

22. Juli 2020

## Veranstaltungen des ADFC München im August

Technikkurse – Codierung – Fahrsicherheitstrainings – E-Bike-Schnuppertouren – Radtouren – Öffentliche Arbeitsgruppen & Radlertreffs

Für alle ADFC-Veranstaltungen gibt es individuelle Hygienekonzepte und Teilnahmebegrenzungen. Dabei gelten die derzeitigen Abstandsregeln und Vorschriften zum Tragen eines Mund-Nase-Schutzes. Für alle Aktionen, Kurse und Radtouren müssen sich die Teilnehmer:innen vorab telefonisch, online oder per E-Mail anmelden.

### Fahrradtechnik-Kurse

**Samstag, 1. August, 10:00-13:00 Uhr, Ich mach' das schon – Pannenhilfe für Mütter und Töchter**

Dieser Kurs wendet sich ausschließlich an Schülerinnen von ca. 11-16 Jahren und deren Mütter. Um sich bei kleinen Pannen selbst zu helfen, ist oft nur wenig Werkzeug und Material nötig. Die ADFC-Technikerin zeigt die notwendigen Handgriffe, wenn zum Beispiel die Kette abgesprungen ist, der Reifen einen Platten hat oder die Bremse schleift. Diese Pannen werden gemeinsam in der Werkstatt am Übungsrad behoben. Außerdem gibt die Expertin Tipps zur gesunden Sitzhaltung und Empfehlungen für die Wahl des nächst(größer)en Fahrrades.

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

**Anmeldung:** telefonisch unter 77 34 29

**Teilnahmegebühren:** 15,00 € (Rabatt für ADFC-Mitglieder)

**Weitere Infos:** [www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/technik](http://www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/technik)

**Dienstag, 11. August, 18:00-21:00 Uhr, Grundkurs – Fahrräder mit Kettenschaltung**

**Dienstag, 18. August, 18:00-21:00 Uhr, Grundkurs – Fahrräder mit Kettenschaltung**

ADFC-Experten vermitteln Basiswissen zur Fahrradtechnik, damit die Teilnehmer kleinere Probleme rund ums Fahrrad selbst beheben können. Sie erfahren, welche Werkzeuge und Ersatzteile sinnvoll sind und wie sie diese richtig anwenden. Die Teilnehmer bauen Laufräder aus und wieder ein, beheben Reifenpannen und lernen, Probleme mit der Kette zu meistern. Zusätzlich gibt es Tipps zur Fahrradpflege.

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

**Anmeldung:** telefonisch unter 77 34 29

**Teilnahmegebühren:** 15,00 € (Rabatt für ADFC-Mitglieder)

**Weitere Infos:** [www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/technik](http://www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/technik)

### Fahrrad-Codierung zur Diebstahlprävention

**Mittwoch, 5. August, 16:30-20:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4,

Terminreservierung notwendig

**Samstag, 22. August, 10:00-14:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4,

Terminreservierung notwendig

Bei der Fahrradcodierung wird ein persönlicher Code nach einem polizeilich anerkannten System generiert und in den Fahrradrahmen eingeprägt. Über diesen Code kann der rechtmäßige Eigentümer aufgefundener Fahrräder ermittelt werden.

**Alle Infos und Anmeldung:** telefonisch unter 089-77 34 29 oder online unter

[www.adfc-muenchen.de/service/fahrradcodierung](http://www.adfc-muenchen.de/service/fahrradcodierung)

**Kosten:** 15,00 Euro (ADFC-Mitglieder 8,00 Euro).

## **Fahrsicherheitstrainings**

### **Grundkurs: Fahr sicher und souverän**

**Samstag, 8. August, 14:00-17:00 Uhr, Treffpunkt :** Ecke Tierparkstr./Schäftlarnstr./U3 Thalkirchen, (Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Samstag, 22. August).

In lockerer Atmosphäre gewinnen die Teilnehmenden wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem Fahrrad, zum sicheren Bremsen und richtigen Schalten sowie zum Verhalten in Kurven und auf Gefällstrecken. Dieses Wissen verhilft ihnen zur besseren Beherrschung ihres Fahrrades auch in kritischen Situationen. Der Kurs ist besonders auch für Fahrer:innen von Pedelecs geeignet.

**Teilnehmerzahl:** maximal 10

**Teilnahmegebühren:** 24,00 € (ADFC-Mitglieder 12,00 €)

**Alle Infos und Anmeldung:** <https://www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/fahrsicherheitstraining-fuer-pedelecs-und-fahraeder/>

### **Aufbaukurs: Sicheres Radfahren auch auf Schotterwegen**

**Freitag, 14. August, 15:00-19:00 Uhr, Treffpunkt :** Ecke Tierparkstr./Schäftlarnstr./U3 Thalkirchen, (Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Freitag, 21. August).

In dem Kurs können Radfahrer:innen die Scheu vor Schotterwegen überwinden. Sie erhalten wichtige fahrtechnische Tipps zur Grundhaltung, zum sicheren Bremsen und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken. Die aus der Mountainbike-Fahrtechnik abgeleiteten Kenntnisse verhelfen den Teilnehmenden zu einer besseren Beherrschung von Strecken mit losen oder unebenen Untergründen – auch auf Tourenfahrrädern. Die in diesem Training erlernten Fähigkeiten sind auch geeignet, im Alltagsverkehr das Fahrrad sicher und souverän in kritischen Situationen zu beherrschen. Der Kurs ist auch für Fahrer:innen von Pedelecs geeignet.

**Teilnehmerzahl:** maximal 10

**Teilnahmegebühren:** 32,00 € (ADFC-Mitglieder 16,00 €)

**Alle Infos und Anmeldung::** <https://www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/fahrsicherheitstraining-aufbaukurs/>

## **E-Bike-Schnuppertouren**

**Dienstag, 11. August, 10:00-13:00 Uhr, (Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Dienstag, 18. August).** Dreistündiger Kurs für alle, die das Fahren mit elektrischer Unterstützung einmal erleben wollen oder die für die Anschaffung eines E-Bikes (Pedelec 25) praktische Erfahrung und eine Entscheidungshilfe brauchen. Ein Pedelec kann am Startort gemietet werden. Auf einem 15 km langen Rundkurs werden die Teilnehmer:innen bei mehreren Stopps schrittweise in die Bedienung und das Fahren mit einem E-Bike (Pedelec) eingewiesen. Ziel: Spaß, Beherrschen der Fahrtechnik und grundlegende Erkenntnisse, die bei der Auswahl des passenden Pedelecs helfen.

**Treffpunkt:** folgt bei Anmeldung

**Teilnahmegebühren:** Kurs 10,00 € (ADFC-Mitglieder 5,00 €) + Pedelec-Miete 15,00 €

**Alle Infos:** <https://www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/pedelec-schnuppertouren/>

**Anmeldung:** bis 7 Tage vorher per E-Mail: [radfahrschule-pedelec@adfc-muenchen.de](mailto:radfahrschule-pedelec@adfc-muenchen.de)

**Weitere Termine:** 16.09.2020

## **Tagestouren (Auswahl)**

**Anmeldung:** Die Corona-Schutzmaßnahmen erfordern eine Teilnehmerbegrenzung, daher ist eine Anmeldung im [ADFC-Tourenportal](#) notwendig. Da die Touren derzeit kurzfristiger geplant werden, sind sie erst ca. zwei Wochen vor dem Start verfügbar.

**Teilnahmegebühren für alle Touren:** 3,00-10,00 €, (Rabatt für ADFC-Mitglieder)

**Alle Infos und komplettes Angebot** unter: [www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren](http://www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren)

### [Badetour zum Finsinger Weiher](#)

**Sonntag, 9. August**, 10:30-15:00 Uhr, **Kategorie:** leichte Halbtagestour für Alltagsräder und Pedelec geeignet, **Schwierigkeit:** 1, **Strecke:** 35 km, **Höhenmeter:** 60, **Treffpunkt:** S-Bahnhof Engelschalking.

Nordöstlich des Ismaninger Speichersees befindet sich, etwas versteckt, ein kleiner, schöner Badensee. Ein Kiosk mit Biergarten lädt zu günstigen Speisen und Getränken ein. Der See ist immer noch ein Geheimtipp und deshalb nicht überlaufen. Es lohnt sich, die Badesachen mitzunehmen. Start und Ende der Tour am S-Bahnhof Engelschalking.

Derzeit sind die Planungen für die Radtouren im August noch nicht abgeschlossen.

**Alle verfügbaren Touren gibt's immer aktuell im [ADFC-Tourenportal](#).**

## Öffentliche Arbeitsgruppen & Radlertreffs

### **Radlertreff des ADFC Ottobrunn –**

#### **Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

**Termin:** Montag, 3. August, 18:30 Uhr

**Ort:** Tegernseer Alm, Rathausstr. 10, 85521 Ottobrunn

**Betreuerin:** Tania Campbell

### **Radlertreff des ADFC Unterhaching –**

#### **Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

**Termin:** Mittwoch, 12. August, 18:30 Uhr

**Ort:** Wirtshaus Althaching, Rathausplatz 1, 82008 Unterhaching

**Betreuer:** Christian Sprey

### **Treffen der Arbeitsgruppe Verkehr –**

#### **Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

**Termin:** Dienstag, 25. August, 19 Uhr

**Ort:** Online/ADFC München, Platenstr. 4, 80336 München

**Betreuer:** Eckhart Groh

### **Hinweis für Redaktionen**

Bildmaterial finden Sie im Anhang, Bildquelle: ADFC. Diese Medieninformation und weitere Meldungen gibt es online in unserem [Pressebereich](#).

### **Martina Tollkühn**

Referentin Kommunikation & Marketing

ADFC München e.V.

Platenstraße 4

80336 München

[presse@adfc-muenchen.de](mailto:presse@adfc-muenchen.de)

Mobil: 0151-170 68 600

[www.adfc-muenchen.de](http://www.adfc-muenchen.de)

### **Über den ADFC**

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) ist mit bundesweit mehr als 190.000 Mitgliedern, davon mehr als 29.000 in Bayern und über 8000 in München, die größte Interessenvertretung der Radfahrerinnen und Radfahrer in Deutschland und weltweit. Er berät in allen Fragen rund ums Fahrrad: Recht, Technik und Tourismus. Politisch engagiert sich der ADFC auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene für die konsequente Förderung des Radverkehrs.