg meistert, genießt einen wunderbaren Blick über die Windungen der Saale oder besucht das Rokokoschloss. Im Tal passieren wir einige Weinberge der Region (Saale-Unstrut). Verkostungen sind gegen geringes Entgelt möglich, wir heben uns das für den Abend in Naumburg auf. Der Dom mit der Uta ist einen Besuch wert, aber in Anbetracht der Kürze der Zeit sind wir nicht bereit, Eintritt zu bezahlen. Vielleicht das nächste Mal.

Über Weißenfels und Merseburg, eine Stadt wie ausgestorben, geht es nach Halle. Die Fünf-Türme-Stadt präsentiert sich von ihrer besten Seite und bietet eine Menge Abwechslung, wengleich etliche Kilometer zurückzulegen sind, bevor das historische Zentrum mit Marktkirche und turmlosen Dom erreicht ist. In unmittelbarer

Nähe des Marktplatzes befinden sich zahlreiche historische Gebäude, Restaurants, Museen und Kneipen mit vor Ort gebrautem Bier, dem Hallsch. Im Händelhaus werden wir Ohrenzeugen eines launigen „Jazz-Open-Air-Konzerts“. In der größten Stadt Sachsens-Anhalts lässt es sich durchaus auch länger verweilen oder für zwei Tage einen Abstecher nach Leipzig einplanen.

Bis Bernburg folgen wir der Saale, fahren dann teilweise dem R1 folgend in Richtung Aken an die Elbe. In Dessau wird nicht nur übernachtet, sondern am folgenden Morgen das Unesco Weltkulturerbe „Meisterhäuser“ (Ebertallee 65-17) besichtigt.

Wittenberg empfängt uns die Schlosskirche, die durch Luthers 95 Thesen Berühmtheit erlangt hat, leicht verhüllt, um bis 2017 zur 500-Jahr-Feier in neuem Glanz zu erstrahlen. Der Marktplatz mit dem ältesten Gebäude, der Stadtkirche



St. Marien, präsentiert sich bei strahlendem Sonnenschein von seiner schönsten Seite. Restaurants und Cafés laden zum Verweilen ein. Und im örtlichen Brauhaus kann der erschöpfte Radler bei hochsommerlichen Temperaturen kalte Gurkensuppe und ein erfrischendes Hausgebrautes genießen. Wenn die Zeit es zulässt, sollte ein Blick auf das Luther-Melanchthon-Gymnasium (Schillerstraße 21) nicht fehlen, das in den Jahren 1993 bis 1999 nach Plänen von Friedensreich Hundertwasser umgestaltet wurde und auf den Betrachter sehr einladend wirkt.

Torgau, zu Beginn des 16. Jahrhunderts für einige Jahrzehnte Haupt- und Residenzstadt Sachsens, wirkt daher mit seinem beeindruckenden Rathaus und dem Marktplatz viel größer als es heute tatsächlich ist. Die vom Besitzer des Hotels 'Goldener Anker' für Radtouristen kostenlos angebotene einstündige Stadtführung gibt Aufschluss über die Geschichte und ehemalige Bedeutung Torgaus. Der Begrüßungstrunk erfrischt den erschöpften Radler, bevor es zu Fuß durch die kleine Stadt geht. Das Hotel verfügt über einen historischen Ballsaal, in dem es sich vorzüglich frühstücken lässt. Für den großen Hunger sind Restaurants in den Gassen und Straßen abseits des Marktplatzes empfehlenswert.

Wir folgen dem Elberadweg, der sich in diesem Abschnitt relativ unspektakulär präsentiert, passieren mit Riesa eine Stadt, die man nicht un-

bedingt gesehen haben muss, und nähern uns Meißen. Naturkopfsteinpflaster, Umleitungen und Versorgungsengpässe liegen hinter uns, als sich das Elbtal verengt, Weinberge uns zunehmend begleiten und Straußenwirtschaften einladen.

In Meissen lohnt es sich, Dom und Altstadt anzuschauen und einen köstlichen Traminer von den Hängen des Elbtales zu probieren.

Nach knapp zehn Tagen erreichen wir Dresden, dessen Silhouette uns schon einige Kilometer vor der Augustusbrücke mit Schloss, Frauenkirche, Brühlscher Terrasse und Semperoper bei strahlendem Sonnenschein begrüßt.

Als sportliche Tour ist die Strecke in sieben Tagen, für Genießer in zehn Tagen machbar. Es besteht auch die Möglichkeit, von Bernburg direkt bis Wittenberg zu radeln (rund 90 km). Leider gibt es von Dresden nach Jena keine direkte Bahnverbindung, so dass zwei Umstiege einzuplanen sind. Die Fahrradmitnahme ist in Thüringen kostenlos.

*Theo Freihold*



# Radfahren in Europa – Workington by bike

## Mit dem Fahrrad zur englischen Partnerstadt von Selm

In den letzten Ausgaben berichtete **Fahrrad** über das Radfahren in unseren europäischen Nachbarländern. Wie steht es um die Fahrradsituation dort? Was berichten die Radfahrer, die dort gefahren sind? Heute gibt es Eindrücke einer Tour quer durch Nord-England.

Im Jahr 2014 bestand die Städtepartnerschaft zwischen Selm und Workington im Nordosten Englands seit 20 Jahren. Aus diesem Anlass setzten sich 22 Selmer aufs Rad und besuchten die Partnerstadt. Der Termin stand schnell fest: Anfang Mai war die Amtseinführung des neuen Bürgermeisters, an der die Selmer Gruppe teilnehmen wollte. Als Route wurde der Weg über Emmerich (D), Amsterdam (NL), Hafen Ijmuiden (NL), Newcastle (GB) und Carlisle (GB) nach Workington gewählt. In Holland erlebte die Gruppe die bekannten paradiesischen Verhältnisse für Radler: breite

Radwege, Über- oder Unterführungsbauwerke an großen Kreuzungen oder die vorbildliche Weg-Ausschilderung. Trotzdem waren die vielen E-Motorroller, die von hinten unhörbar mit höherer Geschwindigkeit die Gruppe auf den Radwegen überholten, ein Ärgernis. Von Ijmuiden nach Newcastle ging es per Fähre. Also pünktlich am Anleger sein und den Personalausweis nicht vergessen! Außerdem musste für jedes Fahrrad ein Zolldokument ausgefüllt werden, damit das Rad auch wieder mit nach Hause genommen werden kann. Auf der Fähre sind auf den Autodecks ausreichend Fahrradabstellplätze vorhanden. Es gibt auch genügend Gurte, um die Fahrräder sicher festzumachen. Eine Besonderheit: während der Überfahrt werden die Autodecks geschlossen, so dass man rechtzeitig sein Gepäck mit zur Kabine nehmen muss. Die Überfahrt in der



Ankunft der Gruppe in Workington (GB)

4-Bett-Kabine einschließlich Fahrrad, Frühstück und Abendbuffet kostete rund 100 Euro; hier gilt das Windhundprinzip: eine frühe Buchung sichert einen günstigen Preis. Und die 4-Bett-Kabine für 4 ausgewachsene Radfahrer mit Gepäck ist ziemlich eng und erfordert bei der Morgentoilette einen abgestimmten Plan!

In England angekommen, musste die Gruppe erstmal umdenken; bekanntlich herrscht Linksverkehr. Also den Spiegel auf die rechte Lenkerseite umstecken und eine Sonderaufgabe für den hinten Fahrenden: immer wieder die Gruppe ermahnen, links zu fahren. Hinter Newcastle fuhren wir auf der Sea to Sea (c2c) – Route. Diese führt von der Ost-Küste bis an die Westküste und ist auch gut ausgeschildert. Die ersten Kilometer verlaufen auf einer stillgelegten Bahnstrecke, die mit ca. 3% ansteigt. Danach wurde es auf ruhigen Nebenstraßen mit nur vereinzeltem Autoverkehr deutlich steiler (max. 17%). Der weitere Weg führte wegen des sehr anspruchsvollen Höhenprofils der c2c-Route über flachere Strecken auch entlang von Hauptstraßen. Hier fühlt man sich als Radfahrer in die Steinzeit zurückversetzt: es gibt keine Radwege oder Seitenstreifen und auch keine Fahrradwegweisung. Aber – typisch Britisch – die Autofahrer nehmen deutlich mehr Rücksicht auf Radfahrer als in Deutschland, und blieben hinter der Gruppe, bis sich eine Überholmöglichkeit ergab.

Auch in den Städten fehlte es an jeglicher Fahrrad-Infrastruktur. In Newcastle (280.000 Einwohner) oder Carlisle (70.000 Einwohner) gibt es so gut wie keine Radwege und auch keine Rad-Wegweisung. Vereinzelt trifft man auf viel zu schmale (nur ca. 50 cm breite) Fahrradstreifen oder Abbiegespuren, die ein si-



*Schmale Landstraßen ohne Radweg oder Radstreifen*



*Viel zu schmale Radstreifen (im Bild links)*



*Viel zu schmale Abbiegestreifen (Bildmitte)*

cheres Fahren in der Stadt unmöglich machen. Auch hier ist die Aufmerksamkeit des Radfahrers gefordert. Über das Wetter im Mai in England muss man nicht reden: es regnet fast immer – gerade im Norden. Also wetterfeste Kleidung mitnehmen!

In Workington angekommen (natürlich im strömenden Regen) nahmen wir an der bereits genannten Feierlichkeit teil und machten am freien Tag eine Radtour entlang der Küste. Die Rückfahrt erfolgte mit der Bahn; die Fahrräder wurden mit einem Transporter zum Hafen nach Newcastle gebracht. Auch bei den Englischen Bahnunternehmen gibt es für die Radfahrer noch viel zu tun. Über 20 Eisenbahngesellschaften teilen sich in England den Markt; jede mit unterschiedlichen Beförderungsbestimmungen. Genauso vielfältig sind die Regelungen zur Fahrradmitnahme. Ob ein Fahrradtransport möglich ist, sollte man unbedingt vorher nachfragen. Im Zug von Workington nach Newcastle der Northern Rail gibt es nur 2 Fahrradabstellplätze im gesamten Zug, und die müssen vorher auch noch reserviert werden. Dies ist bei fast allen englischen Bahngesellschaften der Fall.

Züge der Gesellschaften CrossCountry oder East Coast können bis zu 5 Fahrräder transportieren; die Plätze sind reservierungspflichtig. Tandems, Dreiräder oder Anhänger werden in der Regel nicht befördert. Klappfahrräder können im gefalteten Zustand wie in Deutschland als normales Gepäckstück kostenlos mitgenommen werden. Die Euro-Star-Züge

durch den Kanaltunnel transportieren Fahrräder; diese müssen allerdings vor der Abfahrt (rund 45 min) aufgegeben werden und es ist nicht sicher, ob das Rad mit dem gleichen Zug fährt wie der Fahrgast! Da heißt es aufpassen! Kosten pro Fahrrad etwa 30 Euro.



*Fahrradabteil im Nahverkehr für maximal zwei Räder*

Kartenmaterial für die Planung einer Radreise durch England ist in Deutschland nur schwer zu bekommen. Das Internet hilft hier weiter. Allerdings mit folgender Einschränkung: die Auswahl ist nicht so groß und auch die Kartenmaßstäbe sind nicht so benutzerfreundlich, wie wir es gewohnt sind. Es lohnt sich, vorher die Route auf das Navi zu laden, dann ist man auf der sicheren Seite. Trotz aller Beschwerlichkeiten: Es erwarten den Radfahrer eindrucksvolle Landschaften, interessante Städte, sehr freundliche Einwohner und auch die englische Küche ist deutlich besser als ihr Ruf. Und das Fahren auf der verkehrten Straßenseite ist gar nicht so schwer! Also, ab auf die Insel!

*Christian Jänsch*

Detaillierte Informationen zur Fahrradmitnahme in englischen Zügen unter :  
[www.vertraeglich-reisen.de](http://www.vertraeglich-reisen.de)

# Selm – zwischen Schloss und See

## Neuer Rundweg A5 ausgeschildert

Was lange währt wird endlich gut: jetzt ist der Rad-Rundweg „Selm – zwischen Schloss und See“ vom Kreis Unna als A5 ausgeschildert. Seit 3 Jahren haben die Selmer Radfahrer darauf gewartet. Der neue Rundkurs wurde von einer Arbeitsgruppe des sogenannten „Langen Tisches“ in Selm entwickelt. Er verläuft hauptsächlich abseits des Straßenverkehrs auf ruhigen Nebenstrecken und enthält kaum Steigungen. Die Länge der gesamten Tour beträgt 35 km; sie kann aber für Familien mit Kindern oder nicht trainierte Fahrer auch verkürzt gefahren werden. Auf dem Weg durch die drei Selmer Stadtteile werden natürlich die Sehenswürdigkeiten angefahren: Amtshaus und St. Stephanus-Kirche in

Bork, Schloss und Stiftskirche in Cappenberg und der Ternscher See in Selm. Eine detaillierte Tourenbeschreibung und die Geo-Daten sind unter „Tourenvorschläge“ auf der Selmer ADFC-Homepage abgelegt; ein Flyer mit Karte zu dieser Tour ist in den Selmer Fahrradgeschäften erhältlich. Leider musste die ursprünglich geplante Route verkürzt werden: zwischen Selm und Südkirchen verhinderten Landwirte das Aufstellen neuer Schilderposten auf ihren Grundstücken. Somit ist die nordöstliche Schleife des Weges über Südkirchen nicht als Rundweg A5 ausgeschildert. Trotzdem kann der Weg wie im Internet oder im Tourenflyer beschrieben befahren werden. Zeitgleich zur Ausschilderung wurden entlang der Strecke und





auch der Querverbindungen neue Pfähle für die NRW-Radwegbeschilderung aufgestellt und mit neuen Richtungsschildern und Kilometerangaben bestückt. Somit ist die Orientierung bei Fahrten in die Selmer Nachbarstädte Lünen, Nordkirchen, Lüdinghausen oder Olfen deutlich einfacher und übersichtlicher geworden. Außerdem wurde mitten durch Selm ein weiterer Radweg angelegt. Er zieht sich als „Querspange“ von Bork bis zum

Ternscher See und verläuft teilweise sehr idyllisch unmittelbar am Selmer Bach entlang. Hier fehlen noch Feinarbeiten an der Radwegoberfläche und die Beschilderung muss auch noch überarbeitet werden. Auf diesem Weg liegt auch die gerade im Bau befindliche Kreuzung Entlastungsstraße Buddenberg / Luisenstraße. Durch den Einsatz des ADFC wird diese nun deutlich fahrradfreundlicher: die Rampe in Richtung Selm ist erheblich flacher gebaut worden als ursprünglich geplant und zwei scharfe Kurven unmittelbar vor der Kreuzung wurden großzügiger gestaltet. Insgesamt alles Maßnahmen, die das Radfahren in Selm für die Selmer Bürger aber auch für auswärtige Besucher noch attraktiver machen. Und auch ein gutes Beispiel für die gute Zusammenarbeit zwischen Kreis Unna, Stadt Selm und dem ADFC.

*Christian Jänsch*

## Westfälische Salzwelten Mit dem Fahrrad das weiße Gold entdecken

Die Bewohner der Hellwegregion zwischen Unna-Königsborn und Salzkotten nutzen salzhaltiges Grundwasser schon seit mehr als 2000 Jahren zur Gewinnung von Salz. Im Mittelalter blühte der Handel mit dem weißen Gold und entlang des Hellweges entstanden wohlhabende Hansestädte und reiche Adelsgeschlechter. Im 19. Jahrhundert führte die Entdeckung, dass die salzhaltige Luft an Gradierwerken sich heilsam auf etliche Atemwegserkrankungen auswirkt, zu Gründungen zahlreicher Heilbäder wie Bad Königsborn, Bad Sassendorf, Bad Waldliesborn und Bad Westerkotten.

Um diesen Aspekt der Geschichte unserer Region erfahrbar zu machen, wurde 2014 die 77 Kilometer lange Westfälische Salzroute eingerichtet (Karte S. 34). Sie verläuft von Unna-Königsborn über die Hellwegroute bis Salzkotten. Das Zentrum der Salzroute bildet Bad Sassendorf. Hier wurde auf dem Hof Haulle das Museum „Westfälische Salzwelten“ geschaffen. Auf 900 qm Ausstellungsfläche kann man hier die Geschichte von Sole und Salz erleben. Die letzte Siedehütte von Bad Sassendorf ist hier zu sehen. Handwerk und Leben der Salzknechte werden nachvollziehbar, in einer Höhlenwelt werden Kristalle und Chemie des Salzes ver-

anschaulicht. Auch die Wirkungen des Salzes auf den menschlichen Körper und die Möglichkeiten in der Reha-Medizin werden den Besuchern nahegebracht.

Der ADFC Unna bietet allen Interessierten eine Radtour auf einem Teil der Salzroute an. Wir starten am 16. August 2015 um 9:00 Uhr vor der ADFC-Kreisgeschäftsstelle im Umweltberatungszentrum Unna. In Königsborn fahren wir an der Windpumpe Friedrichsborn (Zeichnung oben) vorbei, die ehemals die Sole auf das benachbarte Gradierwerk Friedrichsbau pumpte. Das Gradierwerk im Kurpark von Werl und das Osthofentor in Soest sind weitere Ziele, bevor wir das Museum in Bad Sassendorf erreichen. Der Eintritt für Erwachsene kostet 6 Euro, ermäßigt 4 Euro. Die Teilnahme an der Radtour ist kostenlos. Auch Nichtmitglieder sind sehr willkommen.

Die Tour ist 87 Kilometer lang. Wem dies zu viel ist, kann die Rückfahrt ab Bad Sassendorf oder Soest mit der Bahn bewerkstelligen. Auf der Rückfahrt besichti-



gen wir noch das Gradierwerk in Bad Sassendorf und streifen das Haus Lohe in Werl-Westönnen, das ehemals der Sitz der Erbsälzerfamilie von Papen war.

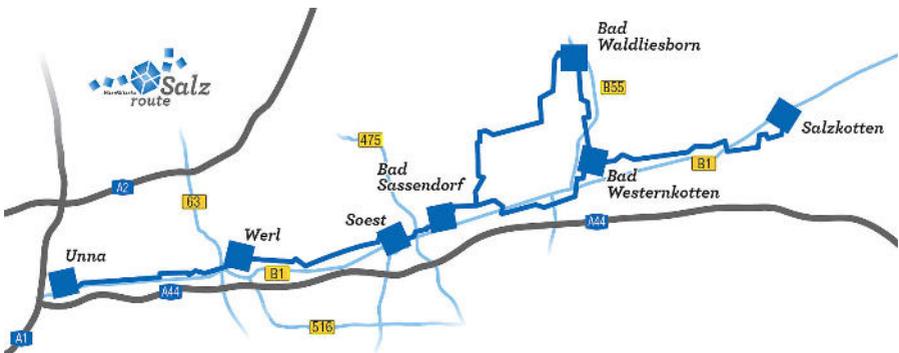
Der Tourverlauf lehnt sich in weiten Teilen der Westfälischen Salzroute an. Wer die Tour in Eigenregie fahren möchte, erhält die

GPX-Daten auf der ADFC-Homepage [www.adfc-unna.de](http://www.adfc-unna.de) unter dem Menüpunkt „Touren“. Hier findet der Leser auch weitere Beschreibungen zu Sehenswürdigkeiten auf der Tour.

*Werner Wülfing*



*Haus Lohe (Gemälde)*



# Zweirad Mönninghoff

## DER ZWEIRAD-SPEZIALIST

### Unsere Marken:

#### E-Bikes:

Flyer, KTM, Sinus,  
Steiger, Victoria,  
Winora, Pegasus

#### City- und Hollandräder:

Gazelle, Electra, Union, Velo de Ville,  
Hendricks, Pegasus, De Vries,  
Godewind, Simplex u.v.m.

#### Trekking-Renn-Cross-MTB's:

Cube, KTM, Felt, Koga Miyata,  
Hendricks, Pegasus

#### BMX: Felt, Wethepeople

Über 2000 Räder am Lager  
immer neueste Modelle vorrätig,  
ständig reduzierte Auslaufmodelle  
und Schnäppchen, wie auch eine  
große Auswahl an gebrauchten Rädern

Inzahlungnahme Ihres alten Fahrrades

Finanzierungsmöglichkeit  
über unsere Hausbank



**zuverlässig**  
**kompetent**



**freundlich**  
**kulant**



**Ihr**  
**E-Bike**  
**Kompetenzcenter**

### ADFC Kreisverband Unna

#### März

Donnerstag, 19.03.2015, ab 19:00 Uhr

#### Jahreshauptversammlung des ADFC Kreis Unna e.V.

Burg Botzlar, Botzlarstraße, Selm

#### Juni

Sonntag, 28.06.2015, 12:00 – 16:00 Uhr

#### Sternfahrt des ADFC Kreisverbandes

Treffpunkt: Café Familienbande, Bahnhofstr., Kamen

### ADFC Fröndenberg/Menden

*Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Rathaus 2 Fröndenberg*

Reimund Knoblauch (Sprecher Fröndenberg),

Tel.: 02373 / 70174, [www.adfc-froendenberg.de](http://www.adfc-froendenberg.de)

#### März

Sonntag, 08.03.2015, 10:00 Uhr

#### Neheim über Waltringen

Tourleiter: Wolfgang Kuschel; 45 km

Sonntag, 22.03.2015, 10:00 Uhr

#### Ergste, Schwarzwaldstuben

Tourleiterin: Rita Zander; 50 km

#### April

Sonntag, 12.04.2015, 10:00 Uhr

#### Iserlohn-Barendorf, Hemer

Tourleiter: Wolfgang Kuschel; 50 km

Samstag, 25.04.2015, 10:00 Uhr

#### Drahteselmarkt Lünen, Lippeaue & Lanstroper Ei

Tourleiterin: Mechthild Axmann; 70 km

#### Mai

Freitag, 01.05. – Montag, 04.05.2015

#### Diemel & Weser

Tourleiter: Schwengler; Bahnkombitour; ~200 km

Samstag, 09.05.2015, 10:00 Uhr

#### Drahteselmarkt Unna

Tourleiterin: Mechthild Axmann; 30 km

Donnerstag, 14.05.2015, 10:00 Uhr

#### Brauhaus Wilshaus

Tourleiter: Wolfgang Kuschel; 75 km



Inh. Eicken Schneidersmann  
**Hotel Haus Ruhrbrücke**

Ruhrstraße 20

58730 Fröndenberg/Ruhr

Telefon: 0 23 73 / 7 21 69

Telefax: 0 23 73 / 7 02 83

[www.hotel-haus-ruhrbruecke.de](http://www.hotel-haus-ruhrbruecke.de)

[info@hotel-haus-ruhrbruecke.de](mailto:info@hotel-haus-ruhrbruecke.de)

Essen vom heißen Stein  
Gesellschaftsräume  
gemütliche Hotelzimmer  
großer Biergarten  
Partyservice

Sonntagmittag

**Buffet "Omas Küche  
lebt"**

Erwachsene 14,90 €

Donnerstagabend

**Schnitzelbuffet und mehr**

Erwachsene 13,40 €

Neu - jeden Freitag und Samstag ab 18.00 Uhr

**Steinzeitparty**

100 g Rindersteak

100 g Schweinesteak

100 g Hähnchenbrust

vom heißen Stein

15,60 € pro Person

Jeden dritten Montag im Monat treffen  
sich um 19 Uhr die Radfreunde zum  
Radlerstammtisch.

**Juni**

Donnerstag, 04.06. – Sonntag, 07.06.2015

**Panorama-Radweg – Ruhrtalradweg – Balkantrasse**

Tourleiter: Wolfgang Kuschel; ~320 km

Sonntag, 21.06.2015

**Sternfahrt nach Dortmund, Friedensplatz**

Tourleiterin: Mechthild Axmann; 70 km

Sonntag, 28.06.2015

**Sternfahrt nach Kamen**

Tourleiter: Reimund Knoblauch

**Juli**

Sonntag, 12.07.2015

**Fahrt ins Blaue**

Tourleitung: N. N.

Sonntag, 19.07.2015

**Sattel-Fest Hamm – Soest**

Tourleiter: Wolfgang Kuschel; 70 km

Sonntag, 26.07.2015

**Kolberghaus Neuenrade**

Tourleiter: Wolfgang Fleitmann; 80 km (hügelig!)

**Seniorentouren**

Dienstags ab 03.03. alle zwei Wochen, Start am Rathaus II, Fröndenberg, um 10:00 Uhr (nur am 03.03. Start um 11:00 Uhr!); Tourziele werden ca. 1 Woche über E-Mail-Verteiler und Presse bekanntgegeben,

Tourleitung:

Mechthild Axmann

(Tel.: 02304 / 80461, m-axmann@versanet.de),

Rita Zander

(Tel.: 02373 / 14426, kirsten\_zander@gmx.de)

**Radlertreff**

Erster und dritter Montag im Monat,

19:00 – 21:00 Uhr, Gasthaus „Zum Knecht“,

Graf-Adolf-Str. 35b, Fröndenberg

**ADFC Holzwickede**

*Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Marktplatz Holzwickede*

Sprecherinnen: Christiane Riehl, Tel.: 02301 / 943735, Anja Hollmeier, Tel.: 02301 / 9468700

www.adfc-holzwickede.de

**Radlerstammtisch**

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 18:00 – 20:00 Uhr,

Ratskeller, Allee 5

**Feierabendtouren**

Jeden 2. – 4./5. Mittwoch im Monat (erste Tour 25.03.)

18:00 – 20:00 Uhr, 20 – 30 km rund um Holzwickede

**April**

Sonntag, 18.04.2015, 10:00 Uhr

**Ab ins Museum**

Lasst euch überraschen. Wir suchen was interessantes aus! (evt. Kostenpauschale ~10€); ~60 km;

Tourenleiterinnen: Christiane Riehl, Anja Hollmeier

**Mai**

Samstag, 17.05.2015, 09:45 – ~16:00 Uhr

**Hindutempel Hamm**

Tourenleiterin und Anmeldung (bis 10.05.): Anja Hollmeier (Tel.: 02301 / 9468700); Kostenumlage für

Führung durch Tempel; ~60 km

**Juni**

Sonntag, 14.06.2015, 10:00 – ~16:00 Uhr

**Tour nach Soest**

Rückfahrt mit dem Zug (Kostenumlage); Tourenleiterinnen: Christiane Riehl, Anja Hollmeier; ~60 km

Samstag, 21.06.2015

**Sternfahrt nach und durch Dortmund**

Holzwickede – Friedensplatz – Fredenbaumpark (Fahrradfest)

Tourenleiterin: Anja Hollmeier; ~60 km

**Juli**

Sonntag, 26.07.2015, 09:00 Uhr

**Münsterland-Runde**

Tourenleiterinnen und Anmeldung (bis 20.07.): Christiane Riehl (Tel.: 02301 / 943753), Anja Hollmeier (Tel.: 02301 / 9468700); mit Fahrradanhänger, max. 15

TeilnehmerInnen; ~60 km



 **BIKE  
& CO**

*Auch online bei uns einkaufen - rund um die Uhr:*  
**[www.radkamen.de](http://www.radkamen.de)**

# E-Bike Kompetenz

## *E-Bike Kompetenzzentrum*

- Qualifizierte Beratung von extra geschulten Mitarbeitern und Service durch unser kompetentes Werkstattteam
- Riesen Auswahl: über 100 Pedelects mitnahmefertig
- Probefahrt bei Ihnen zuhause? Kein Problem.
- Wir liefern im Umkreis von 25 km kostenlos

**FALTER** **FLYER**  
Innovation in Mobility

**Diamant** **GIANT** **RALEIGH**

*außerdem*

**Alltagstaugliche Räder,  
auch ohne Federung**

**Kinder und Jugendräder**

**Die schnellste und  
gründlichste Werkstatt**

**Inzahlungnahme**

**Gebrauchträder**

**Finanzierungsangebote**

Herbert-Wehner-Straße 3 · Kamen · Fon: (02307) 1 29 32  
info@radkamen.de · www.radkamen.de  
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.30 - 18.30 Uhr · Sa 9.30 - 16.00 Uhr

**Rad  
Tat**

**Guter Rat und gute Räder!**

## ADFC Kamen/Bergkamen/Bönen

Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Brunnen am Marktplatz Kamen

Heinrich Kissing (Sprecher), Tel.: 0171 33 333 60, [www.adfc-kamen.de](http://www.adfc-kamen.de)

**Radlertreff:** Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 19:00 Uhr; Gaststätte Kümpers, Bahnhofstr. 1, Kamen

### März

Mittwoch, 04.03., 19:00 Uhr, Kümpers, Bahnhofstr. 1

**Radlertreff** (Thema: Vorstellung des Jahresprogramms)

Donnerstag, 19.03., 19:00 Uhr, Burg Botzlar, Selm  
**Mitgliederversammlung ADFC-Kreisverband**

### April

Mittwoch, 01.04., 19:00 Uhr, Kümpers, Bahnhofstr. 1

**Radlertreff** (Thema: Vorbereitung Fahrradbörse)

Mittwoch, 08.04., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt

### Frühstück\* & Tour: Zur Ökologiestation in Heil

Tourleiter: Ulrich Schoppohl, Tel. 0176 5293 5171;

Länge: 30 km

Sonntag, 12.04., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt

### Rund um Werne

Tourleiter: Uwe Gillmeister, Tel. 0171 626 4556;

Länge: 50 km

Mittwoch, 15.04., 14:00 Uhr, Brunnen am Markt

### Brigitte fröhliche Kaffeefahrt

Tourleiterin: Brigitte Schröder, Tel. 0177 197 8324;

Länge 40 km

Mittwoch, 22.04., 19:00 Uhr, \*Haus Timmering,

Bönen, Bahnhofstr. 45

### Informationsveranstaltung:

**Was ist der ADFC? Was will der ADFC?**

**Der ADFC stellt sich vor!**

Samstag, 25.04.2015, 11:00 – 16:00 Uhr

### Gebrauchtfahrradbörse im Rahmen des

**Frühlingsmarktes Kamen** (siehe Kasten S. 38)

Sonntag, 26.04., 09:00 Uhr, Bahnhof Kamen

### Von Soest an den Möhnesee

Tourleiter u. Anmeldung\*\*: Ulrich Schoppohl, Tel. 0176 52935171; Länge: 50 km; Abfahrt 9:26 Uhr nach Soest

### Mai

Sonntag, 03.05., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt, \*2.

Treffpunkt am Hallenbad Bönen, 10:30 Uhr

### Rund um Unna

Tourleiter: Ulrich Lenz, Tel. 02307 30040;

Länge: 35 km

Mittwoch, 06.05., 19:00 Uhr, Gaststätte Kümpers, Bahnhofstr. 1

**Radlertreff** (Aktuelles Diskussionsthema)

Samstag, 09.05. – Sonntag, 10.05.2015

### Zweitagestour: Nach Gimble in das Kaffeedorf\* der Münsteraner

Tourleiter und Anmeldung\*\*: Dirk Eppmann,

Tel. 0176 4773 5978; Gesamtlänge ca. 140 km

Mittwoch, 13.05., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt; \*2.

Treffpunkt am Rathaus Bergkamen, 10:30 Uhr

### Frühstück\* & Tour: Über den Cappenbergsee nach Werne

Tourleiter: Rainer Angelkort, Tel. 0175 5922 236;

Länge 45 km

Sonntag, 17.05., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt; \*2.

Treffpunkt am Hallenbad Bönen, 10:30 Uhr

### In die Lippeauen bei Hamm

Tourleiter: Ulrich Schoppohl, Tel. 0176 5293 5171;

Länge: 65 km

Mittwoch, 20.05., 14:00 Uhr, Brunnen am Markt; \*2.

Treffpunkt am Hallenbad Bönen, 14:30 Uhr

### Rund um Bönen

Tourleiter: Dieter Brinkmann, Tel. 0179 677 0202;

Länge: 40 km

Mittwoch, 27.05., 18:00 Uhr, Brunnen am Markt

### Feierabendtour: Rund um Bergkamen

Tourleiter: Ulrich Schoppohl, Tel. 0176 5293 5171;

Länge 37 km

## Juni

Mittwoch, 03.06., 19:00 Uhr, Kämpers, Bahnhofstr. 1  
**Radlertreff** (Aktuelles Diskussionsthema)

Mittwoch, 10.06.2015, 10:00 Uhr, Brunnen am Markt  
**Frühstück\* & Tour: Bahntrassenradeln  
 Bergkamen – Bönen**

Tourleiter: Heinrich Kissing, Tel. 0171 3333 360;  
 Länge: 25 km

Mittwoch, 10.06.2015, 19:00 Uhr, \*Haus Timmering,  
 Bönen, Bahnhofstr. 45

**Gründungsversammlung des ADFC Bönen**

Sonntag, 14.06., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt  
**Spargel- und Erdbeertour**  
 Tourleiter: Jürgen Hinze, Tel. 0163 924 6834;  
 Länge: 45 km

Mittwoch, 17.06., 14:00 Uhr, Brunnen am Markt  
**Entlang der Körne nach Scharnhorst (zurück  
 über Lanstrop)**  
 Tourleiter: Reiner Angelkort, Tel. 0175 592 2236;  
 Länge: 35 km

Sonntag, 21.06., selbständige Anfahrt  
**Sternfahrt des Kreisverbandes nach Dortmund**

Montag, 22.06. – Sonntag, 28.06.2015

**Siebtagestour: Mosel**

Tourleiter und Anmeldung\*\* (bis 31.03.): Ulrich  
 Schoppohl, \*Tel. 0176 52935171;

Mittwoch, 24.06., 18:00 Uhr, Brunnen am Markt

**Feierabendtour**

Tourleiter: Dieter Brinkmann, Tel. 0179 677 0202;  
 Länge: ~30 km

Sonntag, 28.06., 10:00 – 13:00 Uhr,  
 Brunnen am Markt

**Neubürger- und Kennenlertour**

Sterntour zum Café Familienbande in Kamen zum  
 Treffen mit den anderen Gruppen des Kreis-  
 verbandes UN; Tourleiter: Heinrich Kissing,  
 Tel. 0171 3333 360; Länge: 40 km

Sonntag, 28.06., ab 12:00 Uhr, \*Café Familienbande,  
 Bahnhofstr. 46, Kamen

**Sternfahrt der Gruppen des Kreisverbandes  
 nach Kamen**

## Juli

Mittwoch, 01.07., 19:00 Uhr, Kämpers, Bahnhofstr. 1  
**Radlertreff** (Aktuelles Diskussionsthema)

Mittwoch, 08.07., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt  
**Frühstück\* & Tour: Rund um Kamen**  
 Tourleiter: Gerd Grosser, Tel. 0157 7581 9363;  
 Länge: 35 km

Sonntag, 12.07., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt  
**Über Werne nach Lüdinghausen**

Tourleiterin: Brigitte Schröder, Tel. 0177 1978 324;  
 Länge: 70 km

## Kamener Fahrradbörse

### Gebrauchtfahrrad – Fahrradteilemarkt von Privat an Privat

Im Rahmen des Kamener Frühlingmarktes am 25./26. April 2015 veranstaltet die Gruppe ADFC-Gruppe Kamen-Bergkamen am Samstag, den 25. April 2015, in der Kamener Innenstadt einen Gebrauchtfahrrad – und Fahrradteilemarkt.

Gebrauchte Räder, Roller, Bobbycars oder Dreiräder können auf der Fahrradbörse des ADFC in Kamen neue Besitzer finden. Gut erhaltene Fahrradteile werden ebenfalls zum An- und Verkauf angeboten.

Wer ein Fahrrad, Roller, Bobbycar oder Dreirad verkaufen möchte, bringt es am Samstag, 25. April, **zwischen 10.00 und 12.00 Uhr** zum ADFC-Stand auf dem Kamener Frühlingmarkt (Standort Weststraße). Der ADFC bietet dafür einen Kaufvertragsservice mit Vordrucken vor Ort an. Eine Gebühr wird nicht erhoben; eine Spende ist erwünscht. Anbieter von Fahrrädern werden gebeten ihren Ausweis oder Kaufbelege mitzubringen. Auch gespendete Räder, Roller, Dreiräder sind willkommen!

Der Verkauf startet um **11.00 Uhr**. Bis 16.30 Uhr können die gebrauchten Zwei-, Drei- oder Vierräder und die Fahrradteile erstanden werden.

# Touren & Termine

Mittwoch, 15.07., 14:00 Uhr, Brunnen am Markt

## **Brigittes fröhliche Kaffeefahrt**

Tourleiterin: Brigitte Schröder, Länge: 40 km

Sonntag, 19.07., 09:00 – 18:00 Uhr; eigene Anfahrt

## **Sattel-Fest zwischen Soest und Hamm**

Mittwoch, 22.07., 18:00 Uhr, Brunnen am Markt

## **Feierabendtour: Durch die Lippeaue nach Werne**

Tourleiter: Gerd Grosser, Tel. 0157 7581 9363;

Länge: 35 km

Sonntag, 26.07., 10:00 Uhr, Brunnen am Markt

## **Über den Phoenix-See zur Emscher-Quelle**

Tourleiter: Dieter Brinkmann, Tel. 0179 677 0202;

Länge: 65 km

Mittwoch, 29.07., 18:00 Uhr, Brunnen am Markt

## **Feierabendtour**

Tourleiter: Dirk Eppmann, Tel. 0176 4773 5978;

Länge: 30 km

*\*Frühstück ab 09:00 Uhr im Café Familienbande, Bahnhofstr. 46*

*\*\* Anmeldung zwecks Organisation unbedingt erforderlich.*

## **ADFC Lünen**

*Bei gleichen Startzeiten treffen sich die Gruppen unterwegs. Km-Angaben gelten für Lünen-Mitte.*

Sprecherteam: Hans-Jürgen Heidenreich, Tel.: 02306 / 963103; Reinhard Koch, Tel.: 02306 / 63600;

Dr. Andreas Abels, Tel.: 0231 / 8822108; [www.adfc-luene.de](http://www.adfc-luene.de)

### **Nachmittagstouren**

Jeden 2. Dienstag im Monat von Apr. bis Sep.,  
17:00 Uhr ab Marktplatz, Lünen-Mitte, 25–30 km

Tourleitung: Theo Freihold, Tel. 0170 29677338

### **Radlertreff**

Jeden 2. Dienstag im Monat, ab 19:00 Uhr, AWO-  
Begegnungsstätte im Hauptbahnhof, Münsterstr.

### **März**

Sonntag, 01.03.,

10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz/10:30 Uhr Lüntec

### **Castroper Pferdeggeschichten**

Leitung: Konrad Kalinowski; Länge: ~55 km

Donnerstag, 19.03., ab 19:00 Uhr

### **Jahreshauptversammlung ADFC Kreis Unna e.V.**

Burg Botzlar, Botzlarstraße, Selm

Sonntag, 22.03.,

09:45 Uhr Lüntec/10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

### **Ins Quellendorf Unna-Mühlhausen**

Leitung: Andreas Abels; Länge: ~60 km

Sonntag, 29.03.,

12:00 Uhr Willy-Brandt-Platz/12:30 Uhr Lüntec

### **Langschläfer-Tour zu Tante Amanda, Westerfilde**

Leitung: Jürgen Heidenreich; Länge: ~40 km

### **Guten-Morgen-Touren**

Jeden 1. Dienstag im Monat von Apr. bis Okt.,  
10:00 Uhr ab Lüntec, Brambauer, 25–30 km

Tourleiterin: Ursel Kellmann, Tel.: 0231 875114

### **Radlerstammtisch**

Jeden 3. Montag im Monat, ab 19:00 Uhr, Gaststätte  
Bürgerkrug, Ferdinandstr. 18, Brambauer

### **April**

Sonntag, 12.04.,

10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz/10:30 Uhr Lüntec

### **Durch Dortmunds Wilden Westen II**

Leitung: Norbert Lanvermann; Länge: ~60 km

Freitag, 24.04., 19:00 – 21:30 Uhr, Bauverein zu  
Lünen (Vortragsraum), Lange Straße 99

### **Tief in den Osten – Eine Bochumerin radelt nach Sibirien zum Baikalsee**

Reisebericht von Nicola Haardt; Eintritt frei; ein Hut  
geht um (siehe Buchvorstellung S. 64/65)

Samstag, 25.04.,

10:00 – 14:00 Uhr, Willy-Brandt-Platz (Markt)

### **10. Drahteselmarkt in Lünen**

ADFC-Infostand, Gebrauchträder und vieles mehr  
(siehe Seite 58)

Sonntag, 26.04.,

11:30 Uhr Lüntec/12:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

**Langschläfer-Tour zum Bikertreff Nordkirchen**

Leitung: Reinhard Koch; Länge: ~43 km

**Mai**

Freitag, 01.05.,

10:00 Uhr W.-Brandt-Platz/10:30 Uhr Lüntec

**Zum Meilerfest nach Flaesheim**

Leitung: Andreas Abels; Länge: ~70 km

Sonntag, 03.05., 11:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

**„Lüner Ecken entdecken“**

Familientour, Kooperation Lüner Anzeiger und ADFC Lünen; Ltg: Reinhard Koch, Andreas Abels; Länge: ~20 km

Samstag, 09.05.,

10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz/10:30 Lüntec

**Zum Phoenix-See II**

Leitung: Norbert Lanvermann; Länge: ~60 km

Sonntag, 10.05.,

11:00 Uhr Lippetreppe Münsterstraße

**Eröffnungstour „Erlebnissrundweg**

**Lüner Lippeaue“**

Veranstalter: Ökostation Bergkamen, Länge: ~20 km

Sonntag, 17.05.,

11:00 – 17:00 Uhr, Brambauer, Waltroper Straße

**Brami-Frühlingsfest**

ADFC-Infostand

Freitag, 22.05. – Montag, 25.05.,

**Genussradeln auf dem Diemel-Radweg**

Leitung und Anmeldung (bis 15.04.): Jürgen Heidenreich (Tel. 0160 280 5045); Tagesetappen ~55 km; mit dem Zug nach Willingen und zurück vom Bhf. Höxter; Kosten: Bahn und 3 Ü/F im Hotel: 190 € (DZ), 220 € (EZ); Tel. ; max. 10 Personen

Sonntag, 31.05.,

09:00 Uhr Lüntec/09:30 Willy-Brandt-Platz

**9. „Fahrradsommer der Industriekultur“ in Bochum, Jahrhunderthalle**

Leitung: Andreas Abels; Länge: ~97 km

**Juni**

Donnerstag, 04.06. – Samstag, 06.06.

**Münsterland – wir kommen**

Leitung und Anmeldung: Reinhard Koch (Tel.: 02306 63600); 2 Übern. im Hotel (HP) in Ascheberg, Tagesetappen: 50–60 km; Kosten: 99 € (DZ), 109 € (EZ), max. 20 Personen

Sonntag, 07.06., 10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

**Auf den Spuren des deutschen Roten Kreuzes in Lünen**

Leitung: Leo Bögershausen, Länge: ~40 km

Montag, 08.06. – Dienstag, 16.06.

**Fünf Flüsse durch das Ruhr-, Rhein- und Bergische Land**

Anmeldung (Ersatzliste) und Leitung: Norbert Lanvermann (Tel.: 0173 276 1881); von und nach Lünen mit dem Rad; Tagesetappen 65–85 km; Kosten: ~400 € (DZ), Zuschlag f. EZ, , 8 Ü/F; max. 12 Personen

Sonntag, 21.06.,

11:15 Lüntec/11:30 Uhr Willy-Brandt-Platz

**3. Sternfahrt durch Dortmund**

Leitung Zubringertouren: Jürgen Heidenreich, Andreas Abels; Länge: ~40 km; Fahrrad-Fest im Fredenbaumpark, Dortmund-Nord

Sonntag, 28.06.,

10:30 Uhr Lüntec/11:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

**Sternfahrt des ADFC-Kreisverbandes nach Kamen**

Leitung: Jürgen Heidenreich; Länge: ~30 km

**Juli**

Sonntag, 05.07., 09:30 Uhr Lüntec/10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

**Auf Umwegen zum Schloss Westerwinkel**

Leitung: Theo Freihold; Länge: ~60 km

Sonntag, 19.07., 09:30 Uhr Hauptbahnhof Lünen

**„Sattel-Fest“ zwischen Hamm und Soest**

An- und Abfahrt in PKWs; Radtransport im Anhänger; Leitung und Anmeldung: Reinhard Koch (Tel. 02306 63600); Länge: ~50 km; max. 14 Personen; Kostenumlage 8 €/Person

Sonntag, 19.07.,

09:30 Uhr Lüntec/10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz

## **Zum Bauernmarkt im Rosengarten Seppenrade**

Leitung: Norbert Lanvermann; Länge: ~73 km

Sonntag, 26.07.,

10:00 Uhr Willy-Brandt-Platz/10:30 Uhr Lüntec

## **Geotour zur Zeche Nachtigall in Witten**

Leitung: Andreas Abels, Länge: ~70 km

## **Das Fahrradtraining für Grundschulkinder**

in der Jugendverkehrsschule Bahnstraße in Lünen-Süd findet in der ersten und letzten Woche der Großen Ferien statt. Kooperationspartner der Verkehrswacht Lünen sind die Stadt Lünen, der ADFC Lünen und die Polizei Dortmund. Weitere Informationen: [www.verkehrswacht-luenen.de](http://www.verkehrswacht-luenen.de)

## **ADFC Schwerte**

*Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Rohrmeisterei*

Monika Rosenthal (Sprecherin), Tel.: 02304 / 21241; [www.adfc-schwerte.de](http://www.adfc-schwerte.de)

### **Feierabendtouren**

Jeden Mittwoch, 18:00 Uhr,  
ab Rohrmeisterei

### **März**

Sonntag, 08.03.2015, 10:00 Uhr

### **Pleckenbrink-See / Körnebach**

Tourleiter: Horst Pallatzky, Länge: 59 km

Sonntag, 22.03.2015, 10:00 Uhr

### **Wickede-Echthausen**

Tourleiter: Horst Pallatzky, Länge: 64 km

### **April**

Sonntag, 12.04.2015, 10:00 Uhr

### **Schloss Cappenberg**

Tourleiter: Horst Pallatzky; Länge: 89 / 68 km

Sonntag, 19.04.2015, 10:00 Uhr

### **Ümminger See**

Tourleiter: Bernd Kahl, Länge: 74

### **Mai**

Sonntag, 03.05.2015, 10:00 Uhr

### **Halde Großes Holz**

Tourleiter: Horst Pallatzky; Länge: 76 / 50 km

Samstag, 09.05.2015, 10:00 Uhr

### **Drahteselmarkt Unna**

Tourleiterin: Monika Rosenthal, Länge 40 km

Sonntag, 17.05.2015, 10:00 Uhr

### **Hemer und Stephanop.-Tal (Quittmann-Turm)**

Tourleiter: Bernd Kahl, Horst Pallatzky

### **Radlertreff**

Jeden 4. Montag im Monat, ab 18:00 Uhr, Bootshaus  
KVS e.V., Detlev-Lewe-Weg 1

Sonntag, 31.05.2015, 09:00 Uhr!

### **Hindu-Tempel Hamm**

Tourleiter: Horst Pallatzky; Länge: 106 / 83 km

### **Juni**

Sonntag, 14.06.2015, 10:00 Uhr

### **Soest-Möhnesee (Haarstrang-Variante)**

Tourleiter: Horst Pallatzky; Länge: 128 / 50 km

Sonntag, 21.06.2015, 10:00 Uhr

### **Sternfahrt nach Dortmund**

Tourleiter: Horst Pallatzky, Länge: 50 km

Sonntag, 28.06.2015, 10:00 Uhr

### **Halde Hoheward**

Tourleiter: Horst Pallatzky, Länge: 112 / 80 km

### **Juli**

Sonntag, 12.07.2015, 10:00 Uhr

### **Schloss Nordkirchen**

Tourleiter: Bernd Kahl, Länge: 116 / 90 km

Sonntag, 26.07.2015, 10:00 Uhr

### **Uelzener Heide / Bönen**

Tourleiter: Horst Pallatzky; Länge: 65 / 42 km

*\*Bei Touren mit zwei Kilometer-Angaben gibt es einen zweiten Treffpunkt - bitte rückfragen (Horst Pallatzky, Tel.: 02304/68601) oder Presse beachten.*

*Zusätzlich gibt es Neubürgertouren (Presse beachten)*

## ADFC Selm

Christian Jänsch (Sprecher), Tel.: 02592 / 62654;  
www.adfc-selm.de

### März

Sonntag, 08.03.2015, 10:00 Uhr Amtshaus Bork;  
09:15 Uhr Lüntec

#### Selm – zwischen Schloss und See

Tourenleiter: Christian Jänsch  
Länge: 35 km, leichte Tour

Samstag, 21.03.2015, 06:30 Uhr Bahnhof Bork  
07:15 Uhr Dortmund Hbf

#### Durch die Heidelandschaft der Senne

Tourenleiter: André Medzech  
Länge: 70 km, schwere Tour, Fahrtkosten: € 15,00,  
Anmeldung unter 0231 / 876940

Sonntag, 22.03.2015, 10:00 Uhr Amtshaus Bork;  
10:00 Lüntec

#### Nach Dortmund in die Mengeder Heide

Tourenleiter: Udo Borawski  
Länge: 50 km, leichte Tour

### April

Sonntag, 12.04.2015, 10:00 Uhr Amtshaus Bork;  
09:15 Uhr Lüntec

#### Zu den Burgen und Schlössern im südlichen Münsterland

Tourenleiter: Christian Jänsch  
Länge: 55 km, leichte Tour

Sonntag, 26.04.2015, 10:00 Uhr Amtshaus Bork,  
10:00 Uhr Lüntec

#### Entlang Lippe, Körne und Seseke

Tourenleiter: Petra Medzech  
Länge: 50 km, leichte Tour

### Mai

14.05.2015 – 17.05.2015, Mehrtagestour

#### Auf Spurensuche „Ordensburg Vogelsang“

Tourenleiter: André Medzech  
Länge: ca. 200km; mittelschwere Tour  
Anmeldung unter 0231 / 876940

**Fahrradstammtisch:** Jeweils am ersten Donnerstag  
im Monat ab März, Gaststätte Suer, Ludgeristr. 90,  
59379 Selm

Sonntag, 17.05.2015, 09:00 Uhr Bahnhof Beifang,  
08:15 Uhr Lüntec

#### Westmünsterlandtour

Tourenleiter: Christian Jänsch  
Länge: 60 km, mittelschwere Tour  
Fahrtkosten: € 10,00

Montag, 25.05.2015, 9:00 Uhr Amtshaus Bork, 08:15  
Uhr Lüntec

#### Zum Schiffshebewerk nach Waltrop

Tourenleiter: Udo Borawski  
Länge: 45 km, leichte Tour, Eintritt: € 5,00

### Juni

04.06. - 06.06.2015, Mehrtagestour

#### Römer-Lippe-Route von Selm nach Xanten

Tourenleiter: Christian Jänsch  
Länge: 150 km, mittelschwere Tour  
Anmeldung über die VHS Selm 02592 / 9220  
04.06.2015 – 07.06.2015, Mehrtagestour

#### Durch das Waldecker Land - Ederradweg

Tourenleiter: André Medzech  
Länge: ca. 230km; mittelschwere Tour  
Anmeldung unter 0231 / 876940

Freitag, 12.06.2015, 19:00 Gaststätte Selmer Hof  
**Von Alaska nach Feuerland entlang der**

#### Panamerikana

Radreise-Bericht von André Lanwehr

Sonntag, 14.06.2015, ab 11:00 Uhr

#### Fahrradaktionsmarkt auf der Kreisstraße

Attraktionen rund ums Fahrrad auf dem Selmer  
Stadtfest

Sonntag, 28.06.2015, 9:00 Uhr Amtshaus Bork;  
10:00 Uhr Lüntec

#### Zum Phoenix-See nach Dortmund

Tourenleiter: André Medzech  
Länge: 70 km, schwere Tour  
Anmeldung über VHS Selm 02592 / 9220

## Juli

04.07.2015 - 11.07.2015, Wochentour

### 3-Länder-Tour um den Bodensee

Tourenleiter: Christian Jänsch

Länge: 400 km, mittelschwere Tour

Anmeldung über die VHS Selm 02592 / 9220

Sonntag, 19.07.2015, 10:00 Uhr Amtshaus Bork,

09:15 Uhr Lüntec

### Blick von der Bergehalde Großes Holz

Tourenleiter André Medzech

Länge: 70 km, schwere Tour

Samstag, 25.07.2015, 7:30 Uhr Bahnhof Bork, 08:00

Uhr Dortmund Hbf

### Sport@Stahl@Indianer(3 Haldentour Bottrop)

Tourenleiter André Medzech

**Länge 80 km, schwere Tour**

Fahrtkosten: € 15,00

Anmeldung unter 0231 / 876940

Woche vom 27.07.2015 - 31.07.2015, 10:00 Uhr

Bürgerhaus Selm

### Kinderferienaktion: Fahrradparcours auf dem Selmer Marktplatz

Tourenleiter: Petra Medzech

Anmeldung über ADFC Selm 02592 / 62654

## ADFC Unna

*Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Umweltberatungszentrum Unna (UBZ)*

Sprecherteam: Dr. Michael Richter, Tel.: 02303 / 81931; Wilfried Prenger, Tel.: 02303 / 12516;

Uwe Schmidt, Tel: 02303 / 54545; www.adfc-unna.de

**Radberatung:** Jeden Dienstag, 17:00 – 18:30 Uhr, UBZ Unna, Rathausplatz 21

**Radlertreff:** Jeden Dienstag ab 19:00 Uhr, Hotel Katharinen Hof, Unna, Bahnhofstr. 49

**Treffen Radpolitik:** Jeden 2. Dienstag im Monat ab 18:00 Uhr, Hotel Katharinen Hof, Unna, Bahnhofstr. 49

### Fahrt ins Blaue

Jeden 1. Sonntag im Monat, 10:30 Uhr,

UBZ Unna, Rathausplatz 21,

Tourleiter: Klaus Peters, Tel.: 02303 / 22598;

Teilnehmer und Windrichtung entscheiden am Start über das Ziel, 20 – 40 km

**Gute Laune-Tour zum Feierabend,** Jeden

Donnerstag (nicht Feiertage!) von Apr. bis Sep.,

18:00 Uhr, UBZ Unna, Rathausplatz 21; 20 – 30

km, Dauer ca. 2 Stunden

### März

Dienstag, 03.03.2015, 19:00 Uhr;

Katharinen Hof, Unna

**Infoabend: „Urlaub mit dem Fahrrad“**

Sonntag, 15.03.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

### Das Brauereimuseum in Dortmund

mit Besichtigung, evt. mit Führung (Kosten),

Leitung: Wilfried Prenger, Jürgen Tietz;

Länge: ~ 45 km

### Mittwochstouren

Jeden 1. Mittwoch im Monat von Apr. bis Okt.,

09:00 Uhr ab UBZ Unna, Rathausplatz 21,

60 – 80 km, evtl. Kosten für ÖPNV; Infos bei

Wilfried Prenger, Tel.: 02303 / 12516

Donnerstag, 19.03.2015, ab 19:00 Uhr; Selm,

Botzlarstraße, Burg Botzlar

### Jahreshauptversammlung ADFC-KV Unna

### April

Samstag, 11.04.2015, 10:00 – 15:00 Uhr, PWG\*\*

### Radtechnikkurs

Leitung: Werner Wülfing;

Ersatzteile sind mitzubringen.

Sonntag, 19.04.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

### Tour mit dem RSV Unna

Dienstag, 28.04.2015, 19:00 Uhr, Katharinen Hof

Radreisebericht von Jörgthalve: **Mit dem Rad von Unna an den Bosphorus**

Eintritt frei (siehe Seite 51)

**Mai**

Samstag, 09.05.2014, 10:00 – 16:00 Uhr, Alter Markt

**26. Drahteselmarkt in Unna**

ADFC-Infzelt u.v.m.

Sonntag, 10.05.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**16. Neubürgertour „Rund um Unna“**

Leitung: Hermann Strahl; Länge: ~ 30 km

Sonntag, 10.05.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Die Andere Tour – nach Rheinen, Villigst, Ergste und Schwerte**

Leitung: Michael Richter, Wilfried Prenger;

Länge: ~ 45 km

Sonntag, 17.05.2015, 10:30 Uhr; UBZ Unna

**Zum Datteln-Hamm-Kanal + Hamm-Geithe**

Leitung: Horst John, Siegmund Beier;

Länge: ~ 65 km

Samstag, 23.05. – Freitag, 12.06.2015

**2. STADTRADELN Unna**

Info beim ADFC Unna, der AOK oder der Stadt Unna (siehe auch Seite 49 ff.)

Samstag, 30.05.2015, 09:00 Uhr, UBZ\* Unna

**Marga Spiegel-Tour: Bauernhöfe im Münsterland**

Leitung: Werner Wülfing;

Länge: ~ 100 km (siehe Seite 52)

**Juni**

Sonntag, 14.06.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Die Andere Tour – zur Luigsmühle bei Werl**

Leitung: Wilfried Prenger, Hans-Gerd Schulte;

Länge: ~ 45 km

Sonntag, 21.06.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Sternfahrt nach Dortmund**

Leitung: Helmut Lücke; Länge: ~ 50 km

Sonntag, 28.06.2015, 12:00 – 16:00 Uhr

**Sternfahrt des ADFC-Kreisverbandes nach Kamen**

Leitung: N. N., Länge: ~ 20 km

**Juli**

Samstag, 04.07.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Zum ADFC-Sommerfest nach Billmerich**

Beginn des Festes auf Heiner Vogts Hof: 13:00 Uhr

Sonntag, 12.07.2015, 09:30 Uhr, Busbahnhof Unna

**Die Andere Tour – ins Südmünsterland**

Mit dem Bus nach Nordkirchen (Kostenumlage)

Leitung: Michael Richter, Wilfried Prenger; Länge: ~

35 km; Anmeldung bis 08.07. bei Michael Richter,

Tel. 02303 / 81931

Sonntag, 19.07.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Zubringertour „Sattel-Fest“ nach Hamm**

Leitung: Wilfried Prenger; Länge: ~ 35 km, weitere

Gestaltung frei, bei Bedarf gemeinsame Rückfahrt

Montag, 20.07. – Donnerstag, 23.07.2015

**Vier-Tagestour: Papenburg - Emsland - Unna**

Leitung: Siegmund Beier, Hubert Brandt; Länge: ~

240 km; Anmeldung bis 30.04. bei Siegmund Beier;

Tel. 02303 / 65694

Sonntag, 26.07.2015, 10:30 Uhr, UBZ\* Unna

**Zum Landschaftsinformationszentrum am**

**Möhnesee**

Leitung: Manfred Zimmermann, Michael Richter;

Länge: ~ 80 km

**Café**  
**Zur Alten Post**

**Kuchen Kunst Antikes**

Remona Tingelhoff  
Markt Königsborn 1  
59425 Unna  
02303 96 34 95

**an den Radrouten U 5 + R 35**

Selbstgebackener Kuchen - Eis - Frühstück  
Mi - Sa 9.00 - 12.30 & 14.30 - 18.30 Uhr  
So 14.30 - 18.30 Uhr  
Mo + Di Ruhetag

\*UBZ = Umweltberatungszentrum,  
Rathausplatz 21

\*\*PWG = Peter-Weiss-Gesamtschule,  
Herderstraße 16

Voraussichtlich **Anfang Mai** wird der **Alleinradweg zwischen Unna-Königsborn und Welver** offiziell eröffnet. Auf Hammer und Welveraner Gebiet ist der insgesamt rund 25 km Radweg auf einer ehemaligen Bahntrasse bereits fertiggestellt.

## ADFC Werne

Treffpunkt (wenn nicht anders angegeben):  
Stadthaus Werne/Marktplatz

Karl-Peter Kauth (Sprecher, in Vertretung), Tel.: 02389 / 51380; [www.adfc-werne.de](http://www.adfc-werne.de)

### Stammtisch

Jeden 1. Montag im Monat ab 19:00 Uhr,  
Gaststätte Ickhorn, Markt 1

### Treffen Fahrradpolitik

Termine werden beim Stammtisch oder nach  
Absprache abgestimmt.

**Feierabendtouren**, jeden Mittwoch bis 1. Okt., ab 18:00 Uhr, Stadthaus; 20 und/oder 30 km

### März

Sonntag, 01.03.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Tour** (Ziel: Bekanntgabe am Start)

Leitung: N. N., Länge: 40-60 km, Einkehr vorgesehen

Sonntag, 15.03.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Tour** (Ziel: Bekanntgabe am Start)

Leitung: N. N., Länge: 40-60 km, Einkehr vorgesehen

Donnerstag, 19.03.2015, ab 19:00 Uhr

**ADFC-Mitgliederversammlung des KV**

Ort: Burg Botzlar, Selm

Sonntag, 29.03.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Tour** (Ziel: Bekanntgabe am Start)

Leitung: N. N., Länge: 40-60 km, Einkehr vorgesehen

### April

Sonntag, 12.04.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Dortmunder Kriminalmuseum**

Ltg: Karl-P. Kauth, Länge ~ 67 km, Einkehr vorgeseh.

Samstag, 25.04.2015

**10. Drahteselmarkt Lünen**

Treffpunkt & Zeit nach Absprache und Bekanntgabe

Leitung: N. N.

### Mai

Samstag, 09.05.2015

**26. Unnaer Drahteselmarkt**

Treffpunkt & Zeit nach Absprache und Bekanntgabe

Leitung: N. N.

Sonntag, 17.05.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Lüdinghausen Burg Vischering**

Leitung: N. N., Länge: ~ 65 km, Einkehr vorgesehen

### Juni

Sonntag, 07.06. – Sonntag, 14.06.2015

**Mehrtagestour nach Burg im Spreewald,**

Spreewaldhotel zum Krabat / Seerose

Leitung: Peter Hau

Sonntag, 14.06.2015

**Stadtfest Selm**

Treffpunkt & Zeit nach Absprache und Bekanntgabe

Leitung: N. N.

Sonntag, 28.06.2015, 12:00–16:00 Uhr

**Sternfahrt des ADFC-Kreisverbandes nach**

**Kamen**

Treffpunkt & Zeit nach Absprache und Bekanntgabe

Leitung: N. N.

### Juli

Sonntag, 19.07.2015, 10:00 Uhr, Stadthaus Werne

**Entlang der Seseke**

Leitung: N. N., Länge: ~ 50 km, Einkehr vorgesehen

Sonntag, 19.07.2015

**Sattel-Fest Hamm – Soest**

Treffpunkt & Zeit nach Absprache und Bekanntgabe

Leitung: N. N.

# Miteinander, gegeneinander, füreinander Strampeln für besseres Klima

Vom 23. Mai bis zum 12. Juni 2015 startet Unna zum zweiten Stadtradeln. Teams ab zwei in Unna wohnenden oder arbeitenden Menschen radeln um den Preis für die meisten Teamkilometer, Schulkilometer, Einzelkilometer. Zusammen radeln alle für Unna gegen andere Gemeinden. Und alle bundesweiten TeilnehmerInnen radeln für besseres Klima! Letztes Jahr vermieden die Stadtrader durch mehr als 16 Millionen Radkilometer 2.360.596 Kilogramm CO<sub>2</sub>!

Unter [www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de) ist 2014-Ergebnis beachtlich zu besichtigen: 89 Unna-Teams mit insgesamt 809 TeilnehmerInnen haben 132.817 km für Unna zurückgelegt. Unter den 32 teilnehmenden NRW-Kommunen wurde Unna in der Kategorie Kilometer/Einwohner 4., unter den bundesweit 283 Teilnahmekommunen 66. Wir strampelten gut mit und es gab nur freudige Rückmeldungen. Und 2015 ist noch mehr drin! Dazu haben wir uns einiges einfallen lassen.

Der Start ist zwei Tage nach dem AOK-Firmenlauf. Da kann abgestimmt trainiert werden. Und weil wir mit dem Bornekamp-Bad kooperieren, können Willige sogar eigene Unna-Volkstriatlons inszenieren. Zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls gibt es im Bad freitags Wochentreffs, Abschlusstreffen und die Abschlussfete. Alle TeilnehmerInnen bekommen Lenkerbändchen. Darüber kommt man unterwegs leichter ins Gespräch und vielleicht sogar ins Windschattenfahren.

Teams können in diesem Jahr im Stadtradel-Tourenkalender auch eigene Touren bewerben. Ob der SGV seine Wanderwege zeigt, Heimatvereine durch ihren Ortsteil führen oder Sportradler sauerländische Bergabfahrten windschattensausen, ist den Teams selbst überlassen. Es geht um die gemeinsame Freude auf gemeinsamen Kilometern.



# Ihr 4 Sterne Hotel im Herzen von Unna



*two Gäste zu Freunden werden.*



99 modern eingerichtete Zimmer | 9 Veranstaltungsräume bis 300 Personen |  
Bistro - Restaurant Camillo | Panorama Wintergarten | Wintergarten |  
Sonnenterrasse zum Entspannen | Riepe Party Rent | Event - Terrasse

Unser Haus bietet den idealen Rahmen für Hochzeiten, Geburtstage, Empfänge,  
Taufen, Konferenzen, Tagungen und viele, individuelle Events bis 300 Personen....

Kennen Sie schon unsere neue Eventterrasse für den ganz besonderen Anlass  
über den Dächern von Unna?

**Wir beraten Sie gern!**

Weitere Informationen unter: [www.riepe.com](http://www.riepe.com)



**Ihre Gastgeber:** Familie Riepe  
und Alexandra und Marc Lobert mit Team



**Ringhotel Katharinen Hof** | Bahnhofstraße 49 | 59423 Unna | Phone: 02303-9200  
Fax 02303-920444 | [katharinenhof@riepe.com](mailto:katharinenhof@riepe.com) | [www.riepe.com](http://www.riepe.com)

Und das schönste Team-Foto erhält einen Sonderpreis. Vor allem hoffen wir auf viele schöne Fotos in Presse, Schaufenstern, Netz und auf Wohnzimmertischen.

Übrigens zählen auch außerhalb von Unna geradelte Urlaubskilometer. Also jetzt Kollegen, Nachbarn, Sportsfreunde ansprechen. Jedes zusätzliche Team-Mitglied bedeutet zusätzliche Gruppenkilometer. Übrigens werden auch Urlaubskilometer jenseits der Stadtgrenzen anerkannt.

Ab sofort berät der ADFC, der selber in verschiedenen Teams mitradelt, um keine anderen zu benachteiligen, jeden Dienstag von 17–18:30 Uhr im Umweltladen des Rathauses Teams und Einzelinteressierte. Dort und auf dem Drahteselmarkt am 9. Mai sowie im Netz unter [www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de) kann man sich bis zum Start am 23. Mai anmelden.

Als Ansprechpartner stehen Frank Hugo [frank.hugo@stadt-unna.de](mailto:frank.hugo@stadt-unna.de) und Werner Wülfing [werner.wuelfing@adfc-unna.de](mailto:werner.wuelfing@adfc-unna.de) zur Verfügung.

*Hermann Strahl*

## Die Preise

- Bundesweit wird die aktivste Kommune und das aktivste Kommunalparlament ausgezeichnet. Auf den Seiten von Stadtradeln finden sie die bundesweiten Preise.
- In Unna kann jeder Teilnehmer wertvolle Sachpreise gewinnen, die an der Abschlussfeier in einer Tombola verlost werden.
- Das Team mit den meisten Gesamtkilometern wird mit einem Gutschein im Wert von 250 Euro für die Ausgestaltung ihrer Siegesfeier ausgezeichnet. Dieser Preis wird vom ADFC Unna gestiftet.
- Der beste Einzelradler gewinnt ein Fahrrad. Der Sponsor ist die Stadt Unna.
- Die Schule mit den meisten Kilometern pro Schüler darf sich über einen Gutschein im Wert von 250 Euro freuen. Dieser Preis wird von der AOK Unna zur Verfügung gestellt.

## Mit dem Rad von Unna an den Bosphorus

Jörg Halve hält am Dienstag, den **28. April 2015**, 19:00 Uhr, im Ringhhotel Katharinen Hof Unna (Bahnhofstr. 49) einen **Bildervortrag** über eine Radtour quer durch Europa.

Gemeinsam mit seiner Frau startete er Ende Juni 2013 zu einer rund neunwöchigen Radtour mit dem Ziel Istanbul. Auf dem ersten Teil der Strecke über Dresden bis nach Prag waren sie mit Freunden zusammen zu viert unterwegs. Danach ging es zu zweit weiter über tschechische Berge und österreichische Hügel nach Wien, entlang der Donau durch die Slowakei, Ungarn, Kroatien, Serbien und Bulgarien. Auf der rund 3400 km langen Route zum Bosphorus faszinierten spannende kleine Orte und pulsierende Großstädte an Elbe, Moldau und Donau – ebenso wie viele zum Teil abenteuerliche Begegnungen und Erfahrungen.

– Der Eintritt ist frei. –

# Unnaer Stadtrader auf Marga Spiegels Spuren

Im Rahmen des Stadtradelns in Unna bietet der ADFC Unna allen Interessierten an, die von den Werner Radfreunden entwickelte Marga-Siegel-Tour nachzufahren. Da von Unna losgefahren wird, ist die Tour allerdings mit 95 Kilometern etwas länger.

Alle Interessierten treffen sich hierzu am 30. Mai 2015 um 9:00 Uhr vor der ADFC Kreisgeschäftsstelle im Umweltberatungszentrum Unna an der Rathaus-Ostseite.

Die Anreise erfolgt über die Klöcknerbahntrasse (R35) nach Werne. Ab hier begleitet uns ein Vertreter des ADFC Werne, der an einigen Rastpunkten Wissenswertes zum Leben von Marga Spiegel vortragen wird.

Ein besonderes Highlight dieser Tour: Unter allen teilnehmenden Stadtradlern verlost der ADFC Unna die DVD „Unter Bauern – Retter in der Nacht“ sowie die Dokumentation „Eine Herzenssache – Marga Spiegel und ihre Retter“.



### Die Dokumentation:

Eine Herzenssache – Marga Spiegel und ihre Retter DVD mit Begleitheft, 2014, 45 Minuten, 14,90 Euro, ISBN 978-3-939974-42-0

LWL-Medienzentrum für Westfalen



### Das Buch:

Marga Spiegel Retter in der Nacht Wie eine jüdische Familie in einem münsterländischen Versteck überlebte. Herausgegeben und kommentiert von Diethard Aschoff Reihe: Geschichte und Leben der Juden in Westfalen 7. aktualisierte Auflage, 2009, 232 S., 16,80 Euro, ISBN 978-3-8258-3595-8



Marga Spiegel 2009



### Der Spielfilm:

Unter Bauern - Retter in der Nacht Veronica Ferres und Armin Rohde in den Hauptrollen. Regie: Ludi Boeken 2010, 97 Minuten, 14,99 Euro

Wer die Geschichte der Familie auf eigene Faust erfahren will, kann auf den Seiten des ADFC Unna die GPS-Daten der Tour und den Folder mit der Tourbeschreibung herunterladen: <http://tinyurl.com/n84hfd6>

## ADFC Werne lud ein zur Marga-Spiegel-Tour

**M**it dem Beginn der Naziherrschaft 1933 wurde für Juden das Leben in Deutschland von Jahr zu Jahr schwieriger. Vom Ausschluss von Erwerbsmöglichkeiten über Sondersteuern und offenen Terror mit massiven Zerstörungen wurde die Schraube immer weiter gedreht und erreichte ihren Höhepunkt mit den Beschlüssen der Wannseekonferenz im Januar 1942. Danach sollten alle im gesamten nationalsozialistischen Herrschaftsbereich (noch) lebenden Juden ermordet werden.

Im Februar 1943 erging der Befehl, alle in Dortmund lebenden Juden sollten sich am Schlachthof zwecks „Umsiedlung“ einfinden. Der Viehhändler Siegmund Spiegel hatte frühzeitig beschlossen sich und seine Familie nicht umsiedeln zu lassen, daher erschien die Familie nicht am Sammelplatz. Siegmund und getrennt

von ihm seine Frau Marga mit Tochter Karin wurden 1943 bis 1945 von mutigen Bauern in Capelle, Herbern, Südkirchen und Werne versteckt und so vor dem Holocaust gerettet. Marga Spiegel hat über diese Zeit und ihre Retter ein Buch geschrieben (siehe Seite 52).

Ihre Geschichte ist 2010 auch unter dem Titel „Unter Bauern“ verfilmt worden und als Buch erschienen (siehe Seite 52).

Im ADFC Werne kam Ende 2013 die Idee auf, die verschiedenen Stationen – Siegmund Spiegel und Marga Spiegel mit Tochter Karin mussten aus Angst vor Entdeckung immer wieder ihre Verstecke wechseln – anzufahren; unser Tourenwart Karl-Peter Kauth hat in der Folge daraus eine Rundtour über 53 km entwickelt. Zum Bundesradsporttreffen 2014 war die endgültige Streckenführung festgelegt und ein Flyer dazu fertiggestellt

## Sparkasse vor Ort. Sport vor Ort.

[www.sparkasse-werne.de](http://www.sparkasse-werne.de)

Telefon: 02389 789-0

E-Mail: [mailbox@sparkasse-werne.de](mailto:mailbox@sparkasse-werne.de)



**Stadtsparkasse Werne.**  
**Gut für Werne.**

und ausgelegt.

Die offizielle Vorstellung der Tour fand am 7. September statt. 55 RadlerInnen, darunter gut die Hälfte Gäste, fanden sich bei strahlendem Wetter am Stadthaus Werne ein, die Erwartungen der Organisatoren wurden damit weit übertroffen. Am Start führte Tourenleiter Peter Böhm in das Thema ein und las dann an den an der Strecke liegenden fünf Höfen passende Abschnitte aus dem Buch von Marga Spiegel vor.

Für die Tourenführer, vor allem für den als Schlussmann fahrenden Hans-Georg Kock, war die an Unbedachtheit grenzende Unbeschwertheit vieler Gäste eine Überraschung, die einige Nervenkraft erforderte. Technische Unzulänglichkeiten an den Rädern und kräftezehrende zu

schlapp aufgepumpte Reifen führten immer wieder zu Verzögerungen. Im Nachgespräch hatten wir den Eindruck, dass etliche noch nie gut 50 Kilometer geradelt waren und auch keine Vorstellung von der für eine solche Distanz erforderlichen Kraft hatten ...

Durchgehend positiv war die Resonanz bei den Mitfahrern. Für 2015 hat bereits die Marga-Spiegel-Schule, die neue Sekundarschule in Werne, ihr Interesse angemeldet. Auch bei den Aktiven des ADFC Werne gibt es rege Nachfrage nach einer Wiederholung dieser Thementour.

Die Tourenaufarbeitung wurde zwischenzeitlich im Stadtarchiv Werne archiviert.

*Peter Böhm, Karl-Peter Kauth*



## Werne an der Lippe

Rad fahren & Freizeit genießen

Stadtführungen  
Radtouren  
Pauschalreisen  
Veranstaltungen



Tourist Information, Markt 19, 59368 Werne, 02389-534080, [www.werne-marketing.de](http://www.werne-marketing.de)

## Bundesradsporttreffen 2014 in Werne ein toller Erfolg – ADFC Werne war dabei

Am Anfang sahen wir ADFC-Aktive es nur als ein Radsportereignis des RSC Werne an, aber dann wurden wir von den Organisatoren zu einem Info-Termin eingeladen. Hier wurde eine Abordnung unserer OG informiert und von der Idee des Mitmachens überzeugt. „Wir machen da mit und haben eine großartige Möglichkeit, uns zu präsentieren“. Das war der Beschluss unseres nächsten Mitgliedertreffens. Nun ging die Arbeit für uns richtig los. Viele Mitglieder unserer OG Werne und auch des KV Unna (über 20 Mitglieder) waren bereit vom 27. Juli bis 2. August 2014 täglich von 9.00 bis 17.00 Uhr, jeweils nach ihren zeitlichen Möglichkeiten, sich einzusetzen. Eine tolle Bereitschaft!

Nun konnten wir als ADFC Flagge zeigen und eigene Akzente setzen. Zum besonderen Ereignis wurde unser Volksradfahren am Sonntag, den 28. Juli 2014.

Auf von uns präzise ausgedachten und mit Streckenposten und Verpflegungsstation versehenen Routen unter-

schiedlicher Länge fuhren mehrere hundert Radler mit. Jung und Alt gaben ein fröhlich buntes Bild ab. Mit diesem Auftritt hat der ADFC neue Freunde gewinnen und seinen Bekanntheitsgrad erweitern können. Nach der Tour trafen sich noch viele Radler zu Apfelschorle, Bratwurst und zum Fachsimpeln rund um unseren Stand/Zelt.

Am nächsten Tag waren wir wieder am Stand. Ab nun galt die Aufmerksamkeit unserer Tombola, deren Erlös zur Unterstützung einer Werner Sozialen Einrichtung verwendet werden sollte. Als Hauptgewinne waren ein hochwertiges Rennrad, ein Gemälde und 2 Fahrradhelme ausgelobt.

Der 1. Preis, das Rennrad, fiel auf unseren KV-Vorsitzenden. Selbstlos stellte er es für eine Versteigerung zwecks Erhöhung des Spendenbetrages zur Verfügung, sodass wir 2.000 Euro an den Verein W.I.B.K.E (Werner integrieren behinderte Kinder und Erwachsene) überweisen konnten.

Restaurant  
Wienbrede



### Öffnungszeiten:

Mo. und Mi. - Sa.  
17.00 - 23.00 Uhr

### Dienstag Ruhetag

So. 11.30 - 14.00 Uhr  
17.00 - 23.00 Uhr

## Ein Radler für den Radler!

Gönnen Sie sich bei uns eine Pause:

**Restaurant Wienbrede**

Stockumer Str. 23  
59368 Werne

Telefon: (02389) 3303

E-Mail: [info@wienbrede.de](mailto:info@wienbrede.de)

Internet: [www.wienbrede.de](http://www.wienbrede.de)



Darüber hinaus waren die Tage am Stand mit vielen Gesprächen und Kontaktaufnahmen mit den über 1.800 aktiven Teilnehmern des Bundesradsporttreffens, die aus ganz Deutschland aber auch aus Belgien, Holland und Dänemark angereist waren, verbunden.

Die positive Auswirkung dieser Veranstaltung auf den Radtourismus will die Stadt Werne in Zusammenarbeit mit dem ADFC weiter ausbauen.

Insgesamt war die Radlerwoche für alle Beteiligten ein riesiger Erfolg, egal ob Sportler oder Freizeitradler, Bambini, Teenager oder Opa und Oma. In Werne herrschte ein super Fahrradfeeling.

*Peter Hau*

*Bild oben:  
(Von links) Klaus Heedt, Lothar Christ,  
Friedhelm Bettermann, Thomas Semmelmann, Martin Wiggemann*

*Bild rechts:  
Als Hauptpreis ein wertvolles Rennrad*



Immer da, immer nah.

**PROVINZIAL**  
Die Versicherung der Sparkassen

Viel Vergnügen und eine sichere Fahrt bei der Radtour wünscht Ihnen Ihr Schutzengel-Team.

Ihre Provinzial Geschäftsstelle  
**Wenge & Hörster OHG**  
Bonnenstraße 41, 59368 Werne  
Tel. 02389/6067-8-9  
wenge-hoerster@provinzial.de



**WEST LOTTO**



**NRW-STIFTUNG**

NATUR · HEIMAT · KULTUR

Ein Teil von dir.

**WDR 4**

# NRW RADTOUR

2015



**02. bis 05. Juli 2015**

Mit WestLotto das Land erfahren

Anmeldung ab 23.03.2015  
in jeder WestLotto-Annahmestelle  
oder unter [www.nrw-radtour.de](http://www.nrw-radtour.de)

RHEINE

STEINFURT

MÜNSTER

HALTERN AM SEE

DINSLAKEN

## 10 Jahre Drahteselmarkt Lünen Buntes Programm rund ums Rad

**F**rühlingszeit ist Fahrradzeit: Zum Start in die Fahrradsaison veranstaltet das Stadtmarketing Lünen wieder seinen alljährlichen „Drahteselmarkt“. Die Veranstaltung findet am Samstag, den 25. April von 10 bis 14 Uhr auf dem Willy-Brandt-Platz neben dem Viktualienmarkt statt. Das Besondere: Der Drahteselmarkt feiert in diesem Jahr sein 10-jähriges Bestehen.

Dazu werden wieder viele Informationen, Aktionen und ein buntes Unterhaltungsprogramm rund um das Thema „Fahrrad und Radfahren“ angeboten.

Die Lünener Unternehmen „Zweiradhaus Möllmann“ und „Zweirad Mönninghoff“ bieten Gebrauchträder sowie Zubehör und Ausstattung an. Zudem werden Probefahrten mit E-Bikes möglich sein. Das Stadtmarketing Lünen informiert über Tourismus- und Kulturhighlights, und bietet an seinem Stand verschiedene Radkarten und Stadt-Lünen-Artikel an.

Wen Informationen über spannende Radtouren in der Region oder zu überregionalen Radrouten interessieren, dem zeigen der ADFC Lünen, der RSV Lippe 23, die Stadt Bergkamen sowie die Touristik Bad Westernkotten zahlreiche Möglichkeiten für einen Ausflug mit der Leeze auf. Auch die Verkehrsplanung der Stadt Lünen ist dabei und informiert über das Lünener Radverkehrskonzept Rad+. Die „DasDies Service GmbH“, ein

Unternehmen der AWO, präsentiert Therapieräder und nimmt die Codierung von Fahrrädern vor. Wer seinen Drahtesel frühlingsstauglich machen möchte, dem steht die mobile Fahrrad-Waschanlage zur Verfügung. Der Infobus des Kreises Unna macht ebenfalls Station auf dem Marktplatz und informiert insbesondere über die Radrouten und besondere Rad-Events im Kreis Unna.

Neben Infoständen bietet der Drahteselmarkt auch wieder ein buntes Rahmenprogramm. Auf dem Einrad-Parcours des Streetwork-Teams der Stadt Lünen können Kinder und Jugendliche ihre Balance und Geschicklichkeit testen. Ergänzt wird das Programm durch sehenswerte Comedy-Artistik von Axel Wettstein alias „one4you“. Auch für das leibliche Wohl ist auf dem Lünener Drahteselmarkt gesorgt: Das Lünener Kultur- und Aktionszentrum LÜKAZ versorgt hungrige Besucher mit frischen Waffeln.

*Kristin Woemann  
Fachreferat für Stadtentwicklung  
und Stadtmarketing*



# Lünen

Was ist für's  
Fahrrad freundlich?

# Mein Lünen!

Nicole aus AltLünen.  
Mehr Infos auf [www.mein-luenen.com](http://www.mein-luenen.com)



## Sternfahrt des ADFC Kreisverbandes am 28. Juni 2015 nach Kamen

Die diesjährige Sternfahrt der Gruppen des ADFC Kreisverbandes führt am Sonntag, 28. Juni 2015, nach Kamen. Unser zentraler Treffpunkt wird das Haus der „Familienbande“ sein.

Der Verein „Familienbande • Familiennetzwerk Kamen e.V.“ stellt uns das Familien- bzw. Generationencafé zur Verfügung. Hier werden wir Gäste zwischen 12:00 Uhr und 16:00 Uhr sein. Das Café ist das Herzstück des Vereins und des neuen Hauses in der Bahnhofstraße 46 in Kamen direkt neben der Stadthalle und dem Rathaus.

Der Verein Familienbande ist ein Begegnungs- und Erlebnisort für Frauen und Männer, für Eltern und Kinder, für Senioren, für Menschen mit Migrationshintergrund, für Erwerbstätige und Nichterwerbstätige, für Menschen mit geistigen, körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen. Mit einem Familienbüro mit Anbindung an ein großes Netzwerk, mit unterschiedlichen Beratungsmöglichkeiten, mit einer Hebammenpraxis im Haus, mit flexiblen Betreuungsmöglichkeiten für Kinder, mit einer Kindertagesstätte, mit kulturellen und familienbildenden Angeboten für Jung und Alt, mit Möglichkeiten der beruflichen Weiterbildung und vor allem mit dem Familien- bzw. Generationencafé als Mitte des neuen Hauses.

Somit werden wir nicht nur einen Radfahrsonntag erleben, sondern auch einen Eindruck von einer neuen sozialen Einrichtung mitnehmen, die kreativ entwickelt und in freier Trägerschaft vorbildlich geführt wird.

Wir werden ein Mittagstischangebot vorbereiten. Für Getränke, Kaffee und Kuchen wird ebenfalls gesorgt sein.

*Heinrich Kissing*

**Die Karte, die Wünsche erfüllt:  
SparkassenCard PLUS**

 Sparkassen  
UnnaKamen

Für die etwas größeren Wünsche: mit der SparkassenCard PLUS erhalten Sie einen persönlichen Kreditrahmen, über den Sie ganz nach Ihren Wünschen verfügen können. Der Unterschied zu Ihrer SparkassenCard: Der Kaufbetrag wird nicht sofort von Ihrem Girokonto abgebucht, sondern Sie zahlen monatlich ganz bequem und automatisch in Raten. Nutzen Sie die Karte überall dort, wo Kartenzahlung möglich ist und Sie das Maestro-Zeichen sehen. [www.sparkassen-unnakamen.de](http://www.sparkassen-unnakamen.de)

### Auflösung des letzten Ritzel-Rätsels:

Durch schnelles Fahren werden wir unser Ziel früher erreichen und deshalb kürzer dem Regen ausgesetzt sein. Deshalb werden wir weniger nass werden. Die Antwort lautet also: „Ja“.

Diese richtige Antwort schickte uns Bernd Kahl aus Schwerte. Herzlichen Glückwunsch!

(Dies gilt allerdings nur für den Regen, der senkrecht auf uns fällt. Der Regen, der uns von vorn ins Gesicht schlägt, ist von der Weglänge abhängig.)

# Rudis Ritzel Rätsel



A



B



C



Liebe Ritzel-Rätsel-Rater!

Das folgende Bild entstand auf der „tour de magellan“ im Jahr 2014 und zeigt ein Kunstwerk von Didi Senft, bekannt als Tourteufel bei der Tour de France. Die Magellan-Tour sammelt Spendengelder und stellt sie Institutionen zur Verfügung, die sich um die Chancengleichheit von Kindern kümmern. Die diesjährige Tour findet am 15. August 2015 in Köln statt. Weitere Informationen findet ihr unter der URL: <http://tour-de-magellan.de>

Und nun zur Ritzel-Rätsel-Frage:

In welchem Ausschnitt ist ein Fehler versteckt?

Schickt eure Lösung per Brief an:

ADFC Unna  
Umweltberatungszentrum  
Rathausplatz 21, 59423 Unna

Oder schickt eine E-Mail an  
[ritzelraetsel@adfc-unna.de](mailto:ritzelraetsel@adfc-unna.de)

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir das Buch „Ost-Erfahrung“ von Nicola Haardt (siehe Seiten 64/65).

Euer  
*Rudi* :-)

Die Auflösung des letzten Ritzel-Rätsels findet Ihr auf Seite 60.

# Radtourenplanung mit dem Programm BaseCamp

**A**bwechslungsreiche Radtouren sollten sorgsam geplant werden. Neben einer zündenden Idee benötigt man unter anderem detailreiches Kartenmaterial. Möchte man während der Radtour nicht immer auf die Karte schauen, ist ein Navigationsgerät sehr hilfreich. Nur wie kommen die geplanten Touren in das Gerät?

Hier könnte das Programm BaseCamp helfen. Die Software ist kostenlos und sowohl für die Windows-Welt wie auch für Apfel-Freunde erhältlich. Zusätzlich gibt es freie Apps für iPhone und iPad. Da BaseCamp von der Firma Garmin entwickelt wurde, arbeitet es sehr gut mit den Garmin-Geräten zusammen. Aber auch für

Nicht-Garmin-Gerätebesitzer ist die Software sehr nützlich.

Das Programm ermöglicht es Ihnen, einen Routenverlauf am Bildschirm zu erstellen und auf ein Navigationsgerät zu überspielen. Sie können aber auch die von ihrem GPS-Gerät oder Smartphone aufgezeichneten Touren anschauen und nachbearbeiten oder die Tourdaten (GPX-Dateien) anderer Anbieter, zum Beispiel den Touren-Fundus des ADFC Unna, nach ihren speziellen Wünschen nutzen und bearbeiten.

Prinzipiell gibt es zwei Möglichkeiten der Tourenplanung. Bei der Verwendung der Route-Funktion geben Sie Start- und

The screenshot shows the BaseCamp software interface. At the top, there is a menu bar with options like 'Geräteübertragung', 'Assistenten', 'Aktivität', 'Kartenfunktionen', 'Erstellungswerkzeuge', 'Übersichtskarte', and 'Benachrichtigungen'. Below the menu bar, there are several sidebars and a main map area. The left sidebar is titled 'Meine Garmin-Geräte' and lists 'Werner Wuelfing: Cloud-Daten', 'GPSMAP 62stc (GARMIN)', 'NO NAME', and 'Karten'. Below this is 'Auf meinem Computer' with 'Meine Sammlung' containing folders for 'Touren 2013', 'Touren 2014', 'Touren 2015', 'Sammlung', and 'Ungelistete Daten'. The bottom left sidebar shows 'Werner Wuelfing: Cloud-Daten' with a list of tours: 'Unter Bauern - Tour des Erinnerens', 'Westfälische Salzweiden', and 'Wülfing-Museum'. The main map area displays a detailed map with a red route and blue dashed lines. A scale bar indicates 3 km. At the bottom, there is a status bar with the text: '3 Tracks, Gesamtlänge: 216 km, insgesamt verstrichene Zeit: 117 Tage 17:27:04, Anstieg gesamt: 298 m, Abstieg gesamt: 301 m, Link, '.

Zielort an. Den Rest erledigt das Programm automatisch. Hier ist es wichtig, dem Computer mitzuteilen, dass man als Fahrradfahrer und nicht als Autofahrer oder Fußgänger unterwegs sein möchte. Je nach Kartenmaterial sucht der Rechner die besten Routen. Oft ist es notwendig, Zwischenziele zu definieren, um den gewünschten Tourverlauf zu erhalten.

Bei Verwendung der Track-Funktion legen Sie Punkt für Punkt den Verlauf ihrer Tour selbst fest. Der Vorteil ist, dass die Route sehr individuell ausgestaltet werden kann und auch Wege genutzt werden können, die die Karte nicht kennt.

BaseCamp kann unterschiedliche Karten verwalten. Während der Tourplanung kann man zwischen den einzelnen Karten hin- und her wechseln. Interessant sind auch die kostenlosen Karten von Open-

streetmap (OSM). OSM bietet den Vorteil, dass die Karten sehr aktuell und detailreich sind. Auch gibt es spezielle Karten für unterschiedliche Nutzergruppen, so auch für Radfahrer.

Garmin bietet zur Vernetzung von Computer, Tablet und Smartphone eine eigene kostenlose Cloud an. Hierzu ist eine einmalige Anmeldung bei Garmin erforderlich. Alle Tracks, Routen und Waypoints können hier gelagert und ausgetauscht werden.

Die Software ist nicht in allen Bereichen intuitiv zu bedienen. Allerdings kann man sich relativ schnell einarbeiten. Die eingebaute Hilfe ist hier sehr nützlich. Ebenso bietet das Programm eine Verlinkung auf eine Fülle an Videotutorials

*Werner Wülfing*

1. Beides erhält man während der Fahrradberatungszeit jeden Dienstag von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr in der ADFC Kreisgeschäftsstelle im Umweltberatungszentrum Unna.
2. Download: [www.garmin.com/de-DE/shop/downloads/basecamp](http://www.garmin.com/de-DE/shop/downloads/basecamp)
3. Tourendaten zum Nachfahren findet man beim ADFC Unna: [www.adfc-unna.de](http://www.adfc-unna.de)
4. Karten: [wiki.openstreetmap.org/wiki/DE:OSM\\_Map\\_On\\_Garmin/Download](http://wiki.openstreetmap.org/wiki/DE:OSM_Map_On_Garmin/Download)

## App zur Anzeige von Koordinaten

Im Frühjahr 2012 hat **FahrRad** berichtet, dass die Rettungsleitstelle Unna bei Unfällen in abgelegenen Gebieten den Einsatzort über geographische Koordinaten lokalisieren kann. Die Displays von GPS-Geräten können entsprechend so eingestellt werden, dass immer die Koordinaten mit angezeigt werden.

Der Trend zum Smartphone ist ungebrochen und die meisten Geräte haben einen GPS-Chip integriert. Nur – Koordinaten zeigt der nicht an, lediglich den

Standort etwa auf der Google-Maps Karte. Die kostenlose, werbefreie und flüssig laufende Android-App „**GPS Test**“ schafft hier einfache Abhilfe. Damit ist im Notfall eine exakte Standortangabe möglich.

Es wird nur das GPS-Signal benötigt. Die App funktioniert unabhängig von den Handynetzen, verbraucht keine Datenkontingente und verzichtet auf alle unnötigen Berechtigungen abseits des Zugriffs auf die Standortdienste. Wichtig: Dies ist kein Navigationsprogramm, es werden lediglich die Informationen des GPS-Chips wie Standort, Fahrtrichtung und Geschwindigkeit dargestellt.

*Peter Böhm*

Lat  
N 51°40'06.432"  
E 007°39'01.068"

# Baikal. Der Osten ruft.

## 20.000 Kilometer lockende Ost-Erfahrung

Nicola Haardt selber fährt Sehnsucht. Das gibt dem Nacherleben auf gut 300 Seiten erwärmenden Rückenwind. Sie erklärt nicht, sie schildert Erfahrenes. Sie versucht sich nicht als Russlandversteherin, sie bringt Weiten und Widersprüche näher.

Bochum, Berlin, Polen, Ostsee, Kaliningrad, Litauen, Lettland, Russland vor allem hinter dem Ural, Sibirien, Baikal, Kasachstan, Kirgisistan, Usbekistan, Russland, Ukraine inklusive Krim, Polen, Brandenburg, Recklinghausen, Bochum... 554 Tage, von März 2005 bis September 2006. Winter, Berge, Sandsturm. Das ist eigentlich zu viel zu erzählen. Sie selbst spürt den vollen Speicher auf den letzten Etappen.

Vorher gelingt es ihr trefflich, uns ihre Wegegefühlslagen mitfühlen zu lassen. Unsicherheiten und Ängste als Alleinreisende vor dem riesigen Ziel. Dann die mit den Kilometern wachsende Selbstsicherheit, die durch freundliche Neugier kräftig gefüttert wird. Unglaublich die Zahl und Art der Einladungen zu Tee und interessanteren Getränken, vielfältigem Essen, Beherbergungen und Kulturerleben. Das Großartigste am Buch ist für mich die Vielschichtigkeit der kleinen Begegnungen und Ereignisse wie der stabile Kochgenuss auf Kuhfladen, selbst den Hundeschaschlikgeschmack teilt sie uns mit.

Diese Spezialität der auch in Zentralasien wohnenden Koreaner ist ein Einblick unter vielen in Begegnungen Nicola Haardts mit unterschiedlichsten nationalen Minderheiten, die mehr oder minder vorurteilvoll oder respektvoll in den meist

einsamen Weiten der ehemaligen Sowjetunion ihre Schicksale meistern. Unterwegs trifft sie viele seltsame „Unternehmer“. Ein Arzt ist stolz auf Selbstständigkeit als LKW-Fahrer. Viele versuchen den Handel mit irgendwas.

Die alleinreisende Radlerin erlebt kaum Übergriffe, bekommt aber allerhand männliche Bewunderung und diverse Angebote, zum Beispiel als Drittfrau in Usbekistan ihren Lebensweg fortzusetzen. Meist ist die Neugierde aber gegenseitig bestaunend. So bewundern viele Gastgeber Wanjuscha – Nicola Haardt hat ihr Rad am Baikal mit dem Kosenamen von Iwan-Wanja benannt.

Die Fernostradlerin schläft in der Regel in freier Landschaft im eigenen Zelt. Aber sicherlich fünfzigmal wird sie spontan herzlich eingeladen. In Jurte, Einraumfamilienwohnung bis hin zur frei überlassenen Großraumwohnung nächtigt die Radlerin regionaltypisch mit Familienanschluss, meist mit Über-Vollverpflegung und oft mit gemeinschaftlicher Banjanutzung (saunaähnliche Schwitzhütte). Neugierig macht sie auf gastfreundliche Gastgeber des „Hospitalityclubs“, die Schlafgelegenheiten und Ortskenntnis international anbieten.

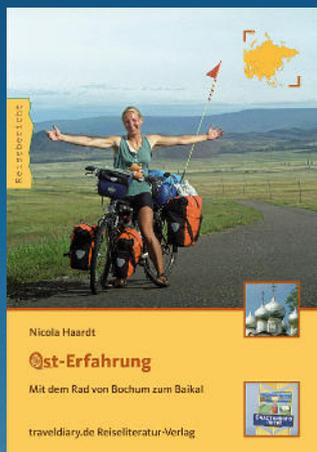
Das Fehlen von politischen Einschätzungen ist eher angenehm. Bei den Schilderungen der Vorkriegsquerung Krim-Ukraine überkommt den Leser Traurigkeit. Die Erlebnisse der „Staatsautorität“ bei Meldegängen und Grenzübertritten sind erwartbar, auch angesichts des recht staatsarmen Alltags in den fern Weiten. Überraschender ist bei der

Lektüre, wie viel vorsowjetische Wurzeln wieder bunt austreiben.

Die Buntheitserfahrungen von Nicola Haardt bewegen Herz und Hirn von RaderInnen. Aber Obacht: Aufbruchstimmung und Fernweh haben Risiken und Nebenwirkungen. Der Baikalsee ist weit! Doch enthalten die „Osterfahrten“ vielleicht auch Haltungstipps für Entdeckungsreisen in die Tiefen der nahen ...

*Hermann Strahl*

(Er beradelt vor Jahren eine Woche Russisch-Ostpreußen. In vorgebuchten Quartieren, ohne Russisch-Kenntnisse und als Paar fühlte er sich dort fremd.)



Nicola Haardt: **Ost-Erfahrung**,  
traveldiary.de, Hamburg, 312 S., 2015,  
16,80 €, ISBN 978-3-944365-64-0



BEI UNS BEKOMMEN SIE  
ZU JEDER TOUR  
DEN PASSENDEN FÜHRER

MAGDALENENSTR. 2 · 59368 WERNE  
TELEFON 0 23 89 / 25 26 · TELEFAX 0 23 89 / 53 46 65  
INFO@BUECHER-BECKMANN.DE · WWW.BUECHER-BECKMANN.DE

## Gute Noten für FahrRad

Liebe **FahrRad**-Leserinnen und Leser, in unserer letzten Ausgabe baten wir Sie, sich an einer Umfrage zu Inhalt und Aussehen unserer **FahrRad**-Zeitung zu beteiligen. Erfreulich viele haben ihre Meinung geäußert. Ein hochwertiges Fahrradschloss der Firma Abus hat gewonnen Dorothea Weischer aus Werne. Herzlichen Glückwunsch!

Offenbar sind wir auf dem richtigen Weg. Die Macher von **FahrRad** freuen sich über die Gesamtnote 1,5 (Schulnote). Eine solch gute Beurteilung hatten wir nicht erwartet.

Von allen Umfrageteilnehmern gaben 69,2% an, dass sie die Radnachrichten aus den ADFC Gliederungen und die Seiten Touren & Termine lesen. Diese Aussage ist besonders wichtig, da überlegt wurde, ob Termine nicht überflüssig sind, da sie doch schon in den Jahresfoldern und im Internet abgedruckt sind. 61,5% aller Teilnehmer lasen die Reiseberichte. Beides wird auch weiterhin ein Schwerpunkt unserer Arbeit sein.

Unsere Kinder- und Jugendseiten wurden am wenigsten gelesen. Trotzdem wollen wir auf diese Seiten auch in Zukunft nicht verzichten, da wir eine Verjüngung der Leserschaft ausdrücklich wünschen.

**FahrRad** ist nicht nur ein Printmedium. Mittlerweile lesen schon 22% aller Teilnehmer **FahrRad** im Internet. Im **FahrRad**-Archiv können Sie zusätzlich unsere älteren Ausgaben anschauen.

Wir erhielten von Ihnen wichtige Anregungen. So sei Rudis-

Ritzel-Rätsel oftmals zu schwer. Vielen Dank! Wir wunderten uns schon, warum wir so wenig Rückläufe erhielten. Weitere Leser forderten mehr technische Artikel. Wir kommen dem in dieser Ausgabe nach und informieren in einem Hauptartikel über Pedelecs und E-Bikes. Ein weiterer Hinweisgeber meinte, dass schöne Tourenziele für Radausflüge vorgestellt werden sollten. Dies wollen wir in dieser (Seite 31 ff.) und in den kommenden Ausgaben gerne tun.

An dieser Stelle möchten wir Sie um weitere Hilfe bitten! Teilen Sie uns die besten Tourenziele im Kreis mit! Mailen Sie uns drängende technische Fragen! Schicken Sie uns die schönsten Fahrradbilder! Neben Ihren Anregungen benötigen wir Personen, die gerne bei der Erstellung unserer Zeitung helfen. Texter, Layouter, Werbefachleute ... kommt in Scharen!

Sie erreichen uns unter der E-Mail-Adresse [fahrrad@adfc-unna.de](mailto:fahrrad@adfc-unna.de)





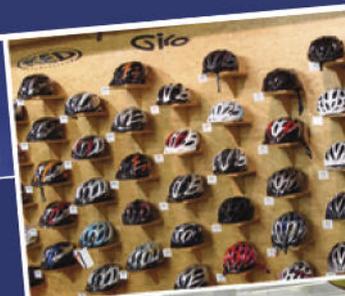
Massener Hellweg 23  
59427 Unna

Tel.: 02303/51948  
info@megabike-unna.de

# MEGABIKE

**Ihr Fahrradspezialist  
in Unna-Massen**

**Gute Beratung  
Gute Preise  
Guter Service**



[www.megabike.de](http://www.megabike.de)



Montag - Freitag  
9.30 - 13.00 Uhr

Montag - Freitag  
15.00 - 18.30 Uhr

Samstag  
9.30 - 13.00 Uhr



## 10 gute Gründe Mitglied im ADFC zu sein

### ADFC-Mitglieder

- ▶ sind als Radfahrer, Fußgänger und Benutzer öffentlicher Verkehrsmittel haftpflichtversichert und rechtsschutzversichert.
- ▶ erhalten sechsmal im Jahr das bundesweit erscheinende ADFC-Magazin „Radwelt“ mit aktuellen Nachrichten und Tipps rund ums Fahrrad
- ▶ können bei vielen Kooperationspartnern vergünstigte Preise genießen (z.B. Strom von Entega, Call a bike der DB, Car-Sharing „Flinkster“, MeinFernbus FlixBus, VSF-Fahrradwartung)
- ▶ haben Gelegenheit, im Kreise Gleichgesinnter interessante und vielseitige kostenlose Radtouren zu unternehmen
- ▶ können an kostenlosen ADFC-Seminaren (z.B. GPS-Routing, Tourenplanung, Erste Hilfe etc) oder auch Vortragsveranstaltungen teilnehmen
- ▶ erhalten 500 Freikilometer pro Jahr im ADFC-Tourenportal
- ▶ können die Leistungen unserer europäischen Partnerorganisationen in Anspruch nehmen
- ▶ können sich in allen Fahrradangelegenheiten kostenlos in der ADFC-Geschäftsstelle in Unna oder bei den örtlichen ADFC-Stammtischen beraten lassen
- ▶ können sich für die Fahrradfreundlichkeit ihrer Heimatstadt einsetzen
- ▶ stärken durch Ihren Mitgliedsbeitrag die Fahrrad-Lobby und unterstützen den Einsatz der Ehrenamtlichen im ADFC für das umweltfreundliche Verkehrsmittel Fahrrad

**Herausgeber**

ADFC Kreisverband Unna  
Umweltberatungszentrum  
Rathausplatz 21, 59423 Unna

**Redaktion:**

Dr. Andreas Abels, Helmut Lücke,  
Werner Wülfing V.i.S.d.P.

FahrRad@adfc-unna.de

**Layout:** Andreas Abels

**Lektorat:** Helmut Lücke

**Anzeigen:** Uwe Schmidt

Friedhelm Bettermann

**Internet:** www.adfc-fahrrad.de

**Auflage:** 6000

**Bildnachweis:**

Titel: © www.pd-f.de / r-m  
S. 3 links: © Kasper Tyre,  
copenhagenmediacenter.com  
S. 4 links: © samott - Fotolia.com  
S. 5: © www.pd-f.de / biketec  
S. 6: © www.pd-f.de / Mathias Kutt  
S. 7: © GAADI Bicycle Tube GmbH  
S. 8 unten: © www.pd-f.de / ad.lipsX / haibike  
S. 20: © alphabetMN - Fotolia.com  
S. 21: © bluedesign - Fotolia.com  
S. 58: © tuayai - Fotolia.com  
S. 70: © AndrewDressel / Wikimedia  
S. 71+72: © www.pd-f.de / Kay Tkatzik



**adfc**  
Allgemeiner Deutscher  
Fahrrad-Club



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](mailto:mitglieder@adfc.de)

**Beitritt**  
auch auf [www.adfc.de](http://www.adfc.de)

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Geburtsjahr Beruf (freiwillig)

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

**Familien-/Haushaltsmitglieder:**

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

D E

IBAN

BIC

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

**Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.**

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

**Einzelmitglied**

ab 27 J. (46 €)

18–26 J. (29 €)

**Familien-/Haushalts-  
mitgliedschaft**

ab 27 J. (58 €)

18–26 J. (29 €)

**Jugendmitglied**

unter 18 J. (16 €)

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

**Zusätzliche jährliche Spende:**

€

Datum

Unterschrift

# Einradfahren nicht totzukriegen

## Freizeitsport für Klein und Groß

Zu den Trendsportgeräten kann man Einräder 2015 nicht zählen. Wenn du heute cool sein willst, hast du dein Waveboard dabei und nutzt in der Freizeit oder auf dem Weg zur Schule jede Gelegenheit, eine Fortbewegung auf zwei Beinen zu vermeiden.

Es waren die 80er Jahre, in denen die Einräder groß in Mode kamen, ihnen folgten Inlineskates, Mikroscooter, Skateboards, heute Waveboards und anderes mehr mit manch geheimnisvollen Namen. Doch das Einrad ist nicht tot, nur liegt es im Moment vielleicht mit einem Platten im Keller.

In der Grundschulzeit haben manche Kinder ein bisschen oder sogar richtig fahren gelernt und sind in der Zwischenzeit auf andere Gedanken gekommen. Aktiv sind zur Zeit tatsächlich mehr EinradfahrerInnen, als man glaubt. In Deutschland haben sich etwa 80 Einrad-sportgruppen zur Einrad Community Get UNiFiED zusammengeschlossen, darunter die Einradsportgruppe des RSV Dortmund. In Vereinen wird trainiert, werden Fahrten unternommen und wird die Gemeinschaft gepflegt. Weltmeisterschaften finden regelmäßig alle 2 Jahre statt. Bei öffentlichen Veranstaltungen wird immer wieder Einradfahren als Attraktion angeboten. So hat die Stadt Lünen Einradfahren im Programm ihres Drahteselmarktes am 25. April 2015. Auf einem Parcours des Streetwork-Teams Lünen soll jedermann seine Geschicklichkeit und Balance testen können.



### Das Sportgerät:

Ein Einrad ist ein Sportgerät, das besonders viel Spaß macht, wenn man es beherrscht. Aber auch zu lernen, wie man immer besser Gleichgewicht hält, macht Spaß. Es kostet nur einen Bruchteil eines normalen Fahrrads und man kann das Fahren erlernen, wo nur ein paar Meter Platz sind.

Wie lange dauert es, bis man es kann? Ganz verschieden! Naturtalente brauchen eine Woche, was aber nicht die Regel ist. Ein bisschen Geduld mit sich selbst muss man schon mitbringen. Schon Grundschul Kinder sind zu erstaunlichen Leistungen fähig und Erwachsene ebenso. Ein 20-Zoll-Einrad eignet sich zum Lernen und vergnüglichen Fahren für Kinder und Erwachsene gleichermaßen, es ist nicht schwer, beweglich und reagiert schnell auf Bewegungen des Körpers.

### Vorsichtsmaßnahmen:

Ein paar Vorsichtsmaßnahmen sollten getroffen werden. Der Umfang hängt von Geschicklichkeit und Zutrauen der Fahrerinnen und Fahrer ab, vom Schwierigkeitsgrad der Fahrweise und vom Übungsplatz. In keinem Fall darf das Einrad irgendwo scharfe Kanten oder spitze Schrauben haben, an denen man sich die Finger oder Beine aufreißen kann. Handschuhe schützen beim Festhalten oder Auffangen des Einrades und beim Abstützen an der Wand oder bei einem Sturz. Schienbein- und Ellbogenschützer können Sicherheit

geben. Helme sind nötig bei großer Unsicherheit, in schwierigem Gelände oder bei Wettkämpfen. Im Normalfall bleiben die Geschwindigkeiten gering, die Fallhöhe ist niedrig. Wenn etwas passiert, sind meistens die Gelenke betroffen. Am Übungsort dürfen keine Scherben herumliegen oder scharfkantige Gegenstände, Ecken oder Vorsprünge sein, an denen man sich Kratzer oder blaue Flecken holen könnte. Ein wegspringendes Einrad kann Macken an umgebenden Gegenständen verursachen. Schwarze Reifen hinterlassen Spuren auf hellen Böden. Eine weiche Radlerhose macht das Sitzen auf dem Bananensattel angenehmer.

### Die Herausforderung:

Nicht umfallen mit dem Einrad gelingt, wenn man es schafft, das Rad immer unter seinem Körperschwerpunkt zu halten. Das geschieht durch Druck auf das vordere und (!) hintere Pedal und Schwerpunktverlagerung des Körpers. Physikalisch handelt es sich bei dem Einrad um ein inversives (umgekehrtes) Pendel. Die Achse dieses Pendels bewegt sich auf einer Ebene unterhalb des Pendelarms und sucht immer den Punkt, der sich lotrecht unter dem Schwerpunkt befindet. Die dabei entstehenden Pendelbewegungen führen zu einem beweglichen Gleichgewicht.

Moderne „Segways“, Roller mit einer Achse und zwei gegenüber liegenden, an beiden Seiten eines Trittbretts befestigten Rädern, funktionieren ähnlich wie Einräder. Der mit beiden Beinen auf einem Trittbrett stehende Rollerfahrer steuert durch Gewichtsverlagerung seines Körpers und würde unweigerlich umfallen,

wenn das Trittbrett nicht ständig durch einen elektronischen Regelungsmechanismus unter seinen Körperschwerpunkt gebracht würde.

Einzigartig bleibt das Einrad durch die Fortbewegung auf einer Achse, die nur in einem Punkt die Erde berührt. So unterscheidet es sich von vielen Trendsportgeräten und macht es langlebig und interessant. Auf einem einzigen Rad sitzend nicht umzufallen verschafft dem neugierigen Selbsterfahrer ein aufregendes Fahrgefühl und bleibt für den Zuschauer faszinierend.

### Die Praxis:

#### • Aufsitzen & Pendeln mit Abstützen

Du hältst dich mit einer Hand an einem Türrahmen oder anderen Stütze fest, bringst ein Pedal in die tiefste Position und steigst auf das Einrad. Bewege es ein wenig nach vorn, dass beide Füße auf gleicher Höhe sind und fahre das Rad mit leicht unterschiedlicher Kraft auf beiden Pedalen wenige Zentimeter vor und zurück. Du pendelst, sitzt aufrecht, machst ein freundliches Gesicht und schaut nach vorn.



Absitzen, umdrehen und die Übung in entgegengesetzter Richtung wiederholen, du bringst das andere Pedal in die tiefste Position, sitzt auf, stützt dich mit der anderen Hand ab und pendelst in gerader Körperhaltung wie beschrieben.

So trainierst du beide Körperhälften in gleicher Weise und bekommst ein ausgeglichenes Körpergefühl, was für das Gleichgewichthalten sehr wichtig ist. Wenn du dich an das gleichzeitige Belasten beider Pedale gewöhnt hast und du dich auf dem Bananensattel wohlfühlst, geht es weiter.

### • **Fahren mit Abstützen**

Nun brauchst du eine Wand, an der du dich mit einer Hand abstützt und die ersten halben, dann ganzen Umdrehungen und schließlich ein paar Meter langsam entlang fährst. Vorwärts und rückwärts, damit du schon zu Anfang ein Gefühl für späteres freies Rückwärtsfahren entwickelst. Du kannst dich auch auf dem Arm eines Helfers, der neben dir her geht abstützen, aber immer nur mit einer Hand. Der andere wird frei zur Seite ge-

streckt. Wichtig: Der Helfer darf dich nicht festhalten. Umdrehen, das ganze verkehrt herum und mit der anderen Hand abstützen. Drehe die Pedale langsam und gleichmäßig und belaste immer auch das hintere Pedal. Mehr Körpergewicht soll auf die Pedale wirken als auf den Sattel. Gerade sitzen und nicht nach vorne lehnen!

### • **Fahren ohne Abstützen**

Nun darfst du die Wand nur noch als Aufstiegshilfe benutzen. Du entfernst dich von der Wand, weil beide Arme zum Balancieren Platz haben sollen und du ein Gefühl für deine Körpermitte bekommen musst. Male mit Kreide einen Kreis auf den Boden, den du erreichen willst, und markiere mit Strichen die Fortschritte, wie weit du gekommen bist. Unweigerlich wirst du deinem Kreis immer näher kommen und ihn erreichen. Die ersten paar Meter sind die schwierigsten, dann machst du aus 2 m schnell 20 m. Pausen machen oder sich sagen „Morgen ist auch noch ein Tag“ ist sehr vernünftig, denn wenn man müde wird, lässt die notwendige Konzentration nach. Wenn dir dein Einrad wegrutscht, versuche anfangs nicht, es aufzufangen, sondern denke beim Abspringen nur daran, auf beiden Füßen zu landen, dann wirst du dir keine blauen Flecke holen. Das Einrad ist so gebaut, dass es nicht kaputt geht. Erst nach einer Weile lernst du, es geschickt festzuhalten. Ausgangspunkt des Fahrens ist die Pendelstellung mit Abstützen. Gerade sitzend lässt du die Wand los, lässt dich wie ein Pendelarm ein wenig nach vorne fallen und bringst das Einrad langsam durch Gewicht auf beide Pedale zum Fahren und „ziehst es immer ein bisschen hinter dir her“, denn es darf deinen Körperschwerpunkt nicht überholen.





### • Kurven und gerade Linie

Jedes Fahren ist genau genommen Kurvenfahren. Man fährt Kurven automatisch, um das Gleichgewicht zu halten. Mal sind sie größer, mal kleiner. Schau in die Richtung, in die du willst, und das Einrad wird deinem Blick folgen. Engere Kurven brauchen eine angepasste Drehung des Oberkörpers. Bau dir mit Klötzchen einen kleinen Slalom auf und verringere den Abstand der Klötze allmählich.

Auf einer geraden Linie fahren ist eine fortgeschrittene Aufgabe und umso schwieriger, je langsamer du fährst. Ziehe eine Linie und versuche nicht davon abzuweichen. Könnern fahren sie mit angelehnten Armen und ganz langsam. So wird der Stopp aus dem Vorwärtsfahren und die Umkehr ins Rückwärtsfahren vorbereitet.

### • Windmühle

Ein erstes, gar nicht so schwieriges, aber eindrucksvolles Kunststück zu zweit macht besonders viel Spaß. Zwei Mutige fahren aufeinander zu, ergreifen die Hand des anderen, halten sie sich fest und dre-

hen miteinander im Kreis wie die Flügel einer Windmühle. Auf Zuruf lassen sie sich los und fahren in entgegengesetzten Richtungen weiter. Das Loslassen der Hände ist der wackligste Moment. Im Kreis stabilisieren sie sich gegenseitig.

### • Aufsitzen ohne Abstützen

Vorübergehend verringere die Sattelhöhe möglichst so weit, dass du im Sitzen mit den Füßen beinahe den Boden erreichst.

Vorübung 1: Du setzt den linken Fuß auf das untere Pedal in tiefster Stellung, nimmst mit der linken Hand den Sattel zwischen die Beine, der rechte Arm ist zur Seite gestreckt. Dann stößt du dich mit dem anderen Fuß ab, trittst mit diesem kurz auf das obere Pedal und setzt ihn wieder an derselben Stelle ab, wo du dich mit ihm abgedrückt hast. Dasselbe mit vertauschten Füßen und Händen.

Vorübung 2: Aufsitzen mit mehr Vorwärtsschwung, der zweite Fuß erreicht einen Moment das obere Pedal, du übersteigst das Einrad und setzt den Fuß auf der anderen Seite ab, ohne nach links oder rechts zu wanken. Füße und Hände wechseln.



Aufsitzen und Fahren: Nun dosiere den Aufstiegschwung so, dass du nur mit ganz wenig Vorwärtsschwung im Sattel sitzt, lass das Rad ein paar Zentimeter alleine rollen, damit das obere Pedal schräg steht, strecke auch den zweiten Arm zur Seite aus und übe langsam und gleichmäßig Druck auf beide Pedale aus. Du beginnst zu fahren. Übe den freien Aufstieg auch mit vertauschten Füßen und Händen. Wenn er nicht gleich gelingt, Geduld! Mach etwas anderes und versuche es beim nächsten Mal wieder. Überlege, was du vielleicht anders machen könntest.

## • Rückwärts fahren

Da die Kurbeln des Einrades fest mit der Nabe verbunden sind, kannst du im Gegensatz zum normalen Zweirad mit Freilauf auch rückwärts fahren. Suche dir einen Übungsplatz, wo du dich links und rechts abstützen kannst, zum Beispiel einen engen Flur, und gewinne ein Gefühl dafür, wie es ist, wenn du auf das hintere Pedal mehr Druck ausübst als auf das vordere. Lass deine Stützen kurzzeitig los und probiere freihändig erst eine halbe, dann eine ganze Umdrehung rückwärts. Langsam wirst du Sicherheit gewinnen und du kannst es von einer Stütze ausgehend im freien Raum versuchen. Schaffst du 2m, schaffst du auch 20m, genau wie beim Vorwärtsfahren. Den freien Aufstieg zum Rückwärtsfahren soll-

test du ebenfalls probieren, mal mit dem linken, mal mit dem rechten Fuß.

Aus dem Vorwärtsfahren ins Rückwärtsfahren zu wechseln und umgekehrt oder das freie Pendeln auf der Stelle können deine nächsten sportlichen Ziele sein.

## Anschauungsmaterial und Anleitungen:

Im Netz gibt es zahlreiche Clips, die zeigen, was alles möglich ist und wie man's macht. Abgucken ist nicht verkehrt, sich Bewegungsabläufe erklären können hilfreich, aber letztlich muss man sich selbst auf das Sportgerät setzen und ausprobieren. Es gibt nichts Gutes, außer man tut es. Nach diesem Motto haben sich viele das Einradfahren auch ganz alleine beigebracht. Viel Spaß dabei und Hals- und Beinbruch!

*Helmut Lücke*



*Einradtrio mit Lea, Tokessa und Christin*

Empfehlenswert für Anfänger das Tutorial „Einrad fahren lernen leicht gemacht“ von David Weichenberger, [www.Einradfreak/Einradfahrenlernen.de](http://www.Einradfreak/Einradfahrenlernen.de), und für detailliertere Einblicke in die Materie das ausgezeichnete Buch „Basics und erste Tricks“ von Andreas Anders-Wilkens, 2006, Meyer&Meyer Verlag, Informationen, Erläuterungen und Anregungen.

# Tallbikes, Eifelräder und Lamplighter-Bikes

Radfahren in schwindelerregender Höhe hat eine lange Geschichte. Sie reicht bis ins 19. Jahrhundert. In dieser Zeit wurden die Straßenlaternen noch mit Gas und nicht wie heute mit Strom betrieben. Jede größere Stadt hatte damals ein eigenes Gaswerk, in dem aus Kohle oder Holz durch Erwärmen Stadtgas gewonnen wurde.

Jeden Abend musste der Lampenanzünder mit hohen Leitern oder langen Stangen durch die ganze Stadt gehen und jede einzelne Gaslaterne anzünden. In den Morgenstunden mussten alle Laternen wieder gelöscht werden. Dies war sehr beschwerlich.

Damit die Gaslaternenanzünder ihre Arbeit schneller verrichten konnten, konstruierte man Fahrräder, auf dem der Fahrer in Lampenhöhe saß. So kam er schneller von Laterne zu Laterne und ersparte sich das Hinaufsteigen auf einer Leiter. Man nannte diese Räder „**Lamp-lighter Bikes**“, was man mit "Gaslaternenanzünder-Fahrrad" übersetzen kann.

Manchmal findet man in der Literatur auch den Begriff **Eifelrad**. In englischer Sprache heißt es „Eiffel Tower Cycle“. Die Verbindung zum Eiffelturm ist nicht zu übersehen – sehr hoch und aus Stahl.

Heutzutage werden die Lampen elektrisch betrieben und automatisch an- und ausgeschaltet. **Tallbikes** werden nur noch zum Spaß in Bikekitchen oder Selbsthilfswerkstätten gebaut. Auch die Schülerinnen und Schüler der Fahrrad AG der Peter-Weiss-Gesamtschule haben ein solches Hochrad hergestellt (Bild links). Benötigt wurden zwei ausrangierte Fahrräder aus Stahl mit gleicher Rahmengröße und ein Vater, der schweißen konnte.

Wenn ihr selbst ein Eifelrad bauen wollt, findet ihr eine Bauanleitung bei der Bikekitchen Augsburg oder auf den Internetseiten des ADFC Unna [kv.adfc-unna.de](http://kv.adfc-unna.de). Hier findet ihr auch einige Videofilme zum Thema Tallbike.

Keine Angst! Tallbike-Fahren ist einfacher als ihr denkt und außerdem nicht verboten, sofern die gesetzlichen Mindestanforderungen erfüllt sind (Beleuchtung und zwei Bremsen ...). Eine Zulassungspflicht und eine Versicherungspflicht besteht nicht.

Das höchste fahrbare Tallbike entstand im Jahr 2013 in Los Angeles. Es hat eine Sattelhöhe von 4,42 m und wurde ins Guinness Buch der Rekorde eingetragen.

Werner Wülfing



▲  
Lamp-lighter-Bike

▼  
Eifelrad



# ZM MÖLLMANN

Zweiradhaus über 100 Jahre in Lünen



- Fahrräder
- Meisterwerkstatt
- Probefahrt möglich
- E-Bikes/Pedelecs
- Ersatzteile
- Hol- und Bring-Service



44534 Lünen  
Borker Str. 91  
Telefon (0 23 06) 5 16 80  
Telefax (0 23 06) 74 04 37

Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag durchgehend  
von 9.00 bis 18.30 Uhr  
Samstag von 9.00 bis 13.00 Uhr

[info@zweiradhaus-moellmann.de](mailto:info@zweiradhaus-moellmann.de) [www.zweiradhaus-moellmann.de](http://www.zweiradhaus-moellmann.de)