

26. April 2022

Veranstaltungen des ADFC München im Mai 2022

Fahrrad-Aktionstag – Einstiegskurse – Fahrsicherheitstrainings – Fahrradcodierung – Selbsthilfewerkstatt – Radtouren – Treffen von Radinteressierten – Infoladen

Fahrrad-Aktionstag in Planegg

Samstag, 7. Mai, 13:00-18:00 Uhr, **Ort:** Schrauber-Hütte, Feodor-Lynen-Straße 7, 82152 Planegg.
Neuer Termin, da der Apriltermin leider wetterbedingt abgesagt werden musste.

Zum Start in die neue Saison bietet die ADFC-Ortsgruppe Planegg allen Radlfreunden einen Aktionstag mit vielfältigem Angebot. Interessierte können mit den Profis von der Schrauber-Hütte ihr Fahrrad flott machen, beim Verkehrsquiz mitraten, ihr Fahrrad codieren lassen und von 14:00-15:00 Uhr an einer Radl-Rallye durch Planegg und Martinsried teilnehmen. Die ADFC-Experten vor Ort haben zudem ein offenes Ohr für alle Anliegen rund ums Thema Rad und Verkehr.

Anmeldung: nicht erforderlich, **Teilnahme am Aktionstag:** kostenlos, **Gebühren für Fahrradcodierung:** 15,00 Euro (ADFC-Mitglieder 8,00 Euro), Anmeldung für Codierung nicht erforderlich, Personalausweis und Eigentumsnachweis sind mitzubringen.

Einstiegskurse für Radfahranfänger:innen

Kursbeginn: Montag, 2. Mai, 18:30-20:30 Uhr, **Ort:** Theresienwiese

Kursbeginn: Samstag, 7. Mai, 10:00-13:00 Uhr, **Ort:** Theresienwiese

Kursbeginn: Dienstag, 31. Mai, 18:00-20:00 Uhr, **Ort:** Theresienwiese

Radfahranfänger:innen lernen zuerst, das Gleichgewicht zu halten, dann das Aufsteigen und Fahren. Später üben sie die richtige Haltung auf dem Rad, sicheres Bremsen, Kurven fahren und Handzeichen geben. Die wichtigsten Verkehrsregeln für Radfahrende und Tipps zum sicheren Fahren und zum Kauf des passenden Rades ergänzen die Ausbildung.

Teilnahmegebühren: 100,00 €, 16 Unterrichtsstunden à 45 min.

Weitere Infos & Anmeldung unter www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/

Fahrsicherheitstrainings Stadt & Landkreis

Aufbaukurs: „Sicher und souverän auf Schotter unterwegs“

Freitag, 13. Mai, 16:00-20:00 Uhr, **Treffpunkt :** Thalkirchner Platz bei der Eisdiele Gelatobi. U3 Thalkirchen. **Ersatztermin** bei schlechtem Wetter: Freitag, 20.5., 16:00-20:00 Uhr.

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 Teilnehmer:innen zu einer besseren Beherrschung von Strecken mit losen oder unebenen Untergründen, auch auf normalen Tourenfahrrädern. Der Kurs ist auch für E-Bikes geeignet.

Teilnahmegebühren: 30,00 € (ADFC-Mitglieder 15,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/

Fahrsicherheitstraining für Senior:innen

Samstag, 14. Mai, 14:00-17:00 Uhr, **Treffpunkt:** Höhenkirchen-Siegertsbrunn, Erich Kästner Grund- und Mittelschule Brunnthalerstr. **Ersatztermin** bei schlechtem Wetter: Samstag, 21.5., 14:00-17:00 Uhr.

Im Raum abseits des Verkehrs werden Sicherheitsübungen mit dem Fahrrad oder Pedelec wie das Fahren durch eine schmale Gasse, das richtige Bremsen und Schalten, das Kurvenfahren und das sichere Abbiegen im Straßenverkehr gelernt.

Teilnahmegebühren: 30,00 € (ADFC-Mitglieder 15,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/

Grundkurs: „Fahr sicher und souverän“

Samstag, 21. Mai, 14:00-17:00 Uhr, **Treffpunkt:** Fahrradübungsplatz Neubiberg, Anfang ehem. Landebahn, Landschaftspark Hachinger Tal. **Ersatztermin** bei schlechtem Wetter: Samstag, 28.5., 14:00-17:00 Uhr.

In dem Kurs erhalten die Teilnehmenden wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem Fahrrad, zum sicheren Bremsen, richtigen Schalten und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken. Der Kurs ist besonders auch für Fahrer:innen von E-Bikes (Pedelecs) geeignet.

Teilnahmegebühren: 30,00 € (ADFC-Mitglieder 15,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter www.adfc-muenchen.de/radfahrschule/

Rund ums E-Bike (Kooperation mit der VHS Würmtal)

Samstag, 21. Mai, 10:00 Uhr, **Ort:** VHS, Raum 9, Am Marktplatz 10a, 82152 Planegg.

Theorie: Tipps und Tricks zu Technik und Auswahl des E-Bikes

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://www.vhs-wuermtal.de/kurssuche/kurs/Rund-ums-Pedelec-e-bike-Tipps-und-Tricks-zu-Technik-und-Auswahl/A2801#inhalt>

Praxis: E-Bike-Fahrsicherheitstraining

Samstag, 21. Mai, 14:00-17:00 Uhr, **Ort:** vor der VHS, Am Marktplatz 10a, 82152 Planegg.

In dem Kurs erhalten die Teilnehmenden wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem E-Bike, zum sicheren Bremsen, richtigen Schalten und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken. Der Kurs ist für Fahrer:innen von E-Bikes (Pedelecs) konzipiert.

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://www.vhs-wuermtal.de/kurssuche/kurs/Fahrsicherheitstraining-mit-Pedelec/A2802#inhalt>

Fahrrad-Codierung zur Diebstahlprävention

Mittwoch, 4. Mai, 16:30-20:00 Uhr, **Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, Terminreservierung notwendig

Samstag, 7. Mai, 13:00-17:00 Uhr, **Ort:** Schrauber-Hütte, Feodor-Lynen-Straße 7, 82152 Planegg, keine Terminreservierung notwendig

Samstag, 14. Mai, 13:00-17:00 Uhr, **Ort:** Rathausplatz 1, 85622 Feldkirchen, keine Terminreservierung notwendig

Samstag, 21. Mai, 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.

Gebühren: 15,00 Euro (ADFC-Mitglieder 8,00 Euro)

Alle Infos und Anmeldung: online unter www.adfc-muenchen.de/service/fahrradcodierung

Wieder geöffnet: Selbsthilfewerkstatt

Donnerstag, 5. Mai, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 12. Mai, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 19. Mai, 17:00-19:30 Uhr

Der ADFC München bietet Radfahrenden jeden Donnerstag (außer feiertags) die Möglichkeit, in einer gut ausgestatteten Werkstatt unter Anleitung von ADFC-Profis Reparaturen und Wartungsarbeiten am Fahrrad selbst durchzuführen. Werkzeuge für praktisch alle am Fahrrad anfallenden Arbeiten sind vorhanden. Gängige Ersatzteile werden gegen eine Spende abgegeben.

Ort: ADFC München, Platenstr. 4, kein Terminreservierung oder Anmeldung notwendig

Gebühren: Werkstattbenutzung mit Betreuung 10,00 € (ADFC-Mitglieder frei)

Alle Infos: online unter www.adfc-muenchen.de/service/selbsthilfewerkstatt/

Tagestouren (Auswahl)

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

Kochelsee

Sonntag, 1. Mai, 9:30-17:30 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** schwer, **Strecke:** 80 km, **Höhenmeter:** 400, **Treffpunkt:** Wolfratshausen Bahnhof (S7).

Auf dem Prälatenweg zu den Klosterkirchen Beuerberg und Benediktbeuern und dabei die Naturschönheiten vom Loisachtal und Kochelsee genießen.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Kloster Fürstenfeld

Sonntag, 1. Mai, 10:00-16:00 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 60 km, **Höhenmeter:** 350, **Treffpunkt:** Marktplatz, 82061 Neuried.

Von Neuried auf Nebenstraßen, Waldwegen und asphaltierten Radwegen zum Kloster Fürstenfeld. Am Kloster Fürstenfeld ist eine Pause geplant, um sich Kirche oder Klostergarten anzuschauen. Zurück geht es teilweise entlang der Amper über Gilching und durch den Forst zurück gen Neuried. Die Strecke ist teilweise hügelig, so dass einige Steigungen zu bewältigen sind. Tour mit Selbstverpflegung/Picknick.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Feierabendrunde Thalkirchen – Saisonauftakt

Mittwoch, 4. Mai, 18:00-20:00 Uhr, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 20 km, **Höhenmeter:** 50, **Treffpunkt:** Thalkirchen Bahnhof (U3), Thalkirchner Platz, 81371 München.

Vom Bücherschrank am Thalkirchner Platz geht's in den Westpark. Die Tour ist als Einstieg in die Radlsaison gedacht.

Teilnahmegebühren: kostenlos

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Bad Tölz und Reichersbeuern

Sonntag, 8. Mai, 10:00-18:00 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** schwer, **Strecke:** 70 km, **Höhenmeter:** 450, **Treffpunkt:** Wolfratshausen Bahnhof (S7), 82515 Wolfratshausen.

Auf dem Isarradweg nach Bad Tölz, dort Marktstraße und Flinthöhe, weiter nach Reichersbeuern (Dorfansicht, Schloss und Einkehr). Zurück über Kirchbichl, Bairawies und Geretsried nach Wolfratshausen.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: keine Anmeldung erforderlich

Rennrad Jasberg mit Alpenblick

Sonntag, 8. Mai, 10:00-17:00 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** schwer, **Strecke:** 97 km, **Höhenmeter:** 830, **Treffpunkt:** Thalkirchen Bahnhof (U3), Thalkirchner Platz, 81371 München.

Rundfahrt im Süden Münchens: Jasberg, Dietramszell, Bairawies

Teilnahmegebühren: 7,00 €, (3,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Rennrad Speicherseen

Samstag, 14. Mai, 10:00-14:00 Uhr, **Kategorie:** halbtägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 80 km, **Höhenmeter:** 150, **Treffpunkt:** Denninger Straße, 81679 München.

Leichte Rennradtour am Anfang des Jahres für (Wieder-)Einsteiger. Flach, moderat, nur 80 km weit. Ohne Einkehr, 2-3 kleinere Pausen.

Teilnahmegebühren: 7,00 €, (3,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Gemütliche Sonntagsrunde

Sonntag, 15. Mai, 10:30-16:00 Uhr, **Kategorie:** halbtägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 40 km, **Höhenmeter:** 100, **Treffpunkt:** Olympiazentrum Bahnhof (U3), Südseite, 80809 München.

Vom Diamant- zum Diamaltviertel: Die Streckenführung ist eine Überraschung, enthält keine Steigungen, ist nicht länger als 40 km, führt auf guten, verkehrsarmen Wegen durch eine idyllische Gegend und bietet mindestens eine Einkehrmöglichkeit. Die Tour führt immer zum Startpunkt zurück.

Teilnahmegebühren: 7,00 €, (3,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Attenloher Filz

Samstag, 21. Mai, 9:30-17:30 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 65 km, **Höhenmeter:** 500, **Treffpunkt:** Otterfing Bahnhof (S3), 83624 Otterfing.

Tour durchs Tölzer Land. Hinter Dietramszell mit seiner Stiftskirche vorbei an Bad Tölz. Mit Blick auf die Alpen zum Attenloher Filz. Mittagessen in Gaißach. Rückweg über Reichertsbeuern und Kloster Reutberg.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Pfefferminzmuseum

Sonntag, 22. Mai, 13:00-17:30 Uhr, **Kategorie:** halbtägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 30 km, **Höhenmeter:** 100, **Treffpunkt:** Hirschgarten Bahnhof (S), Nordseite, Birketweg, beim Backstage, 80639 München.

Was kaum jemand weiß: Deutschlands einziges Pfefferminzmuseum ist in Eichenau, vor den Toren Münchens. Bis Mitte der 1950er Jahre wurde hier Pfefferminze in Spitzenqualität für ganz Europa angebaut. Vielleicht gibt's eine Führung und heimischen Pfefferminztee zu kaufen. Im Anschluss gibt's (Pfefferminz-)Eis in der Eisdiele. Ziel ist der S-Bahnhof Aubing.

Teilnahmegebühren: 7,00 €, (3,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Bumbaur

Donnerstag, 26. Mai, 10:30-17:30 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 70 km, **Höhenmeter:** 300, **Treffpunkt:** Pasing Bahnhof (S, DB) Nordseite, 81245 München.

Beliebte Tour durch Dachau ins Dachauer Hinterland. Nach einem Blick in die üppig ausgestattete Rokokokirche des Klosters Indersdorf geht's zu einem Bauernhofcafé. Nach Kaffee, Kuchen, Brotzeit oder einem Schluck aus der kleinen Hausbrauerei geht es wieder zurück nach Pasing.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Durchs Bernrieder Filz zu den Osterseen

Sonntag, 29. Mai, 10:00-18:00 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 65 km, **Höhenmeter:** 400, **Treffpunkt:** Feldafing Bahnhof (S6), 82340 Feldafing.

Überwiegend auf Wald- und Feldwegen entlang des Bernrieder Filzes bis zu den Osterseen. Nach der Mittagspause geht es über die Eitzenberger Weiher, Beuerberg zur S-Bahn-Station in Wolfratshausen. Dort endet die Tour. Bei schönem Wetter mit kleiner Baderast.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren

Öffentliche Arbeitsgruppen & Radlertreffs

**Treffen der Arbeitsgruppe Verkehr Stadt München –
Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

Termin: Dienstag, 10. Mai, 19:00 Uhr

Ort: Online, **Anmeldung:** verkehr@adfc-muenchen.de

Treffen der ADFC Jugend München –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 11. Mai, 18:30 Uhr

Ort: Online, **Anmeldung:** jugend@adfc-muenchen.de

Landkreis

Radlertreff des ADFC Ottobrunn –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 4. Mai, 18:30 Uhr

Ort: Nefeli im Phönix (Phönixbad), Haidgraben 121, 85521 Ottobrunn,

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter ottobrunn@adfc-muenchen.de

Radlertreff des ADFC Unterhaching –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 11. Mai, 18:30 Uhr

Ort: Ho Restaurant, Parkstraße 15, 82008 Unterhaching,

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter unterhaching@adfc-muenchen.de

Radlertreff des ADFC Landkreis München Ost –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 18. Mai, 18:00 Uhr

Ort: Gaststätte aktuell noch offen, Infos unter www.adfc-muenchen.de

Radlertreff des ADFC Planegg –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 18. Mai, 19:30 Uhr

Ort: Online, **Anmeldung:** planegg@adfc-muenchen.de

NEU: Radlertreff des ADFC Neubiberg –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Donnerstag, 19. Mai, 19:00 Uhr

Ort: Minoa, Sportzentrum Neubiberg, Zwingerstraße 28, 85579 Neubiberg

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter neubiberg@adfc-muenchen.de

Radlertreff des ADFC Gräfelfing –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 25. Mai, 19:30 Uhr

Ort: Online, **Anmeldung:** graefelfing@adfc-muenchen.de

Radlertreff des ADFC Höhenkirchen-Siegertsbrunn –

Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen

Termin: Mittwoch, 25. Mai, 19:30 Uhr

Ort: Online, **Anmeldung:** hoehenkirchen-siegertsbrunn@adfc-muenchen.de

**Radlertreff des ADFC Putzbrunn –
Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

Termin: Freitag, 27. Mai, 19:00 Uhr

Ort: Reil's Restaurant, Hohenbrunner Str. 3, 85640 Putzbrunn

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter putzbrunn@adfc-muenchen.de

Infoladen

Infoladen, Beratung zu allen Themen rund ums Radfahren. Angebot von Karten und Radreiseführern.

Termin: Jeden Donnerstag (außer feiertags), 17:00-19:30 Uhr.

Ort: ADFC München, Platenstr. 4

Weitere Infos: www.adfc-muenchen.de/infoladen

Hinweise für Redaktionen

Bildmaterial finden Sie im Anhang. Bei Nutzung bitte folgende Angabe verwenden: ADFC

Diese Presseinformation 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

Mobil: 0151-170 68 600

www.adfc-muenchen.de

Über den ADFC

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) ist mit bundesweit mehr als 200.000 Mitgliedern, davon über 30.000 in Bayern und 8500 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.