

Losradeln 2019-1

Ausgabe Februar-Juni

Radverkehr Technik Touren



Der Weg ist das Ziel. Reisen in seiner bequemsten Form!



Premiummarken | Top Service | 20 Jahre Erfahrung







Öffnungszeiten

Sommer (März - Oktober) Mo-Fr 9.00-12.00 | 13.00-18.00 Sa 10.00-14.00 Winter (November - Februar) Di-Fr 9.00-12.00 | 13.00-18.00 Sa. 10.00-13.00

emiumbikes

BY RADLDISCOUNT

Aidenbachstraße 116 | Tel.: 089 / 7 24 23 51 Trappentreustraße 10 | Tel.: 089 / 50 62 85

www.radldiscount.de



Liebe Leserin, lieber Leser,

die Kommunalwahlen in gut einem Jahr werfen bereits ihre Schatten voraus - und daher soll 2019 für den Radverkehr in der Landeshauptstadt ein besonderes Jahr werden: wir starten gemeinsam mit anderen Verbänden den Radentscheid für München. Es wird Zeit, mit geeigneten Forderungen dem Fahrrad endlich den Stellenwert im städtischen Verkehr zu verleihen, der ihm gebührt. Wer uns dabei unterstützen will, ist als Radlbotschafterin oder -botschafter herzlich willkommen! Näheres dazu hier in diesem Heft

Weiterhin planen wir für den 7. April zusammen mit den umliegenden Kreisverbänden eine Neuauflage der Radsternfahrt, zu welcher wir ganz besonders einladen möchten. Im Monat darauf wird auch wieder der *Ride of Silence* stattfinden, um der noch immer zu vielen Radfahrer zu gedenken, die auf Münchens Straßen umgekommen sind.

Darüber hinaus haben wir wie gehabt ein volles Programm: sei es mit unseren Radtouren, unseren Kursen, unserer Werkstatt oder unseren zahlreichen Infoständen, wo sich unsere vielen ehrenamtlich Aktive mit großem Engagement einbringen.

Herzliche Grüße Martin Glas





SpardaGiro:

Das Girokonto mit kostenloser Kontoführung bei der Bank mit den zufriedensten Kunden.

Jetzt informieren: www.sparda-m.de/giro

Lohn-/Gehalts-/Rentenkonto für Mitglieder bei Erwerb von 52,- Euro Genossenschaftsanteil mit attraktiver Dividende. (Bei Online-Eröffnung ist die Zeichnung optional.)





Arnulfstraße 15 - 80335 München

Geschäftsstellen in München (19x) und Oberbayern (26x) SpardaService-Telefon: 089 55142-400



www.sparda-m.de

Losradeln 2019-1

Der ADFC München	6
AG Asyl – AG Codierung	6
Event-Team - AG Infoladen - AG Internet - AG Mehrtagestouren - AG Navigatio	n 7
AG Radfahrschule – AG Rikscha – AG Tagestouren – AG Tandem – AG Technik	8
AG Verkehr: Stadt - Landkreis Nord - Landkreis Süd - Landkreis West - Referent	en 9
Neumitglieder-Empfang im Radlerhaus	10
Neu im ADFC München: Anke Schön	13
Euer Schatzmeister	13
Angebote	
Radfahrschule für Erwachsene – Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene	14
	14
Verkehrssicherheitstraining – Pedelec-Schnupperkurse	
Sicheres Radfahren auch auf Schotterwegen	15
Fahrrad-Codierung – SelbstHilfeWerkstatt	16
Bike & Hike Touren – ADFC-Stammtische	17
Betriebliches Mobilitätsmanagement	19
Leseecke	
Jahresrückblick 2018	20
Mia ham's satt! – Großdemo München und der ADFC war mit dabei!	22
Die autofreie Innenstadt – bald Realität?	23
Radentscheid München	24
ADFC Bayern	26
Radsternfahrt am 07. April 2019	28
Ride of Silence am 15. Mai 2019	29
Ring-Demo am 30. Juni 2019 – ADFC-Newsletter	30
Neues verkehrspolitisches Programm des ADFC München	30
Seit 3 Jahren für Radfahrer gesperrt: Der Marienplatz	31
Radeln rund um den Hauptbahnhof	32
Radhandschuh hilft gegen Einschlafen der Hände	33
Neuartiges Sicherheitspedal "magped"	34
Fahrradhelm-Beratung am Infostand	35
Gunda unterwegs – mehr als ein Reisebericht	35
Eine aussichtsreiche MTB-Rundtour auf den Blomberg, den Tölzer Hausberg	37
Ein Tourenprogramm für alle	39
Tourenrad-Tagestouren	42
Gemütliche Sonntagsrunden	43
Rennrad-Tagestouren	55
Rennradtreff am Mittwoch	57
Mountainbike-Tagestouren – MTB Mehrtagestouren	58
Mehrtagestouren	62
Tandem-Touren	76
Kursprogramm	
GPS-Kurse – Technik-Kurse	77
	11
Service	70
ADFC Adressbuch – Inserentenverzeichnis – Impressum	79
Fördermitglieder	80
ADFC München Kontaktdaten	82
Chronologische Tourenübersicht	83/84

Das sind wir... der ADFC München

Unsere Stärke ist die große Zahl an sattelerprobten, ehrenamtlichen Aktiven, die mit ihrer praktischen Erfahrung das breite Spektrum unseres Vereins ausmachen. Wir engagieren uns für die Förderung des Fahrrads im Interesse der

Allgemeinheit. Unabhängig und parteipolitisch neutral sind wir Partner für Radler in München und im Landkreis, Begleiter

für Reise- und Freizeitradler, und Motivator für alle, die es werden wollen. Du triffst uns in unserem Radlerhaus, bei verkehrspolitischen

Veranstaltungen, auf Infoständen, Beleuchtungsaktionen oder Rad-Sicherheitschecks und natürlich bei unseren vielen Radltouren. Dort stehen wir

Dir bei allen Fragen zu Touren, Technik und Infrastruktur mit Rat und Tat zur Seite. In unseren Kursen vermitteln wir Dir theoretische Grundlagen und praxisnahe Erfahrung

Du willst mitmachen?

Wir bieten Dir die Möglichkeit, Dich für das Fahrrad zu engagieren, Auch wenn Du nur ein paar Stunden Zeit findest, kannst Du uns bei den zahlreichen Aktionen (Infostand, Parcours, Quiz, Organisation, etc.) unterstützen. Komm einfach mal vorbei oder schreib eine E-Mail an die jeweilige Arbeitsgruppe oder an aktive@adfc-muenchen.de. Wir freuen uns auf Dich!

("

Unsere Arbeitsgruppen bieten Dir eine Vielzahl von Möglichkeiten unser Angebot zu nutzen oder Dich zu engagieren.



Unterstützung von Helferkreisen/Ehrenamtlichen bei der Fahrradarbeit mit Migranten mit folgenden Aktivitäten:

- · Vermittlung und Reparatur von gespendeten Fahrrädern
- Anleitung zur Reparatur von gespendeten Fahrrädern
- Schulungen für Mitglieder von Helferkreisen zur Durchführung von Radfahrkursen
- Flyer mit den wichtigsten Verkehrsregeln (ver. Sprachen)
- theoretische Verkehrsschulungen in Unterkünften
 - Radausflüge mit Asylbewerbern im Münchner Osten
 - · Radfahrkurse für Frauen

Treffen: Alle 2 Monate, 2. Montag, 18:00 Uhr

AG Codierung

Leitung: Barbara Strobl stv. Leitung: Brigitte Wittmann, Manfred Meding

Als wirksamer Teil des Diebstahlschutzes und zur problemlosen Rückführung aufgefundener Fahrräder, werden diese von uns mit einem für die Polizei in ganz Deutschland lesbaren Code versehen. Wir codieren jeden 1. Mittwoch und 3. Samstag im Monat im Radlerhaus - im Sommer auch an zusätzlichen Terminen bei Veranstaltungen und Radl-Events. Wir freuen uns über Mitglieder, die unser derzeit kleines Team verstärken wollen.

> Treffen: Jeden 1. Mittwoch (16:30-20:00 Uhr) im Monat im Radlerhaus

Kontakt: codierung@adfc-muenchen.de



Susanne Loderbauer stv. Leitung: Toni Kraus

Wir führen Infostände bei öffentlichen Veranstaltungen durch und sind mit unserem "Inforadel Jule" bei vielen Aktionen dabei.

Wir freuen uns sowohl über Leute die geme auf Menschen zugehen als auch über solche die gerne kräftig mit anpacken.

Neue Aktive sind jederzeit willkommen und können bei uns im Team unterschiedliche Aufgaben kennen lernen.

Treffen: alle 2 Monate, Termin wird bekanntgegeben Kontakt: events@adfc-muenchen.de



AG Internet

Leitung: Anke Schön stv. Leitung: Andreas Groh

Wir unterstützen die anderen AGs und den Kreisverband im Allgemeinen IT-mäßig. Das umfasst das Betreiben der Homepage, des Forums und vieles mehr.

> Treffen: sporadisch im Radlerhaus Kontakt: internet@adfc-muenchen.de



AG Infola<u>den</u>

Leitung: Elfgard Koller stv. Leitung: Anna Feldtkeller

Der Ladendienst:

- gibt persönlich und telefonisch Rad-Auskünfte
- · informiert über die Aktivitäten und die Mitgliedsvorteile
- Anmeldungen zu Technikkursen, GPS-Kursen und Fahrradcodierungen
- verkauft Fahrradkarten und Radtourenführer
- ist die erste Anlaufstelle f
 ür die Selbsthilfewerkstatt

Treffen: Jeden Donnerstag 17:00 – 19:30 Uhr im Radlerhaus Kontakt: infoladen@adfc-muenchen.d



AG Mehrtagestouren

Leitung: Thomas Edmüller stv. Leitung: Heike Scholz

In der Arbeitsgruppe Mehrtagestouren werden die Mehrtagestouren für die jeweils kommende Saison geplant und organisiert. Die Termine und Routen werden im Tourenmagazin "Losradeln" des ADFC München und auf der Internetseite des ADFC München

> Treffen: sporadisch im Radlerhaus Kontakt: mtt@adfc-muenchen de



AG Navigation

Leitung: Matthias Schwindt stv. Leitung: NN

Die Mitglieder der AG Navigation bieten Unterstützung bei Fragen zur Navigation, durch: Praxiskurse, in denen verschiedene Möglichkeiten der Fahrradnavigation erklärt werden; Hilfen bei Fragen zur Wahl eines Navis; Sammeln des vorhandenen Wissens der Mitglieder und Weitergabe dieses Wissens.

Wir freuen uns über ADFC-Mitglieder, die in der AG mitwirken möchten.

Treffen: GPS Stammtische siehe ADFC Event-Kalender Kontakt: navigation@adfc-muenchen.de



AG Radfahrschule

Leitung: Lothar Röth

stv. Leitung: Brigitte Wittmann

Ab 2019 bieten wir nicht nur Kurse für Erwachsene an die aus den verschiedensten Gründen din Radfahren nicht erlernen konnten oder es wieder probieren wollen sondern wir erweitern unse Kursangebot damit auch für Fortgeschrittene die sich sicherer im Straßenverkehr bewegen können. Sie können Sich auf einer der nachfolgenden Seiten oder im Internet des ADFC München näher informieren und sich auch anmelden.

Treffen: sporadisch im Radlerhaus Kontakt: radfahrschule@adfc-muenchen.de



Leitung: Falk Hilber

stv. Leitung: Roy Frankfurt, Sylvia Lastra

Rikschas und Lastenfahrräder werden in München immer populärer. Mittlerweile gibt es über 200 Rikschafahrer, die in München offiziell ihre Dienste anbieten. Um deren Interessen zu vertreten, hat sich am 13. März 2014 die Arbeitsgruppe Rikscha und Lasten im ADEC München gegründet. Dabei wurden die Rikschafahrer, mehrere Fahrradkuriere und ein Architekt, der das Rikschafahren als soziale und nachhaltige Fortbewegung unterstützen möchte, äußerst freundlich in den Räumen des ADEC München willkommen geheißen.

Treffen: sporadisch im Radlerhaus Kontakt: rikscha@adfc-muenchen.de



AG Tagestouren

Leitung: Felix Anderski stv. Leitung: Klaus Petri

Wir entwickeln und organisieren vielfältige Fahrradtouren zu Zielen in der näheren und weiteren Umgebung. Die Touren sind unterschiedlich anspruchsvoll, von der gemütlichen Halbtagestour bis zur sportlichen Tagestour. Neben Ausfahrten für Tourenräder bieten wir auch Rennrad- und Mountainbike-Touren an.

Treffen: bei unseren Tagestouren
Kontakt: tagestouren@adfc-muenchen.de



AG Technik

Leitung: Christian Helmke stv. Leitung: Anton Scheppach

Ehrenamtliche Mitarbeiter der AG Technik betreuen die Selbsthilfewerkstatt und halten Technikkurse ab. Außerdem veranstalten die Techniker des ADFC regelmäßig im Frühjahr und Herbst eine Beleuchtungsaktion, bei der kostenlos die Lichtanlage an Rädern geprüft wird. Kleinere Defekte können in der Regel sofort behoben werden. Bei verschiedenen weiteren Veranstaltungen beteiligen sich die Techniker mit fachkundiger Beratung.

Treffen: Jeden Donnerstag, 17:00 – 19:30 Uhr im Radlerhaus

Kontakt: technik@adfc-muenchen.de



AG Tandem

Leitung: Gregor Cordes stv. Leitung: N.N.

In der AG Tandem treffen sich sehbehinderte und sehende Radfahrer um gemeinsam Rad zu fahren und Tandempartner für gemeinsame Touren zu finden.

Treffen: jeden 2. Montag im Monat um 19:00 Uhr in der Gaststätte "Blaustern", Wackersberger Str. 65

Kontakt: tandem@adfc-muenchen.de



AG Verkehr Stadt

Leitung: Eckhart Groh stv. Leitung: Angela Schnabel

Die Arbeitsgruppe Verkehr setzt sich dafür ein, dass Ihr in Zukunft noch sicherer, komfortabler und schneller mit Eurem Fahrrad unterwegs sein könnt. Wir machen uns stark für

- Komfortables und sicheres Radeln auf den Straßen.
- Öffnung von Einbahnstraßen für Radfahrer in Gegenrichtung
- Durchgehende Radrouten im Stadtgebiet
- Gute Wegweisung und Abstellmöglichkeiten für Fahrräder.
- Radfahrgerechte Kreuzungen

Treffen: Letzter Dienstag im Monat um 19:00 Uhr im Radlerhaus Kontakt: verkehr@adfo-muenchen.de



AG Verkehr Landkreis Nord

Leitung: Robert Burschik stv. Leitung: Rudi Naisar

Die Arbeitsgruppe Landkreis Nord kümmert sich um die landkreisrelevanten Themen in den Nord-Gemeinden. Der Grund für eine eigene AG liegt vor allem in den speziellen Fragestellungen der Radler im Landkreis und die je nach Gemeinde regional unterschiedliche Vorgehensweise, Themen um den Radverkehr in den Gemeindeverwaltungen vorzubringen.

Kontakt:

verkehr-nord@adfc-muenchen.de



AG Verkehr Landkreis Süd

Leitung: Wolfgang Groß stv. Leitung: Hartmut Schüler

Die Arbeitsgruppe Landkreis München Süd besteht aus den ADFC Gruppen in Grünwald, Straßlach-Dingharting und Hachinger Tal.

Kontakt: verkehr-sued@adfc-muenchen.de



AG Verkehr Landkreis West

Leitung: Frauke Buchholz stv. Leitung: Lotar Krahmer

Die AG kümmert sich um die Verbesserung der Rad-Infrastruktur in den Gemeinden Stockdorf, Krailling, Planegg, Martinsried, Neuried, Gräfelfing.

Treffen: 4. Mittwoch im Monat um 20 Uhr, Musikschule Planegg Kontakt: verkehr-west@adfc-muenchen.de

Unsere Referenten

Lastenfahrrad "Daniel": Georg Nitsche daniel@lastenrad-muenchen.de

Redaktion "Losradeln": Piter Waterstradt losradeln@adfc-muenchen.de

Rechtsberatung: Peter Kappel rechtsberatung@adfc-muenchen.de

Regionaltreffen: Robert Burschik regionaltreffen@adfc-muenchen.de

Aktivenmanagement, Fördermitglieder und Anzeigenkunden: Dr. Susanne Loderbauer susanne.loderbauer@adfc-muenchen.de

Neumitglieder-Empfang im Radlerhaus

Von Martina Tollkühn

Schon die große Anzahl der Räder vor der Tür zeigte, dass im Radlerhaus was Besonderes los war: Am Sonntag, den 21. Oktober, begrüßte der ADFC München seine Neumitglieder in den Räumen in der Platenstraße. Seit 1. Oktober 2017 konnten wir rund 750 neue Mitalieder aewinnen. die unsere Arbeit zukünftig unterstützen möchten. Knapp 40 Neuzugänge folgten der Einladung und die waren natürlich mit dem Radl da. Sie sind ins Radlerhaus gekommen, um sich näher über die verschiedenen Angebote des Vereins zu informieren - und sich ihr Begrüßungsgeschenk abzuholen. In der ADFC-Willkommenstüte finden die Besucher unsere Mitgliederzeitschrift "Losradeln", eine Trinkflasche, einen Sattelbezug, ADFC-Aufkleber und ADFC-Kuli sowie viele Infos zum Fahrrad-Club und zu den Möglichkeiten, sich aktiv bei uns zu beteiligen.

Bei Getränken, Keksen und Gummibärchen stellen sich der Vorstand und weitere Aktive den neuen Mitgliedern vor, diskutieren angeregt über die Bedingungen für Radler in Landeshauptstadt und Landkreis und erläutern die vielen Vorteile, die es bringt, im Radl-Club zu sein. Auch die Selbsthilfe-Werkstatt nehmen die Neuzugänge erfreut in Augenschein. Und einige können sich sehr gut vorstellen, demnächst im Event-Team, als Tourenleiter oder in der Arbeitsgemeinschaft Verkehr mitzumischen. Denn sie alle eint ein Ziel: Sie wollen mit uns die Bedingungen für den Radverkehr in München verbessern. Ein paar unserer Neumitglieder stellen wir hier kurz vor.

Julia Benedikter und Christian Gebhardt

Julia Benedikter und Christian Gebhardt haben über die Medien vom ADFC erfahren und dann ihre Mitgliedschaft im Internet abgeschlossen. Den 26-Jährigen, der in Sendling lebt, und die 29-jährige aus Schwabing nervt die selbsternannte "Radlhauptstadt" jeden Tag. So sehr, dass sie sich



vorstellen können, die verkehrspolitische Lobbyarbeit selbst aktiv mitzugestalten. Damit die "Radwegführung uns nicht länger stört".

Christine Manhart

"An jeder Baustelle müssen Radfahrer schieben", ärgert sich Christine Manhart. Die Verkehrssituation für Radler in München frustriert die 30-Jährige, die sich eigentlich an Regeln halten möchte. Doch das werde ihr schwergemacht: "Bei vielen Ampeln muss man zweimal stehenbleiben, um über die Straße zu kommen und die Radwege sind viel zu eng, gerade im Sommer, wenn viele radeln." Auch mit den Mitnahmemöglichkeiten in den Zügen ist sie alles andere als zufrieden. "Die Infrastruktur in München wird für Autos gemacht", fasst sie zusammen. Und jetzt möchte sie als Mitglied dagegen gern etwas tun.



Christoph Hofmann

Auch für Christoph Hofmann ist das Rad das Hauptverkehrsmittel, er radelt täglich zu Arbeit und fährt darüber hinaus viele Touren. Auch mit seiner Frau hat er schon eine Alpenüberquerung gemacht, von München nach Venedig.

Der 39-Jährige will mit seinem Mitgliedsbeitrag vor allem die Lobbyarbeit stärken. "Es gibt so viele, die sich fürs Auto einsetzen, da wollte ich ein Gegengewicht schaffen", erklärt er.

Daniel Orthofer

Auf den ADFC stieß Daniel Orthofer in Tübingen, als er dort beim Stadtradeln mitmachte. Der 27-Jährige, der inzwischen in München lebt, macht alles mit dem Rad. Deshalb ist es ihm ein großes Anliegen, die Situation für Radler zu verbessern.



Denn die gefiel ihm in Tübingen weitaus besser. "Nur die Höhenunterschiede sind dort in der Stadt größer, das war schlechter als in München", sagt er schmunzelnd. Jetzt möchte er verkehrspolitisch aktiv werden und unsere Lobbyarbeit unterstützen.

Inge Heß

Inge Heß hatte den ADFC schon lange im Hinterkopf und jetzt, wo sie etwas mehr Zeit hat, möchte sie diese ihrem liebsten Hobby widmen. "Ich bin gern mit Menschen unterwegs." Daher hat sich die passionierte Radlerin schon entschieden, als Tourenleiterin beim ADFC einzusteigen und beginnt



schon in der nächsten Saison als Co-Leiterin. Die besten Voraussetzungen dafür bringt sie mit: mehrere Transalps und zahlreiche Radl-Urlaube liegen hinter ihr. Denn: "Rad fahren ist einfach eine schöne Geschichte."

Brigitte und Johannes Linke

Das Ehepaar lebt im Münchner Norden, sie haben noch ein Auto, auch wenn sie es wenig nutzen. Beide fahren mit öffentlichen Verkehrsmittel oder dem Rad zur Arbeit. Und auch in der Freizeit ist das Radl ihre erste Wahl. Ob Tagestouren oder der komplette Urlaub, Brigitte und Johannes Linke trifft man, wann immer sie Zeit finden, auf dem Sattel. Sie schwärmen von ihrer Fünf-Flüsse-Tour und möchten, dass auch die Bedingungen für Radler im Münchner Alltag wirklich komfortabel werden.

Mathias Schum und Christoph Schum

Mathias Schum wohnt nur einen Steinwurf entfernt in Sendling, besitzt kein Auto, hat bei unserem Infostand beim Streetlife für unsere Rad-Gesetz-Initiative unterschrieben und auch gleich eine Familienmitgliedschaft abgeschlossen, damit auch sein 14jähriger Sohn Christoph die Vorteile nutzen kann. Die Selbsthilfe-Werkstatt haben sie schon zweimal genutzt. "Da ist uns super geholfen worden", freut sich der Vater. "Ich fahre zu 98 Prozent mit dem Rad in der Stadt, daher möchte ich die verkehrspolitischen Ziele des ADFC unterstützen."



Michael Krieg

Fünf verschiedene Räder nennt Michael Krieg sein eigen und zählt sie gleich auf: ein Klapprad, ein Mountainbike, ein "Schlampenradl" für Kurzstrecken, ein Besucherrad und sein Dreirad-Lasten-Pedelec, für dessen Anschaffung er als Einzelunternehmer eine Förderprämie von der Stadt bekam. Der Messe- und Ladenbauer schätzt daran vor allem, dass es wenig Platz braucht in der Stadt. Denn Parkplätze sind rar, aber die Radwege längst nicht so ausgebaut, wie er sich das wünschen würde. Grund genug für ihn, in den ADFC einzutreten.



als Aktive/r in unserem Ve

Wir freuen uns über fahrradbegeisterte Menschen, die unsere Arbeit unterstützen. Es gibt viele Möglichkeiten zum Mitmachen. Egal ob längerfristig oder nur gelegentlich, jeder kann sich sinnvoll engagieren.



Wir bieten:

- Eine breite Plattform um die Leidenschaft fürs Fahrrad zu teilen
- Aktivitäten im Team mit anderen Fahrradbegeisterten
- Die Möglichkeit Radpolitik in und um München mitzugestalten
- Vergünstigter Erwerb von ADFC Funktionskleidung
- Unfall-und Haftpflichtversicherung w\u00e4hrend der T\u00e4tigkeit
- kostenlose Teilnahme an allen unseren Touren, Kursen und Veranstaltungen, inkl Fahrrad-Codierung

Engagier Dich bei uns z.B. als...

- Lehrer/in für unsere Radfahrschule
- Techniker/in beim Radl-Check
- Mitarbeiter/in bei der Fahrrad-Codierung
- Referent/in für unsere Technikkurse
- Fahrer/in für unser E-Lastenrad Jule

...und natürlich immer als Aktive/r bei unseren Infoständen

Nimm einfach Kontakt mit uns (aktive@adfc-muenchen.de) auf und wir finden die Aufgabe, die zu Dir passt!







Neu im ADFC München: Anke Schön



Klimaschutz und Nachhaltigkeit sind mir seit Langem wichtig. Als überzeugte Alltags- und Allwetterradlerin möchte ich das Radfahren in der Gesellschaft voranbringen. Daher war ich schon in Frankreich im Radclub und bin seit meinem Umzug nach München im ADFC, auch um meine Interessen gut vertreten zu wissen.

Seit dem letzten Frühjahr bin ich als Ordnerin bei Demos, beim Event-Team, in der AG Codierung, und der AG Internet aktiv. Es macht mir Freude, anderen Menschen die wichtige Arbeit unseres Vereins nahe zu bringen und daran im Team mitzuhelfen

Seit kurzem leite ich nun die AG Internet. Hier möchte ich zusammen mit den anderen Aktiven unseren Kreisverband und alle AGs IT-mäßig unterstützen - und diese Unterstützung so gut wie möglich koordinieren. Derzeit sind wir neben der Betreuung der Webseite sowie der Mithilfe beim Radentscheid München auch dabei, unsere diversen Anmeldungen auf elektronische umzustellen und das neue Touren-und-Termin-Portal des Bundesverbands einzubinden. Über Fragen und Anregungen freue ich mich. Und falls Du Interesse hast, in der AG Internet aktiv zu werden, erst recht:)

Anke Schön (anke.schoen@adfc-muenchen.de)

Euer Schatzmeister

.... kümmert sich und sorgt jetzt fast 4 Jahre für eine ordentliche kaufmännische Darstellung und unterstützt unser aller Bemühungen um das stete Wachsen des Vereins ADFC München e.V.

Das mach ich sehr gerne. Vor allem wenn man den Erfolg über die vergangenen Jahre sieht, unsere positive Außendarstellung, unsere engagierten MitarbeiterInnen und unsere vielen begeisterten ehrenamtlich Aktiven. Wir können sehr stolz sein.

Die Arbeit mit dem Landesverband, Abstimmung mit dem Steuerberater, Kampf um die Zuschüsse aus den Töpfen des Bundesverbandes und Sponsoren macht Spaß. Spannend ist der Balanceakt zwischen den eingehenden Geldern und den angefragten Ausgaben während des Jahres. Am Jahresende soll nämlich immer eine schwarze Null rauskommen. Daneben gilt es die Bankkonten flüssig zu halten, Aufwandsentschädigungen zu zahlen und Kostenerstattungen zu regeln. Viel Zeit nimmt die Jahresplanung und die Einhaltung dieser Planung sowie die notwendigen Jahresabschlussarbeiten ein. Nicht zu vergessen die Kassenprüfung und die Berichterstattung an die Mitglieder in der jährlichen Mitgliederversammlung.

Am meisten erfreue ich mich aber am Radlfahren. Ich genieße all die schönen Tage auf zwei Rädern mit zwei Zentimeter Luft unter der Felge, viel Wind um die Nase, netten und fröhlichen Menschen zuhauf ebenfalls unterwegs auf ihren Velos. Und

dazwischen Biergarten und Badesee, denn meine Brigitte sagt immer: "Nur Radlfahrn geht gar nicht". Recht hat sie.

Frich Wittmann



Radfahrschule für Erwachsene

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene

1. Kursangebot für Anfänger/-innen:

In unserem seit über 19 Jahren erprobten Konzept lernen Radfahranfänger-innen erst das Gleichgewicht zu finden, dann das Aufsteigen und Fahren. Später üben Sie die richtige Haltung auf dem Rad, richtiges Bremsen, Kurven fahren und Handzeichen geben. Auf Sie zugeschnittene Tipps unserer erfahrenen Ausbilder/-innen helfen Ihnen dabei. Die wichtigsten Verkehrsregeln für Radfahrer und Tipps zum richtigen Fahren und zum Kauf des richtigen Rades ergänzen die Ausbildung. Krönender Abschluss ist eine kleine Ausfahrt sowie eine zusätzliche kostenlose Fahrradtour.

Ausbildungstage:

- An Werktagen (vier bis acht Wochen Dauer, abhängig vom jeweiligen Kursangebot)
- ⊙ Samstag und Sonntag (zwei Wochenenden, täglich vier Doppel-Unterrichtsstunden)

Ausbildungsteam: Pro Gruppe eine Ausbilderin und ein Ausbilder

Alla elli Ausbilaei

Ausbildungsdauer: 16 Unterrichtsstunden

(à 45 min)

Kosten: 100,00 €

Nächste Ausbildungsmöglichkeit:

Anfang April bis Mitte Juli 2019

Termine und Hinweise zur Anmeldung:

Ab Anfang Februar 2019 im Internet unter: www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/

radfahrschule/

Haben Sie Fragen? Dann schreiben Sie eine E-Mail mit Angabe Ihrer Telefonnummer (wenn Rückruf gewünscht) an:

radfahrschule@adfc-muenchen.de

2. Kursangebot für Fortgeschrittene:

a) Verkehrssicherheitstraining

Sie können Radfahren aber Sie fühlen sich im Münchner Stadtverkehr unsicher und fahren deshalb selten oder überhaupt nicht mit dem Rad? Dann können Sie bei unserem 3-stufigen Training wieder mehr Sicherheit gewinnen.

Das Training beginnt mit einem **theoretischen Teil**, in dem wir Ihnen den aktuellen Stand des Verkehrsrechts vermitteln und Sie mit Tipps auf die folgende Fahrradtour vorbereiten.

Im zweiten Teil des Trainings fahren wir an einem Sonntag zu verkehrsarmer Zeit eine ausgesuchte Strecke durch die Münchner Innenstadt und besprechen die verschiedenen Verkehrssituationen. Am darauf folgenden Samstag fahren wir, gut vorbereitet, die bereits bekannte Strecke noch einmal. Dieses Konzept wurde durch den ADFC in mehreren Städten erfolgreich erprobt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, da die Verkehrssicherheit bei diesem Kurs besonders wichtig ist. Wer die Fahrradtouren nicht mitfahren möchte, kann auch nur den theoretischen Teil buchen.

Anmeldung per E-Mail:

radfahrschule@adfc-muenchen.de

(Stichwort: Verkehrssicherheitstraining).

Termine und Kosten stehen ab Anfang Februar auf der Internetseite der Radfahrschule:

www.adfc-muenchen.de/veranstaltungen/kurse/radfahrschule/

Für alle die das Fahren mit elektrischer Unterstüt-

b) Pedelec-Schnupperkurse:

zung vielleicht nur einmal erleben wollen oder für die Anschaffung eines Pedelecs praktische Erfahrung und eine Entscheidungshilfe brauchen, bieten wir einen 3-stündigen Schnupperkurs an. Auf einem ca. 23 km langen Rundkurs werden Sie bei mehreren Stopps schrittweise in die Bedienung und das Fahren mit einem Pedelec eingewiesen. Etwa in der Mitte der Tour "bezwingen" Sie den Fröttmaninger Berg nördlich von München um danach gemütlich zum Startpunkt im Englischen Garten zurück zu fahren. Wir garantieren Ihnen viel Spaß und grundlegende Erkenntnisse, die bei der Auswahl des für Sie passenden Pedelecs sicherlich helfen werden.

Die Teilnahme kostet inklusive Pedelecmiete (!) 25,00 €.

Die Zahl der Teilnehmer/-innen ist begrenzt.

Anmeldung bitte spätestens 7 Tage vor dem entsprechenden Termin per E-Mail an:

radfahrschule@adfc-muenchen.de (Stichwort: Pedelec). Der genaue Treffpunkt wird Ihnen in der Anmeldebestätigung genannt.

Termine:

Freitag	07.06.2019	10:30 - 13:30 Uhr
Mittwoch	26.06.2019	10:30 - 13:30 Uhr
Samstag	20.07.2019	10:30 - 13:30 Uhr

Fahrsicherheitstraining

Sicheres Radfahren auch auf Schotterwegen

Fühlen Sie sich unsicher beim Fahrradfahren auf Schotter?

Stört diese Unsicherheit Ihr Fahrvergnügen oder sind Sie schon einmal gestürzt?

Das muss nicht sein, denn das sichere und kontrollierte Fahren auf Schotterwegen kann man lernen. Mit dem Kurs "Sicheres Radfahren auch auf Schotterwegen" wollen wir helfen, die unnötige Scheu vor Schotterwegen zu überwinden.

An einem Nachmittag bekommen Sie in lockerer Atmosphäre wichtige fahrtechnische Tipps zur Grundhaltung, zum sicheren Bremsen und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken. Die aus der Mountainbike-Fahrtechnik abgeleiteten Kenntnisse verhelfen Ihnen zu einer besseren Beherrschung von Streckenabschnitten mit losen



oder unebenen Untergründen, auch auf normalen 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 von **Pedelecs** geeignet. Bitte Fahrräder mit guten Felgen- oder Scheibenbremsen mitbringen.

Termin 1: 04. Mai 2019,

Ersatztermin bei schlechtem Wetter 11. Mai 2019

Termin 2: 18. Mai 2019,

Ersatztermin bei schlechtem Wetter 25. Mai 2019

Uhrzeit: 13:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

Anmeldung/Reservierung:

Für den Kurs ist eine Anmeldung erforderlich und die Plätze werden nach Zahlungseingang vergeben. Wenn Sie verhindert sein sollten, können Sie die Anmeldung auf eine andere Person übertragen. Eine Rückerstattung ist leider nicht möglich. Bei persönlicher Anmeldung im Radlerhaus ist Barzahlung möglich.

Telefonische Reservierung unter (089) 77 34 29. Überweisen Sie bitte anschließend die Kursgebühr unter Angabe der Kursbezeichnung und Ihres Namens.

Bankverbindung siehe Seite 82.

Organisatorisches:

Es kann vorkommen, dass der Kurs schnell ausgebucht ist. Bitte überweisen Sie deshalb keine Kursgebühren ohne vorherige Absprache mit dem Büroteam, da ein freier Kursplatz nicht garantiert werden kann. Eine Platzreservierung auf Grund einer Nachricht auf unserem Anrufbeantworter, einer E-Mail oder eines Fax ist nicht möglich. Bitte haben Sie dafür Verständnis

Kursort/Treffpunkt:

Ecke Pognerstr./Schäftlarnstr. beim U-Bahnaufgang U-Bahnstation Thalkirchen. (Bitte pünktlich um 13:00 Uhr da sein.)

Kursgröße: max. 12 Teilnehmer

Kursgebühr: 24,00 € (ADFC-Mitglieder 12,00 €)

Fahrrad-Codierung

Schon in den 90er Jahren hat die Polizei einen persönlichen Code entwickelt, mit dem der Eigentümer ohne Rückgriff auf eine Datenbank eindeutig ermittelt werden kann. Dieser Code wird mit Hilfe einer Graviermaschine in das Sattelrohr eingraviert und mit einem auffälligen Aufkleber geschützt und gekennzeichnet.

Die Fahrrad-Codierung erhöht dadurch einerseits die Rückführungsrate gestohlener Räder und schreckt andererseits Diebe und Hehler ab, da codierte Räder nur schwerlich - und dann nur zu verminderten Preisen – weiterverkauft werden können. Viele Versicherer reduzieren deshalb auch ihre Versicherungsprämien für codierte Fahrräder.

Unsere Fahrräder werden zunehmend teurer und hochwertiger, allein schon durch den Trend zu Pedelecs und E-Bikes. Die Fahrrad-Codierung ist ein wichtiger und äußerst wirksamer Teil der Diebstahlschutzmaßnahmen.

Termine: Ganzjährig jeden 1. Mittwoch im Monat von 16.30 Uhr bis 20.00 Uhr und jeden 3. Samstag im Monat von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr im Radlerhaus. Alle Termine, Zusatz- und Außentermine in den Sommermonaten und wichtige und interessante Informationen zum Thema Codierung findet ihr unter https://www.adfc-muenchen.de/codierung/. Insbesondere ist hier auch der für die Codierung erforderliche Codierauftrag verlinkt. Den Codierauftrag bitte herunterladen, bequem am Computer ausfüllen und zum Termin mitbringen.

Anmeldung: Eine Anmeldung ist dringend erforderlich! Terminvereinbarung unter www.adfc-muenchen.de/codierung.

Die Kosten für eine Gravur-Codierung betragen:

	Normalformen	Sonderformen*			
ADFC-Mitglieder	8,00€	12,50 €			
Nichtmitglieder	15,00 €	25,00 €			
(*Sonderformen sind: Falt- Lasten- und Liege-					

(*Sonderformen sind: Falt-, Lasten- und Liegeräder, Tandems, Rikschas sowie Kinderanhänger) Haben wir Dein Interesse am Thema Codierung geweckt? Kannst Du Dir vorstellen, in unserem kleinen Team mitzumachen? Wir können Verstärkung brauchen. Für Rückfragen und mehr Informationen bitte E-Mail an

codierung@adfc-muenchen.de

SelbstHilfeWerkstatt

Reifen flicken, Speiche und Kette ersetzen, Bremse, Schaltung und Beleuchtung auf Vordermann bringen, Lager oder Steuersatz tauschen u.a.



WIR leiten an und unterstützen. Bei der Ausführung bist **DU** gefordert! Wir sind keine Auftragswerkstatt.

Wir unterstützen Nachhaltigkeit, zaubern aber nicht aus einem Schrotthaufen einen fahrbaren und verkehrssicheren Drahtesel.

Im Zweifel, bei Fragen zu Ersatz- und Neuteilen, vorhandenem (Spezial)Werkzeug, bitte im Vorfeld mit dem Technikerteam vor Ort Klärung herbeiführen und nix blind im Internet bestellen.

Kosten: 8,00 € (für ADFC-Mitglieder kostenfrei). Öffnungszeit: donnerstags 17.00 bis 19.30 Uhr.

Neues Tourenangebot des ADFC München **Bike & Hike Touren**

Von Stephan Pitzig und Richard Kramschuster

Was verbirgt sich hinter dem Begriff "Bike & Hike" (B&H)? Ganz einfach: Radfahren und Bergwandern werden in einer Tour kombiniert. Das neue Angebot zielt zunächst auf die bayrischen Voralpen ab. Los geht es mit zwei Klassikern: dem Zwieselberg und der Baumgartenschneid. Aus dem Sattel auf die Gipfel der Münchner Hausberge - ohne lange "Talhatscher" auf Forststraßen!

Mit den B&H Touren sprechen wir berginteressierte und sportliche, konditionell starke Radler an, die beide Aktivitäten miteinander kombinieren wollen. Solche Touren sind auch geeignet für MTB Einsteiger.

Wir starten mit dem Radeln direkt aus dem S-Bahn. Bereich oder ab einem anderen Bahnhof. Parkplatzsuche und Staugefahr gibt es somit nicht.

Der Radanteil wird auf Asphalt und Schotterwegen zurückgelegt. Der Bergwanderteil erfolgt auf Bergwanderwegen der Wege-Klassifizierung rot und blau. Voraussetzungen für die Teilnahme ist ein Mountainbike oder ein bergtaugliches Tourenrad mit mindesten 38 mm Reifenbreite, guten Bremsen und berggängiger Schaltung.

Für die Bergwanderung braucht ihr Trittsicherheit, und geeignetes Schuhwerk. Da nicht immer eine Einkehr möglich ist, solltet ihr eine Brotzeit und ausreichend zu Trinken in den Rucksack packen. Wenn ihr noch für eventuelle Regenfälle vorbereitet seid, steht einem tollen Bergerlebnis mit umweltfreundlicher Anreise nichts mehr im Weg.

ADFC Stammtische

Oberhaching

(jeden dritten Donnerstag im Monat-Im Jahr 2019) Gasthof Weißbräu am Hubertusplatz 5

ab 18:30 Uhr:

21 Februar 16. Mai

21. März 20. Juni (Fronleichnam)

18. April

Ottobrunn

(jeden ersten Montag im Monat – Im Jahr 2019) Gasthof Tegernseer Alm, Rathausstraße 10 ab 18:30 Uhr:

04. Februar

06. Mai 04 März 03. Juni

01. April





Einziger Doppelstock-Fahrradparker in Deutschland mit bestandener Zertifizierung nach DIN 79008 und mit ganz neuer ADFC-Empfehlung.

www.gronard.de

Betriebliches Mobilitätsmanagement

kombiniert mit dem "Fahrrad-Aktionstag" des ADFC München in Unternehmen

Mit dem bundesweit einzigartigen Programm "Betriebliches Mobilitätsmanagement" (BMM) unterstützt das Referat für Arbeit und Wirtschaft der Stadt München Unternehmen, die unnötigen Verkehr vermeiden möchten. Wir, der ADFC München, möchten diesen Firmen mit dem "Fahrrad-Aktionstag" beratend zur Seite stehen.

Der "Fahrrad-Aktionstag" ist ein komprimiertes Angebot, das speziell für Unternehmen konzipiert wurde. Es besteht aus unterschiedlichen Modulen, die individuell zusammengestellt werden können. Auch die Dauer ist je nach Interesse, Bedarf und Firmengröße variabel. So können es mehrere Stunden sein, aber auch ein ganzer Tag.

Folgende Module bieten wir an:

Fahrradcheck

Hier kann jeder Mitarbeiter sein Rad auf Verkehrstauglichkeit überprüfen lassen, dabei werden insbesondere Bremsen, Reifendruck und Kette kontrolliert und sie bekommen Tipps, wie Sie diese "Prüfung" selber durchführen können. Kleinere Mängel werden an Ort und Stelle behoben.

Codierung vor Ort

Neben einem guten Schloss ist eine Codierung der effektivste Diebstahlschutz. Der ADFC ist in München die einzige Organisation, die Fahrräder polizeilich anerkannt codiert.

Richtig auf dem Fahrrad sitzen

Nicht nur am Arbeitsplatz ist ergonomisches Sitzen wichtig, auch Radfahren ist Einstellungssache. Sind Sitz und Lenker richtig positioniert, werden Handgelenke und Rücken entlastet. Das sorgt für mehr Fahrradvergnügen und erhöht das (körperliche) Wohlbefinden.

Recht für Radfahrer

Welche Regeln gelten für Radfahrer? Was muss dran sein am Rad? Wie teuer können Verstöße werden?

Das sind die Schwerpunkte des Vortrags "Recht für Radfahrer" und es bleibt auch Zeit für allgemeine Fragen.

Pannenkurs

Selbst auf dem Weg zur Arbeit ist niemand vor einer Panne sicher – mit ein bisschen Wissen und Übung lassen sich Probleme rasch beheben und der Radler verliert nur wenig Zeit.

GPS-Schulung

Auf dem Arbeitsweg kommen GPS-Geräte wohl selten bis nie zum Einsatz, aber für unbekannte Strecken werden die kleinen Helfer immer beliebter – hier gibt es Orientierungshilfe und Anwendungstipps.

Verkehrsquiz

Muss ich einen ausgeschilderten Fahrradweg benutzen? Wann dürfen Kinder auf dem Gehsteig fahren?

Diese Fragen und weitere finden Sie in unserem beliebten Verkehrsquiz. Testen Sie Ihre Kenntnisse. Durch eine individuelle Auswertung und Erläuterung wird Ihr verkehrsrechtliches Wissen dann erweitert.

BikeWash

Die mobile Fahrradwaschanlage reinigt Fahrräder sanft und umweltschonend und kann für Veranstaltungen gebucht werden.

Sie haben Interesse an einem Aktionstag in Ihrem Unternehmen?

Ansprechpartnerin für dieses Angebot: Anett Linnemann, ADFC München e.V. Platenstr. 4, 80336 München

Tel.: (089) 77 34 29 Mail:info@adfc-muenchen.de



Jahresrückblick 2018

Von Andreas Groh

Auch im Jahr eins nach dem 200. Geburtstag des Fahrrads haben wir wieder viel unternommen und erreicht.

Beginn der Radlsaison war traditionell der 1. Januar, und die erste Wintertour wurde bereits am Dreikönigstag mit zehn Teilnehmern durchgeführt. Vollends einstimmen auf Radltouren konnte man sich bei den Radreisevorträgen unseres Winterprogramms und der Vorstellung der Mehrtagestouren beim Radreisetreff

Ende Januar wurde es dann erst einmal politisch, denn der Stadtrat hat den "Grundsatzbeschluss zur Förderung des Radverkehrs" fortgeschrieben. Wir haben die Stadträte mit freundlichem Fahrradklingeln vor der Sitzung begrüßt. Im Vorfeld konnten wir durch Gespräche mit einigen Stadtratsfraktionen Verschlimmbesserungen verhindern und Verbesserungen erreichen. Leider wurde in diesem Zusammenhang auch bekannt, dass die "Radlhauptstadt"-Kampagne Ende 2018 eingestellt werden soll.

Nicht nur bei F.re.e, Sattelfest, Streetlife und E-Bike-Days waren wir mit Infoständen vor Ort dabei, sondern auch bei unzähligen Veranstaltungen über das ganze Jahr verteilt.

Mitte März hat sich der Verein beim "Aktivenfrühling" für die Mitarbeit bedankt. Neben einem leckeren Abendessen wurden wir von Stefan Schuster mit einem spannenden Radreisevortrag unterhalten. Organisiert dieses Mal vom Event-Team.



Große Freude brachte im März der neue akkubetriebene "Nadler" für das Codierteam. Damit kann nun zuverlässiger und schneller codiert werden. Auch externe Einsätze wurden damit wesentlich einfacher.

Seit April unterstützt uns Martina Tollkühn als hauptamtliche Referentin für Kommunikation und Marketing und leistet hierbei wertvolle Arbeit. Ihr erstes großes Projekt war gleich die Radsternfahrt, die mit ca. 5000 Teilnehmern bei bestem Wetter ein



Sternfahrt

voller Erfolg war. Damit konnten wir die Forderung nach einem Rad-Gesetz für Bayern erfolgreich im beginnenden Landtagswahlkampf platzieren.

Nach umfangreichen Verhandlungen im Frühjahr konnte im Mai wieder ein Standplatz für Rikschas am Marienplatz erreicht werden, zunächst auf Probe. In der Fußgängerzone darf jedoch weiterhin nur geschoben werden, und auf dem Standplatz muss die Musik aus sein.

Das Thema Abbiegeunfälle hat im Mai an besonders tragischer Aktualität gewonnen, als die 9-jährige Loreeley von einem LKW überfahren wurde. Unsere schon länger zum Thema angekündigte Pressekonferenz am Nachmittag desselben Tages bekam daraufhin besonders hohe mediale Aufmerksamkeit. Beim Ride of Silence wenige Tage später haben wir den im Straßenverkehr Getöteten gedacht und für mehr Verkehrssicherheit für Radfahrende demonstriert.

Bei unserer erstmaligen Podiumsdiskussion im Landkreis im Kubiz in Unterhaching Ende Juni

und einer weiteren Mitte Juli im Eine-Welt-Haus in München haben wir mit Landtagskandidaten verschiedener Parteien über "Ein Rad-Gesetz für Bayern" gesprochen.



Podiumsdiskussion Radgesetz

Die unterschiedlichen Positionen der Parteien wurden dabei schnell klar: Außer der CSU sprachen sich alle Parteien mehr oder weniger klar für ein Rad-Gesetz aus

Mitte Juli wurden wir von der Fachzeitschrift "trans aktuell" und der Allianz zusammen mit Vertretern von u.a. großen Flottenbetreibern, Berufsgenossenschaften, Dekra und des Bundesverkehrsministeriums zu einem Expertengespräch ins Allianz-Zentrum für Technik nach Ismaning eingeladen. Dabei konnten wir wertvolle Positionen und Einblicke aus Sicht des Radverkehrs in die ansonsten sehr LKW-lastige Runde einbringen.

Ende September hat unsere Radfahrschule dem Münchner Kabarettisten Christian Springer ("Mir ist ja lieber, wenn die anderen bremsen") sicheres Radfahren beigebracht, nachdem er im Sommer nicht nur über "Radl-Rambos" hergezogen, sondern auch verkündet hatte, dass er nicht richtig radeln könne. Ein echtes Spektakel mit großem Medieninteresse!

Am Wochenende vor der Landtagswahl haben wir unter dem Motto "Mia ham's satt!" gemeinsam mit zahlreichen anderen Natur- und Umweltschutzverbänden für eine bessere Umwelt- und Verkehrspolitik der bayerischen Staatsregierung demonstriert. Leider ohne Radl, denn unsere geplante parallele Radldemo konnte trotz mehrerer mehrstündiger Verhandlungsrunden mit den Behörden letztlich nicht stattfinden. Aufgrund der zeitgleichen Wiesn und eines eventuellen(!) Fußballspiels in der Allianz-Arena sah man sich nicht in der Lage, den Autoverkehr dermaßen zu bändigen, dass die Rettungszeiten gewährleistet würden.

Im Oktober haben wir in Ottobrunn einen weiteren regelmäßigen Stammtisch unter Leitung von Tanja Campbell eingerichtet.

Bei der jährlichen Radltour mit Mitarbeiter*innen aus dem KVR Mitte Oktober konnten wir etliche Verbesserungen an der Radinfrastruktur im Münchner Südosten erreichen.

Krönender Jahresabschluss war die Auftaktaktion für den Radentscheid, bei der wir mit den Bündnispartnern einen roten Radfahrstreifen an der Elisenstraße ausgelegt haben, und ein Treffen von über 200 Radlbotschafter*innen, die alle ganz heiß darauf sind, sich für bessere Radinfrastruktur in München einzusetzen.



Kabarettist Christian Springer in der Radfahrschule



Mia ham's satt! – Großdemo München und der ADFC war mit dabei!

Von Natalie Becker

Samstag, der 06. Oktober 2018:

Der Königsplatz in München platzt förmlich aus allen Nähten. Laut Polizei demonstrierten schätzungsweise 15.000 Menschen im Rahmen der Demo "Mia ham's satt" für mehr Umwelt- und Naturschutz. Genauer gesagt, soll es wieder mehr Bauernhöfe als sogenannte Agrarfabriken geben, mehr Natur anstelle von großflächigen Monokulturen und saubere Luft statt immer dickere Luft durch verdichteten Straßenverkehr und emissionsschleudernde Fahrzeuge.

Das Aktionsbündnis "Artgerechtes München" und ca. 80 weitere Organisationen riefen im Vorfeld zur Teilnahme an der Groß-Demo auf. Unter den Organisationen waren sowohl der Bund Naturschutz in Bayern e.V., Slow Food Deutschland e.V. sowie der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e. V. (kurz: ADFC) vertreten, um nur wenige zu nennen.

Den Organisatoren zufolge soll die Teilnehmerzahl sogar bis auf 18.000 Menschen gewachsen sein. Mit viel Kreativität brachten die Demonstranten ihre Anliegen zu Papier und zu Stoff!

Mit kunterbunten Fahnen und Plakaten, Kostümen und Bannern traten die Teilnehmer an den Start der Demonstration und setzten sich gegen Insektensterben, Tierleid in Riesenställen, zubetonierte Landschaften und den Verkehrskollaps ein. Sie forderten mehr Aufmerksamkeit von Seiten der Politik für ihre Anliegen in den Bereichen Naturschutz und Nachhaltigkeit. Dabei wurde sowohl die Debatte um die Rodung des Hambacher Forstes als auch die Thematik um die umstrittene Realisierung der dritten Startbahn am Münchner Flughafen aufgegriffen.

Ein vielfältiges Rahmenprogramm mit Musikern und Rednern sorgte für eine angeregte Stimmung in einer positiv gestimmten Atmosphäre.

Optimale Wetterbedingungen unterstützten die Demonstranten und trugen sicherlich zum friedlichen Ausgang der Demonstration bei.

Die autofreie Innenstadt - bald Realität?

Von Martin Glas

Lange Jahre schien es so, als würde der Münchner Stadtrat am Status Quo in der Innenstadt festhalten, was deren Erreichbarkeit mit Kraftfahrzeugen angeht: während man vor zwei Jahren die Durchfahrt für Radler am Marienplatz ohne vernünftige Alternative einfach dicht gemacht hat, wälzen sich immer noch Blechlawinen durch das "Tal" oder die Brienner Straße.

Nun brachte Oberbürgermeister Reiter zum Jahreswechsel 2018/19 auf einmal doch die "autofreie" Altstadt ins Gespräch: es sei offensichtlich, dass es ein "weiter so" nicht mehr geben könne, denn der tägliche Verkehr in der Münchner Altstadt

sei mit all seinen negativen Auswirkungen längst am Limit. Er wolle eine Diskussion in der Stadtregierung, der Verwaltung und der Bürgerschaft anstoßen mit dem Ziel, die Innenstadt zumindest weitgehend autofrei zu bekommen.

Als ADFC hören wir das natürlich gerne, denn so kann dort dem Rad- und auch dem Fußgängerverkehr deutlich mehr Platz eingeräumt werden. Dazu könnte die derzeit oft kaum vernünftig befahrbare Umgehungsroute des Stadtzentrums für Radfahrende via Hofgarten, Alfons-Goppel-Str. und Kustermannfahrbahn dann endlich eine gute Alternative darstellen.

Wir werden die Diskussionen jedenfalls aufmerksam verfolgen und uns aktiv darin einbringen. Insbesondere müssen die meisten Ziele in der Altstadt für alle Radfahrer sinnvoll erreichbar bleiben!



Radentscheid München



Von Andreas Groh

Leider trauen sich Stadt und Politik in München nicht, den Radverkehr deutlich und konsequent auszubauen. Daher ha-

ben ADFC, Bündnis 90/Die Grünen, GreenCity, ÖDP, Bund Naturschutz und Die Linke zusammen mit vielen anderen Organisationen das "Bündnis Radentscheid München" gegründet. Mit dem gemeinsam angestrebten Bürgerentscheid – in Anlehnung an andere Städte "Radentscheid München" genannt – soll die Situation für Radler*innen in München massiv verbessert werden und das Fahrrad einen gerechten Platz bei der Verteilung der Verkehrsflächen bekommen

Dies auch vor dem Hintergrund, dass Ende 2018 die "Radlhauptstadt" eingestampft wurde, weil man erkannte, dass man die damit verbundenen Erwartungen der Bürger*innen nicht erfüllen "konnte". In der Hoffnung, dass man sich so nicht länger der Häme der Radfahrer*innen und einer zunehmend negativen Medienberichterstattung ("Radlprovinzstadt") aussetzen müsse. Denn "leider" haben die Bürger*innen bemerkt, dass Wunsch und Wirklichkeit nicht zusammenpassen. Und das, obwohl man seit 2010 insgesamt knapp 8 Mio. Euro in die sehr gute Marketingkampagne und mittlerweile weltbekannte Marke "Radlhauptstadt" investiert hatte.

Die Verärgerung vieler Radfahrer*innen ist verständlich. Denn trotz jahrelanger Radlhauptstadt-Versprechungen wurde die Radinfrastruktur nur unzureichend verbessert und orientiert sich in erster Linie an den Bedürfnissen des Autoverkehrs. Maßnahmen oder Vorschläge für wesentliche Verbesserungen sind regelmäßig zum Scheitern verurteilt, sofern etwa durch Umwidmung von Kfz-Fahrspuren oder Parkplätzen auch nur geringe Einschränkungen für den Autoverkehr möglich erscheinen. Die Konsequenz dieser Politik zeigt sich

auch in der Entwicklung des Radverkehrsanteils, der – trotz Imagekampagne – die letzten Jahre kaum noch gestiegen ist.

2002	2008	2011	2017
10%	13,6%	17,4%	ca. 18%

Modalsplit Radverkehr¹⁾

Unsere Radinfrastruktur ist daher weiterhin ein ziemliches Flickwerk mit vielerlei Arten an Radverkehrsführungen, die auch gerne mal im Kreuzungsbereich einfach aufhören, weil etwa noch eine Auto-Abbiegespur "notwendig" ist. Radabstellplätze, etwa an ÖPNV-Haltestellen oder am Hauptbahnhof, sind Mangelware. In der Folge fühlen sich viele Menschen auf dem Fahrrad weder sicher noch wertgeschätzt und fahren daher auch kurze Strecken lieber mit dem Auto. Ein Teufelskreis, der zwingend durchbrochen werden muss.

Sicherlich ist die Radinfrastruktur in München besser als in vielen anderen Städten, in denen ebenfalls zu wenig für den Radverkehr gemacht wird. Und mehr als 18% Radverkehrsanteil schaffen derzeit auch nur die wenigsten großen Städte. Aber seit wann gibt sich München mit Mittelmaß zufrieden? Abgesehen davon stehen bei den Themen Verkehr, Luftreinhaltung und Klimawandel sehr große Herausforderungen an.

Aufgrund der stark wachsenden Stadt, der begrenzten Flächenreserven und der drohenden ganztägigen Dauerstaus kann die Mobilität der Menschen mittelfristig nur noch durch eine deutliche Verlagerung hin zu flächeneffizienten Verkehrsmitteln, also Fuß-, Rad- und öffentlichem Personenverkehr, gewährleistet werden. Dies ist auch im Interesse des Liefer- und Wirtschaftsverkehrs und der Menschen, die wirklich auf das Auto angewiesen sind. Die notwendigen Flächen hierfür müssen vom Autoverkehr kommen, weil dieser einen Großteil des Straßenraums belegt und zu Luftverschmutzung und Klimawandel beiträgt.

¹⁾ https://www.ris-muenchen.de/RII/RII/DOK/ SITZUNGSVORLAGE/2497925.pdf

Bekanntlich ist über die Hälfte der mit dem Auto zurückgelegten Wege kürzer als 5 km und damit perfekt fürs Rad geeignet. Um auch diese Zielgruppe vom Fahrrad im Alltag zu überzeugen, ist jedoch eine besonders aute Radinfrastruktur notwendia. So gut, dass dort auch Kinder und Senioren sicher und stressfrei mit dem Rad unterwegs sein können. Mit dem Radentscheid sollen daher durch die Münchner Bürger*innen konkrete Rahmenbedingungen für moderne und sichere Radinfrastruktur festgelegt und die Landeshauptstadt verpflichtet werden, diese bis zum Jahr 2025 durch kontinuierliche und geeignete Maßnahmen umzusetzen. Die genaue Fragestellung des Bürgerbegehrens befindet sich derzeit in der juristischen Prüfung und wird dann auf der Radentscheid-Webseite veröffentlicht



Auftaktaktion am 23. November 2018

Für das Bürgerbegehren müssen ab Frühjahr zunächst 3% der Münchner Wahlberechtigten (ca. 35.000) auf einer der Listen unterschreiben. Anschließend prüft die Stadt die rechtliche Zulässigkeit und gibt dem Stadtrat ggf. die Möglichkeit, dem Begehren zuzustimmen. Lehnt er ab, kommt es voraussichtlich im Herbst zum Bürgerentscheid. Für die Bewohner*innen der umliegenden Landkreise werden wir gesonderte Unterschriftenlisten führen, da diese formal nicht unterschreiben dürfen, obwohl sie oft auch von der Münchner Situation betroffen sind.

Durch die breit angelegte Kampagne sollen einerseits die mangelhafte Verkehrspolitik und an-

dererseits die gesamtgesellschaftlichen Vorteile von guter und moderner Radinfrastruktur kommuniziert und in die öffentliche Diskussion getragen werden.

Mitmachen: Jetzt Radlbotschafter*in werden!

Für einen erfolgreichen Radentscheid gibt es viel zu tun. Dafür brauchen wir Dich, als Radlbotschafter*in!

Wie kannst Du zum Erfolg beitragen?

- ⊙ IT-Kenntnisse einbringen!
- Kreativ texten und gestalten!
- Aktionen planen, die München in Atem halten!
- Und vor allem natürlich: Unterschriften sammeln!

Registriere Dich unter

www.radentscheid-muenchen.de und sei eine*r von heute schon über 500 Radlbotschafter*innen!

Unterstützen & Spenden!

Auch mit wenig Zeit kannst Du den Radentscheid München ganz nebenher unterstützen:

- Informiere Deine Familie, Freunde, Bekannte und Arbeits-/Studienkollegen und lass sie unterschreiben.
- Like & Teile unsere Beiträge und unsere Veranstaltung auf Facebook, Twitter & Co.
- Ein Bürgerbegehren kostet viel Geld. Mit einer kleinen (oder auch großen) Spende kannst Du uns dabei helfen:

IBAN: DE62 7015 0000 0904 1577 81.

Weitere Informationen unter www.radentscheid-muenchen.de



ADFC Bayern

Der ADFC Bayern blickt auf ein spannendes Jahr zurück und hat auch für 2019 viel vor

2018 war viel los beim ADFC Bayern: Im April wurde ich zur Nachfolgerin unseres langjährigen Landesvorsitzenden Armin Falkenheim gewählt und mit meinem Vorstandsteam habe ich mir



vorgenommen, die Interessen der Radfahrenden offensiv nach außen zu vertreten. Mit einer breit angelegten Öffentlichkeitsarbeit haben wir uns vorgenommen, den gescheiterten Traum von König Ludwig II, Bayern zu einem Radl-Land zu machen, endlich zu verwirklichen.

Zwar steht es nicht in unserer Macht, so wie der Kini es wohl geplant hatte, einfach ein königlich bayerisches Velo-Gesetz zu erlassen, aber wir haben den Parteien im Landtag und den Landtagskandidaten und Kandidatinnen deutlich gesagt, wo der Schuh aus unserer Sicht beim Radfahren in Bayern am meisten drückt. Denn das schönste Radverkehrsprogramm ist nicht mehr wert, als das Papier, auf dem es steht, wenn für das Erreichen der Ziele Geld und Personal fehlen und wenn nirgendwo steht, wie man diese Ziele denn erreichen will. Das ist beim "Radverkehrsprogramm Bayern 2025", das die Bayerische Staatsregierung Ende 2017 aufgelegt hat, leider der Fall. Vor allem stört uns, dass einheitliche und verbindliche Vorgaben dazu fehlen, wie gute Radinfrastruktur aussieht. So baut jede Kommune, was sie halt meint und das Ergebnis ist ein Flickwerk unterschiedlichster Radwegarten, die meist unterdimensioniert sind und viel zu oft im Nichts enden. Viele Menschen lassen das Radfahren deshalb lieber gleich bleiben. So bringen wir die Leute aber nicht aufs Rad!

Deshalb muss ein Rad-Gesetz her! Damit Radverkehrsförderung, wie in Berlin, endlich verbindlich wird und damit es bayernweit vorbildliche Radwege nach einheitlichem Standard gibt, wie z.B. in den Niederlanden. Und damit die Kommunen bei Planung und Bau von Radverkehrsanlagen und Stellplätzen nicht allein gelassen, sondern unterstützt werden.



Schon in persönlichen Gesprächen vor Beginn des Wahlkampfes haben wir bei vielen Parteien Gehör gefunden. Im Anschluss an die große Radsternfahrt des ADFC München im April 2018 haben wir unsere Forderungen öffentlich gemacht und mit Politiker*innen aller Parteien auf einem Podium diskutiert.





Die "Mia ham's satt!"-Demo am 6. Oktober haben wir als Mitveranstalter ebenfalls für unsere Forderungen genutzt.

Die Grünen und die SPD haben ein Rad-Gesetz schließlich in ihren Wahlprogrammen versprochen und bei unseren Wahlprüfsteinen gab es von noch mehr Parteien Unterstützung. Auch die nun in der "Bayernkoalition" mitregierenden Freien Wähler stehen einem Rad-Gesetz sehr aufgeschlossen gegenüber. Hubert Aiwanger hat sogar in der BR-Wahlarena gesagt, Bayern brauche unbedingt ein Rad(schnellwege)-Gesetz. Daran haben wir die FW zu den Koalitionsverhandlungen nochmal erinnert und siehe da: Jetzt steht die Radverkehrsförderung ausdrücklich im Koalitionsprogramm. Das erstaunt insofern, weil die CSU zuvor in all ihren Wahlprogrammen zwar Flugtaxis, ein bayerisches Raumfahrtprogramm und vor allem den MIV "als Rückgrat der Mobilität" gelobt hatte, den Radverkehr aber leider komplett vergessen hatte.

2019 werden wir mit den aktuellen politischen Vertreter*innen intensive Gespräche suchen und



uns weiter für bessere Radverkehrsbedingungen in Bayern einsetzen und kommunale Radentscheide unterstützen.

Neben all der verstärkten politischen Arbeit soll aber auch unsere zweite wichtige Säule, bestehend aus Radtourismus und Touren, nicht zu kurz kommen. Das neue ADFC-Radtourenportal kann das umfangreiche Tourenangebot des ADFCs noch bekannter machen und auch die Erstellung von Druckvorlagen für Tourenprogramme vereinfachen. Deshalb freuen wir uns sehr, wenn Ihr es rege nutzt.

Die Öffentlichkeitsarbeit soll generell noch weiter verbessert werden. Nachdem die ADFC-Landesgeschäftsstelle die bayerischen Kreisverbände nun schon seit über einem Jahr bei der Pressearbeit unterstützt und der Bundesverband seine Website verjüngt hat, wird der ADFC Bayern 2019 nachziehen und als erster Landesverband seine Website ebenfalls neu und moderner gestalten.

2019 steht außerdem ein Jubiläum an: Der ADFC wird 40 Jahre alt und möchte weiter wachsen, um die Interessen aller Menschen, die gerne öfter aufs Radsteigen (würden), noch besser vertreten zu können. Hierfür wird es 2019 eine Kampagne des Bundesverbandes geben, an der sich alle Kreis- und Landesverbände beteiligen können und sollen.

Und schließlich soll 2019 die Zielerarbeitungsphase des Verbandsentwicklungsprozesses abgeschlossen werden. Die wichtigste Maßnahme wird dabei sicherlich eine bessere und wertschätzende Kommunikation im Verband sein. Denn die erfolgreiche Arbeit unserer vielen Aktiven erfolgt fast ausschließlich ehrenamtlich und dieses Engagement soll auch Spaß machen. Denn wenn wir gute Laune haben, dann steckt das auch andere an, sich zu engagieren. Deshalb an dieser Stelle ein riesengroßes Dankeschön an all unsere Aktiven! Ohne Euch wären wir nicht da, wo wir heute sind!

Bernadette Felsch, Landesvorsitzende Radsternfahrt am 07. April 2019

Von Andreas Groh

Mit der ADFC-Radsternfahrt am Sonntag, den 07. April wollen wir den Forderungen des "Radentscheid München" (vgl. Seite 24) Nachdruck verleihen. Dazu möchten wir wieder Radfahrende aus der gesamten Metropolregion München und darüber hinaus zusammenbringen und die 5000 Teilnehmer vom letzten Jahr toppen! Bei Musik und guter Laune ein Event für Groß und Klein.

Zubringertouren

Mit gemütlichen Fahrradtouren aus der ganzen Metropolregion München geht es zu einem der vier Startorte in München. Ab dort können dann auch alle Münchner*innen mitfahren. Alle Details zu diesen Fahrradtouren stehen auf unserer Homepage.

Startorte in München

Aufstellung ab 12:30 Uhr.

- Schloss Nymphenburg (Vorplatz),
- ⊙ Studentenstadt (Christoph-Probst-Str.)
- Ostbahnhof (Friedenstr./Grafinger Str.)
- Westpark (Parkplatz Westendstr.)

Abfahrt um 13:00 Uhr. Von den Startorten radeln wir in polizeibegleiteten Demozügen mit gemütlichem Tempo zum Königsplatz.

Kundgebung am Königsplatz

Start gegen 13:45 Uhr. Mit großer Bühne, Bands und prominenten Gästen wollen wir am Königsplatz gemeinsam mit dem Bündnis "Radentscheid München" unsere Forderungen nach besserer Radinfrastruktur in München und dem Umland bekräftigen. Außerdem möchten wir natürlich möglichst viele Unterschriften für das Bürgerbegehren sammeln.

Fahrrad-Demo

Nach der Auftaktkundgebung radeln wir eine gemeinsame Runde in familienfreundlichem Tempo durch die Stadt. Zusammen mit allen Teilnehmern versuchen wir dabei eine ganz besonders spekta-



kuläre Herausforderung zu meistern. Lasst Euch überraschen! Ende am Königsplatz.

Unterstützung gesucht!

Der Erfolg der Sternfahrt hängt auch von Deiner Unterstützung ab:

- Bring Deine Familie, Freunde, Bekannte und Arbeits-/Studienkollegen mit.
- Like & Teile unsere Beiträge und unsere Veranstaltung auf Facebook, Twitter & Co.
- ⊙ Spenden geht schnell und hilft immer! IBAN: DE62 7015 0000 0904 1577 81
- ⊙ Melde Dich unter

sternfahrt@adfc-muenchen.de, wenn Du mithelfen möchtest.

Wir freuen uns auf Dich, denn nur gemeinsam sind wir stark! Beteilige Dich am Erfolg!

Aktuelle Informationen unter www.adfc-muenchen.de/sternfahrt

Ride of Silence am 15. Mai 2019

Von Andreas Groh

Weltweit wird an diesem Tag – in Gedenken an im Straßenverkehr getötete Radfahrende – für mehr Verkehrssicherheit für Radfahrende demonstriert. Nunmehr zum vierten Mal werden wir gemeinsam mit der ÖDP-Stadtratsgruppe und Teilnehmern der Critical Mass am 15. Mai den Münchner "Ride of Silence" veranstalten. Weiß gekleidet und schweigend werden wir einige Unfallstellen der letzten Jahre abfahren, Geisterräder aufstellen und Schweigeminuten abhalten.



Ort und Zeit werden noch bekannt gegeben. Die Geisterräder werden uns freundlicherweise wieder von der Werkstatt R18 aus Milbertshofen zur Verfügung gestellt. Für die Organisation suchen wir noch Unterstützung. Bitte melde Dich dazu unter ghostbikes@adfc-muenchen.de.

Aktuelle Informationen unter www.adfc-muenchen.de/rideofsilence

Erste Erfolge beim Thema Abbiegeunfälle

Unser beharrliches Engagement zeigt langsam Wirkung. Im April 2018 hat der Münchner Stadtrat endlich beschlossen ein neues Verkehrssicherheitskonzept aufzulegen und dabei den Grundsatz "Vision Zero" (= Null Verkehrstote) als oberstes Prinzip festzulegen. Der Grundgedanke dabei ist,

dass Menschen im Verkehr Fehler machen und das Verkehrssystem daher so gestaltet sein muss, dass diese nicht zu schweren oder gar tödlichen Unfällen führen. Bereits Ende November wurde dann die erste Stufe des neuen Konzeptes beschlossen. Die vielen Fahrrad-Themen darin sind ein klarer Erfolg unseres gemeinsamen Engagements. Wir danken allen, die uns dabei unterstützt haben und sich für die Sicherheit der Radfahrenden eingesetzt haben.

Auch in der Versicherungswirtschaft gibt es erste Erfolge. Denn mit den Ghostbikes haben wir das Thema Abbiegeunfälle vor knapp vier Jahren auch auf deren Tagesordnung gesetzt. In der Folge hat z.B. die Allianz ihre großen Datenbestände ausgewertet und festgestellt, dass es sich für Versicherungsnehmer bzw. Fahrzeughalter auch finanziell lohnt, einen Abbiegeassistenten einzubauen. Nicht, weil es so viele tödliche Unfälle gibt, sondern weil damit auch sehr viele Kleinunfälle vermieden werden. Auch wenn die anfänglichen Investitionskosten von 1000 € bis 3000 € pro Fahrzeug nicht ganz niedrig sind, lohnt sich daher der Kauf eines Abbiege-Assistenz-Systems schon allein aus betriebswirtschaftlichen Gründen. Im Rahmen des Flotten-Risikomanagements sollen die Unternehmen nun davon überzeugt werden.

Auch auf Europäischer Ebene gibt es erste Erfolge. Noch in diesem Jahr soll die neue allgemeine Sicherheitsrichtlinie der UN-Wirtschaftskommission beschlossen und anschließend von EU-Parlament und Rat übernommen werden. Aufgrund von Übergangsfristen dürften jedoch erst ab 2022/23 neu zugelassene Lkw ab 3,5 t verpflichtend mit einem (warnenden) Abbiegeassistenten ausgestattet sein. Allerdings (noch) ohne verpflichtende Notbremsfunktion, weil diese "technisch noch nicht ausgereift" sei. Eine Pflicht zur Nachrüstung bestehender Lkw ist jedoch weiterhin nicht vorgesehen. Das wäre zwar rechtlich möglich, aber wegen des "Bestandsschutzes" bestehender Zulassungen "schwierig durchzusetzen".

Trotz dieser Erfolge gibt es also noch viel zu tun.

Ring-Demo am 30. Juni 2019

Von Andreas Groh

Der Mittlere Ring ist **das** Symbol für den Autoverkehr in München: Steht dort der Verkehr, stockt einigen Politikern im Rathaus sofort der Atem. Radwege, die einfach aufhören, werden dagegen jahrelang problemlos ignoriert. Hauptsache "der" Verkehr fließt.

Bei der Ring-Demo am Sonntag, den 30. Juni, wollen wir gemeinsam mit dem "Radentscheid München" eine Runde auf dem (dann) autofreien Mittleren Ring drehen und uns für eine deutliche Verbesserung der Radinfrastruktur einsetzen. Damit die politische Aufmerksamkeit, die für den Autoverkehr seit Jahrzehnten selbstverständlich ist, endlich dem Radverkehr zugutekommt.

Die Demo ist wie immer bei Musik, guter Laune und entspanntem Tempo für die ganze Familie geeignet. Ort und Zeit werden noch bekannt gegeben. Für die Organisation suchen wir noch Unterstützung. Bitte melde Dich dazu unter ringdemo@adfc-muenchen.de

Aktuelle Informationen unter: www.adfc-muenchen.de/ringdemo

ADFC-Newsletter

Der ADFC München gibt mehrmals jährlich einen E-Mail-Newsletter heraus. Er enthält:

- Neuigkeiten über Fahrrad-Ereignisse in München
- Informationen zu ADFC Radtouren
- Berichte über unseren Verein.
- Meldungen und Meinungen zur Fahrrad-Verkehrspolitik in München
- u.v.m.

Der Newsletter geht an alle Mitglieder mit bekannter E-Mail-Adresse und Interessierte. Interesse? Einfach anmelden unter www.adfc-m.de/news

Neues verkehrspolitisches Programm des ADFC München

Von Martina Tollkühn

"Wohin radelt München?" Diese Frage stellt der ADFC München in seinem aktuellen verkehrspolitischen Programm, das die Forderungen an eine nachhaltige Verkehrspolitik neu formuliert. Seit der Erstveröffentlichung im Jahr 2008 haben sich viele Faktoren grundlegend geändert: Der Radverkehrsanteil in München erhöhte sich auf 18% und wächst weiter, Münchnerinnen und Münchner radeln häufiger und längere Strecken, viele treten das ganze Jahr über in die Pedale.



Mit der Elektrifizierung der Fahrräder geht es zudem rasanter zu auf den Radwegen. Und die erweiterten Nutzungsmöglichkeiten des Fahrrads – etwa als Lastenrad oder Kindertransportmittel – erfordern mehr Platz. Damit steht die Stadt vor neuen Herausforderungen. Der nur begrenzt verfügbare Verkehrsraum muss anders verteilt werden, wenn die sichere Integration des Radverkehrs in den Straßenverkehr gelingen soll.

In dem nun veröffentlichten 24-seitigen Programm geben wir in fünf Kapiteln Antworten auf die zentrale Frage: Wie kann die Landeshauptstadt bei einem derzeitigen Zuwachs von etwa 30.000 Einwohnern pro Jahr das erfreuliche Mehr an Radverkehr sicher bewältigen? Schon jetzt leistet der Radverkehr in München einen herausragenden Beitrag zur nachhaltigen Sicherung der Lebensqualität und zur Bewältigung ökologischer Pro-

bleme. In Zukunft muss dieser Beitrag noch größer werden. Im neuen verkehrspolitischen Programm erläutern wir, was aus unserer Sicht notwendig ist, damit Menschen häufiger, länger, sicherer und lieber auf dem Rad unterwegs sind. Dabei machen wir auch konkrete Vorschläge zu Infrastrukturmaßnahmen in der Landeshauptstadt, wie etwa zu Radschnellwegen, Radrouten ins Zentrum und innerstädtischen Querungen.

Das gedruckte Programm gibt es im Radlerhaus in der Platenstr. 4 und als PDF online unter www.adfc-muenchen.de/radverkehr/ verkehrspolitisches-programm/

Seit 3 Jahren für Radfahrer gesperrt: Der Marienplatz

Von Piter Waterstradt

Seit 3 Jahren ist der Münchner Marienplatz für Radfahrer gesperrt. Vorher verlief hier die Nord-Süd-Querung der Innenstadt. Dann wurde die Durchfahrt vom und zum Rindermarkt wegen der Baustelle am Hugendubel-Haus gesperrt, danach widmete die Stadt den gesamten Marienplatz zur Fußgängerzone um – gegen den Protest von Umweltverhänden und ADEC.

Doch bei einer Umfrage hatten sich viele Münchner mehrheitlich für eine Sperrung des Marienplatzes für den Verkehr ausgesprochen, was der Stadtrat als Stütze für seine Entscheidung nahm: Seither dürfen Radler den Platz nur noch zwischen 21 Uhr abends und 9 Uhr morgens auf dem Sattel überqueren. Die offizielle Radroute führt nun über den Viktualienmarkt und die Sparkassenstraße.

Diese Route ist aber eine Katastrophe. In dem sogenannten verkehrsberuhigten Bereich fahren Busse, Taxis, Lieferverkehr und PKW's, welche das Durchfahrverbot nicht beachten. Zusätzlich sind auf dieser Hauptroute durch die Innenstadt viele Fußgänger unterwegs, die eigentlich nicht mit Verkehr rechnen.



Warum macht man nicht mal eine Umfrage, ob die Bürger den Bus- und Taxiverkehr am Viktualienmarkt wünschen? Warum wird die Durchfahrtsstraße im Hinblick auf nichtberechtigte PKW nicht stärker kontrolliert?

Am Marienplatz hat die kommunale Verkehrsüberwachung im Sommer 2018 binnen 6 Wochen 814 Radler erwischt, diese mussten jeweils 15 Euro Strafe zahlen. Es wird im Schnitt dreimal die Woche kontrolliert.

Sicherlich kann man auch die Routenführung für Radfahrer mal ändern. Allerdings ist es so, dass dieser signifikanten Verschlechterung am Marienplatz innerhalb des Altstadtrings keine Verbesserung an anderer Stelle gegenüber steht. Die Gesamtsituation für Radfahrer innerhalb der Münchner Innenstadt ist dadurch schwieriger geworden. Und sie bleibt es auch. Planungen für eine Verbesserung der Situation in diesem Bereich für Radfahrer sind nicht bekannt.

Radeln rund um den Hauptbahnhof

Von Eva Irmler

Aus welcher Himmelsrichtung man sich dem Münchner Hauptbahnhof als Radler auch nähert, immer ist es schwierig bis (fast) unmöglich, sicher und vor allem stressfrei dort anzukommen. Selbst auf der Nordseite an der Arnulfstraße, die im Radlstadtplan offiziell als Route vom und in den Westen der Stadt verzeichnet ist, endet der Radweg auf Höhe der Paul-Heyse-Unterführung. Radfahrer müssen sich ab da den knappen Platz neben den Trambahnschienen mit den Autofahrern teilen, was zusätzlich noch durch die sich einfädelnden Taxis vor dem Nordausgang des Bahnhofs und die zahlreichen querenden Fußgänger verkompliziert wird

Noch schlimmer sieht es aus, wenn man von der Innenstadt her den Bahnhof erreichen möchte. Gleichgültig ob man die Altstadt im Norden oder im Süden umfährt, immer gilt es die vielspurige Sonnenstraße oder ihre Fortsetzung über Stachus und Maximiliansplatz zu queren, was an einigen wenigen Stellen immerhin halbwegs sicher möglich ist. Anschließend jedoch landet man im Norden beispielsweise in Elisen- und Luisenstraße, wo man sich ohne Radstreifen im meist dichten Autoverkehr zu behaupten hat. Im Süden sieht es nicht besser aus, wenn man etwa über Landwehr- und Goethestraße bis zum Südeingang des Bahnhofs radeln will, da erstere praktisch immer mit Autos verstopft und in letzterer der Radweg häufig zugeparkt ist oder Fußgänger achtlos darauf unterwegs sind

Hat man dann glücklich den Bahnhof erreicht und möchte sein Fahrrad sicher und womöglich auch noch trocken abstellen, steht man vor dem nächsten Problem. Momentan gibt es laut Stadtbauamt ca. 700 fest installierte Abstellplätze rund um den Hauptbahnhof, was bei schon im Jahr 2014 gezählten mehr als 1700 tatsächlich hier geparkten Fahrräder bedeutet, dass es eher unwahrschein-



lich ist, einen davon zu ergattern. Da sich zudem die Abstellflächen – soweit mir bekannt – allesamt im Freien befinden, ist ein vor Regen oder Schnee geschütztes Parken in keinem Fall möglich.

In den nächsten Jahren dürfte sich die Situation bei den Radl-Parkplätzen noch einmal deutlich verschärfen, weil im Zuge des Baus der zweiten S-Bahn-Stammstrecke und der geplanten Umbaumaßnahmen am Bahnhofsgebäude bis auf 122 Plätze alle momentan bestehenden weichen müssen. Die Stadt ist laut eigenen Angaben für diese Zeit auf der Suche nach geeigneten Ersatzstandorten.

Nach Fertigstellung des neuen Hauptbahnhofs und des zweiten S-Bahn-Tunnels soll dann alles besser werden – angesichts der Tatsache, dass dies voraussichtlich bis 2030 dauern wird, ist dies allerdings nur ein schwacher Trost.

Ein endgültiges Konzept gibt es zur Zeit zudem noch nicht, aber dem künftig zu erwartenden Bedarf von mindestens 3000 Abstellplätzen werde dann Rechnung getragen, heißt es. Unter anderem ist ein Fahrradparkhaus an der Arnulfstraße zwischen Paul-Heyse-Unterführung und dem Starnberger Flügelbahnhof im Gespräch.

Auch bei der Neugestaltung des Bahnhofsvorplatzes sollen die Interessen der Radler berücksichtigt werden. Eventuell werden Autos von dort komplett verbannt und eine Verbindung zu den Fußgängerzonen der Innenstadt hergestellt. Fahrradfahrer sollen aber in jedem Fall diese wichtige Nord-Süd-Achse weiter nutzen können. Beim hierfür, neben einer separaten Spur für Radler, angedachten "Shared-Space"-Modell wären Konflikte mit Fußgängern allerdings sehr wahrscheinlich, zumal am Hauptbahnhof naturgemäß viele Ortsunkundige unterwegs sind.

Zusammenfassend kann man also sagen, dass die momentane Situation für Radfahrer rund um den Münchner Hauptbahnhof äußerst unbefriedigend ist. Da außerdem zu befürchten ist, dass sich während der viele Jahre dauernden Bauarbeiten alles noch weiter verschlimmert, hält sich die Freude über die schönen Zukunftspläne der Stadt in argen Grenzen. Ein umfassendes Konzept, wie Radler gerade auch von der Innenstadt her den Hauptbahnhof sicher und bequem erreichen können, fehlt bis jetzt komplett.



Neu vorgestellt

Radhandschuh hilft gegen Einschlafen der Hände

Von Martina Tollkühn

Um Spaß am ausdauernden Radfahren zu haben, ist eine gute Ausrüstung unerlässlich. Radhandschuhe sorgen für einen sicheren Griff am Lenker. Sie dämpfen Stöße und im Fall eines Sturzes schützen sie und verhüten schmerzhafte Schürfwunden an den Handflächen. Und sie können verhindern, dass die Hände auf langen Ausfahrten zu schnell ermüden. Der Radhandschuh BioXCell von Chiba ist speziell so konzipiert, dass es nicht zum unangenehmen Einschlafen der Hände kommen soll.



Schmerzen und Taubheitsgefühle in den Händen beim Radfahren entstehen zu 90 Prozent dadurch, dass zu viel Druck auf den Ulnarnerv und Karpaltunnel lastet. Zudem irritieren die unnatürlich abgeknickte Handhaltung sowie Erschütterungen und Vibrationen die Sehnen und Nerven. Die anatomischen Gelpolsterungen am Handballen des BioXCell-Handschuhs sollen den Ulnarnerv und den Karpaltunnel schützen. Das hohe Gelkissen korrigiert die Handfehlstellung am Lenker und reduziert Vibrationen und Stöße. Weitere Funktionen des Radhandschuhs sorgen für viel Komfort: elastische Oberhandmaterialien für optimale Passform, Airvent-Belüftungssystem, extrem robuste Digital Carbon Fiber Innenhand für sicheren Griff. Frotteedaumen zum Schweißabwischen. Quick-Pull-Ausziehhilfe, Easy-Clip, waschbarbei 30 Grad. Unser Tipp: Handschuhe immer anprobieren und sie etwas weiter über die Hände ziehen als nötig. Wenn sie dann zwischen den Fingern nicht zwicken, stimmt die Passform.

Neuartiges Sicherheitspedal "magped"

Von Jan Piepenstock

Magped ist eine Alternative zu den bekannten Klick-Pedalen. Es ist ein Flat-Pedal mit Neodym Magneten, dazu eine magnetische Platte für Bikeschuhe mit SPD Aufnahme. Hersteller ist die österreichische Firma "magped".



Diese "magpeds" haben wir jetzt zwei Wochen ausführlich getestet:

Die Inbetriebnahme lief unkompliziert: Platte an Schuh geschraubt, kurz am noch nicht montierten Pedal die Magnethöhe mittels beigelegtem Werkzeug auf den individuellen Bikeschuh abgestimmt, Pedal ans Rad geschraubt - in 15 Minuten fertig.

Schon ging es los: Schuh auf das Pedal aufgesetzt - klack (nicht klick) - und der Schuh wurde vom Magneten angezogen und auf dem Pedal fixiert. Da das Pedal nur auf einer Seite magnetisch ist, auf der anderen Seite einem normalen Flat-Pedal entspricht, muss man sich hier kurz angewöhnen, den Fuß von hinten nach vorne auf das Pedal aufzusetzen, damit die Magnetseite zum Schuh schaut. Die Pins auf dem Pedal fixieren den Schuh stabil und verhindern ein Verdrehen des Fußes.

Natürlich gab es erst einmal vorsichtige Tests, wie man am besten den Fuß wieder vom Pedal löst. Wir waren der Meinung, dass eine leichte Drehbewegung der Ferse die leichteste Abstiegsvariante ist. Aber auch durch etwas festeren Zug nach oben kommt man gut vom "magped" wieder herunter. Niemals hatten wir das Gefühl, dass uns das Pedal nicht loslässt. Und auch nach den Erstversuchen hatten wir im folgenden, regulären Fahrbetrieb nie den Eindruck, dass wir nicht vom Pedal los-

kommen würden. Dafür spürten wir deutlich einen unvergleichlich besseren Halt auf dem Flatpedal. Wir testeten auf Teer, auf Forststraßen, leichteren Trails und Wiesen, der Halt war immer super, das gewollte Lösen vom Pedal nie ein Problem. Der Kraftaufwand vor allem bei steilerem Bergauffahren verteilte sich deutlich besser und die Laufruhe beim Treten wurde runder durch die Möglichkeit, das Pedal leicht mit nach oben zu ziehen.

Beim Abfahren – vor allem auch in unebenem Gelände - brachte uns der Magnet eine ungeheure Sicherheit. Kein verrutschen auf dem Pedal bei holprigen Streckenabschnitten. Der Fuß blieb immer fest mit dem Pedal verbunden. Und erforderte das Gelände doch einmal ein schnelles, unerwartetes Fußabsetzen, so war das ohne große Hakelei mit einer lockeren Drehbewegung problemlos und immer rechtzeitig möglich. Für uns ist dieses Pedal der perfekte Begleiter für den Radsport. speziell für das Tourenrad und das Mountainbiken im gemäßigten Schwierigkeitsbereich (Trailskala S1-S2). Und auch wenn man das Bike mal schieben muss, die Platte in der SPD Aufnahme des Schuhs stört wesentlich weniger als die meisten Klickvorrichtungen beim Gehen.

Unser Fazit: eine Technik, die begeistert. Sicherheit, Halt und Festigkeit sowie Verbesserte Kraftübertragung machen das Fahren mit dem "magped" zu einem gesteigerten Fahrradvergnügen!

Hier noch einige technische Details: Das Pedal gibt es in 3 Magnetstärken, mit 10 kg, 15 kg und 20 kg Zugkraft. 10 kg war uns zu wenig und ist vor allem für leichtere Personen und nicht fürs Geländebiken geeignet. 15 kg empfanden wir als perfekt, die 20 kg Variante konnten wir nicht testen, für "echte" Mountainbiker könnte das aber durchaus sinn-



voll sein. Das Pedalgewicht ist mit ca. 230 g pro Pedal gut zu akzeptieren. Das Pedal selbst ist mit 3 abgedichteten Kugellagern ausgestattet.

Der Hersteller plant für 2019 übrigens eine Downhill-Variante des Pedals mit beidseitigen, stärkeren Magneten und höhenverstellbaren Pins!

Neu:

Fahrradhelm-Beratung am Infostand

Von Martina Tollkühn

Ein Fahrradhelm kann vor schweren Verletzungen schützen. Er kann aber nur dann seine volle Schutzwirkung entfalten, wenn er richtig sitzt. Leider erfolgt diese nötige individuelle Anpassung an den Kopf beim Kauf nicht immer. Viele Radlerinnen und Radler wissen nicht, wie sie ihren oder den Helm ihrer Kinder optimal einstellen. Daher bietet der ADFC München ab sofort eine Helmberatung an den Infoständen bei Veranstaltungen an. ADFC-Experte Richard Kramschuster hat das Thema in einer Präsentation für die Aktiven aufbereitet und die Mitglieder des Event-Teams geschult. Einen Flyer mit allen Informationen im Überblick wird es ebenfalls zu Saisonbeginn geben.

Übrigens: Der ADFC setzt beim Thema Helmtragen auf Freiwilligkeit und weist darauf hin, dass die Sicherheit von Radfahrenden in erster Linie durch eine fahrradfreundliche Infrastruktur, ein niedrigeres Verkehrstempo, Schulterblick-Kontrollen und eine verbesserte Sicherheitstechnik für Lkw und Pkw bestimmt wird.



Gunda unterwegs – mehr als ein Reisebericht

Von Frich Wittmann

Viele von uns kennen unser aktives Mitglied Gunda Krauss. Jetzt hat Gunda ihre Lebensgeschichte in Buchform gebracht, wunderbar zu lesen

Ihre Raditour "mal eben" von München nach Rügen



hat Gunda bekannt gemacht. Nach zwei Hüft-OPs musste sie schweren Herzens ihr geliebtes Rennrad stehen lassen. Ein Dreirad namens "Easy Rider", um einen Motor ergänzt, erweist sich als optimale Alternative. Sie radelt los und lässt Sorgen und Alltag immer weiter zurück. So gewinnt sie Mobilität und Lebensfreude zurück, ihr Dackel Sauser macht alles im Körbchen mit

In klarer und lebendiger Sprache erzählt Gunda Geschichten aus ihrem Leben, zwischen der Nachkriegszeit und Berufstätigkeit zu einer Zeit, in der "Frauen mit gestutzten Flügeln fliegen", der Dreirad-Tour durch Deutschland, politischen Engagement und dem Wert großer Vorbilder.

Das Buch ist ein lesenswertes Zeugnis einer lieben Dame, dich ich vor 3 Jahren in der Arbeit mit der AG Asyl kennenlernen durfte. Auch hier hat sie sich mit vielen Ideen und klaren Ansagen eingebracht.

Ich wünsche Ihr alles Glück der Welt und natürlich einen Bestseller

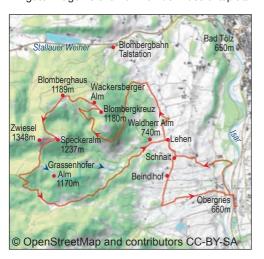


Eine aussichtsreiche MTB-Rundtour

Auf den Blomberg, den Tölzer Hausberg

Von Renate Brümmer und Burkhard Martens

Gestartet wird unsere Tour am Bahnhof der Baverischen Oberland Bahn (BOB) in Obergries, zwischen Bad Tölz und Lenggries. Wir biken zum Fußgängertunnel unter der Bundesstraße, danach überqueren wir die glasklare Isar auf der Fußgängerbrücke Richtung Arzbach und biegen auf den schönen Isarradweg Richtung Bad Tölz ab und folgen dem Weg etwa 1 Kilometer flussabwärts. Nun biegen wir nach Steinbach ab und radeln weiter auf der wenig befahrenen Asphaltstraße Richtung Wackersberg. Wir durchqueren die Weiler Schnait und Lehen. An der Pestkapelle geht es links wieder auf einen Forstweg und wir folgen diesem nach Norden bis zur Teerstraße. Gegenüber dem Lehrbienenstand biegen wir gleich wieder in den Forstweg zum Haigelkopf ab. Auf dem guten Schotterweg geht es ietzt mit bis zu 18% recht steil bergauf. Wir bleiben auf dem Hauptweg und folgen dem Wegweiser nach rechts zum Blombergkreuz/ Haiglkopf. Von der bequemen Bank beim Gipfelkreuz schaut man weit ins Alpenvorland. Der weitere Weg führt uns zur Bergstation der Seilbahn. An guten Tagen sieht man von der Aussichtsplatt-

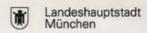




form sogar die kleine pyramidenartige Spitze des Großglockners. Nach der Bergstation geht es steil bergab zum beliebten Blomberghaus. Wer Ruhe genießen möchte und mit einfacher Brotzeit auskommt, dem sei die Speckeralm empfohlen, die in weiteren 10 Minuten erreicht wird. Hierfür folgen wir dem Fahrweg Richtung Blomberg Talstation nach Südwesten und biegen, bevor es bergab geht, links in den Wald Richtung Zwiesel ab. Kurz darauf teilt sich der Weg und wir halten uns links und erreichen nach weiteren 600 m die Speckeralm. Hier sitzt man sonnig, mit schönem Blick auf die Benediktenwand, ins Rofangebirge und sogar auf den Alpenhauptkamm, der entfernt am Horizont zu erkennen ist. Auf dem Zwiesel können wir einen noch schöneren Bergblick nach Süden genießen. Erreicht wird der Zwieselgipfel von der Speckeralm in gut 10 Minuten zu Fuß.

Der weitere Bikeweg verläuft südseitig am Zwiesel entlang Richtung Westen. Wir folgen immer den Schildern Waldherr Alm. Wer an dem beliebten Ausflugslokal nicht einkehren möchte, sondern lieber ein feines selbstgemachtes Bauernhofeis probiert, fährt auf Asphalt weiter über Lehen nach Schnait. Dort an der Kreuzung fahren wir geradeaus auf einen Wiesenweg Richtung Untermberg/ Beindlhof. Nach 600 Metern sind wir am Beindlhof mit dem besten Eis weit und breit. Für den Heimweg folgen wir dem Wiesenweg noch 900 Meter und erreichen den asphaltierten Längentalweg. Hier biegen wir links ab und fahren zum Isarradweg und auf dem bekannten Weg geht es zurück zum Bahnhof.

Dieser Tourenvorschlag wurde dem Buch "Der EMTB.Führer" (Band 1) von Renate Brümmer und Burkhard Martens entnommen.



Münchner Radlflohmarkt

im Zenith, Lilienthalallee 29

Samstag, 13. April 2019, von 10-16 Uhr

Verkauf, Gastronomie und Programm mit großer Fahrradversteigerung des städtischen Fundbüros

Freitag, 12. April 2019, von 16–21 Uhr Fahrradannahme



Ein Tourenprogramm für alle

Zu beachten bei unseren Tagestouren

Ob Genuss-, Fitness- oder Überzeugungsradler: Unser umfangreiches Tourenprogramm bietet für jeden etwas! Aus den verschiedensten Tourenideen entsteht Jahr für Jahr ein abwechslungsreiches Programm mit verschiedenen Themen und unterschiedlichsten Tourencharakteren. Sie werden von erfahrenen, ehrenamtlichen Tourenleiterinnen und Tourenleitern ausgearbeitet, getestet und geführt.

Unsere Touren sollen für alle entspannend und ein positives Erlebnis sein. Darum bitten wir um die Beachtung der folgenden Hinweise und Teilnahmebedingungen. Bitte beachten Sie auch die zusätzlichen Hinweise zu den verschiedenen Tourensparten und die speziellen Teilnahmebedingungen für mehrtägige Radtouren. (S. 62)

Einfach pünktlich zum Treffpunkt ⊙ kommen

Entscheiden Sie sich spontan! Sie können ohne Anmeldung an unseren Tagestouren*) teilnehmen, sofern im Programm nichts anderes vermerkt ist. Die Zeitangabe im Programm ist der verbindliche Tourenbeginn. Die Tourenleiter begrüßen die Gruppe, erledigen die Formalitäten und klären eventuelle Fragen.

Treffpunkt ist meist an S- oder U-Bahnhöfen. Sofern im Programm nichts anderes vermerkt ist, endet die Tour wieder am Startort. Am Wochenende und an Feiertagen ist die Fahrradmitnahme in U-und S-Bahnen ganztägig erlaubt (Fahrrad-Tageskarte). Die gemeinsame Nutzung von Gruppen-Tickets kann im Forum verabredet werden. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig auch über aktuelle Änderungen oder Störungen der Bahnen. Bei bekannten Streckensperrungen wird auch im Forum darauf hingewiesen.

Das Fahrrad sollte zur Tour passen

Mit dem Rennrad zur Rennradtour und mit dem Mountainbike zur MTB-Tour versteht sich von selbst. Doch welche Räder eignen sich für eine "normale" Tourenrad-Tour? Grundsätzlich kann mit jedem Rad, das der StVZO entspricht, sofern es für die jeweilige Tour geeignet ist, mitgefahren werden

Auch Fahrräder mit Elektrounterstützung, deren Antrieb bei 25 km/h abschaltet (Pedelecs) sind selbstverständlich bei allen Standard-Touren willkommen. S-Pedelecs (Antrieb bis 45 km/h, Nummernschild) gelten als Leichtkrafträder. Sie dürfen auf Radwegen nicht benutzt werden. Daher sind Sie für ADFC-Touren nicht geeignet. Weitere Hinweise bei der jeweiligen Tourensparte. Informationen für Tandemfahren finden Sie auf Seite 76.

Die richtige Tour für Fahrrad und Kondition

Neben Zielen und thematischen Aspekten wird der Charakter einer Tour insbesondere durch die Streckenlänge, das Tempo, die Wegbeschaffenheit und das Gelände bestimmt. Die Einteilung in Stufen verschafft einen Überblick über die zu erwartende Schwierigkeit. Zusätzliche Angaben ergänzen und präzisieren die Anforderung. Bei widrigen Verhältnissen fahren wir langsamer oder kürzen die Tour ab.

Was muss ich mitnehmen?

Auch wenn eine gemeinsame Einkehr geplant ist, empfehlen wir, etwas zu essen und ausreichend zu trinken mitzunehmen. Bitte denken Sie auch an passende Kleidung gegen Wind, Regen und Kälte sowie an Sonnenschutz.

Sicherheits-Check, Ausrüstung

Die passende Pumpe, Flickzeug, Ersatzschlauch und Werkzeug für kleinere Reparaturen sollten Sie dabei haben. Funktionierende Bremsen und Beleuchtung setzen wir voraus. Zu Ihrem eigenen Schutz empfehlen wir, einen Fahrradhelm und Radhandschuhe zu tragen.

^{*)} Bei Mehrtagestouren ist grundsätzlich eine Anmeldung erforderlich

Kurzfristige Änderungen, Hinweise, Absage von Touren

Wir bemühen uns, alle Touren wie angekündigt und bei fast jedem Wetter durchzuführen. Trotzdem müssen wir uns Änderungen vorbehalten. Änderungen, zusätzliche Hinweise oder wetterbedingte Absagen (bis 18 Uhr am Vortag) werden unter adfc-muenchen.de im Forum bekannt gegeben. Die Tour kann, z. B. bei unklaren Wetterprognosen, auch noch am Treffpunkt abgesagt oder verkürzt durchgeführt werden.

Dauer der Tour

Es gibt zwar einen verbindlichen Tourenbeginn, ein genaues Ende der Tour kann jedoch nicht angegeben werden. Eine Orientierung gibt die Einstufung in Ganztags-, Halbtags- oder Feierabendtouren. Bei Ganztagstouren wird meistens mittags eingekehrt.

Zusätzliche Touren

Neben den hier gedruckten Tourenangeboten werden auf der ADFC-Homepage zusätzlich Touren kurzfristig angeboten. Die Touren werden in der Tourenübersicht mit einem Hinweis auf kurzfristige Änderungen gekennzeichnet. Außerdem wird ein entsprechender Hinweis im Forum veröffentlicht.



Hier gab es eine kurzfristige Änderung

Rücksichtnahme - Fahren in der Gruppe

Fahren in der Gruppe macht mehr Spaß, erfordert aber besondere Aufmerksamkeit und Rücksichtnahme. Beachten Sie deshalb einen ausreichenden Sicherheitsabstand und bleiben Sie in der Spur. Vermeiden Sie plötzliches Anhalten und riskante Überholmanöver und beachten Sie die Vorgaben der Tourenleitung, es dient Ihrer Sicherheit und der Sicherheit aller Teilnehmer.

Miteinander – mit und ohne E-Unterstützung

Wer sich aufs Fahrrad schwingt und mit uns mitfahren möchte ist herzlich willkommen. Wir freuen

uns über jeden, der das Auto stehen lässt und in die Pedale tritt. Technische Unterstützung wird dabei immer selbstverständlicher: Der eine fährt mit Klickpedalen, der andere schwört auf Leichtbau, und der dritte lässt sich mit einem Elektromotor unterstützen. Das Miteinander und die gegenseitige Rücksichtnahme stehen dabei immer im Vordergrund. Pedelec-FahrerInnen müssen sich genauso wie SpeedfahrerInnen der Gruppe (und ausgeschriebenen Stufe) anpassen. Wer die Vorteile des ieweiligen Fahrradtyps so richtig ausspielen möchte, kann dies in den entsprechenden Tourensparten (z. B. bei MTB-, Rennrad-oder Pedelec-Touren) oder den passenden Stufen ausleben. Bitte haben Sie aber Verständnis dafür, dass auf Teilnehmer mit leeren Akkus nicht gewartet werden kann.

Teilnahmebedingungen

- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Es gilt die StVO. Für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer gilt die Straßenverkehrsordnung.
- Verkehrssichere R\u00e4der. Es versteht sich von selbst, dass wir nur Teilnehmer mit verkehrssicheren, der StVZO entsprechenden Fahrr\u00e4dern auf unseren Touren mitnehmen k\u00f6nnen.
- Kinder unter 14 Jahren werden nur in Begleitung eines erziehungsberechtigten Erwachsenen mitgenommen, diesem obliegt die Aufsichtspflicht. Über die Mitnahme von Kindern über 14 Jahren ohne Begleitung eines Erziehungsberechtigten entscheidet der Tourenleiter. Für Mehrtagestouren gelten eigene Bedingungen.
- Mitnahme von Hunden. Die meisten Touren sind nach ihrer Art und Umfang zur Mitnahme von Hunden nicht geeignet. Ausnahmefälle sind nur nach vorheriger Rücksprache mit dem jeweiligen Tourenleiter möglich. Bitte wenden Sie sich im Bedarfsfall an
 - Tagestouren@adfc-muenchen.de
- Tourenausschluss. Unsere Tourenleiter sind berechtigt, Teilnehmer in begründeten Fällen von der Tour auszuschließen.



Kostenbeitrag für unsere Tagestouren

Die Saisonkarte kostet 22,00 € und ermöglicht ADFC-Mitgliedern die kostenlose Teilnahme an allen Tagestouren*). Sie gilt für eine Saison (Anfang März bis Ende Februar des Folgejahres). Die Saisonkarte ist erhältlich im Infoladen. Sie kann

auch per E-Mail (eigene Anschrift angeben) bestellt werden. Dann bitte den Betrag von 22,00 € überweisen. (Bankverbindung siehe S. 82)

Die jeweiligen Kostenbeiträge ohne Saisonkarte entnehmen Sie bitten den Hinweisen zu den verschiedenen Tourenarten. Mitfahrer ohne Saisonkarte entrichten den Kostenbeitrag am Startpunkt. Wenn Sie Mitglied sind, bringen Sie bitte Ihren Ausweis (bzw. die Saisonkarte) mit.

- Pedelec-Schnuppertouren S. 14
- ⊙ Tourenrad-Tagestouren S. 42
- O Rennrad-Tagestouren S. 55
- ⊙ Rennrad-Feierabendtreff S. 57
- Mehrtagestouren S. 62

^{*)} Zusatzkosten wie Pedelec-Miete, Bahnkosten oder Eintritt sind nicht inbegriffen.



RADIUS BIKES MÜNCHEN

IM HAUPTBAHNHOF MÜNCHEN BEI GLEIS 32

VERLEIH

- City / Sport Bikes / E-Bikes Kinderräder
- Schloß + Korb + Stadtplan sind im Verleihpreis enthalten



WERKSTATT

- unsere Fahrräder werden ständig gewartet
- für Privaträder bieten wir einen 24 Std. Reparatur Service



TOUREN

- von April bis Oktober täglich um 10 Uhr:
 München entdecken
- individuelle Radtouren für Firmen, Schulen ...



www.radiustours.com



〒(089) 54 34 87 77 -30

Tourenrad-Tagestouren

Schwierigkeit, konditionelle Anforderungen

Ob Muskelkraft oder Akku – schätzen Sie Ihre Kondition und Akkukapazität realistisch ein. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie die Strecke auch bewältigen können, steigen Sie am besten erst mal bei einer niedrigeren Stufe oder bei Touren mit dem Hinweis "moderates Tempo" ein. In den Stufenbeschreibungen finden Sie zusätzliche Hinweise, die Ihnen die Einschätzung erleichtern.

Stufe Erläuterung ■□□□□ Gemütliche Spazierfahrt auf meist flacher Stecke ■■□□□ Leichte Radwanderung, die auch einige kurze Anstrengungen enthalten kann. Radtour in abwechslungsreichem Gelände in moderatem (Hinweis in der Beschreibung) bis zügigem Tempo, Kondition und Ausdauer nötig. ■■■■ Sportlich anspruchsvolle Tour. Gute Kondition und Ausdauer erforderlich. Aufgrund von Akkukapazität und Tempo für Pedelecs nur bedingt geeignet. Schwere herausfordernde Radtour Nur für konditionsstarke Radlerinnen und Radler mit viel Fahrpraxis. Aufgrund von Akkukapazität und Tempo für Pedelecs nicht empfohlen.

Das Tempo entspricht der Stufe und steigert sich von gemütlich (Stufe 1) über moderat und zügig bis hin zu sportlich (Stufe 4 u. 5) und variiert mit der Wegbeschaffenheit und den Steigungen. Wird in der Tourenbeschreibung auf moderates Tempo hingewiesen, entspricht das Tempo eher einer Stufe niedriger.

Wegbeschaffenheit, passende Fahrräder

Da wir auch immer wieder auf Feld-, Wald- und Wiesenwegen fahren, sind unsere Tourenrad-Touren für Rennräder in der Regel nicht geeignet. Das Fahrrad sollte mindestens mittelbreite Reifen

haben (Reifenbreite 32 oder größer). Ab Touren der Stufe 3 empfehlen wir eine Kettenschaltung mit mindestens 21 Gängen (3 * 7) oder eine gleichwertige Nabenschaltung. Von Rücktrittbremsen und Trommelbremsen raten wir ab.

Zusatzangaben zur Wegbeschaffenheit

Unsere Touren führen soweit möglich über verkehrsarme Straßen. Meist fahren wir auch auf gut befahrbaren Wald- und Feldwegen (bis ca. 30 %). Wenn nicht, weisen wir darauf hin:

- teilweise unbefestigte Wege: Ein erheblicher Teil der Strecke (ca. 30 – 50 %) kann über Wald- und Feldwege oder auch geschotterte oder andere "rustikalere" Wegqualitäten führen.
- überwiegend unbefestigte Wege: Die Tour führt überwiegend über Wald- und Feldwege, darunter auch geschotterte oder andere "rustikalere" Wegqualitäten.
- überwiegend Asphalt: Es werden fast ausschließlich asphaltierte Wege befahren.

Gelände

In der Regel entspricht das Steigungsprofil der angegebenen Stufe. Abweichungen werden wie folgt beschrieben:

- flach: Die Tour verläuft ohne nennenswerte Steigungen.
- hügelig: Die Tour enthält mehr meist moderate Steigungen und Abfahrten, als es der angegebenen Stufe entsprechen würde.
- Steigungen: Die Tour enthält steilere Steigungen und Abfahrten, als es der angegebenen Stufe entsprechen würde.

Sofern bekannt, werden zur zusätzlichen Orientierung Höhenmeter angegeben. Keine Angabe bedeutet, dass die Höhenmeter der jeweiligen Stufe entsprechen.

→ Streckenlänge ←

Die angegebene Streckenlänge ist ein Richtwert und kann auch mal ca. 10 % abweichen.

Kostenbeitrag

		Nicht-
	Mitglieder*)	Mitglieder
Ganztagstouren T 001 G	4,00€	9,00€
Halbtagstouren T 001 H	3,00€	7,00€
Feierabendtouren T 001 F	2,00€	5,00€

*) Für Green City-Mitglieder, Inhaber des München-Passes und Jugendliche gilt der Kostenbeitrag wie für ADFC-Mitglieder. In Kombination mit einer ADFC-Mitgliedschaft ist die Teilnahme für diese Personengruppe kostenfrei. Saisonkarteninhaber, Aktive im ADFC München und Kinder unter 14 Jahren zahlen nichts

Legende:

→ 70 km ← Tourlänge ✓ 500 m Höhenmeter

Treffpunkt, Abfahrtszeit

Neu:

Gemütliche Sonntagsrunden

Immer wieder sonntags... Radfahren kann so schön sein!

Lange zZZ ausschlafen, mit dem Rad zum Treffpunkt kommen und die Münchner Lässigkeit auf einer angenehm entspannten, gemütlichen Tour genießen. Was kann es Schöneres geben?

- keine Anmeldung nötig (wie bei fast allen Tagestouren)
- ⊙ jeden 1. und 3. Sonntag des Monats
- ⊙immer um 10:30 Uhr
- keine Steigungen
- Onicht länger als 40 km
- ⊙ bis zu 4 Stunden Fahrtzeit
- ⊙ nette Einkehrmöglichkeit zum Mittag
- ⊙ Tour führt immer zum Startpunkt zurück
- bei einigen Touren zum Abschluss Einkehr bei Kaffee und Kuchen

Neugierig, wo die Touren entlang führen? Einfach zum Treffpunkt kommen und mitradeln, dann wisst ihr es:-)

Kostenbeitrag

02.06.

16.06

T 101 G

10:30

10:30

Halbtags	stouren	T 001 H	Mitglieder*) 3,00 €	Mitglieder 7,00 €
Datum 05.05.	10:30	Treffpunkt Pasing Chinesisc		Tour T 113 H T 118 H

Mehr Informationen zu diesen und zu unseren übrigen Touren findet Ihr im folgenden Programm.

Großhadern

Deutsches Museum

Kissina

Sa 16.03.2019

→100 km **←**

09:00 Uhr; Freiham Bf (S8)

Saisoneröffnung, heisst's heute wieder mit dieser anspruchsvollen Tour in den Münchner Westen. Achtung, dieses Jahr wurde die Tour leicht verkürzt und der Startpunkt wurde nach Freiham verlegt. Leitung: Amedeo Tortora, Thomas Treyer

Seen und Flussauen im Norden T102H

Sa 23 03 2019 → 40 km ←

überwiegend unbefestigte Wege

 09:30 Uhr; Olympiaeinkaufszentrum Bf (U1/3), (OEZ). Hanauer Str. 68

Vom Haupteingang des OEZ in der Hanauer Straße geht es auf ruhigen Wegen und vorbei an Seen zunächst zum Heiglweiher, dann weiter entlang des Amperradwegs bis Dachau und schließlich durch das Schwarzhölzl mit seinem Aussichtshügel zurück nach Moosach.

Leitung: Manfred Plöckl, Klaus Reinthaler

Nicht-

T 127 H

T 136 H



Sportlesebrillen und mehr von Black Sun



Navi, Smartphone, Laufuhr und mehr wieder scharf sehen ohne Brillenwechsel! Mit ihren Wechselscheiben in braun, gelb und klar (alle mit Lesezone) löst die Eagle Five ihr leidiges Problem mit dem Lesen in der Nähe beim Sport.



NEU: komplett korrigierte und "normale" Radbrillen sowie innovative Handyhalter und Rückspiegel

inklusive Wechselscheiben, 3 Nasenbrücken, Kopfband, Mikrofaserbeutel und Etui

T 103 H

T 104 H

Zur Nußbaum-Ranch

Sa. 30.03.2019 → 30 km <

⊙ 13:30 Uhr; Thalkirchen (Tierpark) Bf (U3), Ecke Schäftlarn-/Tierparkstr.

Auf geht's zum beliebten Radler-Treff im Perlacher Forst, Tourenende: Stadion an der Grünwalder Straße

Leitung: Norbert Endraß, Anne Widmann

Sternfahrt 2019

So 07 04 2019

kostenfrei und ohne Anmeldung

verschiedene Startorte

Wir radeln aus der ganzen Metropolregion München entlang vieler verschiedener Strecken in die Landeshauptstadt. Wir finden uns zu immer größeren Demonstrationszügen zusammen.

Aktuelle Infos: www.adfc-muenchen.de/sternfahrt Leitung: ADFC München Sternfahrt

Der Leidensweg des Heiligen St. Emmeram

Do. 11.04.2019

→ 55 km <

✓ 210 m; überwiegend Asphalt

10:30 Uhr: Aving Bf (S7)

Im 7. Jh. hat man den Bischof auf grausame Weise "aus dem Weg geräumt". Wir fahren nach Kleinhelfendorf, dem Ort an dem er gemartert wurde, und weiter über markante Stationen seines Leidensweges (Feldkirchen, Aschheim, Oberföhring) zur Isar, wo er nach Regensburg überführt wurde. Die Tour endet am S-Bahnhof Englschalking. Leitung: Lothar Röth, Richard Roth

Unbekannte Schlösser

T 106 G

T 105 G

Fr. 19.04.2019

→ 70 km ←

moderates Tempo; überwiegend unbefestiate Wege

0 09:05 Uhr; Feldmoching Bf (U2, S1), Westseite Auf unserem Weg liegen die eher unbekannten Schlösser Haimhausen, Kammerberg und Waldeck. Nach der Mittagseinkehr in der Biotafernwirtschaft Hohenbercha statten wir auf dem Rückweg dem Dachauer Schloss und seinem Café noch einen Besuch ab.

Leitung: Manfred Plöckl, Klaus Reinthaler

Zwischen Isar und Sempt

T 107 G

Sa. 20.04.2019 → 75 km ←

- √ 150 m; moderates Tempo; teilweise unbefestigte Wege
- 09:15 Uhr: Haar Bf (S6)

Wir starten im Münchner Osten und radeln vorbei an Markt Schwaben ins Finsinger Moos. Am Ostende des Speichersees angekommen fahren wir nach Eicherloh und wechseln in das Erdinger Moos über. Nach halber Umrundung des Flughafens sind wir dann in Freising am Ziel angekommen.

Leitung: Andi Boscher, Thorsten Botschen

Ostern zu den Osterseen

T 108 G

Mo. 22.04.2019

→ 60 km <

- 10:20 Uhr: Wolfratshausen Bf (S7)

Beuerberg, Faistenberg, Promberg, Obereurach, Staltacher- und Fohnsee, Ostersee, Seeshaupt (Einkehr), Starnberger See, Ammerland, Weipertshausen, Wolfratshausen.

Leitung: Michael Schmidt, Ursula Hagedorn

Durch die Aubinger Lohe

T 109 F

Fr 26 04 2019 → 15 km < überwiegend unbefestigte Wege 16:30 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite

Die Aubinger Lohe ist wunderbar geeignet, um schnell der Stadtluft zu entfliehen. In der Waldund Wiesenlandschaft kann man sich aut vom Alltagsstress erholen. Die Tour endet in Lochhausen Bf nach einer Einkehr im Bienenheim.

Leitung: Monika Schmalz

√ 250 m:

Von Dachau zur Furthmühle

T 110 G

So. 28.04.2019 → 50 km ←

Anmeldung bis 24.04.2019 über:

www.adfc-muenchen.de/tt-anmeldung

Mühlenbesichtigung nur bei vorheriger Anmeldung Extrakosten: 3,50 € für Mühlenbesichtigung

11:00 Uhr; Dachau Bf (S2, DB) Ostseite

Wir fahren durch das Dachauer Hügelland zur Furthmühle. Wir sehen die Mühle in Betrieb und werden in die Geheimnisse der Mahltechnik eingeführt. Man fühlt sich durch das Knirschen der Mahlwerke und das Laufen der Förderbänder an längst vergangene Zeiten erinnert. In der Mühle besteht auch die Möglichkeit zu einem Imbiss -Brotzeit + Kaffee - Kuchen. Zurück fahren wir über Bergkirchen mit Biergarten und Bademöglichkeit. Rückkehr gegen 19 Uhr.

Leitung: Richard Roth, Lothar Röth

A Radler für Radler

in Verbindung mit einem Hauptgericht!

Einfach diese Anzeige ausschneiden und mitbringen, dann gibt's a Radlerhoibe dazua.



Hotel Gasthof Biergarten "Die Post" Andechsstraße 1 · 82211 Herrsching Telefon: 08152/396270



www.post-herrsching.de



- individuelle Beratung
- Verkauf von Fahrrädern, Pedelec's und Zubehör
- Reparatur aller Markenräder
- maßgeschneiderte Aufbauten nach Kundenwunsch
- Sonderumbauten bei speziellen Bedürfnissen
- Reiseradspezialist



Öffnungszeiten: Dienstag - Freitag 10 - 18 Uhr Samstag 9 - 13 Uhr



Jetzt wird's bunt!

Seit 2018 führen wir auch Manufakturräder der Firma MÜSING aus dem Westerwald.

Jedes MÜSING Rad wird genau nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen konfiguriert und von Hand in Ihrer Wunschfarbe beschichtet und montiert. MÜSING setzt auf Qualität – durch

- renomierte Rahmenhersteller
- hochwertige Anbauteile namhafter Hersteller
- robuste und langlebige Pulverbeschichtung



Build your dream



Alpenblick und Enzian

Mi. 01.05.2019

→105 km <

- 1150 m: teilweise unbefestigte Wege
- 09:00 Uhr; Geltendorf Bf (S4, DB)

Wir fahren auf ruhigen Straßen und Wegen am Ammersee entlang nach Herrsching und hinauf nach Andechs. Über Kerschlach geht's weiter in Richtung Süden und bei hoffentlich schönem Bergblick zum Riegsee. Mit etwas Glück können wir unterwegs in den Hochmoorwiesen des Breitfilzes blühenden Enzian bewundern. Die Tour endet in Tutzina.

Leitung: Gerhard Czaja, Hannelore Reisch

Gut Karlshof

T 112 G

T 111 G

Sa. 04.05.2019 → 40 km ←

teilweise unbefestigte Wege

0 09:00 Uhr; Johanneskirchen Bf (S8) Ostseite Wir besichtigen das Gut Karlshof - ein landwirtschaftlicher Betrieb der Stadtgüter München. Bei der Betriebsführung sehen wir den Stall mit den Ochsen für das Oktoberfest, die Biogasanlage, und wir werden zur Landwirtschaft mit Gewässerschutz informiert. Die Tour führt über den Speicherseedamm und das Erdinger Moos zum Betrieb bei Ismaning und endet nach später Mittagseinkehr in der Garchinger Mühle beim Aumeister.

Leitung: Erwin Hänel, Joachim Linden

Gemütliche Sonntagsrunde

T 113 H

So. 05.05.2019

→ 40 km ←

✓ 100 m; teilweise unbefestigte Wege

○ 10:30 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite

Gemütliche Sonntagsrunde mit Münchner Lässigkeit. 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.

Leitung: Wolfgang Becker, Thorsten Botschen

Bad Tölz und Reichersbeuern

T 114 G

So 05 05 2019

→ 70 km <

teilweise unbefestigte Wege 10:00 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

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.

Leitung: Michael Schmidt, Klaus Petri

Landshut und Umgebung

T 115 G

So. 12.05.2019

→125 km <

1300 m; teilweise unbefestigte Wege 08:30 Uhr; Poing Bf (S2), Südseite

Durch den nördlichen Teil des Ebersberger Forstes

radeln wir über Hohenlinden nach Isen. Schnurstracks nordwärts steuern wir direkt auf Landshut zu. Davor und danach sind zahlreiche Hügel zu bewältigen. Nach einem ausgiebigen Stadtrundgang bewegen wir uns oberhalb der Amper bis nach Freising.

Leitung: Andi Boscher, Thomas Edmüller

Dietramszell und Isartal

Fr. 17.05.2019

→ 60 km <

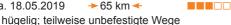
T116G

Wir fahren von Holzkirchen über Dietramszell nach Bairawies - Weißwurstfrühstück Über die Tattenkofer Brücke geht es weiter an Wolfratshausen vorbei durch die Pupplinger Au nach Schäftlarn. Hier Mittagsrast und Kirchenbesichtigung. Über Mühltal und Grünwald kommen wir zur Großhesseloher Brücke. Schließlich über die alte Strecke der Isartalbahn nach Thalkirchen.

Leitung: Richard Roth, Lothar Röth

Attenloher Filz Sa. 18.05.2019

→ 65 km <



T117G

⊙ 09:30 Uhr; Otterfing Bf (S3)

Wir nehmen Kurs auf das Tölzer Land. Hinter Dietramszell mit seiner Stiftskirche mogeln wir uns an Bad Tölz vorbei. Mit Blick auf die Alpen entdecken wir das Attenloher Filz und seine rötlichen Gräser.

Zu Mittag essen wir in Gaißach. Rückweg über Reichersbeuern und Kloster Reutbera. Leitung: Anton Scheppach, Henriette Dürr

Gemütliche Sonntagsrunde

T 118 H

So. 19.05.2019

→ 40 km ←



✓ 100 m: teilweise unbefestigte Wege

10:30 Uhr: Chinesischer Turm

Gemütliche Sonntagsrunde mit Münchner Lässigkeit. 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.

Leitung: Anton Kraus, Inge Heß

Von Otterfing auf die Baumgartenschneid

B 451 G

So 19.05.2019

→ 70 km ←

✓ 1050 m; teilweise unbefestigte Wege

09:30 Uhr; Otterfing Bf (S3) Westseite

Über das Tor zum Oberland Holzkirchen fahren wir auf kleinen Asphalt- oder Forststraßen nach Gmund. Den Tegernsee genießen wir bei einer stärkenden Brotzeit am Ufer, denn nun geht es den Prinzenweg steil bergauf. Die Forststraße ist jedoch recht gut fahrbar. Das Radldepot erreichen wir kurz unterhalb der Kreuzbergalm. Durch dichten Bergwald steigen wir nun zu Fuß auf einfachen



Bergwanderwegen unserem Ziel entgegen, der Baumgartenschneid 1448 m - ein schöner Aussichtsgipfel der bayrischen Voralpen (ca. 45 Minuten Aufstieg). Nach Abstieg auf gleichem Weg geht es kurz über einen Trail (wenige hundert Meter. kann geschoben werden) auf eine gute Forststraße mit flotter Abfahrt nach Breitenbach und Hausham. Ab Miesbach folgen wir der Mangfall und genießen noch einmal die oberbayrische Landschaft. Die Einkehrmöglichkeit in Kreuzstraße lassen wir uns so kurz vorm Ziel sicher nicht entgehen! Leitung: Stephan Pitzing, Dietmar Imhof

Zwischen Tegernsee und Mangfall

So. 19.05.2019 → 95 km <

stigte Wege

✓ 1200 m: moderates Tempo: teilweise unbefe-

○ 08:30 Uhr; Holzkirchen Bf (S3, BOB), West-

Zwischen Taubenberg und Kirchsee bewegen wir uns im Oberland auf die Alpen zu. Kurz vor Gmund wechseln wir in östliche Richtung und radeln am hügeligen und aussichtsreichen Alpenrand zum Leitzachtal, Durch Bruckmühl erreichen wir in Mangfallnähe Großhelfendorf.

Leitung: Andi Boscher, Thomas Trever

Wasserburg und Simssee

Mi 22 05 2019 → 90 km <

überwiegend Asphalt

10:00 Uhr; Zorneding Bf (S6)

Wir radeln Richtung Osten nach Wasserburg in der Innschleife; in der schönen Altstadt machen wir Mittagspause.

Danach geht's Richtung Süden dem Alpenpanorama entgegen. Entlang des Simssee erreichen wir Rosenheim. Rückfahrt mit der Bahn.

Leitung: Piter Waterstradt, Robert Wimmer

Staffelsee und Garmisch

Do. 23.05.2019 → 80 km <

überwiegend Asphalt

10:00 Uhr; Tutzing Bf (S6, DB)

Nach dem Start geht es über die Ilkahöhe Richtung Süden. Nach einer Pause am Staffelsee radeln wir durch das Murnauer Moos und das Loisachtal nach Garmisch, Rückfahrt mit der Bahn.

Leitung: Piter Waterstradt, Robert Wimmer

Orchideentour

T 122 G

T 120 G

T 121 G

Sa. 25.05.2019

→ 65 km <

teilweise unbefestigte Wege 0 08:15 Uhr; München Hbf (U, S, DB) Gleis 11-26

2. Startpunkt: 09:15; Mering Bf

Von unserem Startpunkt fahren wir entlang des



T 119 G

Lechs zu verschiedenen Standorten mit dann hoffentlich blühenden (keine Garantie!) Orchideen. Diese schauen wir uns genauer an und lassen sie uns erklären. Tourende ist in Geltendorf.

Leitung: Petra Meerwald, Manfred Plöckl

Lainbachtal bei Benediktbeuern T123G

So. 26.05.2019

→ 80 km <

Über Oberherrenhausen. Schwaighofen und Bad Heilbrunn fahren wir nach Benediktbeuern zum "Wildbachlehrpfad am Lainbach". Wir erhalten Informationen über erdgeschichtliche Entwicklungen seit der Eiszeit vor ca. 2 Mio. Jahren. Die Einkehr ist erst auf dem Rückweg in Bichl, deshalb Brotzeit mitnehmen.

Leitung: Michael Schmidt, Ursula Hagedorn

Von Wolfratshausen auf den Zwieselberg

So. 26.05.2019 → 75 km ←

B 452 G

- 1050 m: überwiegend Asphalt
- ⊙ 08:30 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

Wir erarbeiten uns den Tölzer Hausberg! Los gehts in Wolfratshausen, immer dem Loisachradweg folgend flach dahin und die Berge schon fest im Blick. Über Bad Heilbrunn nähern wir uns der Blombergbahn, und nun beginnt der anstrengende Teil. Steil zieht sich die Blombergschotterstraße nach oben, immer fieser wird der Anstieg. Da muss man schon beißen! Am Ausstieg oben lassen wir das Radl stehen und gehen zu Fuss in 20 Minuten auf einfachem Weg zum Gipfel des Zwiesel und belohnen uns mit einer grandiosen Aussicht. Nach optionaler Einkehr im Blomberghaus rollen wir hinab ins Tal und gen Tölz. Wir überqueren die Isar und bestaunen die Marktstraße, bevor wir uns Richtung Sachsenkam verabschieden. Ein Stopp im Kloster Reutberg darf nicht fehlen, bevor wir in Holzkirchen den ersten Endpunkt der Tour erreichen. Wer noch nicht genug hat, der fährt einfach mit bis zum zweiten Endpunkt in Deisenhofen (+20 km); zur Belohnung gibt es ein Eis nach schönem Abschluss im südlichen Münchner Landkreis.

Leitung: Stephan Pitzing, Dietmar Imhof



Bumbaur

T 124 G

Do. 30.05.2019 → 70 km < überwiegend Asphalt

○ 10:30 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite Beliebte Tour durch Dachau ins Dachauer Hinterland. Nach einem Blick in die üppig ausgestattete Rokokokirche des Klosters Indersdorf radeln wir zu meinem Lieblingsbauernhofcafé. Nach Kaffee, Kuchen, Brotzeit oder einem Bier aus der kleinen Hofbrauerei geht es wieder zurück.

Leitung: Anton Kraus, Markus Feneberg

Frühstückstour für FrühaufsteherT 125 H

Fr. 31.05.2019 → 30 km <

teilweise unbefestigte Wege ○ 07:15 Uhr; Freising Bf (S1)

Wir beginnen den Tag sportlich (aber gemütlich) in Freising mit einer Tour nach Erding, die wir dort mit einem schönen Frühstück ausklingen lassen.

Leitung: Monika Schmalz



T126 G

T128 G

Schaschlik-Tour

Sa. 01.06.2019 → 70 km ←

moderates Tempo; teilweise unbefestigte Wege 0 09:45 Uhr; Olympiazentrum Bf (U3), Südseite Gemütlich radeln wir in den Münchner Norden. Mittags gönnen wir uns ein Schaschlik in der dafür berühmten Wirtschaft (es gibt auch andere Gerichte!). Entlang der Amper erreichen wir den Olympiapark.

Leitung: Klaus Reinthaler, Myriam de Bellabre

Gemütliche Sonntagsrunde

T 127 H So. 02.06.2019 → 40 km <

√ 100 m

 10:30 Uhr: Deutsches Museum Innenhof Gemütliche Sonntagsrunde mit Münchner Lässigkeit. 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.

Leitung: Ernst Lürken

Zur Sonne

So. 02.06.2019 → 75 km <

✓ 200 m; teilweise unbefestigte Wege

Auf ruhigen Straßen über Maisach nach Mammendorf und zurück über Pfaffing zum Startpunkt. Leitung: Felix Anderski, Ursula Hagedorn

Rund um den Ebersberger Forst T129 G

Sa. 08.06.2019 → 75 km ←

09:30 Uhr; Haar Bf (S6)

Außen herum ist es abwechslungsreicher als mitten durch den Forst. Es geht auf beschaulichen Wegen durch schmucke Dörfer mit Mittagseinkehr am Ebersberger Aussichtsturm.

Leitung: Erwin Hänel, Klaus Reinthaler

Zum Finsinger Weiher

T 130 H

So. 09.06.2019 → 35 km ←

11:00 Uhr; Englschalking Bf (S8) Ostseite

In der Nähe des Speichersees im Münchner Nordosten befindet sich etwas versteckt ein schöner Badesee, Ein kleiner Kiosk mit Biergarten am See garantieren Gemütlichkeit pur. Die Auswahl an Speisen und Getränken stellt mit Sicherheit alle zufrieden. Lasst Euch diesen Geheimtipp nicht entgehen. Wir starten und beenden die Tour, die uns um den Speichersee herumführt, am S-Bhf Englschalking.

Leitung: Lothar Röth

Walchensee light

So. 09.06.2019 →110 km ←

Königsdorf, Bad Tölz, Wegscheid, Jachenau, nördlich am Walchensee, Urfeld (Einkehr), Kesselberg, Kochel, Großweil, Penzberg.

Leitung: Michael Schmidt, Klaus Petri

Berglwald

Mo. 10.06.2019 → 35 km ←

T 132 H

T 133 H

T 131 G

11:00 Uhr; Moosach Bf (U3,S1), Bunzlauer Platz In gemütlichem Tempo und auf ruhigen Wegen radeln wir in den Münchner Norden zur Waldwirtschaft Bergl. Dort ist eine Einkehr geplant, bevor es über Hochmutting zum Endpunkt Bahnhof Dülferstraße geht.

Leitung: Renate Steiger, Renate Mächtel

Flugwerft Schleißheim

Sa 15 06 2019 → 45 km ←

n**← ■■**□□□

100 m; überw. Asphalt; Eintritt Museum: 5,00 €;

○ 10:30 Uhr; Deutsches Museum Innenhof

Gemütlich radeln wir isarabwärts zur Flugwerft Schleißheim. Hier erwarten uns die Mittagspause und eine Führung in der Flugwerft. Anschließend geht's zurück nach München. Diese Tour endet am Eisbach beim Haus der Kunst.

Leitung: Ernst Lürken, Wolfgang Becker

Starnberger See und Roseninsel T134G

Sa. 15.06.2019

→ 60 km <

Anmeldung bis 07.06.2019 über:

www.adfc-muenchen.de/tt-anmeldung Fahrt mit der Fähre (Plätte) nur mit Anmeldung

Extrakosten: 4,00 €

⊙ 11:00 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

Wir fahren zum Starnberger See und besuchen die Roseninsel bei Possenhofen. Die Rosen können wir dort in voller Pracht bewundern. Anschließend weiter nach Tutzing Mittagsrast. Danach geht es nach Ambach (Badepause). Über Oberambach und Degerndorf mit grandiosem Alpenblick geht es zurück.

Leitung: Richard Roth, Lothar Röth

Die schönsten Radreisen in Berlin und Brandenburg Unsere aktuellen Angebote: Havelberg Geführte Radtouren Havelland-Rundtour durch das Havelland Rhinow Sterntouren Havelland, Havelradweg von der Quelle Potsdam, Berlin bis zum Mittellauf Märkische Landpartie: Rund um Berlin in 5 Etappen Havel, Oder, Spree, Berlin Berliner Mauerweg Rathenow Havelradweg vom Mittel-Fontanerundtour Premnitz lauf bis zur Mündung Dallgow-Döberitz Brandenburg aktiv reisen Werde Berlin-Brandenburg (Havel) Caputh Kostenfreier Katalog und weitere Informationen: www.aktiv-reisen-bb.de, Tel. (033 22) 25 60

Südrunde

T 135 G

Sa 15.06.2019

→ 65 km <

7 600 m

 10:30 Uhr; Taufkirchen Bf (S3) Ostseite Ludwigshöhe und Jasberg sind die schönsten Aus-

sichtspunkte südlich von München. Vielleicht fahren wir noch durchs Spatenbräufilz. Mittagseinkehr Zur Post in Egling, Ende der Tour in Neubiberg. Leitung: Erwin Hänel, Myriam de Bellabre

Gemütliche Sonntagsrunde

T 136 H

So. 16.06.2019

→ 40 km <

100 m

10:30 Uhr: Klinikum Großhadern (U6)

Gemütliche Sonntagsrunde mit Münchner Lässigkeit. 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.

Leitung: Michael Annetzberger

Zum Tegernsee

T 137 G

So. 16.06.2019

→ 90 km <

10:00 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

An der Isar entlang gelangen wir nach Geretsried. Der Weg führt uns weiter durch Dörfer und Weiler über Schaftlach an den Tegernsee. In Kaltenbrunn bei Gmund belohnen wir uns zur Mittagseinkehr mit einem traumhaften Blick auf das gesamte Tegernseer Tal. Dort stärken wir uns für weitere Höhenmeter. Über das reizvolle Marienstein geht es in Richtung Ellbach bei Bad Tölz und über Geretsried zurück nach Wolfratshausen. Leitung: Michael Schmidt, Klaus Petri

Schöner und wilder Münchner Norden

T139H

Do. 20.06.2019

→ 60 km <

T 138 G

✓ 180 m; überwiegend unbefestigte Wege

Schulen Westseite

durch das Hartelholz und das Naturschutzgebiet Mallertshofer Holz. Auf der Strecke gibt es immer wieder Trails durch Gras. Wiesen und Wälder, Am Hollerner See kehren wir um und fahren durch die Fröttmaninger Heide und den Englischen Garten zurück zum U-Bhf Studentenstadt. Leitung: Lothar Röth, Anton Kraus

Viele Wege im Münchner Norden sind noch un-

bekannt weil zum großen Teil wenig erschlossen.

Wir fahren vom Scheidplatz aus zur Panzerwiese,

EN SCHONSTEN RADWEGEN NEUSEELANDS UNTERWEG

Großartige Bergwelten,

Regenwälder, Seen-

und Flusslandschaften

Side tracks NZ

www.sidetracks.de

WWW 3.1

Sa. 22.06.2019 → 50 km <

Aktivreise mit Komfart

Max. 10 Teilnehmer

21 Tage Abwechslung pur

Waldwege, Wadlhäuser Gräben und Windräder, die umstrittenen neuen Starnberger Wahrzeichen. Die Highlights, die fast schon alles sagen, sind verbunden sowohl mit Schotter- und festen Waldwegen als auch radautobahnähnlichen Strecken. einigen km auf Straßen sowie einige Meter über feuchte Wege – es darf geschoben werden. Damit wir das Ende im Biergarten Waldheim redlich verdient haben, geht es auch etwas bergauf und bergab, aber alles in moderatem Tempo.

Leitung: Ernst Lürken, Thomas Treyer

Mariabrunn

T 140 H

So. 23.06.2019

→ 50 km <

⊙ 10:30 Uhr; Olympiazentrum Bf (U3), Südseite Etliche Prominente, darunter Sissi, Kaiserin von Österreich, Zar Alexander II von Russland und Baron von Rothschild aus Frankreich kurten in Bad Mariabrunn, um etwas für ihre Gesundheit zu tun. Wir eifern ihnen nach, indem wir zum ehemaligen Bad Mariabrunn radeln und es uns im schattigen Biergarten gut gehen lassen.

Rückfahrt zum Olympiagelände.

Leitung: Ernst Lürken, Monika Schmalz

Kochelsee

T141 G

So. 23.06.2019 → 80 km ←

hügelig; teilweise unbefestigte Wege 09:30 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

Auf dem Prälatenweg werden wir die Klosterkirchen Beuerberg und Benediktbeuern besuchen sowie die Naturschönheiten vom Loisachtal und Kochelsee genießen.

Leitung: Anton Scheppach, Felix Anderski

Zu den Quellen des Münchner Wassers

Do. 27.06.2019 → 5

→ 50 km ←

T 142 G

✓ 600 m; teilweise unbefestigte Wege

Anmeldung bis 13.06.2019 über:

www.adfc-muenchen.de/tt-anmeldung.Besichtigung des Wasserwerks nur mit Anmeldung (Besichtigung kostenlos!) Brotzeit für vormittags mitnehmen!

 10:00 Uhr; Holzkirchen Bf (S3, BOB), Ostseite Am besten BOB ab HBF 9:21 fahren

Wir fahren über Warngau auf den Taubenberg. Nach kurzer Rast geht es zum Wasserwerk der Stadt München. Dort Besichtigung. Weiter über Wall ins Mangfalltal nach Valley. Hier späte Mittagsrast. Zurück durch das Fichtholz nach Holzkirchen. Dort eventuell Besuch des Schwimmbades. Leitung: Richard Roth. Lothar Röth

Tour in die Schönau

T 143 G

So. 30.06.2019 → 60 km ←

teilweise unbefestigte Wege

⊙ 10:20 Uhr; Wolfratshausen Bf (S7)

Genuss pur im Alpenvorland mit Panorama, Baden im Moorweiher, ausgiebiger Einkehr in der Schönau im Café Kolb (Ente drei Tage vorher selber bestellen unter 08046-218), Öko-Landwirtschaft, Segelflughafen und zum Abschluss Kuchen am Campingplatz in Wiesen.

Leitung: Michael Schmidt, Ursula Hagedorn



individuelle Fahrräder für Alltag, Tour und Reise

Patria Velotraum Contoura Randonneure mit Rohloff Speedhub und GeBla-ROHBOX

Pedelecs mit Shimano STEPS 8000

089/44 14 01 48 - www.velothek.com - Milchstrasse 81667 München Tel



Rennrad-Tagestouren

Rennradtouren R 001 G , R 001 F oder R 001 H sind für sportliche Leute mit Rennrad und guter Kondition geeignet. Das Tragen eines Helmes wird dringend empfohlen. Eine Batterie-Beleuchtung ist für die eigene Sicherheit und wegen der StVZO mitzuführen.

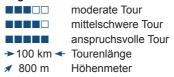
Die Rennradtouren werden in die Anforderungsstufen 3, 4 und 5 eingeteilt. Diese Stufen sind nicht mit den Stufen bei Tourenradtouren vergleichbar, da hier andere Geschwindigkeiten gefahren werden. Ein genaueres Abschätzen der konditionellen Anforderungen ergibt sich aus den Angaben zur Länge der Strecke und zu den Höhenmetern. In der Regel können Sie sich rund zwei bis drei Tage vor dem Termin unter www.adfc-muenchen.de/forum in der Kategorie Rennrad über das detaillierte Höhenprofil informieren.

Bitte informieren Sie sich dort auch am Vorabend der Tour ab 18:00 Uhr über etwaige kurzfristige Änderungen.

Kostenbeitrag

			Nicht-
		Mitglieder	Mitglieder
Ganztagstouren	R001G	4,00€	9,00€
Halbtagstouren	R 001 H	3,00€	7,00€

Legende:



Treffpunkt, Abfahrtszeit

Haspelmoor

Fr. 19.04.2019 → 110 km ←

≠ 500 m

 10:00 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite Eine Einrolltour in das Naturschutzgebiet im Landkreis Fürstenfeldbruck.

Leitung: Gerhard Ritzert, Detlef Boewing

Speichersee Rennrad

So. 28.04.2019 → 80 km ←

150 m

⊙ 10:00 Uhr; Richard-Strauss-Str. Bf (U4), Denninger Str.

Diese Tour ist als Einrollrunde für alle gedacht, die noch nicht so viele Kilometer gefahren sind, somit besonders für Einsteiger geeignet.

Wir verlassen München Richtung Poing und umfahren auf einem absolut flachen Rundkurs großzügig den Speichersee, nicht ohne einen Blick auf denselben mit seinen vielen Fischteichen zu werfen.

Leitung: Frank Rusche, Gerhard Ritzert

Falkenberg Mi. 01.05.2019

→ 90 km **←**

R 303 G

≠ 500 m

R 301 G

R 302 H

⊙ 10:00 Uhr; Mangfallplatz Bf (U1)

Zur Eröffnung der Rennradsaison fahren wir auf sehr ruhigen Straßen nach Falkenberg. Hier erholen wir uns von den ersten km des Jahres beim Mittagessen und genießen eine hoffentlich ausgezeichnete Weitsicht. Gestärkt geht es wieder zur Nußbaum-Ranch zurück.

Leitung: Anne Widmann, Norbert Endraß

Staffelsee und Riegsee

R 304 G

Sa. 04.05.2019 **★** 1300 m

05.2019 → 160 km ←

⊙ 09:00 Uhr; Thalkirchen (Tierpark) Bf (U3), Ecke Schäftlarn-/Tierparkstr.

Im Gebiet zwischen Starnberger See und Ammersee fahren wir nach Süden zum Staffelsee. An seinem Ufer und am Ufer vom Riegsee entlang geht es zur Mittagspause in der Höhlmühle. Über Wolfratshausen und bekannte Wege führt es zurück nach München.

Leitung: Henning Reinhard, Werner Nüßle



Zum Ammersee

R 305 H

Sa. 11.05.2019 → 85 km **←** **600** m

○ 10:00 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite

Leichte Tour durch den oberbayerischen Frühling zum Seehaus Schreyegg in Stegen. Dort gibt es eine schöne Biergartenbrotzeit und traumhafte Blicke auf See und Berge. Der Heimweg führt vorbei am Wörthsee und durchs Würmtal.

Leitung: Detlef Boewing, Günter Schwarz

Bauerbach

R 306 G

Sa. 18.05.2019 → 125 km < **₹** 850 m

Eine Tour um den Starnberger See. Von Pasing aus westlich über Andechs, am Kloster vorbei und über Kerschlach nach Bauerbach zum Mittagsstopp. Danach kurz am Starnberger See entlang bis Ambach, hinauf nach Degerndorf, Bachhausen, Schäftlarn und über die Olympiastraße zurück. Leitung: Frank Rusche, Hannelore Reisch

Kloster Reutberg am Kirchsee

R 307 G So. 26.05.2019 → 105 km <

○ 10:00 Uhr; Thalkirchen (Tierpark) Bf (U3), Ecke Schäftlarn-/Tierparkstr.

Über Grünwald, Thanning und Bairawies fahren wir zum Kirchsee und stärken uns im Klosterstüberl Reutberg. Über Linden und Oberbiberg geht's zurück nach Thalkirchen.

Leitung: Henry Schmidt, Dieter Würdig

Maria Birnbaum

R 308 G

Do. 30.05.2019

→ 125 km <

1100 m

 09:00 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite Über Oberbachern, Großberghofen und Langengern kommen wir zur Wallfahrtskirche, kehren im Schloss Blumenthal ein und kehren nach Pasing zurück

Leitung: Gerhard Ritzert, Dieter Würdig

Gerlospass

R 309 G

So. 02.06.2019 → 200 km <

√ 2500 m

O 06:45 Uhr; München Hbf (U, S, DB), Gleis 27-36

2. Startpunkt: 08:15 Uhr; Lenggries Bf

Wir fahren am Sylvensteinstausee und am Achensee vorbei ins Zillertal und dann über den Gerlospass. Mittersill und Kitzbühel zum Bahnhof in Kufstein.

Leitung: Andreas Müller, Josef Vetter

Fünf-Klöster-Tour

R 310 G

Mo. 10.06.2019 → 135 km < 1100 m

 09:00 Uhr; Pasing Bf (S, DB), Nordseite Über Germering und Germannsberg nach Grafrath, weiter zum kurzen Halt im Kloster St. Ottilien, über die A96 nach Finning zur Wallfahrtskirche Vilgertshofen und noch östlich oberhalb des Lechs in Reichling Mittagessen. Über Rott mit vollem Magen abwärts zum Kloster Wessobrunn, weiter nach Raisting und bei Mitterfischen hinauf zum Kloster Andechs (Bierpause?). Zurück über Gauting. Leitung: Frank Rusche, Bernhard Eller

Bairawies

R 311 G

Sa. 15.06.2019 → 100 km ← moderat

⊙ 09:00 Uhr; Thalkirchen (Tierpark) Bf (U3), Ecke Schäftlarn-/Tierparkstr.

Zum Anfang der Rennradsaison fahren wir auf fast autofreien Straßen nach Bairawies. Um etwas für die Kondition zu tun, erklimmen wir dabei kleine Steigungen. Die Einkehr ist in Dietramszell geplant.

Leitung: Norbert Endraß, Henry Schmidt

Ins schöne Tirol

R 312 G

Sa. 22.06.2019 → 175 km ←

✓ 2200 m; sportliches Tempo; Kosten für Bahnfahrt 10,00-12,00 €

Genauere Infos im RR-Forum ab 19.06.2019 ⊙ 07:20 Uhr; München Hbf (U, S, DB)

Start- und Endpunkt: Flintsbach am Inn. Drei knackige Anstiege, zwei herrliche Hochtäler und eine Mittagspause auf einer wunderschönen Terrasse am Pillersee versprechen eine ebenso anspruchsvolle wie reizvolle Tour ins österreichische Nachbarland. Leitung: Werner Nüßle, Henning Reinhard

Kloster Weltenburg

R313G

Sa. 29.06.2019

→ 165 km <

K313G

- 1000 m; anspruchsvolle Tour; Zusatzkosten Fähre ca. 8.50 €
- ⊙ 08:15 Uhr; München Hbf (U, S, DB)

2. Startpunkt: 09:00 Uhr; Freising Bf Wir fahren durch hügelige Landschaft über Abensberg nach Kelheim. Während der Überfahrt durch den Donaudurchbruch zum Kloster Weltenburg stärken wir uns für die Rückfahrt durch die Hallertau und über Vohburg zurück nach Freising.

Leitung: Henry Schmidt, Detlef Boewing

Rennradtreff am Mittwoch

Das Richtige für sportliche Leute mit Rennrad und guter Kondition; die Strecken führen uns durch die südliche Umgebung von München.

Das Tragen eines Helmes wird dringend empfohlen, ebenso sollten Sie eine Batterie-Beleuchtung dabei haben, einen Ersatzschlauch, Regenjacke und ausreichend Verpflegung.

Länge: 60 bis 90 km (je nach Tageshelligkeit)

Durchschnittsgeschwindigkeit

jeden 1., 3. und 5. Mittwoch bei 24 bis 26 km/h jeden 2. und 4. Mittwoch bei 26 bis 29 km/h

Treffpunkt: Thalkirchen (U3)

Kreuzung Schäftlarn-/Tierparkstr.

Kostenbeitrag

			Nicht-
		Mitglieder	Mitglieder
Rennradtreff	R 001 F	1,00€	3,00€

Tour	Datum	Zeit	Stufe	Leitung
R 351 F	08.05	18:00		Werner Nüßle
R 352 F	15.05	18:00		Frank Rusche
R 353 F	22.05	18:00		Henning Reinhard
R 354 F	29.05	18:00		Detlef Boewing
R 355 F	05.06	18:00		Gerhard Ritzert
R 356 F	12.06	18:00		Henry Schmidt
R 357 F	19.06	18:00		Norbert Endraß
R 358 F	26.06	18:00		Werner Nüßle

Wir freuen uns über Feedback oder Ihre Anregungen unter www.adfc-muenchen.de/forum, Kategorie Rennrad. Egal ob Rennradtreff oder Rennradtouren.

MTB Mehrtagestouren

In diesem Jahr veranstaltet der ADFC München im MTB Bereich auch 3 Mehrtagestouren.

- Auf den Spuren der Deutschland-Trails von Eichstätt bis Schwandorf (M 606 M) 30.Mai - 02. Juni 2019 (4 Tage);
 Details Seite 67
- Mit dem MTB nach Innsbruck (M 614 M)
 20. 21. Juli 2019 (2 Tage); Details Seite 70
- O Auf Traumpfaden durch das Dreiländereck (M 618 M)

25. - 30. August 2019 (6 Tage); Details Seite 72



Mountainbike-Tagestouren

Für die Teilnahme an den Mountainbiketouren sind ein geeignetes Mountainbike sowie ein Fahrradhelm erforderlich. Die Mitnahme von Handschuhen und wetterfester Bekleidung, sowie etwas Proviant wird empfohlen. Bei Bahnfahrten entstehen zusätzliche Kosten (z.B. anteiliges Bayernticket). Bitte informieren Sie sich am Vorabend der Tour ab 18:00 Uhr unter www.adfc-muenchen.de/forum. in

Bei den Mountainbiketouren wird zusätzlich zur konditionellen Anforderung (vgl. Seite 42) die Anforderung an die Fahrtechnik definiert:

der Kategorie Mountainbike über etwaige Ände-

MTB-Fahrtechnik Stufe 1

rungen.

Schotterwege, kleine asphaltierte Nebensträßchen und einfache kurze Pfade sind hier vorherrschend. Es gibt keine Tragestrecken, die Anstiege sind nicht allzu steil und technisch leicht und ebenso wie die Downhills für jede/n locker zu fahren. Allerdings sollten Sie bereits mit einem Mountainbike vertraut sein.

MTB-Fahrtechnik Stufe 2:

Für diese Touren ist ein gutes Beherrschen des Bikes unverzichtbar. Es sind längere Abschnitte auf Schotter- und Wanderwege zu meistern und auch kleine Stufen und Wurzeln sollten kein Hindernis darstellen. Schwierige Passagen beschränken sich auf wenige Meter. Die Downhills (manchmal auch die Uphills) sind teilweise auf Singletrails, kurze Schiebe- oder Tragestrecken sind möglich.

MTB-Fahrtechnik Stufe 3:

Wer hier mitfährt, sollte sein Bike auch in schwierigen Passagen beherrschen. Uphills und Downhills sind technisch anspruchsvoll auf Singletrails oder schwierigen Schotterpassagen. Längere Schiebe- oder Tragestrecken sollten Sie nicht abschrecken. Sie brauchen Kraft für steile Bergaufstrecken und Souveränität für technisch schwierige Passagen.

Kostenbeitrag

		Nicht-
	Mitglieder	Mitglieder
Mountainbike-Touren	5,00€	10,00€

Legende:

Schwierigkeitsstufe, z.B. 3

→ 65 km ← Tourenlänge ✓ 700 m Höhenmeter Treffpunkt

MOUNTAINBIKE-TAGESTOUREN

M 403 G

Einsteigertour

Sa. 13.04.2019 → 60 km ←

Sa. 13.04.2019 → 60 km ←

600 m; MTB-Fahrtechnik Stufe 1

 ○ 10:00 Uhr; Großhesselohe Isartalbahnhof Bf (S7)

M 401 G

M 402 G

Wir erkunden die Hügellandschaft um München. Hier kann man seine Frühjahrsform trainieren und sich für die Saison einfahren. Wir fahren zum Kloster Schäftlarn. In Deining werden wir einkehren. Leitung: Norbert Endraß, Michael Annetzberger

Trails im Fünfseenland

Sa. 27.04.2019 → 60 km ←

⊙ 10:00 Uhr; Weßling Bf (S8), Südseite

Zwischen Wesslinger- und Ammersee gibt es viele versteckte Trailschmankerl. Wir wollen einige davon erkunden. Konditionell und fahrtechnisch ist die Tour auch für weniger geübte Mountainbiker geeignet.

Leitung: Richard Kramschuster, Werner Enders

Auf Singletrails von Großhadern zur Ilkahöhe

Sa. 11.05.2019 → 80 km ←

1000 m; MTB-Fahrtechnik Stufe 2 Fahrrad muss im Kalkgraben getragen werden. überwiegend unbefestigte Wege

09:00 Uhr; Klinikum Großhadern Bf (U6) westl.
 Pvramide

Wir starten gleich in den ersten Singletrail. An den Instituten und Neuried vorbei geht es in den Forst Kasten. Am Waldrand liegende Trails bringen uns nach Gauting. Wir folgen den Würmtrails bis zum Aufstieg zum Golfplatz Rieden. Ab Neusöcking geht es auf Trails durch den Possenhofener Wald bis Feldafing. Pfaffenberg und Kalkgraben sind MTB-Trail-Highlights. Nach dem Deixlfurter See erreichen wir die Ilkahöhe, den Wendepunkt unserer Tour. In weitem Bogen über Traubing und den Maisinger See kehren wir zurück ins Würmtal nach Gauting und von dort zurück zum Startpunkt.

Leitung: Michael Annetzberger, Thomas Fandrich





Von Otterfing auf die Baumgartenschneid

So. 19.05.2019 → 70 km ←

B 451 G

M 404 G

⊙ 09:30 Uhr; Otterfing Bf (S3) Westseite

Über das Tor zum Oberland Holzkirchen fahren wir auf kleinen Asphalt- oder Forststraßen nach Gmund. Den Tegernsee genießen wir bei einer stärkenden Brotzeit am Ufer, denn nun geht es den Prinzenweg steil bergauf. Die Forststraße ist jedoch recht gut fahrbar. Das Radldepot erreichen wir kurz unterhalb der Kreuzbergalm. Durch dichten Bergwald steigen wir nun zu Fuß auf einfachen Bergwanderwegen unserem Ziel entgegen, der Baumgartenschneid 1448 m - ein schöner Aussichtsgipfel der bavrischen Voralpen (ca. 45 Minuten Aufstieg). Nach Abstieg auf gleichem Weg geht es kurz über einen Trail (wenige hundert Meter, kann geschoben werden) auf eine gute Forststraße mit flotter Abfahrt nach Breitenbach und Hausham. Ab Miesbach folgen wir der Mangfall und genießen noch einmal die oberbavrische Landschaft. Die Einkehrmöglichkeit in Kreuzstraße lassen wir uns so kurz vorm Ziel sicher nicht entgehen! Leitung: Stephan Pitzing, Dietmar Imhof

Rund um Freisina

Sa. 25.05.2019 → 60 km <

überwiegend unbefestigte Wege

○ 09:45 Uhr; Freising Bf (S1)

Wir erkunden die Moränenlandschaft nördlich von Freising. Zunächst geht es leicht ansteigend Richtung Westen bis Kranzberg und zum gleichnamigen See. Danach über ein ständiges Wechselspiel von Anstiegen und Abfahrten auf unterschiedlichen Untergründen gen Osten. Zurück an der Isar zum Ausgangspunkt. Mittagsrast im Biergarten und Kaffee oder Eis am Ende der Tour. Eine nette Runde zum Saisonstart.

Leitung: Werner Enders, Klaus Staudinger

Von Wolfratshausen auf den Zwieselbera

So. 26.05.2019 → 75 km <

⊙ 08:30 Uhr: Wolfratshausen Bf (S7)

√ 1050 m: überwiegend Asphalt

B 452 G

Wir erarbeiten uns den Tölzer Hausberg! Los gehts in Wolfratshausen, immer dem Loisachradweg folgend flach dahin und die Berge schon fest im Blick. Über Bad Heilbrunn nähern wir uns der Blombergbahn, und nun beginnt der anstrengende Teil. Steil zieht sich die Blombergschotterstraße nach oben, immer fieser wird der Anstieg. Da muss man schon beißen! Am Ausstieg oben lassen wir das Radl stehen und gehen zu Fuss in 20 Minuten auf einfachem Weg zum Gipfel des Zwiesel und belohnen uns mit einer grandiosen Aussicht. Nach optionaler Einkehr im Blomberghaus rollen wir hinab ins Tal und gen Tölz. Wir überqueren die Isar und bestaunen die Marktstraße, bevor wir uns Richtung Sachsenkam verabschieden. Ein Stopp im Kloster Reutberg darf nicht fehlen, bevor wir in Holzkirchen den ersten Endpunkt der Tour erreichen. Wer noch nicht genug hat, der fährt einfach mit bis zum zweiten Endpunkt in Deisenhofen (+20 km): zur Belohnung gibt es ein Eis nach schönem Abschluss im südlichen Münchner Landkreis.

Leitung: Stephan Pitzing, Dietmar Imhof

Trails am Lech

Sa 29.06.2019 → 60 km < M 405 G

überwiegend unbefestigte Wege Zusätzliche Kosten für Bahnfahrt:

Bitte Brotzeit mitnehmen, keine Mittagseinkehr O 08:15 Uhr; München Hbf (U, S, DB) Gleis 27-36

Auf dieser Tour begleiten wir den Lech ab Peiting bis Landsberg entweder auf dem Lech-Radweg oder auf naturnahen Flusspfaden. Am Nachmittag werden Trailfreunde auf ihre Kosten kommen. Bei Landsberg verlassen wir den Lech und drehen in Richtung Geltendorf ab. Von dort aus geht's mit der Bahn zurück nach München.

Leitung: Werner Enders, Klaus Staudinger



Auf der Smaragdstraße in Slowenien und Friaul	26. April bis 02. Mai 2019	T601 M
Genußradeln nach Straubing	27. bis 28. April 2019	T602M
Durch Unterfranken zwischen Main und Haßberge	04. bis 08. Mai 2019	T603M
Rupertiwinkel	16. bis 19. Mai 2019	T604M
Karwendeldurchquerung	25. bis 27. Mai 2019	T605M
Deutschland-Trails von Eichstätt bis Schwandorf	30. Mai bis 02. Juni 2019	M606M
Böhmisches Paradies "Český Ráj"	01. bis 06. Juni 2019	T607 M
Vom Lago Maggiore in die Luganer Voralpen	08. bis 15. Juni 2019	T608M
Pfaffenwinkel und Ostallgäu	20. bis 23. Juni 2019	T609M
Kocher-Jagst-Radweg	22. bis 26. Juni 2019	T610M
Kärnten - Zwischen Maltatal und Slowenien	05. bis 09. Juli 2019	T611 M
Nockalm Panoramastraße - Kärntner Burgen & Seen	05. bis 09. Juli 2019	T612M
Tiroler Hochalpentäler	13. bis 17. Juli 2019	T613M
Mit dem MTB nach Innsbruck	20. bis 21. Juli 2019	M614M
LauterTäler	20. bis 23. Juli 2019	T615M
Ins Blaue Land	02. bis 05. Aug. 2019	T616M
Wilder Schwarzwald mit Rad, Kanu & Grubenlampe	10. bis 17. Aug. 2019	T617M
Auf Traumpfaden durch das Dreiländereck (MTB)	25. bis 30. Aug. 2019	M618M
Über den Gaviapass an die Südtiroler Weinstraße	25. bis 31. Aug. 2019	T619M
Flüsse, Bahntrassen und Aussichten in Luxemburg	05. bis 09. Sept. 2019	T620M
Alpentäler rund um den Zeller See	13. bis 16. Sept. 2019	T621M
Berchtesgadener- und Salzburger Land	20. bis 22. Sept. 2019	T622M
Finale Pedale del Mediterraneo	05. bis 12. Okt. 2019	T623M
Finale Pedale del Mediterraneo	05. bis 12. Okt. 2019	T623M

Mehrtagestouren



Unsere Radreisen bieten die Möglichkeit, in kleinen Gruppen einen geführten Radurlaub zu genießen. Das Angebot umfasst Touren unterschiedlicher Dauer und Schwierigkeit und richtet sich sowohl an RadlerInnen mit sportlichem Anspruch als auch an kulturell Interessierte und GenussradlerInnen.

Hinweise zu den Leistungen

In der Regel übernachten wir in gutbürgerlichen Gasthöfen oder Hotels (in Einzel- oder Doppelzimmern) und das Frühstück ist im Preis inbegriffen. Die Einzelzimmer sind in begrenzter Anzahl gegen Aufpreis (EZ-Zuschlag) buchbar. Sollte für einen Teilnehmer, der einen Platz im Doppelzimmer gebucht hat, kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner zur Verfügung stehen, übernimmt der ADFC die Mehrkosten für eine Unterbringung im Einzelzimmer. Je Tour können zusätzliche Leistungen angeboten werden wie z.B. Gepäcktransport. Dies ist aus der jeweiligen Tourenbeschreibung zu entnehmen.

Anforderungen an Mensch und Fahrrad

Für Mehrtagestouren gelten die gleichen konditionellen Anforderungen (Stufen) wie bei den Tagestouren:

Stufe Erläuterung

Leichte Radwanderung, die auch einige kurze Anstrengungen enthalten kann.

Radtour in abwechslungsreichem Geliande; das Tempo ist moderat bis zügig (siehe Tourbeschreibung); Kondition und Ausdauer nötig; (+): längere Anstiege

Sportlich anspruchsvolle Tour; gute Kondition und Ausdauer erforderlich; (+): län-

gere Anstiege

Zu berücksichtigen ist, dass an mehreren Tagen in Folge geradelt wird und dass die angegebene Stufe einen Mittelwert darstellt. Einzelne Etappen können durchaus einmal eine Stufe höher ausfallen - natürlich wird das durch eine moderatere Fahrweise abgemildert. Zum Erfahrungsaustausch und zur Vorbereitung empfehlen wir die Teilnahme an unseren Tagestouren. Detaillierte Informationen und Hinweise zu den Anforderungen stehen unter www.adfc-m.de/mtt. Bei widrigen Verhältnissen fahren wir langsamer oder kürzen die Tour ab.

Das Fahrrad muss in technisch einwandfreiem Zustand sein und der StVZO entsprechen (Beleuchtung erforderlich!). Es sollte mindestens mittelbreite Reifen haben (Reifenbreite 32 oder größer), da teilweise auch auf Wald- und Feldwegen gefahren wird. Für Touren ab Stufe 3 wird eine Kettenschaltung mit mindestens 21 Gängen (3 * 7) oder eine gleichwertige Nabenschaltung, für Touren ab Stufe 4 eine Kettenschaltung mit mindestens 27 Gängen (3 * 9) empfohlen. Rücktritt- und Trommelbremsen sind für die Teilnahme an unseren Mehrtagestouren ungeeignet.

Für "Neulinge", aber auch für den einen oder anderen "alten Hasen"

Die ADFC-Tagestouren sind eine gute Gelegenheit, uns TourenleiterInnen kennenzulernen, Erfahrungen auszutauschen und noch den einen oder anderen "Kniff" dazuzulernen. In unserem "Tourenund Bilderarchiv" (www.adfc-m.de/mtt/archiv) im Internet kann man herrlich stöbern und vorab Eindrücke von unseren Radreisen gewinnen.



Anmeldung und Buchung

Die Reisen sind exklusiv für ADFC-Mitglieder. Informationen zur Mitgliedschaft finden sich unter:

www.adfc.de/mitgliedschaft.

Reiseanmeldung können auch im Internet auf www.adfc-m.de/mtt sicher durchgeführt werden. Nach der Anmeldung wird innerhalb weniger Tage eine schriftliche Anmeldebestätigung per Post oder Email verschickt.

Teilnahmebedingungen

Am 01.07.2018 trat ein neues EU-Pauschalreiserecht in Kraft, deshalb mussten wir unsere Teilnahmebedingungen anpassen. Die detaillierten Hinweise und Bedingungen für Reisen des ADFC München e.V. sind auf der Rückseite des Anmeldeformulars ersichtlich und können im Internet www.adfc-m.de/mtt oder im Radlerhaus eingesehen werden

Radreiseunterlagen

Etwa drei Wochen vor Reisebeginn erhält jede(r) TeilnehmerIn detaillierte Unterlagen mit Informationen zur An- und Abreise, zum Programm sowie auch Tipps und Hinweise für die Reisevorbereitung.

Buchungszeitraum

Der ADFC arbeitet mit Hoteliers und anderen Dienstleistern zusammen. Um unseren Partnern Planungssicherheit zu geben, müssen wir rechtzeitig wissen, ob eine Reise die notwendige Teilnehmerzahl erreicht. Daher sind die ADFC-Radreisen bis ca. 4 Wochen vor Reisebeginn entsprechend der Verfügbarkeit buchbar. Nach Ablauf der angegeben Buchungsfrist geben wir die endgültige Anzahl der Teilnehmer an unsere Partner weiter. Buchungen nach der Buchungsfrist sind daher nicht möglich!

Stornierung einer ADFC-Radreise

Die Stornierung einer Radreise kann ohne Angabe von Gründen jederzeit schriftlich oder per Email an reise@adfc-bw.de erfolgen. Die Zusendung der schriftlichen Stornierungsbestätigung (inkl. Stornierungsrechnung) erfolgt innerhalb weniger Tage per Post, die Kosten können somit ggf. bei einer bestehenden Reiserücktrittsversicherung eingereicht werden.

Miteinander – mit & ohne E-Unterstützung

Wer sich aufs Fahrrad schwingt und mit uns mitfahren möchte ist herzlich willkommen. Wir freuen uns über jeden, der das Auto stehen lässt und in die Pedale tritt. Technische Unterstützung wird dabei immer selbstverständlicher: Der eine fährt mit Klickpedalen, der andere schwört auf Leichtbau, und der dritte lässt sich mit einem Elektromotor unterstützen. Das Miteinander und die gegenseitige Rücksichtnahme stehen dabei immer im Vordergrund. Pedelec-FahrerInnen müssen sich, genauso wie SpeedfahrerInnen, der Gruppe (und ausgeschriebenen Stufe) anpassen.

Datenschutz

Die Daten, die Sie bei Ihrer Anmeldung angeben, werden zur Abwicklung der Radreise gespeichert. Zur reibungslosen Durchführung werden einzelne Daten verschlüsselt an unsere Reiseleiter, Hotelund Transportpartner weitergegeben.

Auf der Smaragdstraße in Slowenien und Friaul

26. April bis 02. Mai 2019

7 Tage → 50-85 km

buchbar bis 06.03.2019 für 7-12 Personen Preis: 679,00 €, EZ-Zuschlag 109,00 €

Unsere Tour führt uns von Villach über Tarvisio und das Bergwerksdorf Raibl (Besichtigung) zum Predil (1156 m), der Grenze zwischen Italien und Slowenien. Nach einer langen Abfahrt folgen wir der Soča bis zu ihrer Mündung in die Adria. Dazwischen wartet die Tolminer Klamm auf uns. Über Grado und Cormons geht es anfangs flach, später hügelig in die slowenische Toskana und weiter ins Friauler Voralpenland. Ein langer Anstieg auf den Kolovrat wird mit einer schönen Abfahrt belohnt. Entlang der Flusses Natisone kommen wir wieder ins Friaul. Zur Provinzhauptstadt Udine sind es am letzten Tag nur noch wenige Kilometer.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 6 Übernachtungen mit Frühstück
- 5 Quartiere
- 2 Gepäcktransporte
- Führung Bergbau Cave de Predil
- Besichtigung Tolminka Klamm
- O Leitung: Bernhard Haas, Thomas Edmüller

Genußradeln nach Straubing

27. bis 28. April 2019

19

T 602 M

2 Tage → 60-70 km

buchbar bis 27.03.2019 für 6-12 Personen Preis 149,00 €, EZ-Zuschlag: 20,00 €



Nachdem wir einen kurzen Blick auf die Altstadt von Landshut geworfen haben, geht es durch sanftes Hügelland nach Neufahrn/Niederbayern. Von dort führt uns der Labertal-Radweg fast ständig leicht abfallend nach Straubing mit seiner imposanten Innenstadt. Nach der Übernachtung im mehrfach für seine Küche ausgezeichneten Akzenthotel Murrer fahren wir auf dem Donauradweg durch Auenlandschaft vorbei an der Walhala in die Domstadt Regensburg. Weitestgehend flache, ideale Einsteigertour mit kulturellen und kulinarischen Höhepunkten und interessanten Erkenntnissen zur bayrischen Geschichte.

Leistungen

T 601 M

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 1 Übernachtung in Straubing mit Frühstück
- Führung durch Straubinger Innenstadt durch Tourenleiter
- Leitung: Manfred Plöckl, Wolfgang Becker

Durch Unterfranken zwischen Main und Haßberge

T 603 M

04. bis 08. Mai 2019

5 Tage

→ 60-95 km

buchbar bis 03.04.2019 für 6-12 Personen

Preis: 379,00 €, EZ-Zuschlag: 99,00 €



Überwiegend im östlichen Mainfranken sind wir in einem strukturreichen Landschaftsmosaik mit vielen unterschiedlichen Biotopen unterwegs. Die erste Etappe startet moderat entlang des Mainradweges in Kitzingen. An den folgenden Tagen erleben wir Natur pur inmitten dieser Kulturlandschaft. Unsere Strecken führen vom Standquartier in Schweinfurt sowohl durchs Fränkische

Weinland als auch in die Hügellandschaft der Haßberge. Zahlreiche Feuchtwiesen und Trockenrasen wechseln sich mit historischen Ortschaften ab. Auf dem Programm steht die Mainschleife bei Volkach sowie der "Deutsche Burgenwinkel" mit einer großen Dichte an Burgen und Schlössern. In der Residenzstadt Würzburg lassen wir die Tour ausklingen.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 4 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 Standquartier in Schweinfurt
- O Leitung: Andi Boscher, Anton Kraus

Rupertiwinkel

16. bis 19. Mai 2019

4 Tage → 60-75 km

buchbar bis 17.04.2019 für 6-10 Personen Preis: 279,00 €, EZ-Zuschlag 50,00 €



Unsere Tour führt uns von Ampfing in den östlichen Teil des Chiemgaus zum Rupertiwinkel, der lange Zeit die Grenze zwischen den Bistümern Freising und Salzburg war. Wir überqueren bei Kraiburg den Inn. Vom Tachinger See ist es nicht mehr weit zu unserem Standquartier in Waging. Die herrlichen Fuizn, Seen, Täler und Hügel bieten eine abwechslungsreiche Landschaft mit schönsten Ausblicken, die wir immer wieder genießen können. Einen kulturellen Höhepunkt stellt die Führung durch Deutschlands größte Höhlenburg in Stein an der Traun dar. Die Tour endet in Wasserburg (Bahnhof in Reitmehring).

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 1 Standquartier in Waging
- © Führung Felsenburg Stein an der Traun
- O Leitung: Bernhard Haas, Petra Meerwald

T 605 M

Karwendeldurchquerung

25. bis 27. Mai 2019

T 604 M

3 Tage → 85-115 km

buchbar bis 24.04.2019 für 6-12 Personen

Preis: 249,00 €, EZ-Zuschlag: 50,00 €

Diese Tour ist für Freunde des Radelns abseits gängiger Tourenradwege. Wir durchqueren das Karwendelgebirge überwiegend auf Schotterwegen. Beginnend in Holzkirchen fahren wir Richtung Österreich zur Kaiserklamm mit Ziel Achensee. Auf Teerbelag starten wir morgens zum kleinen Ahornboden. Die Mittagspause ist im Karwendelhaus geplant. Von Scharnitz aus beginnt der letzte Tag mit einer Exkursion zum Isarursprung bevor wir die Tour Richtung Walchensee fortsetzen. Durch die Jachenau fahren wir zum Tourenende in Wolfratshausen. Die Etappen sind so geplant, dass an steilen und rustikalen Abschnitten geschoben werden kann. Tipp: Wenig Gepäck mitnehmen.

Leistungen

- ⊙ 2 Übernachtungen mit Halbpension
- 2 Quartiere
- Leitung: Thomas Edmüller, Rüdiger Chmiel



Auf den Spuren der Deutschland-Trails von Eichstätt bis Schwandorf M 606 M

30. Mai bis 02. Juni 2019

→ 60-80 km 4 Tage MTB-Fahrtechnik 2 buchbar bis 17.04.2019 für 6-10 Personen Preis: 339,00 €, EZ-Zuschlag: 60,00 €

Nur auf Singletrails des Altmühl- und Naabtals von Eichstätt bis Schwandorf, ist das möglich? Nicht ganz, aber fast 90% der Gesamtstrecke (ca. 230 km) fahren wir auf Trails und Singletrails. Start ist Eichstätt Bahnhof und übernachtet wird in Beilngries, Bad Abbach und Burglengenfeld. Wir genießen superflowige Singletrails, stellen uns aber auch den Herausforderungen knackiger Anstiege. Dazu lernen wir z.T. versteckte Trailpassagen kennen und müssen unsere Fahrtechnik der MTB-Stufe 2 auf Wurzelpassagen und steilen Abfahrten unter Beweis stellen. Es bleibt auch immer wieder Zeit für einen genussvollen Blick in herrliche Täler oder zum Besuch einer am Weg liegenden Burg.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- 3 Quartiere
- Leitung: Michael Annetzberger, Thomas Trever

Böhmisches Paradies "Český Rái"

01. bis 06. Juni 2019

T 607 M

→ 45-105 km 6 Tage

buchbar bis 01.05.2019 für 6-12 Personen Preis: 415,00 €, EZ-Zuschlag: 85,00 €



Das böhmische Paradies liegt im Nordosten Tschechiens. Es bezaubert durch eine Fülle von Naturschönheiten und historischen Denkmälern. Der Mittelgebirgszug ist geprägt durch bizarre Sandsteinformationen, romantische Felsenstädte sowie erloschene Vulkane und wurde zum UN-ESCO Global Geopark ernannt. In paradiesischer Landschaft entdecken wir oft verborgene dunkle Seen und Burgen. Dabei ist das Wahrzeichen des Český Ráj die Burg Trosky, die uns eine Stippvisite wert ist. Untergebracht sind wir im schmucken Städtchen Jičín, das wir nach einer kürzeren Etappe auch besichtigen können. Unsere An- und Abreise legen wir in zwei kurzen Strecken aus dem Großraum Prag zurück.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 5 Übernachtungen mit Frühstück
- Standquartier in Jičín
- O Leitung: Andi Boscher, Hannelore Reisch

Vom Lago Maggiore in die **Luganer Voralpen**

T 608 M

08. bis 15. Juni 2019 8 Tage → 50-60 km

buchbar bis 03 04 2019 für 7-12 Personen Preis: 815,00 €, EZ-Zuschlag: 130,00 €



Wir starten im Tessin und "erfahren" per Rad die Höhenrücken zwischen Lago Maggiore und Comer See. Nach dem Traumpass Alpe di Neggia geht es ins idyllische Valle Intelvi, von hier aus führen uns Touren auf die umgebenden Berge und zum Balcone di Italia. Herrliche Ausblicke auf die oberitalienischen Seen und umliegenden Alpengipfel entlohnen uns für kurze, aber steigungsreiche Touren auf weitgehend verkehrsarmen Straßen.

Über Porlezza erreichen wir das verschlafende Val Cavargna. Den letzten Tag genießen wir im mediterran anmutenden Lugano, geprägt durch Blumen, Villen und wunderschöne Parks.

Leistungen

- ⊙ Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- ⊙ 7 Übernachtungen mit Frühstück
- 4 Quartiere (3 ÜN in San Fedele d'Intelvi)
- 1 Gepäcktransport
- O Leitung: Heike Scholz, Anton Scheppach

Pfaffenwinkel und Ostallgäu

20. bis 23. Juni 2019

4 Tage → 50-85 km

buchbar bis 15.05.2019 für 7-12 Personen Preis: 249,00 €, EZ-Zuschlag: 50,00 €

Über die Hardtkapelle, Peißenberg und Hohenpeißenberg radeln wir von Tutzing nach Peiting. Eine Feierabendtour am Lech entlang beschließt den ersten Tag. Landschaften und Ausblicke vom Feinsten begleiten uns auf der Tour über die Wies zum Forggensee, nach Bernbeuern und Schongau. Ins Ostallgäu zu einem malerisch gelegenen Weiher bei Seeg führt die dritte Tour, zurück geht's über Lechbruck. Am Mittag des letzten Tages starten wir nach einer vormittäglichen Spritztour auf den Hohenpeißenberg zur Heimfahrt über den Windachspeicher nach Geltendorf.



Leistungen

T 609 M

- Hin- und Rückreise per S-Bahn inkl. Rad
- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 Standquartier in Peiting
- Leitung: Erwin Hänel, Klaus Reinthaler

Kocher-Jagst-Radweg

22. bis 26. Juni 2019

5 Tage → 60-80 km

buchbar bis 22.05.2019 für 6-12 Personen

Preis: 369,00 €, EZ-Zuschlag: 95,00 €

Radlparadies an den Zwillingsflüssen! Fast parallel fließen Kocher und Jagst in Richtung Neckar. Auf unserer Genießertour radeln wir ausschließlich auf den dicht an den Flüssen gelegenen Radwegen. Wenige Höhenmeter, nur am 4. Tag, unserem kürzesten Radltag, einige Steigungen.

T610 M



Durch Wiesen und Wälder, vorbei an Weinbergen kommen wir auch in sehenswerte Altstädte, wie Aalen und Schwäbisch Hall. Auch einige Schlösser und Klöster liegen am Weg. Das Wichtigste ist Kloster Schöntal mit dem Grab von Götz von Berlichingen. Immer mit Zeit zum Schauen, Mittags-, wenn möglich, Kaffeepause!

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 4 Quartiere
- O Leitung: Anton Kraus und Wolfgang Becker

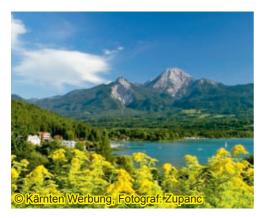
Kärnten – Zwischen Maltatal und Slowenien

05. bis 09. Juli 2019

T611 M

5 Tage → 55-80 km

buchbar bis 05.06.2019 für 8-13 Personen Preis: 595,00 €, EZ-Zuschlag: 70,00 €



Wir starten oben auf dem Katschberg und radeln ins Maltatal. Es zählt wegen seiner prächtigen Wasserfälle und Wildbäche zu den schönsten Tälern Kärntens. Danach geht es über den Millstätter See in den Süden Kärntens in die Nähe des Faaker Sees. Am Ossiacher See können wir unsere Fahrräder mit in die Gondel nehmen, die uns zum bekannten Gerlitzen Gipfel bringt. Die Aussicht und die Abfahrt sind ein Traum. Ein Ausflug nach Slowenien in die Julischen Alpen bietet noch mehr Alpenpanorama. Von Klagenfurt am Wörthersee treten wir die Rückfahrt an.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bus inkl. Rad
- 4 Übernachtungen mit Halbpension
- 2 Quartiere (3 ÜN Nähe Faaker See)
- 1 Bergbahnfahrt inkl. Fahrradmitnahme
- 1 Gepäcktransport
- Leitung: Piter Waterstradt, Thomas Treyer

Nockalm Panoramastraße – Kärntner Burgen & Seen

T612 M

05. bis 09. Juli 2019

5 Tage → 35-90 km

buchbar bis 05.06.2019 für 8-12 Personen Preis: 499.00 €. EZ-Zuschlag: 60.00 €

Beginnend auf der Katschberghöhe radeln wir zunächst in die Nockberge. Dort entlang der äußerst reizvollen Panoramastraße entdecken wir eine herrliche Natur mit Almhütten, Wiesen, Blumen und Gräsern. Wir besichtigen ausgiebig die große Burganlage Hochosterwitz und schauen mit guter Aussicht ins Kärntner Land. Auf der Gerlitzen genießen wir auf 1900 Meter etwas "Höhenluft". Eine kurvenreiche Abfahrt ist der Lohn für die bezwungenen Höhenmeter. Wir nähern uns schließlich der Seenlandschaft der Nockberge, machen einen kurzen Abstecher zur Burgruine Landskron und schauen hinunter auf den Ossiacher See. Entlang des Wörthersees erreichen wir zum Abschluss Klagenfurt.



Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bus inkl. Rad
- O 2 Quartiere (1 ÜN in Innerkrems, 3 ÜN in Feldkirchen)
- Besichtigung der Burg Hochosterwitz
- 1 Gepäcktransport
- Leitung: Gerhard Czaja, Thorsten Botschen

Tiroler Hochalpentäler

13. bis 17. Juli 2019

→ 60-115 km 5 Tage buchbar bis 12.06.2019 für 6-12 Personen

Preis: 465.00 €. EZ-Zuschlag: 60.00 €

In eine der höchsten Tiroler Alpenregionen führt uns diese Tour. Vom zentralen Ausgangspunkt in Imst radeln wir zu den eindrucksvollen Berg- und Gletscherwelten des Pitztals, des Ötztals sowie des Kaunertals mit den Highlights Ötztaler und Kaunertaler Gletscherstraße hoch hinaus. Wäh-

renddessen schnuppern wir die Frische der Bergluft und lassen uns von der Fauna und Flora inspirieren. Jedes Tal hat dabei seinen eigenen Flair und ist auf seine Art einzigartig. Damit wir uns Zeit lassen und entspannt fahren können, verwenden wir auf Teilstücken die Bahn. Eine "Light-Variante" zum teils selbst gestalten ist auch möglich. Start und Ziel ist Garmisch bzw. Mittenwald.

Leistungen

T613 M

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 4 Übernachtungen mit Frühstück
- 2 Transporte inkl. Rad (Zug / Bus)
- O Leitung: Andi Boscher, Gerhard Czaja

Mit dem MTB nach Innsbruck

M 614 M

20. bis 21. Juli 2019

→ 70-75 km 2 Tage

MTB-Fahrtechnik 2 buchbar bis 19 06 2019 für 8-12 Personen

Preis: 179.00 €. EZ-Zuschlag: 30.00 €





Eine Mountainbiketour in zwei Tagen von Holzkirchen bis Innsbruck mit Rucksack und Bike. Von Holzkirchen aus rollen wir auf bekannten Wegen Richtung Süden vorbei am Tegernsee bis Achenkirch. Unterwegs ist eine längere Steigung zu meistern, die von einem Stopp an der Gufferthütte unterbrochen wird. Angekommen in Achenkirch freuen wir uns auf unser Hotel mit Pizzeria im Haus. Am zweiten Tag fahren wir entlang des Rofans ins Inntal. Es dominieren Ebene und Bergab. In Innsbruck kommen wir am Nachmittag an und haben Gelegenheit auf Kaffee und Eis unter dem "Goldenen Dachl". Rückfahrt nach München via Shuttle.

Leistungen

- O Rückreise per Bus inkl. Rad
- 1 Übernachtung mit Frühstück
- Leitung: Werner Enders, Klaus Staudinger

LauterTäler

T615 M

20. bis 23. Juli 2019

4 Tage → 45-75 km

buchbar bis 05.06.2019 für 6-12 Personen Preis: 385,00 €, EZ-Zuschlag: 80,00 €

Wir entfliehen dem Trubel der Großstadt, um in den einsamen Hochflächen und idyllischen Tälern der Schwäbischen Alb Entspannung, Nervenkitzel und gutes Essen zu suchen. Das Tal der großen Lauter erkunden wir ebenso nur mit leichtem Gepäck (Standquartier!) wie unseren aufregenden Ausflug zum Schloss Lichtenstein am Albtrauf mit seinem Kletterwald. Wer den Adrenalinkick in den

Bäumen scheut, kann nach der Besichtigung der Nebelhöhle bei Kaffee und Kuchen die anderen beim Klettern beobachten. Schließlich geht es über den Albtrauf ins Neckartal, bevor wir auf dem Landesgartenschaugelände in Plochingen die Tour ausklingen lassen.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 1 Standquartier in Gomadingen
- Eintritt in Kletterwald Lichtenstein
- O Leitung: Petra Meerwald, Thomas Treyer

Ins Blaue Land

T616 M

02. bis 05. August 2019

4 Tage → 55-80 km

buchbar bis 26.06.2019 für 7-12 Personen Preis: 299,00 €, EZ-Zuschlag: 40,00 €



Den Namen "Blaues Land" haben berühmte Künstlerinnen und Künstler geprägt, die zu Beginn des 20. Jahrhunderts ins Murnauer und Kocheler Moos zogen. Voralpenlandschaft wie von der Palette gemalt begleitet uns auf dem Sindelsdorfer Malerweg ins Kocheler Moos, zum Kloster Polling bei Weilheim und über Oberammergau ins Murnauer Moos. Eine lohnende Herausforderung ist der Hohenpeißenberg. Alternativ zum Malerweg fahren Interessierte die Runde durchs Eschenlainetal zum Walchensee. Auch am An- und Abreisetag sind wir ausschließlich mit leichtem Gepäck unterwegs.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- Leitung: Erwin Hänel, Klaus Reinthaler

Wilder Schwarzwald mit Rad, Kanu und Grubenlampe

10. bis 17. August 2019

→ 65-80 km 8 Tage

buchbar bis 26 06 2019 für 7-12 Personen Preis: 829,00 €, EZ-Zuschlag: 130,00 €

Ausklingen wird diese Tour an der Ulmer Stadtmauer in einem Gartenlokal, aber vorher überqueren wir 2x den Schwarzwald, machen die Gassen von Tübingen und Freiburg unsicher, rauschen per Rad durch die Schlucht der Jungen Donau und befahren diese dann am Folgetag mit dem Kanu. Wir testen moderne Hochgeschwindigkeitsaufzüge in luftiger Höhe und altmodische Grubenlampen in tiefen, dunklen Schächten, Für normale Teilnehmer ist diese Tour Stufe 3. für Hyperaktive bieten wir an 5 Tagen Optionen an, die bis an die Stufe 4+ heran reichen.

Leistungen

- O Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 7 Übernachtungen mit Halbpension
- ringen)
- 4 Gepäcktransporte
- Kanufahrt auf der Donau
- Bergwerksführung bei Freiburg
- Gondelbahn Schauinsland
- Stocherkahnfahrt auf dem Neckar.
- Turm Besichtigung in Rottweil
- Oweitere Transfers via Zug und Bus
- Leitung: Thomas Treyer, Hannelore Reisch

Auf Traumpfaden durch das Dreiländereck

M 618 M

25. bis 30. August 2019

6 Tage → 20-70 km MTB-Fahrtechnik 2 buchbar bis 24 07 2019 für 8-12 Personen

Preis: 649,00 €, EZ-Zuschlag: 70,00 €

Auf unserer MTB-Tour durch Österreich. Schweiz und Italien erleben wir traumhafte Landschaften und tolle Trails. Der kulinarische und kulturelle Genuss kommt auch nicht zu kurz. Unsere Highlights sind der Costainaspass, das Hochplateau Jufplan, das MTB-Paradies Livigno, der Berninapass und



das Val Mora. Als Abschluss durchqueren wir am letzten Tag die Uinaschlucht.

T619 M

___+

Leistungen

T617 M

- Hinreise per Bus inkl. Rad
- O Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 4 Quartiere
- Leitung: Richard Kramschuster, Martin Brischwein

Über den Gaviapass an die Südtiroler Weinstraße

25. bis 31. August 2019

→ 50-70 km buchbar bis 19.06.2019 für 7-12 Personen

Preis: 715,00 €, EZ-Zuschlag: 110,00 €

Wir starten unsere Tour auf dem Umbrailpass im Nationalpark Stilfser Joch und bezwingen vom Wintersportort Bormio aus den eindrucksvollen Passo di Gavia sowie den Tonalepass. Ein herrlicher Radweg führt uns weiter durchs Val di Sole bis ins idvllische Nonstal. Von hier aus erradeln wir vor der Kulisse der Brenta-Dolomiten die abwechslungsreiche Landschaft beim Santa-Giustina-See. Über den Mendelpass erreichen wir Südtirol und den schönen Kalterer See. Im Weindorf Tramin lassen wir unsere landschaftlich beeindruckende. aber höhenmeterreiche Tour durch hochalpines Gelände ausklingen, bevor wir von Bozen aus die Heimreise antreten.

Leistungen

- Hinreise per Bus inkl. Rad
- Rückreise per Bahn inkl. Rad

MEHRTAGESTOUREN



- 6 Übernachtungen mit Frühstück
- 3 Gepäcktransporte
- O Leitung: Heike Scholz, Thomas Edmüller

Flüsse, Bahntrassen und Aussichten in Luxemburg

05. bis 09. September 2019

5 Tage → 45-80 km

buchbar bis 24.07.2019 für 7-12 Personen Preis: 519.00 €. EZ-Zuschlag 75.00 €

Entlang der Saar und Mosel erreichen wir bei Wasserbillig Luxemburg, mit schönen Blicken auf den Fluss. Schengen und die Hauptstadt, die wir uns bei einer Führung näher bringen lassen, stehen am zweiten Tag auf dem Programm. Der Höhepunkt ist ein bedeutendes Industriedenkmal: der Hochofen Belval. In 40 m Höhe haben wir einen herrlichen Rundumblick, Atemberaubende Blicke über Land und Tal begleiten uns auch am 4.Tag, der überwiegend an der Alzette und an Bahntrassenwegen verläuft. Die älteste Stadt Luxemburgs,



Echternach, ist auch einen Besuch wert. Entlang der Sauer und Mosel wird unser Ziel in Trier erreicht.

Leistungen

- Hin- und Rückfahrt per Bahn inkl. Rad
- 3 Quartiere (2 ÜN Luxemburg Stadt)
- 1 Gepäcktransport
- Führung in Luxemburg und Belvall
- Besichtigung Wasserturm Berdorf
- 1 Fähre

T620 M

• Leitung: Bernhard Haas, Thorsten Botschen

Alpentäler rund um den Zeller SeeT621 M

13. bis 16. September 2019 4 Tage

→ 70-90 km

buchbar bis 14.08.2019 für 8-13 Personen Preis: 249,00 €, EZ-Zuschlag: 60,00 €



Von Traunstein radeln wir durch tiefe Alpentäler Richtung Süden. Entlang der Saalach erreichen wir unser festes Quartier in der Nähe des Zeller Sees. Von dort führt uns eine Tagestour nach Saalbach-Hinterglemm, die zweite geht ins Salzachtal, wo wir ein Stück des bekannten Tauernradwegs kennenlernen. Ein besonderes Naturschauspiel bietet der Besuch der Sigmund-Thun-Klamm. Zurück fahren wir entlang des beeindruckenden Kaisergebirges nach Kufstein.



Mit dem ADFC auf Reisen 11 Länder auf 23 geführten Radreisen entdecken



Radreisen 2019
Kultur - Genuss - Inspiration

Für Genießer, Entdecker und Aktive

ADFC Radreisen
Reinsburgstr. 97 | 70197 Stuttgart
Tel. 0711/5047 9414 | Fax 0711 / 5047 9419

Mehr Informationen auf www.adfc-radreisen.de



Leistungen

- Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad

- Besuch einer Klamm
- Leitung: Piter Waterstradt, Inge Heß

Berchtesgadener- und Salzburger Land

T 622 M

20. bis 22. September 2019 3 Tage

→ 70-80 km

buchbar bis 21.08.2019 für 7-13 Personen Preis: 229,00 €, EZ-Zuschlag: 40,00 €



Berge und Seen rund um Bad Reichenhall stehen bei dieser Tour im Mittelpunkt. Am ersten Tag geht es von Traunstein rund um den Waginger See nach Laufen, welches sehr reizvoll in einer Salzachschleife liegt. Anschließend radeln wir auf die Berge zu nach Bad Reichenhall. Am zweiten Tag besuchen wir den Königssee im Berchtesgadener Land. Am dritten Tag radeln wir durch die Salzburger Altstadt und guer über den Domplatz. Zum Abschluss umrunden wir den Wallersee im Salzburger Land. Rückreise von Salzburg.

Leistungen

- Hin- und Rückreise per Bahn inkl. Rad
- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 Standguartier in Bad Reichenhall
- Leitung: Piter Waterstradt, Frank Rautenberg



Finale Pedale del Mediterraneo

T 623 M

05 his 12 Oktober 2019

8 Tage

- → 50-90 km (Stufe 3)
- → 70-110 km (Stufe 4)

buchbar bis 04 09 2019 für 17-24 Personen Preis: 799.00 €. EZ-Zuschlag: 120.00 €

Die Provinz Forli-Cesena ist das grüne Herz der Romagna. Zwischen der Grenze zur Toskana im Hochapennin und der Adriaküste finden Tourenradler ideale Bedingungen, die Saison zu beschließen. Mit drei Guides in zwei offenen Gruppen erleben Sie traumhafte Touren mit täglich wechselndem Programm: Rein in die Berge mit atemberaubenden Aussichten und pittoresken Dörfern - Balze im Hochappenin, Predappio Alto, Pieve di Rivoschio. Roncofreddo und der Felsen von San Marino mehr am Rand des Gebirges. Raus aus den Bergen und Zeit zum Bummeln in den Altstädten von Ravenna, Brisighella, Faenza, Forli. Cesena und Cesenatico an der Adria.

Leistungen

- Hin- und Rückreise per Bus inkl. Rad
- 7 Übernachtungen mit Halbpension
- tägliche Thermennutzung und weitere Hotelleistungen
- 2 Quartiere (2 ÜN in Bagno di Romagna, 5 ÜN in Fratta Terme)
- 1 Gepäcktransport
- O Leitung: Erwin Hänel, Thomas Edmüller, Norbert Endraß

Tandem-Touren

Auf diesen Touren bilden jeweils ein sehender und ein sehbehinderter oder blinder Mensch ein Team.

Wenn Sie Interesse haben mitzufahren, sei es als Pilot oder Copilot, stehen Ihnen die AG-Leiter gerne für Fragen zur Verfügung oder informieren Sie über Start und Ablauf der Touren. Wer als Pilot dabei sein möchte, braucht in der Regel kein eigenes Tandem.

Die Leiter der Gruppe erreichen Sie per E-Mail unter: leitung@tandemerer.de telefonisch unter: (089) 55 98 85 15 oder kommen Sie einfach zu den Stammtischen der Gruppe an jedem zweiten Montag eines Monats (außer Januar) ab 19 Uhr in der Sportgaststätte "Blaustern", Wackersberger Str. 65, 81371 München (nähe Harras U6/S7).

Die Tandem-Ausfahrten finden je nach Wetterlage samstags ODER sonntags statt, Detailinformationen werden am vorhergehenden Stammtisch und ab dem Mittwochabend vor der Ausfahrt auf dem AB (089) 55 98 85 15 bekannt gegeben.

Montag,	11. MärzStammtisch Tandemerer
Montag,	08. April Stammtisch Tandemerer
Samstag,	13. April oder
Sonntag,	14. April Ausfahrt Tandemerer
Montag,	13. Mai Stammtisch Tandemerer
Samstag,	18. Mai oder
Sonntag,	19. Mai Ausfahrt Tandemerer
Donnerstag	,30. Mai bis
Sonntag,	02. Juni Mehrtagestour (ausgebucht)
Montag,	10. Juni Stammtisch Tandemerer
Samstag,	15. Juni oder
Sonntag,	16. Juni Ausfahrt Tandemerer

Weitere Informationen finden Sie unter www.tandemerer.de

Reparaturen aller Art und Marken

- Ersatzteile neu und gebraucht
- Große Auswahl an Neuund Gebraucht-Fahrrädern mit Garantie

info@werkstattR18.de www.werkstattR18.de

Die WERKSTATT R18 ist eine gemeinnützige Einrichtung der Berufsbezogenen Jugendhilfe (BBJH) und Fördermitglied im ADFC.

WERKSTATT R18

Wallensteinplatz 2 Rgb. 80807 München-Milbertshofen Telefon 089/35 89 19 - 19 Telefax 089/35 89 19 - 29



GPS-Kurse

2019 sind auch wieder GPS-Kurse geplant, u.a. zu komoot und OsmAnd.

Die Termine unserer GPS-Kurse finden sich im Internet:

https://www.adfc-muenchen.de/ veranstaltungen/kurse/navigation/

Technik-Kurse

Sie finden hier ein breites Spektrum an Kursen. Es reicht von Einführungen für Anfänger bis hin zu Spezialthemen wie Rohloff-Schaltung.

Eines ist bei allen Kursen gemeinsam: Sie sind praxisnah und werden von erfahrenen ADFC-Mitgliedern der AG Technik geleitet.

Sie können zu allen Kursen gerne Ihr eigenes Fahrrad mitbringen. Größere Reparaturen sind aber nicht möglich.

Beachten Sie dazu bitte das Angebot unserer SelbstHilfeWerkstatt auf Seite 16.

Anmeldung/Reservierung

Für alle Kurse ist eine Anmeldung erforderlich und die Plätze werden nach Zahlungseingang verbind-

lich vergeben. Wenn Sie verhindert sein sollten, können Sie die Anmeldung auf eine andere Person übertragen, eine Rückerstattung ist leider nicht möglich.

- Persönliche Anmeldung im Radlerhaus, hier ist Barzahlung möglich
- Telefonische Reservierung unter Tel. (089) 77 34 29

Überweisen Sie bitte anschließend die Kursgebühr (Bankverbindung siehe Seite 82) unter Angabe der Kursnummer und Ihres Namens.

Organisatorisches: Es kann vorkommen, dass einer der Kurse schnell ausgebucht ist. Bitte überweisen Sie deshalb keine Kursgebühren ohne vorherige Absprache mit dem Büroteam, da ein freier Kursplatz nicht garantiert werden kann.

Eine Platzreservierung auf Grund einer Nachricht auf unserem Anrufbeantworter, einer E-Mail oder eines Fax ist leider derzeit nicht möglich. Bitte haben Sie dafür Verständnis.

Kursort: Radlerhaus, Platenstr. 4 **Kursgröße:** max. 8 Teilnehmer

Kursgebühr: 12,50 € (ADFC-Mitglieder 7,50 €) Ermäßigung mit Studentenausweis 2,50 €

Ratgeber - Pannenhilfe unterwegs

Unterwegs auf großer Fahrt – auch (oder gerade hier) kann immer mal wieder ein Defekt auftreten. Wir geben Hinweise, wie man mit solchen Pannen umgeht, welches Werkzeug unterwegs sinnvoll ist und wie man das Pannenrisiko schon vor der Fahrt minimieren kann.

K 701 Mittwoch, 10.04.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Spezialkurs – Scheibenbremsen

Immer häufiger finden sich an modernen Rädern Scheiben- anstatt Felgenbremsen. Die Vorteile dieser Art Bremse liegen klar auf der Hand: Beste Bremswirkung bei jeder Witterung. Wir erklären Funktion, Aufbau, Wirkungsweise, Pflege und Troubleshooting. Achtung: Aufgrund der Modell-

vielfalt ist es unabdingbar, dass Sie Ihr Rad und auch das technische Handbuch Ihres Modells zum Kurs mitbringen.

K 702 Mittwoch, 17.04.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Workshop – Rund um die Nabenschaltung (2-14 Gang)

Praktisches und Theoretisches vom (A)usbau des Hinterrades über (J)ustage, optimale (P)rimärübersetzung, (W)artung bis hin zur (Z)erlegung z. B. einer 7/8 Gang Shimano Nexus oder Alfine Nabe. Ggf. inkl. Durchführung einer Shimano-Ölbad-Wartung. Sonstige Themen (z.B. Torpedo-3-Gang) in Absprache mit der Teilnehmerrunde.

K 703 Samstag, 20.04.2019 14:00 - 17:00 Uhr

Praxiskurs - Kettenschaltung

In diesem Kurs konzentrieren wir uns ganz auf Kette und Schaltung: Wir üben das korrekte Einstellen von Grund auf. Sie lernen die korrekte Bedienung einer Kettenschaltung sowie das Auswechseln von Schaltzügen und Ritzel, außerdem erfahren Sie alles Wissenswerte etwa über Pflege und Reparatur der Kette. Ein bewusst kurz gehaltener theoretischer Teil für Ihre Fragen rundet diesen Kurs ab.

K 704 Mittwoch, 24.04.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Spezialkurs - Rund ums Laufrad

Schwerpunkt dieses Kurses sind Arbeiten rund ums Laufrad. Sie lernen, wie man Speichen auswechselt, Ritzel abzieht und natürlich üben wir auch, wie man ein Laufrad zentriert. Infos über moderne Felgen und Bereifung sind selbstverständlich auch dabei.

K 705 Mittwoch, 15.05.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Grundkurs – Fahrräder mit Kettenschaltung

Wir vermitteln Ihnen Basiswissen zur Fahrradtechnik, damit Sie kleinere Probleme rund ums Fahrrad selbst beheben können. Sie erfahren, welche Werkzeuge und Ersatzteile sinnvoll sind und wie Sie diese richtig anwenden. Wir bauen Laufräder aus und wieder ein, beheben Reifenpannen und

lernen, Probleme mit der Kette zu meistern. Zusätzlich geben wir Ihnen auch Tipps zur Fahrradpflege.

K 707 Mittwoch, 12.06.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Spezialkurs - Felgenbremsen

Die Bremsen gehören zu den wichtigsten Teilen am Fahrrad: Wir vertrauen ihnen unser Leben an. Dieser Kurs geht alle gängigen Felgenbremsen ein. Wir erklären die Unterschiede zwischen mechanischen und hydraulischen Modellen und informieren Sie auch über Unterschiede bei den Felgen. Im Praxisteil können Sie die Bremsen an Ihrem eigenen Fahrrad näher kennen lernen.

K 708 Dienstag, 18.06.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Spezialkurs - Die Rohloff-Schaltung

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Radler, die den Kauf eines Fahrrads mit Rohloff-Schaltung planen, als auch an die, die ein solches schon besitzen. Wir erklären Ihnen theoretisch den Ölwechsel und das Erneuern der Schaltzüge. Außerdem demonstrieren wir das Aus- und Einbauen des Hinterrades und wie Sie die Übersetzungsverhältnisse Ihren Ansprüchen anpassen können. Wer die von der Fa. Rohloff mitgelieferte Beschreibung besitzt kann diese mitbringen.

K 709 Montag, 24.06.2019 18:00 – 21:00 Uhr

Stylisches Leichtgewicht!



euro-select compact

Fahrradträger für die Anhängekupplung – aufsetzen, aufklappen, abfahren.





mft transport systems gmbh · Almarstraße 9 · 74532 Ilshofen · Tel. 07904 944478-0 info@mft.systems · www.mft.systems

ADFC Adressbuch

Der ADFC ist eine deutschlandweite Organisation mit einem bundesweiten Dachverband und regionalen Gliederungen.

ADFC Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club e.V.

Bundesgeschäftsstelle Mohrenstr. 69, 10117 Berlin, Infoline/Telefon: (030) 209 14 98-0

E-Mail: kontakt@adfc.de

www.adfc.de

Mitgliederverwaltung:

Am Wall 128-134, 28195 Bremen

Telefon: (0421) 34 62 90

ADFC Bayern e.V.

Haus der bayerischen Landkreise Kardinal-Döpfner-Str. 8, 80333 München Tel. (089) 909 00 25-0 www.adfc-bayern.de

ADFC München e.V.

Platenstr. 4, 80336 München

Tel. (089) 77 34 29

E-Mail: info@adfc-muenchen.de www.adfc-muenchen.de

ADFC Kreisverbände um München:
ADFC Dachau: www.adfc-dachau.de
ADFC Ebersberg: www.adfc-ebersberg.de
ADFC Erding: www.adfc-erding.de
ADFC Freising: www.adfc-freising.de
ADFC Fürstenfeldbruck: www.adfc-ffb.de
ADFC Bad Tölz-Wolfratshausen:
www.adfc-toel-wor.de
ADFC Starnberg: www.adfc-starnberg.de

Weitere Kontaktdaten bayerischer ADFC Kreisverbände und ihre Ansprechpartner finden Sie auf der Homepage des ADFC Landesverbandes Bayern www.adfc-bayern.de

Impressum

Herausgeber: ADFC München e.V.

Platenstr 4 80336 München

Verantwortlich: Martin Glas, Vorsitzender

Titelbild: Christian Müller

(www.herrmueller.info)

Fotos: ADFC München Anzeigen: Susanne Loderbauer,

anzeigen@adfc-muenchen.de

Redaktionsleitung:Piter Waterstradt Textsatz: Anna Feldtkeller

Druck: DRUCK-Kultur, München

© ADFC München 2018

Inserentenverzeichnis

ADFC Radreisen	74
AIM - Black Sun	44
Aktiv Reisen Berlin-Brandenburg	51
AOK Bayern - die Gesundheitskasse	60
Biketeam Radreisen	49
Berr Reisen	70
Biohotel Eggensberger	68
China by bike	48
Cocos Travel	59
Delius Klasing Verlag	86
Fahrrad Köhl	46
France Bike - Radreisen in Frankreich	50
Girolibero	31
Globetrotter	85
Gronard Metallbau und Stadtmobiliar	18
Ichnusa Bike Adventures	53
Landeshauptstadt München - Radlflohmarkt	38
mft-Transport Systems GmbH	78
Muc Bike - E-Bike Verleih	33
Naturpark Altmühltal	47
Pedalhelden - Bike Wash	17
Post Herrsching - Hotel Gasthof Biergarten	45
Radius Fahrradverleih	41
Radlabor	23
Radldiscount - Premiumbikes	2
Radsport Ullmann	56
Side Tracks NZ - Radreisen in Neuseeland	52
Sparda-Bank München	4
Velothek	54
Werkstatt R18	76

Wir unterstützen den ADFC München

Bike Island

Am Kirchplatz 5, Pullach www.bike-island.de

Munix Finest Bicycles Stilrad & Munix Finest eBicycles

Wörthstraße 10+11. München www.munixfinestbicycles.de

Dynamo Fahrradservice

Haager Str. 11 www.dynamo-muenchen.de

Läden &

Werkstätten

Premiumbikes by Radldiscount

Aidenbachstr. 116 Trappentreustr. 10 www.radldiscount.de

Radsport Ullmann

Donnersbergerstraße 18-20 www.radsport-ullmann.de

Cycle Fahrräder

Landsberger Str. 497 www.cycle-pasing.de

Radl Bock

Emil-Geis-Str. 5. Grünwald

Lucky Bike - Radlbauer

Maria-Probst-Str. 15 Stockacher Str. 5 Marsstraße 43 www.radlbauer.de

www.radl-bock.de

Velothek Milchstr. 12

www.velothek.com

Top Fahrrad Burgauerstr. 117 www.top-fahrrad.de

vit:bikes

Josephsburgstraße 34 www.vitbikes.de

Velo am Ostbahnhof

Weißenburger Str. 44 www.velo-am-ostbahnhof.de

Live-Cycle mobiler Fahrradservice

Blütenstraße 2. Puchheim www.live-cycle.de

Zweirad-Center Stadler

Peter-Anders-Str. 6 www.zweirad-stadler.de

Fidelio-Mobil

Hans-Preißinger-Str. 8 www.fidelio-mobil.de

Werkstatt R 18

Wallensteinplatz 2, Rgb. www.werkstatt18.de

AIM/BlackSun Radlesebrille

Kastanienweg 98, Langenfeld www.blacksun2.com

Globetrotter Ausrüstung München

Isartorplatz 8 - 10

Radiabor GmbH

Implerstr. 7 www.radlabor.de

www.globetrotter.de SQIab. Fahrradsättel und -zubehör

Feewerk - Lenkertaschen Immanuelkirchstr.24. Berlin www.feewerk.com

Postweg 4, Taufkirchen www.sq-lab.com



www.pro-function.com

Gronard Fahrradabstellanlagen

Bayerwaldstr. 23 www.gronard.de

Ausrüstung & zubehör

Hinterher.com munich bike trailers

Hans-Preissinger-Str. 8 www.hinterher.com

MilchundBar

Sonnenstraße 12 www.milchundbar.de

Schneider Bräuhaus Berg am Laim Baumkirchnerstraße 5

www.schneider-brauhaus.de

Hotel Dolomit

Goethestr. 11 www.hotel-dolomit.de



Geldhauser - die Münchner Busreisen

Fichtenstraße 29. Hofolding www.geldhauser.de

Hotel Cristal

Schwanthalerstr. 36 www.cristal-hotel.de

China by Bike

Karlsgartenstr. 19, Berlin www.china-by-bike.de

Gemeinde Ismaning Schloßstraße 2

www.ismaning.de

Gemeinde Oberhaching

Alpenstr. 11 www.oberhaching.de

Green City

Lindwurmstraße 88 www.greencity.de

E Bike Days Communico GmbH

Prof.-Max-Lange-Platz 15, Bad Tölz www.ebikedays.de

Stadt Unterschleißheim

Rathausplatz 1

Gemeinden www.unterschleissheim.de

Höhenkircherstraße 11 www.zenko.de

& sonstige

Zenko - Zukunfts-Energie-Konzepte

Gemeinde Unterhaching

Rathausplatz 7 www.unterhaching.de

Polarstern Energie Lindwurmstr. 88

www.polarstern-energie.de

Rechtsanwalt Dr. Oliver Schreiber

Wilhelm-Tell-Str. 3 www.anwalt-schreiber.de

VollCorner Biomarkt 15 Filialen in München www.vollcorner.de

PricewaterhouseCooper AG München

Bernhard-Wicki-Str. 8 www.pwc.de

Verlag DeliusKlasing mit den Radmagazinen TOUR, BIKE, FREERIDE, TREKKINGBIKE, eBIKE Bielefeld

www.delius-klasing.de

Lederhosen Express

Gotzinger Str. 8

www.lederhosen-express.de TransPedal Fahrradkurier

Rapid Fahrradkurier Volkartstr. 59 www.rapid.de

Pedalhelden

Marsstraße 11 www.pedalhelden.de



& Rikschas

Pedal Munich City Guided Tours Kreuzeckweg 13, Kirchheim

www.pedalmunich.com

Radius Tours und Fahrradverleih

Arnulfstraße 3 www.radiustours.com



ADFC München

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC) Kreisverband München e.V.

Radlerhaus

Platenstr. 4 80336 München

Telefon: (089) 77 34 29 Telefax: (089) 77 85 37

E-Mail: info@adfc-muenchen.de

Internet: www.adfc-muenchen.de,

www.adfc-m.de, www.fahrrad-muenchen.de
Facebook: www.facebook.com/adfc.muenchen
Twitter: www.twitter.com/ADFC Muenchen

Bankverbindung

Stadtsparkasse München

IBAN DE62 7015 0000 0904 1577 81

BIC SSKMDFMMXXX

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag bis Freitag: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Dienstag: 16:00 bis 18:00 Uhr

Öffnungszeit des Infoladens:

Donnerstag: 17:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Öffnungszeit der SelbstHilfeWerkstatt

Donnerstag: 17:00 Uhr bis 19:30 Uhr

mit Betreuung durch Mitglieder der AG Technik

Wenn Sie Fragen oder Anregungen zu dieser Ausgabe haben, erreichen Sie uns telefonisch unter (089) 77 34 29 oder Sie schicken eine E-Mail an: info@adfc-muenchen de



Bitte einsenden an ADFC München, Platenstr. 4, 80336 München oder senden per Fax: (089) 77 85 37.

Chronologische Tourenübersicht

Datum	Tour / Stuf	e Titel	Seite
Sa. 16.03.	T 4	Kissing	43
Sa. 23.03.	T 2	Seen und Flussauen im Norden	43
Sa. 30.03.	T 1	Zur Nußbaum-Ranch	44
So. 07.04.	Т3	Sternfahrt 2019	44
Do. 11.04.	Т3	Der Leidensweg des Heiligen St. Emmeram	44
Sa. 13.04.	М3	Einsteigertour	59
Fr. 19.04.	Т3	Unbekannte Schlösser	44
Fr. 19.04.	R 3	Haspelmoor	55
Sa. 20.04.	Т3	Zwischen Isar und Sempt	45
Mo. 22.04.	Т3	Ostern zu den Osterseen	45
Fr. 26.04.	T 2	Durch die Aubinger Lohe	45
Sa. 27.04.	М3	Trails im Fünfseenland	59
So. 28.04.	Т3	Von Dachau zur Furthmühle	45
So. 28.04.	R 3	Speichersee Rennrad	55
Mi. 01.05.	R 3	Falkenberg	55
Mi. 01.05.	T 4	Alpenblick und Enzian	46
Sa. 04.05.	T 2	Gut Karlshof	46
Sa. 04.05.	R 5	Staffelsee und Riegsee	55
So. 05.05.	T 2	Gemütliche Sonntagsrunde	46
So. 05.05.	Т3	Bad Tölz und Reichersbeuern	46
Sa. 11.05.	R 3	Zum Ammersee	56
Sa. 11.05.	M 4	Auf Singletrails von Großhadern zur Ilkahöhe	59
So. 12.05.	T 5	Landshut und Umgebung	46
Fr. 17.05.	Т3	Dietramszell und Isartal	47
Sa. 18.05.	Т3	Attenloher Filz	47
Sa. 18.05.	R 3	Bauerbach	56
So. 19.05.	T 2	Gemütliche Sonntagsrunde	47
So. 19.05.	B 4	Von Otterfing auf die Baumgartenschneid	47;61
So. 19.05.	T 4	Zwischen Tegernsee und Mangfall	48
Mi. 22.05.	Т3	Wasserburg und Simssee	48
Do. 23.05.	Т3	Staffelsee und Garmisch	48
Sa. 25.05.	М 3	Rund um Freising	61
Sa. 25.05.	Т3	Orchideentour	48

Datum T	our / Stuf	e Titel	Seite
So. 26.05.	Т3	Lainbachtal bei Benediktbeuern	49
So. 26.05.	R 3	Kloster Reutberg am Kirchsee	56
So. 26.05.	B 4	Von Wolfratshausen auf den Zwieselberg	49;61
Do. 30.05.	Т3	Bumbaur	49
Do. 30.05.	R 4	Maria Birnbaum	56
Fr. 31.05.	T 2	Frühstückstour für Frühaufsteher	49
Sa. 01.06.	Т3	Schaschlik-Tour	50
So. 02.06.	T 2	Gemütliche Sonntagsrunde	50
So. 02.06.	Т3	Zur Sonne	50
So. 02.06.	R 5	Gerlospass	56
Fr. 07.06.	P 2	Pedelec-Schnuppertour	14
Sa. 08.06.	Т3	Rund um den Ebersberger Forst	50
So. 09.06.	T 2	Zum Finsinger Weiher	50
So. 09.06.	T 4	Walchensee light	51
Mo. 10.06.	T 2	Berglwald	51
Mo. 10.06.	R 4	Fünf-Klöster-Tour	56
Sa. 15.06.	T 2	Flugwerft Schleißheim	51
Sa. 15.06.	Т3	Starnberger See und Roseninsel	51
Sa. 15.06.	Т3	Südrunde	52
Sa. 15.06.	R 3	Bairawies	57
So. 16.06.	T 2	Gemütliche Sonntagsrunde	52
So. 16.06.	Т3	Zum Tegernsee	52
Do. 20.06.	Т3	Schöner und wilder Münchner Norden	52
Sa. 22.06.	Т3	WWW 3.1	52
Sa. 22.06.	R 5	Ins schöne Tirol	57
So. 23.06.	T 2	Mariabrunn	53
So. 23.06.	Т3	Kochelsee	53
Mi. 26.06.	P 2	Pedelec-Schnuppertour	14
Do. 27.06.	Т3	Zu den Quellen des Münchner Wassers	53
Sa. 29.06.	М3	Trails am Lech	61
Sa. 29.06.	R 4	Kloster Weltenburg	57
So. 30.06.	Т3	Tour in die Schönau	53

Aktueller Stand auf www.adfc-muenchen.de



FEIER MIT UNS DEN START IN DIE FREILUFT-SAISON

Auf unserem Freiluft Testival kannst du mit Kajaks, Falt- und Schlauchbooten paddeln, über 120 Zeltmodelle testen, Kochgeschirr ausprobieren, klettern, biken, basteln und vieles mehr.

Weitere Informationen erhältst du unter: www.globetrotter.de/aktionen/freiluft-testival



<< ISARTORPLATZ 8-10 · MO.-SA. 10:00-20:00 UHR · SHOP ONLINE: GLOBETROTTER.DE >>

10,- EURO GUTSCHEIN*

Komme mit dieser Anzeige in unsere Münchner Filiale am Isartorplatz und du erhältst vom 29. April bis 29. Juni 2019 einen 10,– Euro Einkaufsrabatt*.

*Dieser Gutschein ist ab einem Einkaufswert von 50,- Euro einlösbar. Pro Kunde und Einkauf darf nur ein Gutschein dieser Aktion eingelöst und nicht mit anderen Aktionsgutscheinen oder Rabattcoupons kombiniert werden. Eine nachträgliche Einlösung, der Eintausch in eine GeschenkCard oder eine Auszahlung ist nicht möglich. Bei Rückgabe verfällt der Gutscheinwert und kann nicht gutgeschrieben oder für einen Folgeeinkauf/ Umtausch verrechnet werden. Der Gutschein gilt nicht für Bücher, Setangebote, Zeitschriften, DVDs, Karten, Lebensmittel, GPS, Boote, Sonderbestellungen, Veranstaltungskarten und Serviceleistungen.



IHRE VORTEILE

- 2 MYBIKE Ausgaben für nur 6,50 € (statt 9,80 €)
- 34 % Ersparnis gegenüber Einzelkauf
- Nach der 2. Ausgabe entscheiden Sie, ob Sie weiterlesen*
- Begrüßungsgeschenk nach Wahl

IHR GESCHENK

Wählen Sie Ihr Begrüßungsgeschenk.

E-BIKE - REPARATUREN UNTERWEGS**

Zahlreiche Tipps und Tricks zur

nur einem Multitool in den Griff bekommen.





Ganz einfach online unter abo.mybike-magazin.de/01770b oder per Telefon unter +49 (0) 521-559955. Falls Sie telefonisch bestellen, geben Sie bitte die Aktionsnummer P-01770/B-01771 an



*Wenn Sie sich innerhalb von 10 Tagen nach Erhalt der 2. Ausgabe nicht bei uns melden, wissen wir, dass Sie MYBIKE regelmäßig lesen möchten und Sie erhalten MYBIKE zum derzeit gültigen Preis von 24,90 € (Ausland 33,90€) inklusive MwSt. und Porto für mindestens 1 Jahr (6 Ausgaben). Bei Bestellung inklusive Digital-Abo zuzüglich 5€ jährlich. ** Lieferung nur solange der Vorrat reicht.