

*Radtouren 2011*



**adfc**

Allgemeiner Deutscher  
Fahrrad-Club



# *Radtouren 2011 & Veranstaltungen*

Ludwigshafen  
Mannheim  
Rhein-Neckar/Heidelberg

Nr. 24

## Inhaltsverzeichnis

Liebe Radlerinnen, liebe Radler	S.	3
Hinweise zu den Radtouren	S.	4
Tourenleiterinnen und Tourenleiter	S.	5
Terminübersicht	S.	6
ADFC Mannheim	S.	16
Aktivität des ADFC in der Verkehrspädagogik	S.	20
Radfahren auf dem Weg zur Arbeit	S.	27
Fahrradstadtpläne und Radtourenkarten	S.	33
ADFC-mobil	S.	35
Fahrradmitnahme in VRN	S.	38
ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg	S.	44
Impressum	S.	45
Pedelec	S.	48
In der Gruppe Rad fahren	S.	53
Jugendarbeit im ADFC	S.	57
ADFC Tourenportal	S.	59
ADFC Kreisverband Ludwigshafen e.V.	S.	60
Angebote für Arbeitgeber: Fit für den Arbeitstag	S.	62
ADFC Mitradelzentrale	S.	64
Der Allgemeine Deutsche Fahrrad Club	S.	65

## Unsere neuen Elektroräder

sind

einfach gut

**Elektrofahrräder sind voll im Trend.  
Erleben Sie die neue Art des Radfahrens.**

- ✓ Trendige Modelle
- ✓ Neue Antriebssysteme
- ✓ Große Auswahl

*"erfahren" Sie die neue Mobilität*

**SCHREIBER**

ZWEIRAD & MOTOR-TECHNIK



**E-BIKE CENTER**

**SCHREIBER**

*Einfach gut.*

Käfertaler Straße 220a - 222 68167 Mannheim (Wohlgelegen)  
Tel. 0621 / 33 8 43-0 [www.schreiber-zweirad.de](http://www.schreiber-zweirad.de)

**Seit 1934 stark auf zwei Rädern**

## **Liebe Radlerinnen, liebe Radler**

Herzlich Willkommen zum Radtourenjahr 2011.

Dieses Jahr haben wir eine besondere Überraschung für Sie. In Ihren Händen halten Sie das erste gemeinsame Radtourenheft der ADFCs Mannheim, Ludwigshafen und Rhein-Neckar/Heidelberg. Dieses Programm löst das „grüne Radtourenheft“ von Mannheim/Ludwigshafen und den Flyer „Alltagsradler“ von Heidelberg ab. Es ist jetzt größer, in Farbe und hat über 80 Radtouren und Veranstaltungen für Sie zur Auswahl.

Mit unseren geschulten Tourenleitern geht es jetzt vom Odenwald bis in die Pfalz, vom Kraichgau bis ins Ried. Ob Feierabendtour, Wochenendausflug oder Mountainbike Trail, gemütlich oder schnell, Flachland oder knackig, bei dieser großen Auswahl ist für alle was dabei.

Wir laden Sie ein, im neuen Heft zu stöbern. Außer bekannten und neuen Touren haben wir auch Artikel zu aktuellen Fahrradthemen im Heft.

Der ADFC/Biotopia-Gebrauchtradmarkt sowie der Radsalon sind ebenfalls im Touren-Kalender.

Für Vorfreude und Nachfreude auf die Radtouren gibt es den Radlerstammtisch. Nettes Beisammensein mit geselligen Leuten auch ganz ohne Rad. Mehrere Stammtischtermine stehen ebenfalls im Heft.

Ob Einsteiger/in oder Tourenfahrer/in, Mitglieder wie Nichtmitglieder, alle die gerne radeln sind herzlich eingeladen. Im neuen Heft sind die Touren und Anforderungen deutlich beschrieben. Die Ansprechpartner/innen stehen immer bei der Tour gleich mit dabei.

Falls Sie Fragen haben oder Anregungen, Wünsche oder auch gerne selbst eine Radtour leiten möchten, rufen Sie uns gerne an:

ADFC Mannheim 0621-81099318  
ADFC Ludwigshafen 0151-52185248  
ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg Infoladen in  
Heidelberg 06221-23910

Sie sind herzlich eingeladen auch in 2011 wieder mit uns aufs Rad zu steigen.

Gute Erholung und viel Spaß mit unseren Radtouren wünschen Ihnen

Ihre ADFC Teams

## Hinweise zu den Radtouren

ADFC-Mitglied oder nicht, zu unseren Radtouren ist jede(r) herzlich Willkommen. Eine Anmeldung ist nur erforderlich, wo es angegeben ist. Die Ausflüge sind in der Regel ganztägig mit einer Mittagsrast (Einkehr oder Selbstverpflegung). Ein entsprechendes Vesper und immer ausreichend zu trinken sollten mitgenommen werden.

Die Teilnahme ist nur mit einem technisch einwandfreien Rad möglich. Die Tourleitung ist berechtigt, Personen aus Sicherheitsgründen von der Teilnahme auszuschließen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Eine Haftung wird weder vom ADFC noch von der Tourleitung übernommen. Kinder unter 16 Jahren können wir nur in Begleitung eines Erwachsenen mitnehmen.

Gemeinsam losfahren, gemeinsam ankommen!  
Wir bitten alle Teilnehmer/innen, ihre Fähigkeiten realistisch einzuschätzen, um Enttäuschung zu vermeiden. Sehr gerne können Sie die Tourleiter/innen anrufen, um nachzufragen, ob die Tour für Sie geeignet ist.

### Schwierigkeitsgrad der ADFC-Touren



#### **Gemütliche Tour**

Leichte und kurze Tour ohne nennenswerte Steigungen. Besonders auch für wenig Geübte und Kinder geeignet. Ausreichend Rast und Wartepausen für alle.



#### **Leichtere Tour**

Leichtere Tour, bisweilen mit einigen leichten Steigungen, erfordert normale Kondition.



#### **Mittlere Tour**

Längere Tour mit meist höherem Tempo oder einigen Steigungen. Normale bis gute Kondition erforderlich.



#### **Schwere Tour**

Schwere, längere Tour mit meist zügigerem Tempo und/oder längeren Steigungen. Gute bis sehr gute Kondition erforderlich.



#### **Sportliche Tour**

Schwere, längere Tour mit zügigem Tempo und/oder längeren, heftigen Steigungen. Sehr gute Kondition erforderlich.

**Steigungssymbole:** flach = ➔, hügelig = ↗, bergig = ⬆

**Geschwindigkeit** in der Ebene ist als km/h angegeben.

Änderungen vorbehalten, siehe

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

ADFC-Mitglieder und Kinder fahren kostenlos mit, Nichtmitgliederpreis ist 2 € (zzgl. Eintritt, Bahnkarten, usw.)

## Tourenleiterinnen und Tourenleiter

Andreas van Marwick	06236-8202
Angelika + Manfred Hauk, über ADFC Infoladen HD	06221-23910; 0160-99791935
Armin Winkler	0163-2825763
Arnold Merkel	0152-09896365
Bernd Preschel	0170-6874115
Birgit Wördehoff	06221-840901; 06221-840156
Christian Lohse, über ADFC Infoladen HD	06221-23910; 0160-99791935
Conny Heinz Kraft	0151-54903924
Dietmar Rietl	0152-02019082
Dr. Bert-Olaf Rieck, über ADFC Infoladen HD	06221-23910; 0160-99791935
Gabi Diel	0172-9675699
Georgia Guthier	0621-873537
Gunda Sauerheber	0160-99172240
Günter Berkmann guenter.berkmann@adfc-bw.de	0621-472108;
Günter Zwerger	0621-872300
Hannah Eberhardt, über ADFC Infoladen HD	06221-23910; 0160-99791935
Hans-Peter Eckert	0621-525541; 0175-6925025
Hedwig Kräutle, über ADFC Infoladen HD	06221-23910
Heinz Rullmann	06233-62283
Hermino Katzenstein über ADFC Infoladen HD	06221-23910; 0160-99791935
Ingrid Schön	0621-526649
Jutta Hagen	0151-54903930
Klaus Polsfuss	0176-51190402
Sieglinde Rinderknecht	0621-794988
Sighilt Schmid-Reika	0621-811376
Wolfgang Raisin	0621-43732587

**Kicher Erbse**  
**BIO-FEINKOST**

Mundenheimer Str. 243  
67061 Ludwigshafen-Süd  
Tel. 0621 / 56 28 88  
[www.kichererbse-naturkost.de](http://www.kichererbse-naturkost.de)

Die gute Adresse für Radlerinnen und Radler!

- belegte Brötchen nach Wunsch
- vegetarische Salate, auch zum Mitnehmen
- Frucht- und Nussschnitten sowie Obst als idealer Proviant
- Naturkost-Vollsortiment

Gutschein für 100 g  
vegetarischen Salat

## Terminübersicht

### März

- So 6.3. (HD) Wanderung Burgenweg
- So 13.3. (HD) Rennradtour für Ausgeschlafene I – Speyer
- So 27.3. (MA) Heidelberger Altstadt
- So 27.3. (LU) Klausentalhütte

### April

- Sa 2.4. (LU) Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal
- So 3.4. (LU) Bärlauchtour nach Eberbach
- So 10.4. (MA) Frühling in Schwetzingen
- So 10.4. (MA) Speyer auf Umwegen
- Fr 15.4. (LU) MALU nach Lust und Laune
- Sa 16.4. (MA) Radmarkt
- Sa 16.4. (LU) Auf nach Kallstadt
- So 17.4. (LU) Wein und Kultur
- So 17.4. (LU) Lampertskreuz
- So 17.4. (MA) Frühling an der Bergstraße
- So 17.4. (HD) Naturschutzgebiet "Ketscher Rheininsel"
- So 17.4. (HD) Rennradtour für Ausgeschlafene II –  
Apfeblütenweg
- Sa 23.4. (MA) Biedensand
- So 24.4. (MA) 3-Täler-Tour
- Mo 25.4. (MA) Böhl-Iggelheim
- Fr 29.4. (LU) MALU nach Lust und Laune
- Sa 30.4. (LU) Römische Gutshöfe

### Mai

- Mai (HD) Fahrradlernkurs für Erwachsene
- So 1.5. (LU) Fritz-Rumetsch-Tour
- Fr 6.5. (HD) Neubürgerradtour Heidelberg
- So 8.5. (MA) Kultur-Tour-Heilbronn
- Fr 13.5. (LU) MALU nach Lust und Laune
- Sa 14.5. (HD) Spezialradtour
- So 15.5. (MA) Linda-Tour
- So 15.5. (LU) BASF Radtour Rhein-Neckar
- Sa 21.5. (MA) Durchs hessische Ried nach Oppenheim
- So 22.5. (HD) Durch den Kraichgau
- So 22.5. (HD) Rennradtour für Ausgeschlafene III –  
Ab in den Odenwald!
- Fr 27.5. (LU) MALU nach Lust und Laune
- So 29.5. (MA) Alte Bergstraße

## **Juni**

- Mi 1.6. Beginn der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“  
Juni (HD) Fahrradlernkurs für Erwachsene  
Do 2.6. (MA) Der Weschnitz entlang  
So 5.6. (HD) Achtsamkeit auf Rädern –  
Radeln gegen den Stress  
Fr 10.6. (LU) MALU nach Lust und Laune  
So 12.6. (MA) Kocher und Jagst  
Mo 13.6. (MA) Rhein mit Kraut und Rüben  
18.6.-19.6. (MA) Jecke Tour mit den Damstädtem  
So 19.6. (MA) Aktionstag "Lebendiger Neckar"  
So 19.6. (LU) LU/FT-Tour  
20.6.-22.6. (HD) Pfingstfreizeit für Jugendliche; Motto  
„Fahrrad trifft Theater“  
Fr 24.6. (LU) MALU nach Lust und Laune  
Sa 25.6. (MA) Radsalon  
So 26.6. (LU) SpektakuLUM  
So 26.6. (MA) Bergauf und bergab  
So 26.6. (HD) Hambrücken

## **Juli**

- So 3.7. (MA) Bliesgau -Tour 1 (mittel)  
So 3.7. (HD) Kaiserstadt Worms  
Fr 8.7. (LU) MALU nach Lust und Laune  
Sa 9.7. (MA) Viernheimer Kletterwald  
So 10.7. (LU) Der Westwall in der Südpfalz  
So 10.7. (MA) Lampertheim  
Sa 16.7. (LU) Gönnheim „Zur Gänsewiese“  
So 17.7. (MA) Kloster und Berg  
So 17.7. (MA) Sport und Spiel am Wasserturm  
So 17.7. (MA) MTB-Tour zum Weißen Stein  
Fr 22.7. (LU) MALU nach Lust und Laune  
Sa 23.7. (HD) Achtsamkeit auf Rädern –  
Radeln gegen den Stress  
So 24.7. (MA) Links und rechts des Rheins  
30.7.-7.8. (HD) Sommerfreizeit - Bundesforum  
So 31.7. (MA) Nibelungen und Wein

## **August**

- Fr 5.8. (LU) MALU nach Lust und Laune  
So 7.8. (MA) Leimbach- und Angelbachtal  
So 7.8. (LU) Morgensonne  
So 7.8. (HD) Durch die Pfalz nach Kaiserslautern  
Sa 13.8. (MA) „Durch die Wälder nach Karlsruhe“ - ein  
Klassiker.

- So 14.8. (MA) Lindemannsruhe
- Fr 19.8. (LU) MALU nach Lust und Laune
- So 21.8. (LU) Fahrradsternfahrt ins Leininger Land
- So 21.8. (MA) Zu den Felsenkellem in Oppenheim
- So 28.8. (MA) In´s Hessische Ried
- So 28.8. (LU) Tour de Murg

### **September**

- Fr 2.9. (LU) MALU nach Lust und Laune
- So 4.9. (MA) Neckar und Odenwald
- So 11.9. (MA) MTB-Tour zum Teltschiktum
- So 11.9. (LU) Die Mühlenroute
- So 11.9. Tag des offenen Denkmals
- Fr 16.9. (LU) MALU nach Lust und Laune
- Sa 17.9. (MA) Radmarkt
- So 18.9. (MA) Zur schwarzen Madonna nach  
Leutershausen
- Sa 24.9. (LU) Friedelsheim
- So 25.9. (MA) Taubertal II (sportiv)
- So 25.9. (HD) Neckarradweg  
(Zwingenberg nach Neckargemünd)
- Fr 30.9. (LU) MALU nach Lust und Laune

### **Oktober**

- So 2.10. (MA) Französische Luft
- So 9.10. (MA) Apfelroute
- So 9.10. (HD) Südl. Rhein-Neckar-Kreis
- So 16.10. (MA) Kaffeefahrt nach Ladenburg
- So 16.10. (LU) Schloss Wachtenburg
- So 23.10. (LU) Wanderung Kriemhildenstuhl

### **November**

- 2.11.-4.11. (HD) Herbstfreizeit für Jugendliche; Motto  
„Fahrrad trifft Mode und Styling“
- So 6.11. (MA) Wanderung Weißer Stein
- So 6.11. (HD) Wanderung "Schwarzwald-Bäderstrecke"

### **Dezember**

- Di 6.12. (LU) Weihnachtsmarkt

### **Mai 2012**

- Mi 9.5. Mit dem Rad zum 98. deutschen Katholikentag





# 21-Punkte- Programm für mehr Radverkehr

Mehr Radverkehr in der Stadt bedeutet mehr Lebensqualität für Mannheim und bietet viele Vorteile. Denn in der kompakten Metropole Mannheim sind die Wegeverbindungen häufig kurz und immer flach. Wer Rad fährt, tut also nicht nur etwas für die Umwelt und seine Gesundheit, sondern ist auch schnell am Ziel. Mit einem 21-Punkte-Programm für mehr Radverkehr hat die Stadt Mannheim im Jahr 2010 die zukünftigen Leitlinien für eine fahrradfreundliche Stadt beschlossen.

Weitere Infos:

[www.mannheim.de/buerger-sein/radfahren-mannheim](http://www.mannheim.de/buerger-sein/radfahren-mannheim)

[www.rad-im-quadrat.de](http://www.rad-im-quadrat.de)



STADTMANNHEIM<sup>2</sup>

# März

## So 6.3. Wanderung Burgenweg



13 km ↗  
ADFC HD

Mit der OEG nach Schriesheim; Wanderung über Strahlenburg nach Heidelberg (Weg mit blauem "B")

Einkehr: Gegen Ende

Weg: Waldwege

*Beginn: 10:30 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

## So 13.3. Rennradtour für Ausgeschlafene I – Speyer



60 km [75 km] →  
über 26 km/h  
ADFC HD

HD – Schwetzingen – Speyer – St. Leon-Rot – Wiesloch – [Königsstuhl] – HD

Einkehr: offen

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Rennrad

*Beginn: 12:30 Uhr Heidelberg,*

*ADFC Infoladen,*

*Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung:*

*Hemino Katzenstein*



## So 27.3. Heidelberger Altstadt



45 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Mannheim - Heidelberg und zurück

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 12:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Tourenleitung: Georgia Guthier*

## So 27.3. Klausentalhütte



70 km ↗  
23-27 km/h  
ADFC LU

Schifferstadt – Hassloch - Diedesfeld

Klausentalhütte (Einkehr) – Neustadt.

Hügelig, flott, teilweise Waldwege

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:45 Uhr Limburgerhof Bahnhof, am Kiosk*

*Tourenleitung: Andreas van Marwick*

# April

## Sa 2.4. **Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal**



60 km →  
16-20 km/h  
ADFC LU

Tour ins Obere Mittelrheintal,  
Bingen - Spay b. Koblenz.  
Flach, keine Steigungen, An- und Abreise mit  
der Bahn.  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Ingrid Schön, Gabi Diel*  
*Anmeldung erforderlich*

## So 3.4. **Bärlauchtour nach Eberbach**



40 km →  
16-20 km/h  
ADFC LU

Mit der Bahn in den Odenwald, Rundtour rund  
um Eberbach mit Bärlauchsammeln, Tüten  
und Messer nicht vergessen!  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Ludwigshafen (HBf)*  
*Tourenleitung: Dietmar Rietl*  
*Anmeldung erforderlich*

## So 10.4. **Frühling in Schwetzingen**



40 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Mannheim – Dossenswald – Schwetzingen u.  
zurück, teilweise Waldwege  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 12:30 Uhr Mannheim, Schloss*  
*(Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Georgia Guthier*

## So 10.4. **Speyer auf Umwegen**



80 km →  
20-24 km/h  
ADFC MA

Ludwigshafen, Schifferstadt, Speyer, Altrip,  
flach, aber flott gefahren  
Einkehr: Speyer  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss*  
*(Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

#### **Fr 15.4. MA/LU nach Lust und Laune**



Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

#### **Sa 16.4. Radmarkt**



Verkauf von privat an privat, 10 - 12 Uhr, Einzelheiten siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)

*Beginn: 10:00 Uhr Mannheim,*

*Biotopia-Fahrradstation am Hbf*

ADFC MA

#### **Sa 16.4. Auf nach Kallstadt**



Ludwigshafen – Kallstadt und zurück.

Nachmittagstour mit Einkehr, weitgehend flach, kleine Steigungen

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 13:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenleitung: Ingrid Schön*

55 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

#### **So 17.4. Wein und Kultur**



Mit der Bahn bis Schifferstadt, per Rad zum Wein und Kulturfest nach Rhodt unter Rietburg (3 Std. Aufenthalt), weiter nach Neustadt und mit der Bahn zurück.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:00 Uhr Ludwigshafen, Hbf*

*Tourenleitung: Dietmar Rietl*

*Anmeldung erforderlich*

70 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

#### **So 17.4. Lampertskreuz**



Mountainbiketour zum Lambertskeuz, ca. 70 km, davon 30 km mit Steigungen, Schotter und Waldwege

Einkehr: Unterwegs

Weg: Schotter

Radvorschlag: Mountainbike

*Beginn: 9:45 Uhr Limburgerhof Bahnhof, am Kiosk*

*Tourenleitung: Andreas van Marwick*

70 km ↑  
20-24 km/h  
ADFC LU

# BIOTOPIA

## Fahrradstation



***Sicheres Fahrradparken - 24 h Zugang für Tagesparker und Dauerkarten-Inhaber***

### **Werkstatt:**

Reparatur und Wartung aller Marken,  
Leihrad kostenlos ab 24h Werkstattaufenthalt

### **Fachgeschäft:**

Neuräder, Gebrauchträder, Fahrradverleih,  
freundliche und kompetente Beratung,  
umfangreiches Zubehör, ADFC-Infopunkt

### **kundenfreundliche Öffnungszeiten:**

Mo – Fr 7:30 – 19:00 Uhr  
Sa 10:00 – 14:00 Uhr

## **BIOTOPIA**

### **Fahrradstation am Hauptbahnhof**

Heinrich-von-Stephan-Straße 2-4  
68161 Mannheim

Fon: 0621 / 1 22 30 77

Fax: 0621 / 1 22 27 86

Mail: [fahrradstation@biotopia.de](mailto:fahrradstation@biotopia.de)

**WIR BILDEN AUS !**



**BIOTOPIA**

Arbeitsförderungsbetriebe Mannheim gGmbH

### **So 17.4. Frühling an der Bergstraße**



60 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Von Mannheim entlang der Bergstraße nach Heppenheim (Einkehr), eventuell mit Besuch des Feuerwehr-Museums. Zurück über Viernheim, Käfertaler Wald.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Sighilt Schmid-Reika*

### **So 17.4. Naturschutzgebiet "Ketscher Rheininsel"**



40 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

Von Heidelberg zum Naturschutzgebiet "Ketscher Rheininsel" und zurück. Bei Bedarf und Wetter kann die Tour auch erweitert werden.

Einkehr: Gegen Ende  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 10:30 Uhr Heidelberg, ADFC Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

### **So 17.4. Rennradtour für Ausgeschlafene II – Apfelblütenweg**



75 km ↗  
über 26  
km/h  
ADFC HD

HD – Ladenburg – Großsachsen – Oberflockenbach – Unter-Absteinach – Schönau – Darsberg – Neckargemünd – HD

Einkehr: offen  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Rennrad  
*Beginn: 12:30 Uhr Heidelberg, ADFC Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Tourenleitung: Hemino Katzenstein*

### **Sa 23.4. Biedensand**



40 km →  
13-17 km/h  
ADFC MA

Friesenheimer Insel -Biedensand - Käfertaler Wald

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 13:00 Uhr Mannheim, alte Feuerwache*  
*Tourenleitung: Sieglinde Rinderknecht*

### So 24.4. 3-Täler-Tour



110 km ↑  
20-24 km/h  
ADFC MA

Von Seckach auf dem 3 – Täler - Radweg nach Mosbach (Einkehr), von dort auf dem Neckarradweg nach Mannheim, 600Hm.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 8:15 Uhr Mannheim, Biotopia-Fahrradstation am Hbf*  
*Zustieg: Heidelberg Hbf, 08:49 Uhr. Gleis 5*  
*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*  
*Anmeldung erforderlich*

### Mo 25.4. Böhl-Iggelheim



60 km →  
13-17 km/h  
ADFC MA

Altrip - Speyer - Schifferstadt, Einkehr im Naturfreundehaus Böhl-Iggelheim

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Sieglinde Rinderknecht*



Öffnungszeiten **Sommer:** Mo bis So 10 - 22 Uhr

**Winter:** Di bis So 10 – 21 Uhr

Telefon: 0621 – 52 94 720 Montag **Ruhetag**

**Tagesessen Mo – Fr ab 5.90 €** Küche bis - 20 Uhr

**!!! Radfahrer + Wanderer willkommen !!!**

## **Wir über uns: ADFC Mannheim**

Der ADFC Mannheim wurde am 22.10.1990 gegründet und hat inzwischen über 450 Mitglieder. Unsere Aktivitäten sind vielfältig:

### **Verkehrspolitik, Unfallverhütung & Umweltschutz:**

der ADFC Mannheim wird als Träger öffentlicher Belange zu Fragen des Radverkehrs von der Stadtverwaltung gehört. Das heißt nicht, dass wir alle unsere Wünsche erfüllt bekommen, aber immerhin werden sie zur Kenntnis genommen. Das Aktiventreffen findet meist am vierten Montag im Monat um 18.30 im „Traflohaus“, Keplerstraße 22, 68165 Mannheim statt.

**Gesundheit & Geselligkeit:** Aktive Mitglieder des ADFC führen seit vielen Jahren ehrenamtlich Radtouren. ADFC-Mitglieder nehmen kostenlos teil - selbstverständlich auch in anderen Kreisverbänden. Der Mannheimer Stammtisch trifft sich am dritten Donnerstag im Monat ab 18 Uhr im Wirtshaus UHLAND, Lange Rötterstrasse 10, 68167 Mannheim. Aktuelle Termin- und Ortsinformationen siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)

**Verbraucherberatung:** der ADFC hält vor allem in seinem Infopunkt in der Fahrradstation am Hauptbahnhof umfangreiches Informationsmaterial (auch anderer Anbieter) zum Thema Fahrrad zur kostenlosen Mitnahme bereit. Eine Auswahl: Diebstahlschutz, das sichere Fahrrad, Radreisen, Fahrradbeleuchtung, Pedelects. Der ADFC informiert auf seiner Internetseite über die Fahrzeiten der Rhein- und Neckarfähren sowie über Radtouren und Fahrradkarten in der Region als Beitrag zum umweltverträglichen Tourismus und nachhaltiger Wirtschaftsförderung in der Metropolregion Rhein-Neckar.

**Fahrradgeschichte:** der ADFC Mannheim unterhält eine Sonderseite über Karl Drais ([www.karl-drais.de](http://www.karl-drais.de)), der in Mannheim 1817 das Fahren auf zwei Rädern erfand und unterstützt die Stadt Mannheim damit in diesem Aspekt des Stadtmarketing. Auf dieser Sonderseite befindet sich unter anderem eine Kurzbiographie, übersetzt in mehr als 20 Sprachen!

Viele Vorurteile gegenüber radfahrenden Mitmenschen haben Parallelen, wenn nicht gar ihre Wurzeln in der Vergangenheit. Wir halten die Rehabilitierung von Karl Drais und die Würdigung seiner Erfindungen daher nicht nur für geschichtlich geboten, sondern auch der nachhaltigen Entwicklung des Verkehrs in unseren Städten für förderlich.

### **Kontakt:**

ADFC Mannheim      eMail: [mannheim@adfc-bw.de](mailto:mannheim@adfc-bw.de)  
Postfach 100103      Internet: [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)  
68001 Mannheim      Tel. (0621) 81099318



#### Fr 29.4. **MA/LU nach Lust und Laune**

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung



Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

25 km →

Radvorschlag: Tourenrad

13-17 km/h

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

ADFC LU

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

#### Sa 30.4. **Römische Gutshöfe**

ab Oggersheim jeweils mit

Besichtigungspausen zur röm. Kelter bei Ungstein und über DÜW zur Villa Rustica, über Rödersheim nach Ogg.



60 km ↗

Einkehr: Unterwegs

20-24 km/h

Weg: Asphalt

ADFC LU

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:30 Uhr LU, BG Unfallklinik*

*Tourenleitung: Bernd Preschel*



## Hotel Villa Roos

Poststraße 19

67269 **Grünstadt** /Weinstraße

Telefon: 0 63 59 / 93 41 0

Telefax: 0 63 59 / 93 41 41

*E-Mail* : [info@hotel-roos.de](mailto:info@hotel-roos.de)

*Web* : [www.hotel-roos.de](http://www.hotel-roos.de)



*!! Schöner Biergarten hinter dem Haus !!*

# Mai

## Mai

### Fahrradlernkurs für Erwachsene

ADFC HD

Der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg führt im Mai und Juni wieder Fahrradlernkurse für Neu- und Wiedereinsteiger durch. Bei Redaktionsschluss standen die genauen Termine noch nicht fest.

Kursleitung: Hedwig Kräutle

Weitere Information unter:

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

## So 1.5.

### Fritz-Rumetsch-Tour



60 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

Tour in die Vorderpfalz zum Spargelessen, weitgehend flach, ggf. kleine Steigungen

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 10:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenleitung: Armin Winkler, Ingrid Schön*

## Fr 6.5.

### Neubürgerradtour Heidelberg



15 km →  
10-14 km/h  
ADFC HD

Neubürgertour nicht nur für neue Bürger, sondern für alle Interessierten. Schwerpunkt Bahnstadt.

Einkehr: offen

Weg: meist Asphalt

Radvorschlag: Stadtrad

*Beginn: 16:00 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Dr. Bert-Olaf Rieck*

## So 8.5.

### Kultur-Tour-Heilbronn



50 km ↗  
13-17 km/h  
ADFC MA

Von Bad Rappenau nach Heilbronn (Einkehr), Besichtigung einiger Sehenswürdigkeiten, Rückfahrt nach Jagstfeld, flach, (2 kleinere Steigungen, können geschoben werden), 350Hm.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 8:15 Uhr Mannheim,*

*Biotopia-Fahrradstation am Hbf*

*Zustieg: Heidelberg Hbf, 08:49 Uhr. Gleis 5*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

*Anmeldung erforderlich*

### **Fr 13.5. MA/LU nach Lust und Laune**



Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

### **Sa 14.5. Spezialradtour**



Liege-, Falt-, Lasten-, Tandem- und andere SpezialradfahrerInnen und Interessierte sind herzlich willkommen. Tour nach Lorsch.

Zurück mit dem Zug oder dem Fahrrad.

Einkehr: Picknick unterwegs

Weg: meist Asphalt

Radvorschlag: alle Spezialräder

*Beginn: 10:30 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Hannah Eberhardt*

50 km bzw.  
100 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

### **So 15.5. Linda-Tour**



zur Villa Rustica (Großsachsen) und Weingut Schröder (Straßenheim).

ca. 40 km flach, Asphalt.

Anmeldung bei "Lindenhof-aktuell"

Tel. 0621-816818

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim-Lindenhof,*

*Denkmal Stephanienufer*

*Tourenleitung: Günter Berkmann*

*Anmeldung erforderlich*

40 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

### **So 15.5. BASF Radtour Rhein-Neckar**

ADFC LU

In diesem Jahr werden die Stadler Event GmbH & Co. KG mit Unterstützung der Städte Ludwigshafen, Speyer, Schwetzingen, Ladenburg, Weinheim, Viernheim und Mannheim sowie Radsport treibenden Vereinen neun verschiedene Touren durch die Metropolregion Rhein-Neckar mit unterschiedlichen Startmöglichkeiten anbieten.

Die Radtouren sind geeignet für Radsportler, Radwanderer oder Familien. Siehe "www.stadler-events.de/BASF Radtour 2011" und Tagespresse

# **Aktivität des ADFC in der Verkehrspädagogik**

## **1. Hintergrund des Konzeptes**

In den letzten Jahren sind die Kinder in ihrer Mobilität immer unselbstständiger geworden: Viele Kinder werden von ihren Eltern mit dem Auto oder dem ÖPNV zur Schule und zu ihren Freizeitaktivitäten gebracht. Dadurch wird das Fahrrad fahren und zu Fuß gehen immer mehr in den Hintergrund gedrängt, was zu einem Rückgang an alltäglicher Bewegung führt. Die Folgen sind oft, dass Kinder und später als Erwachsene mit Übergewicht zu kämpfen haben.

Um den Folgen dieser Entwicklung entgegen zu treten und Kindern wieder das Verkehrsmittel Fahrrad näher zu bringen, hat der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg ein Konzept entwickelt, mit dem Schulen, Vereine und sonstige Träger der Jugendbildung und -arbeit unterstützt werden sollen.

## **2. Ziele und Auswirkungen der Mobilitätsbildung - Fahrrad**

Das Hauptziel des Projektes „Mobilitätsbildung – Fahrrad“ des ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg besteht in einer Steigerung der Nutzung des Fahrrades bei der Altersgruppe der 8 – 18 Jährigen.

Die vermehrte Nutzung des Fahrrades durch die Schüler als Verkehrsmittel hat viele positive Auswirkungen für die Schüler, die Eltern, die Schule, wie auch für die Gesellschaft:

- Steigerung der eigenständigen Mobilität der Kinder (weniger „Mama – Taxi“)
- Durch die verstärkte eigene Nutzung des Fahrrades werden die Schüler im Verkehr sicherer
- Gesundheitsförderung durch in den täglichen Ablauf integrierte Bewegung
- Aufmerksame und wache Schüler im Unterricht, da die Schüler bereits am Morgen aktiv waren und Sauerstoff „getankt“ haben.
- Weniger motorisierter Individualverkehr in den Schulbereichen
- Schüler übernehmen soziale Verantwortung (Lotsenprojekt)
- Förderung des selbständigen „Denkens“ durch Partizipation
- Reduktion des CO<sub>2</sub>- Ausstoßes durch die Reduktion von Autofahrten

Klassenstufe	Baustein	Ziele der Bausteine	Durchführender
Vorschule und Klasse 1	Mit dem Rollermobil fit fürs Radfahren	Durch Rollerfahren erlangen Kinder eine höhere Koordinationsfähigkeit und sind später sicherer beim Radfahren	zwei Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung
Klasse 3-4	Projekttag an Grundschulen	Ziel des Fahrradprojekttag ist es, den Schülern das Thema Fahrrad mit den Facetten Sicherheit und Spaß näher zu bringen und sie auf die Fahrradausbildung der Jugendverkehrsschule vorzubereiten.	zwei Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung
Klasse 4	Fahrradausbildung	Kinder lernen die Fähigkeit sich mit dem Fahrrad sicher im Verkehr fortzubewegen	Jugendverkehrsschule der Polizeidirektionen
Klasse 5-6	Cyclingbus	Kinder kommen gemeinsam sicher zur Schule	1 Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung und die ausgebildeten Fahrradlotsen
Klasse 6-8	Beleuchtungsaktionen an weiterführenden Schulen	Kinder und Jugendliche sollen für das Thema Fahrradbeleuchtung sensibilisiert werden	Jugendverkehrsschule der Polizei, ein Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung und ein Radhändler aus dem Ort bzw. Stadtteilen
Klasse 7-9	Verkehrsdetektive 1	Die Jugendlichen sollen durch Beobachtung und Analyse von Verkehrsteilnehmern Rückschlüsse auf ihr eigenes Verhalten ziehen und daraus ableiten, welches Verhalten dem Miteinander im Straßenverkehr förderlich ist.	zwei Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung sowie Lehrer der Schulen
Klasse 7-9	Verkehrsdetektive 2	Der Radverkehrstag soll den Schülern im Verkehr mehr Sicherheit geben und die Sensibilität und Aufmerksamkeit für schwierige Situationen verbessern und schulen	zwei Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung sowie Lehrer und Eltern der Schulen
Klasse 7-9	Orientieren mit Karte und GPS	Den Schülern sollen die verschiedenen Techniken der Orientierung näher gebracht werden	zwei Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung sowie Lehrer und Eltern der Schulen
Klasse 9-11	Cyclingbus – Fahrradlotsen	Jugendliche übernehmen Verantwortung für ihre jüngeren Mitschüler	ein Mitarbeiter der ADFC-Mobilitätsbildung und Fachreferenten

### 3. Lehrerfortbildung – wie lässt sich das Thema Fahrrad in den Unterricht einbauen

Im Rahmen der Lehrerfortbildungstage „Agenda 21 und Schule“ und auf Nachfrage von Schulen werden Lehrerinformationsveranstaltungen zum Thema „Fahrrad und Mobilität“ angeboten.

### 4. Lehrmittelbibliothek

Die Lehrmittelbibliothek zum Thema Fahrrad und Mobilität befindet sich in der Geschäftsstelle des ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg und steht allen interessierten Lehrern und Betreuern zur Verfügung. Sie beinhaltet Bücher und Texte aus Zeitschriften sowie eine Zusammenstellung von Lehrmitteln der Kultusministerien aus ganz Deutschland und soll somit einen Überblick der Möglichkeiten zur Einbindung des Themas Fahrrad in den Unterricht geben.

### 5. Fahrradlernkurse für Erwachsene



Für all diejenigen, die nicht länger auf das Radfahren verzichten wollen, bietet der ADFC in diesem Jahr wieder einen Fahrradlernkurs an.

*Foto: Westfälische Nachrichten/Jürgen Peperhowe*

Hier können sich Fahranfänger zunächst schrittweise an das Gefühl auf zwei Rädern gewöhnen. Erst Schritt für Schritt, dann Tritt für Tritt werden die Ängste abgebaut. Auf dem Programm stehen zudem Gleichgewicht und Koordination, Auf- und Absteigen, Bremsen und Ausweichen – und alles in dem Tempo, das individuell notwendig ist, um in die anfangs verkniffenen Gesichter der Teilnehmer ein strahlendes Lächeln zu zaubern.

Auch in 2011 werden wieder Fahrradlernkurse abgehalten. Voraussichtlich werden diese im Mai und Juni stattfinden.

Weiteres entnehmen Sie bitte der Homepage des ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg, [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg) oder wenden Sie sich an den ADFC Infoladen Heidelberg Tel.: 06221 / 23910.

## 6. Neutrale Helmberatung

Damit ein Fahrradhelm optimale Sicherheit bei einem eventuellen Fahrradunfall bietet, muss er auch optimal angepasst sein. Da die unterschiedlichen Helme durch unterschiedliche Gurtsysteme und Formen nicht jedem Radfahrer passen, sind Kunden oft gezwungen, verschiedene Fahrradfachgeschäfte aufzusuchen um die verschiedenen Modelle von verschiedenen Herstellern anzuprobieren und den optimal sitzenden Fahrradhelm



für sich zu finden. Frei nach dem Sprichwort „für jeden Topf gibt es einen Deckel“ lässt sich das auf Fahrradhelme übertragen und ergänzen „nicht jeder Helm passt auf jeden Kopf“.

Aus diesem Grund bietet der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg die „Neutrale Helmberatung“ an. Diese findet in den Monaten März – Oktober immer jeden 3. Mittwoch im Monat vor dem ADFC Infoladen Heidelberg und auch bei verschiedenen Veranstaltungen statt.

Weiteres entnehmen Sie der Homepage des ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg unter [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg)

Bei uns g(dr)eht was...

radräderefahräder

Vital Bike  
SCOTT  
CAMPUS  
CUBE  
HELIX MOUNTAIN



bike technik Nußloch GmbH  
Hauptstraße 75  
69226 Nußloch  
Telefon 06224/17 00 15

## Sa 21.5. **Durchs hessische Ried nach Oppenheim**



65 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

MA-Viernheim-Lorsch-Gernsheim (Picknick)-  
Fähre-Oppenheim (optional Stadtführung  
1 Std.), Rückfahrt mit Regionbahn bis  
LU/MA/HD, flach, teils Waldwege, Info und  
Anmeldung (spätestens 3 Tage vorher) bei  
Günter Berkmann.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Günter Berkmann*  
*Anmeldung erforderlich*

## So 22.5. **Durch den Kraichgau**



80 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC HD

Vom Bahnhof Wiesloch/Walldorf über  
Hoffenheim, Sinsheim, Steinsfurt, Weiler,  
Waldangelloch, Eichersheim, Mühlhausen  
zurück zum Ausgangspunkt

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt/Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 10:00 Uhr Bahnhof Wiesloch-  
Walldorf*  
*Zugfahrt von HD: HD Hbf, S3 ab 9:48 Uhr*  
*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

## So 22.5. **Rennradtour für Ausgeschlafene III – Ab in den Odenwald!**



100 km ↑  
über 26  
km/h  
ADFC HD

HD – Weißer Stein – Wilhelmsfeld –  
Ursenbach – Absteinach – Mackenheim –  
Zotzenbach – Kreidacher Höhe – Steinachtal  
– Neckargemünd - HD

Einkehr: offen  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Rennrad  
*Beginn: 12:30 Uhr Heidelberg, ADFC*  
*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Tourenleitung: Hermine Katzenstein*





# CarSharing



Getestet wurde in den Stadtmobil-Regionen Rhein-Main und Stuttgart

**ÜBERALL  
IN UNSERER  
STADT**

## GUTE GRÜNDE ZUM EINSTEIGEN

**Lohnt sich das?** Wenn Sie weniger als 10.000 km/Jahr fahren, sparen Sie mit Stadtmobil bares Geld! **Einfach einsteigen** Spontan buchen – kein Problem: stunden-, tage-, wochenweise. Ihr Wunschauto steht bereit. **Viel Auto** Vom Mini über Kombi zum Cabrio oder Transporter – alles da! **Mehr Zeit** Werkstatt, TÜV, Autopflege: diese lästigen Dinge übernimmt Stadtmobil für Sie. **Top Service** Neuwagen, top gewartet und gepflegt. **Prima Klima** Carsharing ist aktiver Umweltschutz.

**Noch Fragen:** Tel. 0621/12 85 55 85 oder [www.stadtmobil.de](http://www.stadtmobil.de)



## Fr 27.5. **MA/LU nach Lust und Laune**

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung



Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

25 km →

13-17 km/h

ADFC LU

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## So 29.5. **Alte Bergstraße**

Ladenburg, Schriesheim, Weinheim, Heppenheim, Viernheim, Ilvesheim, hügelig und flott gefahren



Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

90 km →

20-24 km/h

ADFC MA

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Zustieg: Mannheim, Fernmeldeturm, 9:45 Uhr  
Tourenleitung: Günter Zwerger*

# Rudis Radladen

Fahrräder ■ Schlüsseldienst



Elektrofahrräder,  
Mountainbikes, Kinderräder,  
Cityräder, und vieles mehr...

Neckargemünd ■ Mühlgasse

[www.rudis-radladen.de](http://www.rudis-radladen.de)

## Radfahren auf dem Weg zur Arbeit Eine win-win-win-Situation

Radfahren auf dem Weg zur Arbeit ist die ideale Prävention vor vielen Zivilisationskrankheiten.



**Radlerinnen und Radler** sind gesünder, frischer und motivierter, sie bewältigen Stress viel besser und sie sparen Mobilitätskosten. Ein Rad

verursacht geringe Anschaffungskosten und sehr geringe Betriebskosten, während jeder Autokilometer weiter kräftig kostet.

Auch die **Allgemeinheit** profitiert: weniger Gesundheitskosten, niedrigere Kosten für Infrastruktur aufgrund des geringeren Platzbedarfes der Räder und nahezu keine Lärm-, Abgas- und Feinstaubemissionen.

Für **Arbeitgeber** bedeuten radelnde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mehr Leistungsbereitschaft, einen geringeren Krankenstand, mehr Motivation und Dynamik und ebenfalls geringere Mobilitätskosten.

6,8 Prozent der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer legten 2004 in Baden-Württemberg ihren Arbeitsweg mit dem Rad zurück. Das ist zwar eine Steigerung gegenüber "früher" (1980 lag der Anteil bei rund 5 Prozent), aber ein Rückgang im Vergleich zu den letzten Mikrozensus-Erhebungen: 1996 lag der Radleranteil bei 7,5 Prozent. Gleichzeitig steigt die Zahl der Autopendler weiter an und lag 2004 bei knapp 68 Prozent und das, obwohl über die Hälfte der Pendler (55 Prozent) eine einfache Wegestrecke von weniger als 10 km haben. Der ADFC hat sich zum Ziel gesetzt, dieses große Potenzial auszuschöpfen und engagiert sich auf verschiedenen Ebenen dafür:

- ▶ im Rahmen der Gesundheitskampagne "Mit dem Rad zur Arbeit" und
- ▶ durch die gezielte Beratung von Arbeitgebern zur Fahrradfreundlichkeit.



Weitere Infos unter <http://www.adfc-bw.de/mit-dem-rad-zur-arbeit/> oder bei allen ADFC-Geschäftsstellen oder AOK und anderen beteiligten Organisationen.

Jetzt auch für's Handy  
<http://mobil.mit-dem-rad-zur-arbeit.de>

# Juni

## Mi 1.6. **Beginn der Aktion**

### **„Mit dem Rad zur Arbeit“**

Weitere Informationen zur Auftaktveranstaltung und zur Aktion unter [www.adfc-bw.de](http://www.adfc-bw.de)

Siehe auch Seite 27

## **Juni**

ADFC HD

### **Fahrradlernkurs für Erwachsene**

Der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg führt im Mai und Juni wieder Fahrradlernkurse für Neu- und Wiedereinsteiger durch. Bei Redaktionsschluss standen die genauen Termine noch nicht fest.

Kursleitung: Hedwig Kräutle

Weitere Information unter:

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

## **Do 2.6.**

### **Der Weschnitz entlang**

Mannheim – Hüttenfeld (Einkehr) – Weinheim - Mannheim



Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 10:00 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Tourenleitung: Georgia Guthier*

60 km →

16-20 km/h

ADFC MA

## **So 5.6.**

### **Achtsamkeit auf Rädern – Radeln gegen den Stress**

Von Heidelberg am Neckar entlang nach Ladenburg und zurück. In den Pausen:

MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction)

Übungen aus dem 8-Wochen-

Stressbewältigungsprogramm von

Jon Kabat-Zinn zum Kennenlernen.

Bitte Yogamatten und/oder Decken mitbringen

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 10:00 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Birgit Würdehoff,*

*MBSR Trainerin*

*Anmeldung erforderlich*

30 km →

13-17 km/h

ADFC HD



### **Fr 10.6. MA/LU nach Lust und Laune**



Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

### **So 12.6. Kocher und Jagst**



Von Jagstfeld entlang der Jagst über Möckmühl nach Kloster Schöntal (Einkehr), zurück entlang der Kocher nach Jagstfeld, 600Hm.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 8:15 Uhr Mannheim,*

*Biotopia-Fahrradstation am Hbf*

*Zustieg: Heidelberg Hbf, 08:49 Uhr. Gleis 5*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

*Anmeldung erforderlich*

90 km ↑  
20-24 km/h  
ADFC MA

### **Mo 13.6. Rhein mit Kraut und Rüben**



über Speyer nach Gemersheim und über Hassloch zurück

Einkehr: Gemersheim oder Leimersheim

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

110 km →  
20-24 km/h  
ADFC MA

### **Sa 18.6. - Jecke Tour mit den Darmstädtern**

**19.6.**



Nachttour von Darmstadt über Mainz - Bingen - Koblenz nach Köln in 18 Stunden, Hin- und Rückfahrt mit dem Zug. Diese Tour nicht unterschätzen, reichlich Verpflegung und Getränke mitnehmen.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 15:00 Uhr Heidelberg, Hbf, ServicePoint*

*Zustieg: Mannheim, Biotopia Fahrradstation und unterwegs*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

*Anmeldung erforderlich*

250 km →  
20-24 km/h  
ADFC MA

**So 19.6. Aktionstag "Lebendiger Neckar"**  
ADFC MA Infostand und mehr, siehe  
[www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim) und Tagespresse

**So 19.6. LU/FT-Tour**



80 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

Gemeinsame Radtour des ADFC  
Ludwigshafen und Frankenthal nach  
Hohensülzen – Pfeddersheim – Hermsheim,  
weitgehend flach, kleine Steigungen  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof  
(VHS)*  
*Zustieg: 10.00 Uhr Strandbad Frankenthal*  
*Tourenleitung: Ingrid Schön, Heinz Rullmann*

**Mo 20.6. Pfingstfreizeit für Jugendliche; Motto**  
**- 22.6. „Fahrrad trifft Theater“**

ADFC HD

Der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg führt für  
Jugendliche die Pfingstfreizeit durch.  
Weiteres entnehmen Sie bitte dem Artikel  
„Jugendarbeit im ADFC“ in diesem Heft, der  
Homepage [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg) oder  
der Tagespresse.  
*Anmeldung erforderlich, Teilnahmebetrag*

**Fr 24.6. MA/LU nach Lust und Laune**



25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim  
oder Umgebung  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof  
(VHS)*  
*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

**Sa 25.6. Radsalon**



ADFC MA

Open-Air-Messe zum Schauen, Staunen und  
Shoppen rund ums Rad. Mit ADFC-Infostand,  
Gebrauchtradmarkt, Radparade  
und vielen weiteren Ausstellern.  
Siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)  
und Tagespresse.  
*Beginn: 10:00 Uhr Mannheim,  
Kapuzinerplanken, Innenstadt O6*

## So 26.6. SpektakuLUm

ADFC LU

Rheingalerie, mit ADFC Infostand.



## So 26.6. Bergauf und bergab



95 km ↗  
20-24 km/h  
ADFC MA

Wilhelmsfeld – Neckargemünd – Nußloch,  
zwei längere und ein paar kürzere  
Steigungen.

Einkehr: Nußloch

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim,  
Biotopia-Fahrradstation am Hbf  
Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

## So 26.6. Hambrücken



70 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

Von Heidelberg über Reilingen nach  
Hambrücken und zurück

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt/Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:30 Uhr Heidelberg, ADFC  
Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62  
Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

Gemeinsam Fahrrad fahren

分享單車之樂



Taiwan  
台灣



Deutschland  
德國



ezGO-Biking.com

Kontakt: Kaja Müller-Wang  
soez4u@gmail.com  
(So easy for you!)



# Juli

## So 3.7. **Bliesgau -Tour 1 (mittel)**



50 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC MA

Homburg/Saar –Lautzkirchen-Alschbachtal (Pause), über Biesingen ( Bliesgauhöhe) und über Seelbach nach Niederwürzbach zum Weiher am Annahof (Einkehr) –Lautzkirchen nach Homburg / Saar zurück.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Georgia Guthier*  
*Anmeldung erforderlich bis 27.6.2011*

## So 3.7. **Kaiserstadt Worms**



60 km bzw.  
120 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

Von Heidelberg über Mannheim nach Worms. Entweder mit dem Zug oder Fahrrad zurück

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt / Schotter  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Heidelberg, ADFC Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Tourenleitung: Christian Lohse*  
*Anmeldung erforderlich*

## Fr 8.7. **MALU nach Lust und Laune**



25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*  
*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## Sa 9.7. **Viernheimer Kletterwald**



30 km →  
13-17 km/h  
ADFC MA

Auf die Bäume - fertig - los! Tour für Kinder und Erwachsene, mit Picknick. Anmeldung bis 2.7.11, max. 15 Teilnehmer (Eintritt 16€/9€). [www.kletterwald-rhein-neckar.de](http://www.kletterwald-rhein-neckar.de)

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Gunda Sauerheber*  
*Anmeldung erforderlich*



## Fahrradstadtpläne und Radtourenkarten

Fahrrad-Stadtpläne sind die wichtigsten Karten für den städtischen Radverkehr. Ergänzend hier aufgeführt sind ADFC-Radkarten für die Region. Zusätzliche Informationen im Internet: [www.adfc-bw.de/adfc-vor-ort/kv-mannheim/service/karten-und-buecher/](http://www.adfc-bw.de/adfc-vor-ort/kv-mannheim/service/karten-und-buecher/). Weitere Karten und Bücher sowie Beratung finden Sie im gut sortierten Buchhandel.

Der **„Bürgerstadtplan Mannheim“ (3. Auflage (2009), € 4,90)**, ist ein vollwertiger Stadtplan mit Straßenregister im Maßstab 1:18.000 und einer Detailkarte der Innenstadt. Herausgeber ist das Umweltforum Mannheimer Agenda 21 e.V., der ADFC Mannheim bearbeitet den Radverkehrsteil.

Der ausführliche Faltplan informiert u.a. über das komplette Radverkehrsnetz (inkl. Einbahnstraßen mit Fahrrad-Zweirichtungsverkehr, Stellplätze an Haltestellen sowie über Fahrradwerkstätten und -verleih), die Bus- und Bahnlinien (schematisch und im Straßenverlauf) sowie über die Standorte der CarSharing-Autos von Stadtmobil.

Sein Pendant in Ludwigshafen ist **„Leben in LU“ (2. Auflage, € 2,00)**, ebenfalls ein vollwertiger Stadtplan mit Straßenregister im Maßstab 1: 16.000 (plus Detailkarte Innenstadt), herausgegeben von der Initiative Lokale Agenda (ILA 21 LU e.V.) unter Mitarbeit des ADFC Ludwigshafen zu Mobilität, Freizeit, Einkaufen und mehr.

In der Karte sind neben Radverkehrsnetz, Fahrradwerkstätten, barrierefreien Haltestellen sowie ÖPNV-Netz auch zahlreiche Freizeitangebote verzeichnet wie Sportanlagen, Spielplätze, Ausflugslokale, Wochenmärkte oder Naturdenkmäler. Die 3. Auflage ist in Vorbereitung, dafür sind Hinweise und ortskundige Mitarbeiter willkommen.

Die Stadt Heidelberg hat eine **„Rad-Wanderkarte Heidelberg“** im Maßstab 1:20.000 herausgegeben (2009, € 3,00). In der Karte sind neben Rad- und Wanderwegen auch zahlreiche Fahrradservice- und Freizeitangebote verzeichnet wie Stellplätze an Haltestellen, Fahrradwerkstätten, Sportanlagen, Spielplätze und Carsharing-Standorte.

### ADFC-Radtourenkarten

ADFC-Regionalkarte Rhein/Neckar 1:75.000, BVA, 2010  
ADFC Bergstraße: Südliches Ried/Bergstraße 1:30.000, Meki-Verlag, 2007

ADFC Radtourenkarte Nr. 20 Rhein-Neckar 1: 150.000, BVA, 2008

ADFC Worms: Rheinhessen Süd / Landkreis Womms-Alzey 1:30.000, Meki-Verlag, 2009

### **So 10.7. Der Westwall in der Südpfalz**



60 km →  
20-24 km/h  
ADFC LU

ab Winden, auf deutschen und französischen  
Wegen/Straßen rund um Schaidt  
(Museumsbesuch) und den Bienwald, Anfahrt  
mit VRN

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Ludwigshafen, HBF*  
*Tourenleitung: Bernd Preschel*  
*Anmeldung erforderlich*

### **So 10.7. Lampertheim**



40 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Fahrt nach Lampertheim mit Picknick im  
Karlstern (jeder bringt was mit), Einkehr evtl.  
in Kirchgartshausen. Telefonische Nachfrage  
erforderlich, da der Termin bei  
Redaktionsschluss noch unsicher ist.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 11:30 Uhr Mannheim,*  
*alte Feuerwache*  
*Tourenleitung: Jutta Hagen*

### **Sa 16.7. Gönnheim „Zur Gänsewiese“**



45 km →  
16-20 km/  
h  
ADFC LU

Nachmittagstour mit Einkehr, weitgehend flach  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 13:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof*  
*(VHS)*  
*Tourenleitung: Ingrid Schön*

### **So 17.7. Kloster und Berg**



95 km →  
20-24 km/  
h  
ADFC MA

Bürstadt - Lorsch - Heppenheim.  
Flott gefahren, meist flach  
Einkehr: Lorsch  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim,*  
*Biotopia-Fahrradstation am Hbf*  
*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

## ADFC-mobil

### Die Applikation (App) zu den Qualitätsradrouten

Die brandneue App „ADFC mobil“, eine Anwendung für das iPhone, stellt die derzeit 17 ADFC-Qualitätsradrouten über die interaktive Karte und in einer ausführlichen Beschreibung mit nützlichen Infos vor. Mit der GPS-Funktion zeigt das iPhone den jeweiligen Standort auf der Karte an und ermöglicht die Navigation zur nächsten Fahrradwerkstatt oder zum gewählten Bett & Bike-Gastbetrieb.

Neben der Routenbeschreibung mit Bildern von der Strecke können Radreisende auch das Höhenprofil abrufen und die Hinweise zu Literatur, Sehenswürdigkeiten und geeigneten Bahnhöfen nachlesen. Preis im App-Store bei iTunes: 2,39 Euro.

### ADFC-mobil in Kürze

- Routenbeschreibung
- Karte mit Routenübersicht
- Streckenlänge und Höhenmeter
- Höhenprofil mit Schwierigkeitsgrad, Oberfläche, Verkehrsbelastung
- Streckencharakter
- Sehenswürdigkeiten
- Bilder
- Literatur und Radkarten
- Orte mit Bahnhöfen an der Strecke für die An- und Abreise mit der Bahn
- Kontaktdaten von touristischen Stellen zur Anforderung weiterer Informationen
- Eine zoombare Karte, basierend auf Google Maps, mit der genauen Streckenführung, mit deren Hilfe das iPhone zum Navigationsgerät wird.
- Points of Interest: Bett & Bike-Gastbetriebe, Fahrradwerkstätten auf dem Weg: Mit einem Anruf gleich aus der App heraus kann man klären, ob es im gewünschten Übernachtungsbetrieb ein freies Zimmer gibt. Dann lässt man mithilfe der integrierten Routingfunktion die Strecke vom aktuellen Standort zum Betrieb berechnen.



Weitere Informationen und filmische Erläuterung finden sie unter [www.adfc.de/sternerouten](http://www.adfc.de/sternerouten)

### **So 17.7. Sport und Spiel am Wasserturm**

ADFC MA Infostand und mehr, siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim) und Tagespresse

### **So 17.7. MTB-Tour zum Weißen Stein**



60 km ↑  
20-24 km/h

ADFC MA

Von Mannheim über Ladenburg und Schriesheim auf den Weißen Stein (Einkehr), von dort über den Heiligen Berg und Dossenheim zurück nach Mannheim, 900Hm; anspruchsvolle Tour

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Mountainbike

*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Alter OEG*

*Bahnhof (Neckarstadt)*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

### **Fr 22.7. MALU nach Lust und Laune**



25 km →  
13-17 km/h

ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

### **Sa 23.7. Achtsamkeit auf Rädern – Radeln gegen den Stress**



30 km →  
13-17 km/h

ADFC HD

Von Heidelberg am Neckar entlang nach Ladenburg und zurück. In den Pausen: MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction)

Übungen aus dem 8-Wochen-Stressbewältigungsprogramm von Jon Kabat-Zinn zum Kennenlernen.

Bitte Yogamatten und/oder Decken mitbringen

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 10:00 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Birgit Wördehoff, MBSR Trainerin*

*Anmeldung erforderlich*

## So 24.7. Links und rechts des Rheins



Schwetzingen, Altlußheim, Speyer, Naherholungsgebiet Lingenfeld (Einkehr), Speyer, Otterstadt, Altrip, flach, aber flott gefahren

90 km →  
20-24 km/h  
ADFC MA

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Günter Zwerger*

## Sa 30.7. - Sommerfreizeit - Bundesforum

7.8.

ADFC HD

Der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg führt für Jugendliche die Sommerfreizeit durch. Weiteres entnehmen Sie bitte dem Artikel „Jugendarbeit im ADFC“ in diesem Heft, der Homepage [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg) oder der Tagespresse.

*Anmeldung erforderlich, Teilnahmebetrag*

## So 31.7. Nibelungen und Wein



Worms – Grünstadt – Weisenheim am Berg – Freinsheim,

flott, mit kleineren Steigungen.

90 km ↗  
20-24 km/h  
ADFC MA

Einkehr: Weisenheim am Berg  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Biotopia-Fahrradstation am Hbf*  
*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

**Birgit Würdehoff**

Dipl. Sozialpädagogin

**MBSR - Training**

Heidelberg

06221/840901



**Stressbewältigung**

durch

**Achtsamkeit**

**M**indfulness

**B**ased

**S**tress

**R**eduction

Gruppen  
Einzeltrainings

nach Jon Kabat-Zinn

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

**Kostenlose Fahrradmitnahme im Rhein-Neckar-Raum (VRN)**  
(Auszug aus den Beförderungsbedingungen, Stand: 1.10.2010, ohne Gewähr)

Unternehmen	In	Linien	Fahrradmitnahmezeiten
<b>DB</b>	Bahn	Alle Züge im Nahverkehr (RE, RB, S-Bahn)	<b>Kostenlos:</b> Mo-Fr ab 9.00 Uhr, Sa, So und Feiertage ganztägig <b>Montag - Freitag vor 9.00 Uhr: Fahrschein für Kinder lösen</b> (Preisstufe beachten!) oder Fahrrad-Jahresticket (€ 480), DB-Regio-Züge kostenlos mit Bahncard 100.
<b>Rhenus Veniro</b>	Bahn	Alzey – Kirchheimbolanden	Ohne zeitliche Einschränkung
<b>SWEG</b>	Bus	706 und 708 von Walldorf-Bahnhof bis Wiesloch-Walldorf	
<b>Saar-Pfalz-Bus</b>	Bus	Alle	
<b>RNV (=MVG, OEG, VBL, RHB, HSB)</b>	Stadtbahn/Bus	Alle, <b>aber Bus 34:</b> nur Pfaffengrund-Neckarschule, weiter: siehe unten	<b>Kostenlos:</b> Montag - Freitag vor 6 Uhr und nach 9 Uhr, Samstag, Sonn- und Feiertage ganztägig <b>keine Mitnahme:</b> Mo – Fr von 6 – 9 Uhr
<b>Rhein-Neckar-Bus</b>	Bus	Alle im Neckar-Odenwald-Kreis	Samstag, Sonn- und Feiertage ganztägig
<b>PalatinaBus</b>	Bus	Alle	Montag - Freitag ab 19.00 Uhr
<b>Rhein-Neckar-Bus</b>	Bus	451, 453 – 454, 456, 457, 460 – 469, 471 – 474, 483, 511 – 517, 571 – 573, 581 – 584, 717 (Heidelberg – Speyer)	Samstag ab 15.00 Uhr  Sonn- und Feiertage ganztägig
<b>RNV/Rhein-Neckar-Bus</b>	Bus	34 (Neckarschule – Heiligkreuzsteinach)	
<b>Haßmersheim</b>	Fähre		Fahrradmitnahme mit VRN-Fahrscheinen kostenlos

**Bitte unbedingt beachten:**

**Bus und Stadtbahn** haben sehr eingeschränkte Mitnahmekapazität - vor allem in den Großstädten sollten Fahrräder im Interesse aller nur in Ausnahmefällen (z.B. bei Pannen) mitgenommen werden.

**Es besteht kein Anrecht auf Fahrradbeförderung, die Entscheidung liegt beim Fahrpersonal.** Die Mitnahme kann jederzeit für einzelne Fahrten ausgeschlossen werden. Es dürfen nur so viele Fahrräder (auch Tandems und E-Bikes/Pedelecs bis 40 kg) mitgenommen werden, wie ohne Gefährdung oder Belästigung anderer Fahrgäste möglich ist. Fluchtwege sind frei zu halten. **Personen mit Kinderwagen und Rollstuhlnutzende haben Vorrang.**

**Fährzeiten/Tarife der Rhein- und Neckarfähren sowie weitere Angebote** in anderen Bereichen des Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN):  
<http://www.adfc-bw.de/mannheim>, dort: Service >> Fahrradmitnahme

***Ticket 24/Ticket 24 PLUS***

# ***Bringt Ihren Tag auf Touren.***

Schnäppchen jagen, ausgehen oder Feste feiern: Mit dem Ticket 24 sind Sie ab 5,30 Euro auf unseren Linien gut unterwegs. Nehmen Sie Ihre Familie oder Freunde doch gleich mit: Das Ticket 24 PLUS für bis zu 5 Personen ist perfekt für jede Spaßgesellschaft. Und das schon ab 9,30 Euro. Infos unter [www.vrn.de](http://www.vrn.de) oder unter 01805.8764 636

(14 Cent/Minute aus dem Festnetz,  
max. 42 Cent/Minute aus Mobilfunknetzen)



*Tarif 1/2011*

***Einfach  
ankommen.***

**VRN**  
VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

## Fahrradmitnahme in VRN

Die Fahrradmitnahme in sämtlichen Zügen des Nahverkehrs der Deutschen Bahn (RB, RE und S-Bahn) ist kostenlos, sofern das Fahrrad montags bis freitags ab 09:00 Uhr oder an Wochenenden bzw. Feiertagen mitgenommen wird. Von Montag bis Freitag vor 09:00 Uhr ist ein Fahrschein der entsprechenden Preisstufe für Kinder oder ein Fahrrad-Jahres-Ticket zu lösen; Inhaber einer Bahncard 100 dürfen in den Zügen der DB Regio ein Fahrrad ohnehin kostenlos mitnehmen.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, das Fahrrad in sämtlichen Verkehrsmitteln von RNV wie Stadtbahn, Straßenbahn, Busse und Züge außer Buslinie 34 montags bis freitags ab 09:00 Uhr sowie an Samstagen, Sonn- und Feiertagen ganztägig mitfahren zu lassen, wenn ausreichende Platzkapazitäten vorhanden sind. Die Fahrradmitnahme auf der Donnersbergbahn von Rhenus Veniro GmbH und Co. KG ist jederzeit möglich; außerdem dürfen Besitzer eines gültigen VRN-Fahrscheins ihr Fahrrad auf der Fähre in Haßmersheim kostenlos mitnehmen.

Eine Tabelle der Mitnahmemöglichkeiten befindet sich auf Seite 38.

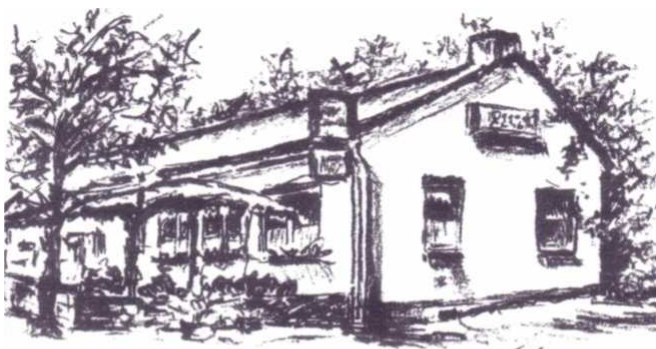
Die übrigen Busunternehmen im VRN-Gebiet bieten ihren Fahrgästen ebenfalls unterschiedlichste Optionen zur Fahrradmitnahme, wie z. B.:

- in Bussen der Saar-Pfalz-Bus GmbH sowie auf dem Streckenabschnitt Walldorf - Bahnhof Wiesloch-Walldorf der Linien 706 und 708 von SWEG dürfen die Fahrräder jederzeit mitfahren;
- das Unternehmen Busverkehr Rhein-Neckar GmbH gestattet ihren Fahrgästen, ihre Fahrräder auf sämtlichen Linien im Neckar-Odenwald-Kreis samstags, sonn- und feiertags ohne zeitliche Einschränkungen mit sich mitzunehmen;
- die Linien 451, 453, 454, 456, 457, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 471, 472, 473, 474, 483, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 571, 572, 573, 581, 582, 583, 584, 717 des Unternehmens Busverkehr Rhein-Neckar GmbH, Buslinie 34 von RNV, der Busverkehr in Rodalben und auf der Strecke Rodalben - Pirmasens der Firma Omnibusunternehmen J. Braun GmbH sowie sämtliche 13 Linien von PalatinaBus GmbH entlang der Weinstraße und im Raum Sinsheim Nord unterliegen dagegen anderen Regeln, wonach Fahrradmitnahme montags bis freitags ab 19:00 Uhr, samstags ab 15:00 Uhr und sonn- und feiertags ganztägig gestattet ist;



- die Busunternehmen TWK Verkehrs-AG, VGZ Verkehrsgesellschaft Zweibrücken GmbH und Stadtwerke Pimasens Verkehrs GmbH bieten ihren (*sämtlichen*) Fahrgästen die Möglichkeit, ihre Fahrräder montags bis freitags ab 19:00 Uhr sowie samstags, sonn- und feiertags ganztägig mit sich mitzunehmen;
- das Unternehmen ORN Omnibusverkehr Rhein-Nahe GmbH, das den Busverkehr in der Umgebung von Alzey organisiert, sowie die Verkehrsgesellschaft Main-Tauber mbH sind mit ihrem Fahrradmitnahmeangebot dagegen überwiegend an Schüler und Schülerinnen ausgerichtet, weshalb die Fahrradmitnahme in ihren Bussen an Schultagen von 09:00 Uhr bis 11:30 Uhr und ab 14:00 Uhr, samstags, sonn- und feiertags sowie in den Schulferien dafür ganztägig möglich ist.

Unabhängig von Verkehrsbetrieb und Jahrestag ist jeder Fahrgast nur zur Mitnahme eines einzelnen Fahrrads berechtigt, Kinder unter 12 Jahren müssen sich darüber hinaus durch Erwachsenen begleiten lassen, wenn sie mit öffentlichen Verkehrsmitteln zusammen mit ihrem Fahrrad unterwegs sind. Die Fahrradmitnahme ist außerdem nur dann gestattet ist, wenn der Platz ausreicht und eine Gefährdung anderer Fahrgäste ausgeschlossen ist, wobei Kinderwagen und Rollstühle den Vorrang vor Fahrrädern haben.



## Oggersheimer Sportheim

**Montag, Dienstag,**

11:00 – 23:00 Uhr (warme Küche 11:00 – 14:00 Uhr und 17:00 – 21:00 Uhr)

**Mittwoch Ruhetag**

**Donnerstag – Sonntag**

**Telefon 0621 – 67 18 07 89**

*Inh. C. Berrocal*

*In den Neugärten 8a*

*67071 Ludwigshafen - Oggersheim*

# August

## Fr 5.8. **MA/LU nach Lust und Laune**



25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## So 7.8. **Leimbach- und Angelbachtal**



65 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

ab LU/MA/HD per S-Bahn nach Wiesloch-Dielheim-Trainbach-Eichersheim-Wiesloch (E) –Leimen-HD/MA, meist flach, 1 Steigung mit 80 Hm. Info und Anmeldung (spätestens 3 Tage vorher) bei Günter Berkmann.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Tourenleitung: Günter Berkmann*

*Anmeldung erforderlich*

## So 7.8. **Morgensonne**



40 km →  
16-20 km/h  
ADFC LU

Überraschungstour für Frühaufsteher in die Pfalz mit zünftiger Einkehr

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 8:30 Uhr Ludwigshafen, Hbf*

*Tourenleitung: Dietmar Rietl*

## So 7.8. **Durch die Pfalz nach Kaiserslautern**



100 km  
bzw. 200  
km ↑  
20-24 km/h  
ADFC HD

Von Heidelberg über Neustadt nach Kaiserslautern. Zurück mit Zug; nach Absprache auch mit dem Fahrrad

Einkehr: Unterwegs

Weg: meist Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 8:30 Uhr Heidelberg, ADFC*

*Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Tourenleitung: Christian Lohse*

*Anmeldung erforderlich*

**Sa 13.8. „Durch die Wälder nach Karlsruhe“ - ein Klassiker.**



80 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Etwa 60% der Wegstrecke im Wald, unterwegs Picknick, (Einkehr) in Karlsruhe, Rückfahrt per Bahn nach HD/MA/LU, flach, teils Waldwege,  
Info und Anmeldung (spätestens 3 Tage vorher) bei Günter Berkmann.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt und Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Günter Berkmann*  
*Anmeldung erforderlich*

**So 14.8. Lindemannsruhe**



100 km ↗  
20-24 km/h  
ADFC MA

Weisenheim - Forsthaus Lindemannsruhe (Einkehr) – Neuleiningen - Frankenthal  
Einkehr: Lindemannsruhe  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

**Fr 19.8. MA/LU nach Lust und Laune**



25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*  
*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

**So 21.8. Fahrradsternfahrt ins Leininger Land**



60 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

Fahrradsternfahrt des ADFC DÜW / FT / LU / WO in die Vorderpfalz, einige Steigungen  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 10:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*  
*Tourenleitung: Ingrid Schön*

## Der ADFC Kreisverband Rhein-Neckar/Heidelberg stellt sich vor

Beim ADFC KV Rhein-Neckar/Heidelberg sind über 1100 Mitglieder (Einzel- und Familienmitglieder) angemeldet. Für sie hält der ADFC neben den Vorteilen, die eine Mitgliedschaft mit sich bringt, viele weitere Angebote bereit.

So engagiert sich der gemeinnützige Verein auch in der Verkehrspädagogik, in Radtouren, in Fahrradlenkuren, in Sicherheit für Radfahrer u.a. durch Helmberatung und vor allem in der Jugendarbeit. Siehe hierzu weitere Artikel in diesem Heft.

Ein wichtiger und informativer Anlaufpunkt für alle Radfahrer im Rhein-Neckar-Kreis ist der ADFC Infoladen.

### ADFC Infoladen

**Kurfürsten-Anlage 62**

**69115 Heidelberg**

**gegenüber Hbf / gemeinsam mit Ökostadt**



Öffnungszeiten:

**Mo., Di., Do. und Sa. 9:30 – 13:30 Uhr**

**Di., Mi. und Fr. 14:30 – 18:00 Uhr**

Telefon: 06221 / 23910

E-Mail: [heidelberg@adfc-bw.de](mailto:heidelberg@adfc-bw.de)

Internet: [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg)



Der Infoladen bietet folgende Leistungen, nicht nur für die ADFC-Mitglieder:

- Informationen, Leseangebote und Aktionen zu Veranstaltungen und Aktionen des ADFC
- gesammelte Reiseberichte Deutschland, Europa und weltweit
- Fahrradtechnik, Fahrradsicherheit, Fahrradreisen, Verkehrspädagogik und viele mehr
- Aktuelle Fachzeitschriften wie Ökotest, Radtouren, TrekkingBike, Radwelt
- Regelmäßige Veranstaltungen wie Helm- und Pedelecberatung (3-4 Pedelecs mit verschiedenen Antriebsarten zum Probefahren)

Auch als Reisebüro für geführte und individuelle Radreisen in Deutschland, Europa und weltweit ist Ihnen der ADFC Infoladen behilflich:

- Beratung und Informationsbroschüren für selbst geplante Radtouren und -reisen
- Beratung und Vermittlung von Radreisen verschiedener Radreiseveranstalter
- Routingtipps (regional) (z.B. Gute Wege zur Arbeitsstelle, zum Einkaufen, Parkmöglichkeiten für Fahrrad und Gepäck, Fahrradmitnahme mit der Bahn und vieles mehr)
- Verkauf von Radkarten und Radtourenbüchern



### **Impressum**

Herausgeber: ADFC Mannheim

V.i.S.d.P.: Gerd Hüttmann, Mannheim

Umschlaggestaltung: Günter Berkmann

Satz: Wessel Schotel

Druck: y-piilon Druckerei, Würzburg

### **So 21.8. Zu den Felsenkellern in Oppenheim**



per Bahn nach Guntersblum – Oppenheim (Einkehr) + Führung – Guntersblum, per Bahn zurück.

20 km →  
10-14 km/h  
ADFC MA

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Zustieg: HD Hbf, LU Hbf, FT Hbf*  
*Tourenleitung: Georgia Guthier*  
*Anmeldung erforderlich bis 13.8.2011*

### **So 28.8. In´s Hessische Ried**



über Viernheim, Lorsch, Einhausen, Biblis (Einkehr), Rosengarten, Worms. Rückfahrt mit der S-Bahn nach MA.

70 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Fernmeldetum*  
*Tourenleitung: Klaus Polsfuss*

### **So 28.8. Tour de Murg**



Von Baiersbronn nach Raststatt, hügelig bzw. einige kräftige Steigungen, An- und Abreise mit der Bahn

60 km ↗  
16-20 km/h  
ADFC LU

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Tourenleitung: Ingrid Schön, Gabi Diehl*  
*Anmeldung erforderlich*

**Das kleine Radhaus** bietet für jedes Tourenprofil die richtigen Fahrräder und die passende Ausstattung!

Kommen Sie vor Ihrer Tour vorbei. Wir beraten Sie gerne!



**Das kleine Radhaus** Zweirad GmbH  
Bahnhofstraße 55-57 69115 Heidelberg  
**Telefon** 06221.18 37 27 **Internet** [www.kleine-radhaus.de](http://www.kleine-radhaus.de)

# September

## Fr 2.9. MA/LU nach Lust und Laune



25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## So 4.9. Neckar und Odenwald



100 km ↗  
20-24 km/h  
ADFC MA

am Neckar bis Hirschhorn, nach Heiligkreuzsteinach und Schriesheim

Einkehr: Hirschhorn

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

## So 11.9. MTB-Tour zum Teltschikturm



80 km ↑  
20-24 km/h  
ADFC MA

Von Mannheim über Heidelberg – Ziegelhausen zum Teltschikturm, zurück über den Weißen Stein (Einkehr), Schriesheim und Ladenburg, 900Hm

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt und Waldwege

Radvorschlag: Mountainbike

*Beginn: 9:00 Uhr Mannheim, Alter OEG Bahnhof (Neckarstadt)*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

## So 11.9. Die Mühlenroute



80 km →  
16-20 km/h  
ADFC LU

Gemeinsame Tour des ADFC Ludwigshafen und Bad Dürkheim, mit Einkehr, flach.

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt, teilweise Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Zustieg: 10.00 Uhr Limburgerhof Bahnhof (Kiosk)*

*Tourenleitung: Ingrid Schön, Arnold Merkel*

## **Pedelec (Pedal Electric Cycle) – Unterstützung der Mobilität für alle**

Pedelecs sprechen nicht nur ältere Menschen, sondern immer mehr auch jüngere und technikbegeisterte Menschen an.

Studien zeigen, dass die Pkw-Nutzung sehr häufig durch Einzelpersonen und Wegstrecken unter 50 km geprägt ist. Hier lassen sich durch ein Pedelec die Pkw-Nutzung deutlich verringern. Auch im Tourismus ist der Anstieg von Radreisen speziell mit Pedelecs zu erkennen. So können z.B. Leistungsunterschiede ausgeglichen, bergige Regionen und größere Aktionsradius gemeistert werden. Auch beim täglichen Weg zur Arbeit kann das Fahrrad genutzt werden, wenn Steigungen zu überwinden sind, selbst wenn am Arbeitsort keine Möglichkeit vorhanden ist sich frisch zu machen.

### **Man unterscheidet grob zwischen Pedelec und den schnellen Klassen (S-Klasse) bzw. dem E-Bike.**

- Pedelec ist ein motorunterstütztes Fahrrad, bei dem noch selbst in die Pedale getreten werden muss. Allerdings hört bei einer Geschwindigkeit von 25 km/h die Unterstützung (bis max. 250 Watt) auf. Es ist rechtlich dem Fahrrad gleichgestellt.

- Bei den Rädern der S-Klasse muss ebenfalls in die Pedale getreten werden, aber die Motorunterstützung hört erst bei 45 km/h auf.

- E-Bike ist mit dem Elektromofa vergleichbar und es muss zum Fahren nicht in die Pedale getreten werden.

Räder der S-Klasse und E-Bikes benötigen Versicherungskennzeichen und der Fahrer eine Mofa-Prüfbescheinigung.

### **Für Pedelecs gibt es grundsätzlich 3 verschiedenen Antriebskonzepte :**

**Frontmotor:** Beim Frontmotor sitzt der Elektromotor in der Vorderradnabe. Da der Antrieb das Fahrrad zieht, kann es auf sandigem, glatten Untergrund oder in Kurven leichter durchdrehen. Ein Nabendynamo kann nicht mehr verbaut werden.

**Mittelmotorprinzip:** Beim Mittelmotorprinzip, das auch Panasonic-Antrieb genannt wird, ist der Antrieb inkl. Akku in der Mitte des Rades über dem Tretlage angebracht und treibt das Hinterrad über eine Kette an. Somit ist die Gewichtsverteilung zentral – ähnlich wie beim herkömmlichen Fahrrad, es ist aber ein spezieller Rahmen notwendig. Alle gängigen Fahrradschaltungen und ein Nabendynamo lassen sich einbauen. Auf eine Rücktrittbremse muss verzichtet werden.



**Heckantrieb:** Beim Heckantrieb befindet sich der Elektromotor in der Hinterradnabe. Das Rad wird hecklastig. Dadurch kann das Vorderrad bei anschiebendem Motor in der Kurve etwas leichter wegrutschen. Die Nutzung einer Nabenschaltung ist nicht möglich und der Hinterradausbau wird erschwert. Ein Nabendynamo kann verwendet werden.

Vor dem Kauf eines Pedelec sollten Sie eine Probefahrt unternehmen, möglichst mit verschiedenen Antriebssystemen und von verschiedenen Herstellern. Hierbei kann Ihnen der ADFC bei Beratung und Stellen von Probe-Pedelecs behilflich sein. So hat z.B. der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg Fahrräder zum Ausleihen vorrätig. Voraussichtlich im Mai werden wir wieder vor dem Infoladen eine Pedelec-Aktionswoche veranstalten. Viele Fahrradfachgeschäfte unserer Region haben ebenfalls Pedelecs zu Probefahrten oder zum Verleihen vorrätig. So bietet das Radhaus Koch in Mutterstadt leihweise Pedelecs an, siehe Anzeige unten. Auch bei der Initiative „Rückenwind Heidelberg“, einer gemeinschaftlichen Initiative der Vereine Ökostadt Rhein Neckar, ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg sowie der Stadtwerke Heidelberg und ortsansässigen Fahrradhändler stehen Pedelecs zum Verleih zur Verfügung. Informationen: Tel. 06221 / 18 99 28 oder E-Mail: [rueckenwind@oekostadt.org](mailto:rueckenwind@oekostadt.org)

### Unsere Leistungen

- Kinder- und Jugendräder
- Pedelec und Elektroräder
- Trekking- und Reiseräder
- Cross und MTB
- High-Speed-Räder
- Koch-Custommade
- Hol- und Bringservice
- Meisterwerkstatt
- Leihräder
- Versehrtenumbauten
- Zubehör und Bekleidung

**Radhaus**  
**KOCH**

*... mit uns läuft es rund.*

Im Vorderkehr 12 B  
67112 Mutterstadt  
Tel. 0 62 34 / 92 96 40  
[www.radhaus-koch.de](http://www.radhaus-koch.de)

### Flyer Test-Center

Mieten Sie unseren neuen großen Eventanhänger mit bis zu 20 Test-Pedelecs für Ihren Anlass.

*Test and Smile*

### ✗ Flyer Test-Coupon ✗

Testen Sie bei einer Probefahrt welcher Flyer zu Ihnen passt.

✗ Bei Abgabe dieses Abschnitts erhalten Sie ihr persönliches Test-Pedelec einen Tag lang gratis. ✗

✗ Um telefonische Voranmeldung wird gebeten. ✗

[www.flyer.ch](http://www.flyer.ch)

Biketec AG | Schwende 1 | CH-4950 Huttwil/BE  
Tel. +41 (0) 62 959 55 55 | [info@flyer.ch](mailto:info@flyer.ch)

**FLYER**  
Innovation in Mobility

## So 11.9. Tag des offenen Denkmals

"Romantik, Realismus, Revolution - Das 19. Jahrhundert" heißt das Motto des Tags des offenen Denkmals 2011. Damit widmet sich der Denkmaltag einer der stilistisch vielseitigsten und an technischen Neuerungen reichsten Epochen der Bau- und Kunstgeschichte, siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim) und Tagespresse



## Fr 16.9. MA/LU nach Lust und Laune

Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim oder Umgebung



Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof (VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## Sa 17.9. Radmarkt

Verkauf von privat an privat, 10 - 12 Uhr, Einzelheiten siehe [www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)



ADFC MA

*Beginn: 10:00 Uhr Mannheim, Biotopia-Fahrradstation am Hbf*

## So 18.9. Zur schwarzen Madonna nach Leutershausen

Mannheim – Hirschberg - Schriesheim (Einkehr) – Ladenburg

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

50 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

*Beginn: 11:30 Uhr Mannheim, Schloss (Haupteingang)*

*Tourenleitung: Georgia Guthier*



Jetzt Riester-Förderung sichern:  
Über **51%** sind möglich!\*

Mit der Sparkassen-RiesterRente.

Alt werden lohnt sich.  
Mit der Sparkassen-  
Altersvorsorge.



Sparkasse  
Rhein Neckar Nord

Sie können zwar nicht ewig jung bleiben – aber sich aufs Alter freuen. Vereinbaren Sie jetzt ein Beratungsgespräch in Ihrer Filiale oder informieren Sie sich unter [www.sparkasse-rhein-neckar-nord.de](http://www.sparkasse-rhein-neckar-nord.de). **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

\* Die Höhe der staatlichen Förderung für Ihre Vorsorge ist abhängig von Ihrer Lebenssituation.

### **Sa 24.9. Friedelsheim**



Neuer Wein und Zwiwwelkuche,  
Nachmittagstour mit Einkehr, weitgehend  
flach, kleine Steigungen

Einkehr: Unterwegs

60 km →  
16-20 km/h  
ADFC LU

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 13:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof  
(VHS)*

*Tourenleitung: Ingrid Schön*

### **So 25.9. Taubertal II (sportiv)**



Von Lauda – Königshofen über  
Tauberbischofsheim, Bronnbach (Einkehr)  
und

Külsheim nach Osterburken, 800 Hm.

85 km ↑  
20-24 km/h  
ADFC MA

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 8:15 Uhr Mannheim,  
Biotopia-Fahrradstation am Hbf*

*Zustieg: Heidelberg Hbf, 08:49 Uhr. Gleis 5*

*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

*Anmeldung erforderlich*

### **So 25.9. Neckarradweg (Zwingenberg nach Neckargemünd)**



Mit der S-Bahn nach Zwingenberg/Neckar  
und dann mit dem Fahrrad über Eberbach,  
Hirschhorn nach Neckargemünd. Mit der  
S-Bahn dann wieder nach HD.

50 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt/Waldwege

Radvorschlag: Tourenrad

*Beginn: 9:30 Uhr Heidelberg, ADFC I  
nfoladen, Kurfürsten-Anlage 62*

*Zustieg: Zustieg nach Absprache*

*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

### **Fr 30.9. MALU nach Lust und Laune**



Feierabendtour in Ludwigshafen, Mannheim  
oder Umgebung

Einkehr: Unterwegs

Weg: Asphalt

Radvorschlag: Tourenrad

25 km →  
13-17 km/h  
ADFC LU

*Beginn: 17:00 Uhr Ludwigshafen, Bürgerhof  
(VHS)*

*Tourenplanung: Hans-Peter Eckert*

## In der Gruppe Rad fahren

Die wichtigsten Regeln:

- Gleichmäßig und stetig treten
- Keine abrupte Richtungsänderung vornehmen
- Schauen ... auf Vordermann/-frau, Straße und Verkehr
- Warnen ... klare Zeichen geben für die Nachfolgenden (Zeichen kommt vor Rufen)
- Bremsen ... nur wenn unbedingt notwendig
- Beim Anhalten ... Fahrbahn freilassen
- Beim Verlassen der Gruppe vorher abmelden
- Beim Berg fahren ... jeder fährt seinen eigenen Rhythmus, oben wird gewartet
- Bei größeren Gruppen übernimmt eine(r) die „rote Laterne“. Die „rote Laterne“ fährt konsequent am Schluss, aber möglichst nie alleine. Die „rote Laterne“ sollte ein Mobiltelefon und die Telefonnummer des/der TourleiterIn haben, um bei größeren Verzögerungen anrufen zu können.

### Zeichen – und was sie bedeuten:

Arm waagrecht ausstrecken

Abbiegen. Beim Einbiegen in eine Straße oder beim Queren einer Straße durch Rufen (Vorsicht, Frei)  
Hinweis auf Verkehrssituation nach hinten weitergeben.

Hand/Arm hochstrecken

Achtung! Langsamer werden, eventuell halten.

Mit Zeigefinger nach seitlich unten zeigen

Auf ein Hindernis aufmerksam machen, wie Loch, Stein, hervorstehende Kanaldeckel oder anderer größerer Gegenstand

ACHTUNG oder VORSICHT rufen

Hinweis auf ein Hindernis oder sonstige kritische Situation direkt voraus, oder wenn zum Zeigen keine Zeit mehr übrig ist. Vor allem, wenn man selbst beide Hände am Lenker braucht.

Hand/Arm hinter dem Sattel wiederholt nach innen schwenken

Zum Ausweichen um ein Hindernis z.B. Pfosten (!), geparktes Auto, zu überholender Radfahrer, usw. auf der entsprechenden Seite auffordern.

### Nebeneinander – in Reihe fahren

Wenn es die Verkehrsverhältnisse erlauben, kann man nebeneinander fahren, sonst hintereinander. Die Abstände nicht zu groß werden lassen, damit die Teilnehmer für andere noch als Gruppe (Verband) erkennbar sind.

Lt. StVO (§27 Verbände) dürfen bei Gruppen mit mehr als 15 Personen jeweils zwei Radler nebeneinander fahren, das gilt als Verband. Man sollte, wenn ihre Länge dies erfordert, in angemessenen Abständen Zwischenräume für den übrigen Verkehr frei lassen. Die Abstände sollten auch nicht zu groß werden, damit die Teilnehmer noch als Gruppe erkennbar sind.

**Motto: Zusammen losfahren und miteinander ankommen!**

# Oktober

## So 2.10. Französische Luft



120 km ↗  
23-27 km/h  
ADFC MA

Neustadt – Wissembourg – Annweiler –  
Neustadt, flott; wenige, mittlere Steigungen  
Einkehr: Wissembourg  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:00 Uhr Neustadt (Weinstraße),  
Hbf-Vorplatz*  
*Tourenleitung: Wolfgang Raisin*

## So 9.10. Apfelroute



60 km →  
16-20 km/h  
ADFC MA

Über Weinheim entlang der Weschnitz in den  
Odenwald (Einkehr), zurück über Viernheim  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 9:30 Uhr Mannheim, Schloss  
(Haupteingang)*  
*Tourenleitung: Sighilt Schmid-Reika*

## So 9.10. Südl. Rhein-Neckar-Kreis



50 km →  
16-20 km/h  
ADFC HD

Von Heidelberg, Reilingen, St.Leon/Roth -  
See und Golfplatz -, Rauenberg und zurück  
nach Heidelberg  
Einkehr: in Besen-wirtschaft  
Weg: Asphalt/Waldwege  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 10:00 Uhr Heidelberg, ADFC  
Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*

## So 16.10. Kaffeefahrt nach Ladenburg



30 km →  
13-17 km/h  
ADFC MA

"Kaffee-Fahrt" nach Ladenburg, mit Einkehr  
in Ladenburg, Telefonische Nachfrage  
erforderlich, da Termin bei Redaktionsschluss  
unsicher.  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt  
Radvorschlag: Tourenrad  
*Beginn: 14:00 Uhr Mannheim,  
alte Feuerwache*  
*Tourenleitung: Jutta Hagen*

## So 16.10. Schloss Wachtenburg

Deidesheim - Wachtenburg - Wachenheim - Friedelsheim, flott mit Steigungen.



60 km ↗  
20-24 km/h  
ADFC LU

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Asphalt/Waldwege  
Radvorschlag: Mountainbike  
*Beginn: 9:45 Uhr Limburgerhof Bahnhof, am Kiosk*

*Tourenleitung: Andreas van Marwick*  
*Anmeldung erforderlich*

## So 23.10. Wanderung Kriemhildenstuhl



12 km ↗  
ADFC LU

Mit der Bahn bis Bad Dürkheim, dann Wanderung mit zünftiger Hütteneinkehr über den Kriemhildenstuhl zurück nach Bad Dürkheim, etwas Kondition und gutes Schuhwerk erforderlich.

Einkehr: Unterwegs  
Weg: Waldwege  
*Beginn: 9:30 Uhr Ludwigshafen (HBf)*  
*Tourenleitung: Dietmar Rietl*  
*Anmeldung erforderlich*



**Sport & Rad**  
**FECHT**



Sedanstraße 29, 67063 LU-Friesenheim, Tel. 0621 - 69 70 64, [www.radsport-fecht.de](http://www.radsport-fecht.de)

**Das Fahrrad mit „Rückenwind“  
Testen Sie die neue Erfahrung  
und vereinbaren Sie einen  
Probefahrtermin auf einem  
unserer E-Bikes**



**Preis ab 1499,- €**

**Öffnungszeiten: Mo 14<sup>30</sup> - 18<sup>30</sup>, Di - Fr 9<sup>00</sup> -13<sup>00</sup> u. 14<sup>00</sup> - 18<sup>30</sup>, Sa 9<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>**  
Januar und Februar Mittwochs ganztägig geschlossen

## November

### **Mi 2.11. - Herbstfreizeit für Jugendliche; Motto 4.11. „Fahrrad trifft Mode und Styling“**

ADFC HD Der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg führt für Jugendliche die Herbstfreizeit durch. Weiteres entnehmen Sie bitte dem Artikel „Jugendarbeit im ADFC“ in diesem Heft, der Homepage [www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg) oder der Tagespresse.  
*Anmeldung erforderlich, Teilnahmebetrag*

### **So 6.11. Wanderung Weißer Stein**



12 km ↗  
ADFC MA

Von Schriesheim zum Weißen Stein (Einkehr), zurück nach Dossenheim  
Einkehr: Unterwegs  
Weg: Waldwege  
*Beginn: 9:15 Uhr Mannheim, Biotopia-Fahrradstation am Hbf*  
*Tourenleitung: Conny Heinz Kraft*

### **So 6.11. Wanderung "Schwarzwald-Bäderstrecke"**



13 km ↗  
ADFC HD

Mit der Bahn nach Bad Herrenalb (8:48 - 10:35), dann Wanderung durch den nördlichen Schwarzwald vorbei an der Eyachmühle nach Bad Wildbad. Zurück mit der Bahn (16:39 -19:11 bzw. 17:39-20:11)  
Einkehr: am Schluss  
Weg: Waldwege  
*Beginn: 8:30 Uhr Heidelberg, ADFC Infoladen, Kurfürsten-Anlage 62*  
*Zustieg: Zustieg nach Absprache*  
*Tourenleitung: Angelika + Manfred Hauk*  
*Anmeldung erforderlich*

## Dezember

### **Di 6.12. Weihnachtsmarkt**

ADFC LU Weihnachtstreff mit Glühwein (anstelle Radlertreff)

*Beginn: 18:00 Uhr Ludwigshafen, Berliner Platz, beim RNV-Büro*



## Jugendarbeit im ADFC

Seit 10 Jahren entwickelt der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg seine Jugendarbeit. 2001 starteten sieben Kinder und Jugendliche gemeinsam mit drei Betreuern auf die erste ADFC-Sommerfreizeit und im Jahr 2011 starten wir mit drei Gruppen von je 16-17 Teilnehmern und je 3-4 Betreuer zu einer Sternfahrt zum 1. ADFC-Jugendforum nach Wetzlar. Das ADFC-Jugendforum wird am Ende der Sommerfreizeit einen dreitägigen Höhepunkt in diesem Jahr bilden. Beim Jugendforum werden wir gemeinsam mit den Jugendgruppen aus Dortmund und Bremen ein tolles Wochenende mit vielen verschiedenen Workshops rund um das Thema Fahrrad und Mobilität, einer Kanufahrt auf der Lahn und eine großen Fahrradabschlussdemonstration verbringen.

Die Sommerfreizeit – Bundesjugendforum startet am 30. Juli 2011 in Heidelberg und dauert bis 07. August. Teilnahmebeitrag 280,-€ /Mitglieder 260,-€

Anmeldungen über  
E-Mail: [jugend-hd@adfc-bw.de](mailto:jugend-hd@adfc-bw.de) oder  
[www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg) oder über den ADFC-  
Infoladen 06221-23910.

Neben der ADFC-Sommerfreizeit organisiert der ADFC Rhein-Neckar/Heidelberg auch die Pfingst- und Herbstfreizeiten.

Pfingstfreizeit findet unter dem Motto „Fahrrad trifft Theater“ vom 20. – 22. Juni 2011 und die Herbstfreizeit unter dem Motto „Fahrrad trifft Mode und Styling“ vom 02. – 04. November 2011 statt.

	<b>Fahrräder, Zubehör, Service</b> Grenzhöfer Str. 39, Edingen-Neckarh. Tel.: 06203-82054 <a href="http://www.johns-radhaus.de">www.johns-radhaus.de</a>
<b>HOUSE OF QUALITY</b>	
<b>John's Radhaus:</b> Mo & Fr.: 09.30-13.00 und 14.00-18.00 Uhr Di. & Do.: s. Website Mi.: 09.30-13.00 und 14.00-19.00 Uhr Sa.: 10.00-13.00 Uhr  We ride! <a href="http://www.johns-radhaus.de">www.johns-radhaus.de</a> Sie finden uns auch auf Facebook	   

## Mai 2012

### Mi 9.5. Mit dem Rad zum 98. deutschen Katholikentag 2012

Radpilgerfahrt mit dem ADFC Osnabrück zum Katholikentag 2012 in Mannheim. In den 8 Etappen führt die gut 500 Km lange und weitgehend flache Strecke über Münster, Essen, Köln, Maria Laach, Koblenz, Bingen, Mainz und Worms nach Mannheim. Einige Anstiege sind im Teutoburger Wald, im Ruhrtal und zum Laacher See zu bewältigen. Übernachtet wird auf Isomatten/Schlafsack in Gemeindehäusern, Turnhallen oder in Pensionen, Hotels und Jugendherbergen. Wir verpflegen uns gemeinschaftlich mit Frühstück, Lunchpaket und warmen Abendessen. Kosten ohne Anreise und Eintrittsgelder ca. 20/ 50€ pro Übernachtung incl. Vollverpflegung. Radpilger aus der Metropolregion Rhein-Neckar wird ein Nachtquartier vom 8. auf 9. Mai in Osnabrück gestellt. Weitere Info: [www.pilgemperrad.de](http://www.pilgemperrad.de), Anmeldung bei [ansgar\\_hagemann@web.de](mailto:ansgar_hagemann@web.de)

*Tourenleitung: Ansgar Hagemann  
Anmeldung erforderlich*



## **Scheuber**

Schwetzingen Str. 83  
69124 Heidelberg

**Gudereit**-Spezialist und  
**Flyer** E-Bike Teststation  
klasse Räder – bester Service

Partner Rückenwind

Tel. 0 62 21 – 78 28 27  
Fax 0 62 21 – 78 17 34

[www.fahrrad-scheuber.de](http://www.fahrrad-scheuber.de)

[info@fahrrad-scheuber.de](mailto:info@fahrrad-scheuber.de)

# ADFC-Tourenportal

## Mit wenigen Klicks zur Routenplanung

Immer mehr Radurlauber planen ihre nächste Tour am heimischen Computer, denn das Angebot an digitalen Routenplanern wird immer größer. Eine in jedem Fall zuverlässige Möglichkeit der Online-Routenplanung bietet das ADFC-Tourenportal auf [www.adfc-tourenportal.de](http://www.adfc-tourenportal.de)

Im ADFC-Tourenportal können sich Radurlauber ganz einfach mit dem Routingsystem ihre individuelle Strecke von A nach B zusammenstellen oder aus vorhandenen Tourenvorschlägen auswählen. Kartenschnitte, Höhenprofile sowie Wegbeschreibungen lassen sich dann als pdf-Dokument herunterladen und ausdrucken oder als Track auf das GPS-Gerät laden. Im ADFC-Tourenportal stellen GPS-Daten für mehrere tausend Routen zum Download bereit.

Und auch eine geeignete Unterkunft finden die Nutzer des ADFC-Portals problemlos: Die etwa 5.000 „Bett & Bike“-Gastbetriebe werden angezeigt.

Über 210.000 Kilometer ist das Streckennetz auf



[www.adfc-tourenportal.de](http://www.adfc-tourenportal.de) mittlerweile lang. Und es wächst immer weiter, denn viele erfahrene ADFC-Redakteure stocken das Grundgerüst, bestehend aus beschilderten, überregionalen Radfernwegen,

stets um ein Netz regionaler, verkehrsamer Routen auf.

Wer alle Funktionen des ADFC-Portals nutzen möchte, muss sich zunächst in wenigen Schritten registrieren lassen. Nicht-ADFC-Mitglieder zahlen für das Herunterladen von Strecken dann zwei Cent pro Kilometer. ADFC-Mitglieder haben seit 01.01.2011 pro Jahr 500 km frei.

Aber auch viele Tourdaten stehen bereits kostenlos zur Verfügung. Beispielhafte Aufzählung:  
Altmühlradweg, Donauradweg, Elberadweg, Oder-Bruch-Radweg, Radweg um den Starnberger See, Radweg rund um den Bodensee und viele weitere gesponserte Radwege.

## ADFC Kreisverband Ludwigshafen e.V.

Der ADFC Kreisverband Ludwigshafen wurde 2004 gegründet, er betreut das Stadtgebiet Ludwigshafen und den Rhein-Pfalz-Kreis. Er wurde 2009 beim Amtsgericht Ludwigshafen als eingetragener Verein registriert, hat zurzeit etwa 390 Mitglieder und ist als gemeinnützig anerkannt.

Die Wurzeln des ADFC Ludwigshafen liegen im Bezirksverein Rhein-Neckar, der sich 1985 gründete. Von Beginn an bestand eine enge Zusammenarbeit mit Aktiven aus Mannheim, die auch durch das inzwischen 24. gemeinsame Radtourenprogrammheft dokumentiert wird.



Wir fördern unabhängig und parteipolitisch neutral im Interesse der Allgemeinheit die Belange nicht motorisierter Verkehrsteilnehmer, insbesondere den Fahrradverkehr und dienen damit dem Umweltschutz, der Verkehrsunfallverhütung, der öffentlichen Gesundheitspflege und der Jugendpflege sowie der Verbraucherberatung. Wir beraten unsere Mitglieder und die Bevölkerung im Gebrauch von Fahrrädern und unterstützen sie durch Informationen und sonstige Dienstleistungen. Hierzu organisieren wir u.a. Diskussionsrunden, Vorträge und Radtouren.

Unsere Partner sind dabei Behörden, Mandatsträger, Organisationen mit ähnlichen Aufgaben und Privatpersonen, mit denen wir zur Verbesserung der rechtlichen, verkehrstechnischen und gesellschaftlichen Grundlagen und Möglichkeiten des Fahrradverkehrs zusammenarbeiten.

In Kooperation mit der Agenda21 e.V. und der Stadtverwaltung werden Aktionen an Schulen durchgeführt, um die Verkehrssicherheit bei radfahrenden Kindern zu erhöhen. Ein weiteres gemeinsames Projekt ist der Stadtplan „Leben in LU“, für den wir den Radverkehrsteil betreuen. Mehrmals im Jahr bieten wir die Codierung von Fahrrädern an, die an wechselnden Orten stattfinden.

Vom ADFC mitbetreut wird der Arbeitskreis Radeln bei der VHS Ludwigshafen mit dem Schwerpunkt auf verkehrspolitischen Themen, der sich jeden 1. Montag im Monat trifft.

Ein Radlerstammtisch und Aktiventreffen findet jeden 1. Dienstag im Monat in der Vereinsgaststätte „Grün-Weiss“ in Ludwigshafen statt.

Weiterhin beteiligten wir uns an den „Verschdeckeldes“-Touren des früheren Landrats Werner Schröter und in Zusammenarbeit mit der Polizei an den Veranstaltungen der Verkehrswacht.

**Der ADFC in Ludwigshafen setzt sich ausschließlich durch ehrenamtliches Engagement für diese Ziele ein.**

#### **Kontakt:**

##### **ADFC-Ludwigshafen e. V.**

Postfach 21 02 31  
67002 Ludwigshafen

Tel.: 0151 – 52 18 52 48  
eMail: [info@adfc-ludwigshafen.de](mailto:info@adfc-ludwigshafen.de)  
Web: [www.adfc-ludwigshafen.de](http://www.adfc-ludwigshafen.de)

##### **ADFC Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.**

An der Kirchenpforte 15  
55128 Mainz-Bretzenheim

Tel.: 06131 37 11 08  
eMail: [info@adfc-rlp.de](mailto:info@adfc-rlp.de)



## **Angebote für Arbeitgeber: Fit für den Arbeitstag**

### **Gewinner sind die Unternehmen!**

Sie wünschen sich mehr Leistungsbereitschaft, einen geringeren Krankenstand, mehr Motivation und Dynamik in Ihrem Unternehmen und das bei reduzierten Kosten und weniger Umweltbelastung?

Helfen Sie Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Sattel und profilieren Sie sich als innovativer und nachhaltiger Arbeitgeber.

### **Routing**

Damit Sie und Ihre Beschäftigten gut und sicher mit dem Fahrrad zur Arbeit und zurück kommen, ist eine Fachberatung über den Fahrradverkehr und die richtigen Wege zur Arbeit ein wichtiger Bestandteil unserer Beratungsangebote.

### **Helmberatung**

In der Helmberatung bieten wir die regional größte Auswahl an Fahrradhelmen zur Anprobe an. Alle Helme, die dem neuesten Sortiment der Hersteller entsprechen, sind Spenden von Fachhändlern der Region und sind auch dort käuflich erhältlich. Bei der Beratung wird ein ADFC Mitarbeiter den Interessenten die Helme an die jeweilige Kopfform und -größe anpassen und dazu fachgerecht und markenunabhängig beraten.

### **Fahrsicherheitstraining**

In zwei- bis vierstündigen Schulungen machen wir Ihre Beschäftigten fit für den Fahrradverkehr. Dazu gehören Übungen zum Spurhalten, zur Kurvenfahrt, zum Ausweichen und Bremsen, zu unterschiedlichen Belägen und zur Bewältigung von Gefahrensituationen.



## **Pedelec-Beratung**

Trotz Steigung auf dem Weg zur Arbeit unerschwitz ankommen? Hier können Räder mit Elektrounterstützung eine Lösung sein. Weil Mittreten gefordert ist, hat auch das Radfahren mit Pedelecs deutliche positive Gesundheitseffekte. Wir beraten Sie ganzheitlich zum Thema Pedelecs.

## **Fahrradcheck**

Technisch versierte und erfahrene ADFC Experten prüfen die Räder Ihrer Beschäftigten auf Funktionsfähigkeit und Verkehrssicherheit und geben Tipps zu Pflege und Reparatur.

## **Vorträge**

...zum Beispiel zum Thema „Gesundheit“: Wer weiß, wie gesund das Radeln ist, der lässt sich auch nicht mehr von Regen abschrecken! Wir informieren Ihre Beschäftigten darüber, wie sie mit wenig Aufwand fast allen Zivilisationskrankheiten davonradeln können.

Wenn Sie einen Fahrradaktionstag veranstalten möchten oder sich für eine Beratung zu einem der obigen Punkte interessieren, lassen Sie sich ein Angebot von uns machen.

## **Ihr Ansprechpartner:**

Michael Fröhlich  
Verkehrspädagogik-hd@adfc-bw.de  
Tel.: 06221 / 23910



**Velotraum • Patria • Utopia • Campus • Rohloff**  
**Wir bauen Ihr Wunschrad**

**Bergheimer Str. 101 Tel. 06221-453649**  
**69115 Heidelberg www.altavelo.de**

## Neue ADFC-Mitradelzentrale

Gemeinsam mit dem Rad auf Tour zu gehen macht mehr Spaß als alleine. Deshalb bietet der ADFC mit seiner Mitradelzentrale jetzt einen neuen Service an:  
**ein Online-Portal bringt Urlaubs- und Freizeitradfahrer für gemeinsame Touren zusammen.**

Eine Registrierung auf der Internetseite ist nicht erforderlich. Wer Mitfahrende sucht, gibt im Formularfeld der Mitradelzentrale die Region oder das Land der geplanten Radreise an, macht Angaben zur gewünschten Fahrtgeschwindigkeit, zum angepeilten Reiseternin und ob ein bestimmtes Alter oder Geschlecht bevorzugt wird.

Im freien Textfeld kann man die Reise noch genauer beschreiben. Zum Abschluss bekommt man eine automatisch generierte E-Mail mit einem Freischaltlink. Erst wenn dieser aufgerufen wird, ist die Anzeige im Internet sichtbar. Wichtig: die eigene eMail-Adresse wird nicht veröffentlicht!

Alle Anzeigen können Interessierte gezielt mit der Suchfunktion durchforsten, egal ob sie nach Begleitung für eine Frühlingstour, einem Trainingspartner oder netten Menschen für den nächsten Radurlaub suchen. Das Portal bleibt aktuell: die Anzeigen werden nach 3 Monaten aus der Datenbank gelöscht.

Weitere Information: [www.adfc.de/mitradelzentrale](http://www.adfc.de/mitradelzentrale)



The screenshot displays the ADFC Mitradelzentrale website. At the top left is the ADFC logo. To its right is a photograph of a person lying on a hammock outdoors. Below the logo is a search bar with the placeholder text "Bitte Suchwort eingeben". A navigation bar contains links for Home, Über uns, Presse, Aktive, Shop, and News. A left sidebar menu lists various categories: Mitgliedschaft, Termine, Aktionen & Kampagnen, Gesundheit, Verkehr & Recht, ADFC-ReisenPLUS (expanded to show Deutschland, Ausland, Tourenservice, Mitradelzentrale, Übernachten, Fachinfos), ADFC-Magazin Radwelt, Technik, and Login für Mitglieder. The main content area shows the breadcrumb "Sie sind hier: Startseite / ADFC-ReisenPLUS / Mitradelzentrale / Alle" and the heading "ADFC-Mitradelzentrale". Below this is a "Filter erstellen" button with a gear icon. The search results section indicates "185 Anzeigen gefunden" and lists two results with their titles, inserent details, and start dates.

Titel	frühester Starttermin
<b>Mehrtagestour im Vogelsberg</b> Inserent ist: weiblich Einstelldatum: 30.01.2011	APR 01
<b>Suchen Mitradelmöglichkeit vom 23. - 26.06.2011</b> Inserent ist: männlich Einstelldatum: 30.01.2011	JUN 23

Suche Radpartner/in München und Umgebung



# Der Allgemeine Deutsche Fahrrad Club

Mit 130.000 Mitgliedern ist der ADFC die größte Radfahrerlobby in Deutschland.

## Sie fahren Fahrrad? Prima!

Dann sollten wir uns kennen lernen. Denn wir, die Mitglieder des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs, kurz ADFC, vertreten Ihre Interessen.

Damit sich das, was Sie und viele andere bereits tun, immer mehr durchsetzt, gibt es seit 1979 den ADFC. Wir sind ein großer Verband von bundesweit 130.000 Radlerinnen und Radlern, die gemeinsam das Ziel verfolgen, den Straßenverkehr fahrrad- und fußgängerfreundlicher zu gestalten.

Ein ganzes Stück sind wir schon vorangekommen. Denken Sie nur an die umfangreichen Verbesserungen für Radfahrer in der Novelle zur StVO, die der ADFC in langen Jahren erkämpft hat (z. B. Öffnung von Einbahnstraßen) oder an den auf Bundesebene initiierten Nationalen Radverkehrsplan.

## Was tun wir für Sie oder was könnten wir gemeinsam tun?

Wir sind eine Verbraucherschutzorganisation. Wir haben ein waches Auge auf alles, was die Fahrradindustrie herstellt. Und wir mischen uns ein, wenn es darum geht, die Qualität der Produkte zu verbessern.

## Wir sind auch ein verkehrspolitischer Verein.

Der ADFC engagiert sich für die konsequente Förderung des Fahrradverkehrs. Dabei arbeiten wir mit allen zusammen, die sich für mehr Sicherheit und Umweltschutz im Verkehr einsetzen. Zwar ist der ADFC parteipolitisch neutral, aber durchaus parteilich, wenn es um die Interessen der Radfahrer geht.

## Wir sind nicht gegen das Auto.

Aber gegen Autos auf Rad- und Fußwegen sind wir sehr allergisch und gegen eine Bevorzugung des Autos gegenüber umwelt-verträglicheren Verkehrsmitteln allemal. Wir setzen uns stattdessen für eine umweltschonende Verkehrsmittelwahl ein. Immer, wenn es praktische Alternativen gibt, sollte das Auto stehen bleiben. Und das ist öfter, als mancher denkt.



## **Die Förderung des Fahrradtourismus ist eine weitere große Aufgabe.**

Regelmäßig erscheint die bundesweite Broschüre „Deutschland per Rad entdecken“, in der Anbieter von Fahrradreisen und radfahrfreundliche Urlaubsregionen vorgestellt werden. Ebenso das Bett&Bike-Verzeichnis, in dem bundesweit über 4.800 Unterkünfte aufgeführt sind, die Radler auch für eine Nacht aufnehmen und Fahrräder diebstahlsicher unterbringen. Zur besseren Übersicht erscheint regelmäßig die ADFC-Entdeckerkarte, hier sind alle bundesweit bedeutenden Radfernwege eingetragen.

Genauer radeln lässt es sich anhand der ADFC-Radtourenkarten, welche das gesamte Bundesgebiet abdecken. Für Tages- und Wochenendtouren ergänzen aktuelle ADFC-Regionalkarten das radtouristische Angebot. Und um zur Wochenend- oder Urlaubsreise ohne (eigenes) Auto anreisen zu können, setzt sich der ADFC bundesweit vehement für die verbesserte Mitnahme von Fahrrädern auch in Fernzügen ein.

## **Alles Gründe, uns zusammen zu tun.**

Ihre ADFC-Kreisverbände  
der Metropolregion Rhein-Neckar

### **Ihre Vorteile als Mitglied:**

- kostenlose Teilnahme an den Radtouren des ADFC in Mannheim, Ludwigshafen und Rhein-Neckar/Heidelberg
- die Teilnahme an Radreisen des Landesverbandes Baden-Württemberg ist exklusiv für ADFC-Mitglieder
- 500 km kostenlose Radtourentipps aus dem Radtourenportal – jedes Jahr!
- ADFC-Mitglieder sind als Radfahrer, Fußgänger und Benutzer öffentlicher Verkehrsmittel haftpflicht- und rechtschutzversichert
- preiswerte Fahrrad-Diebstahl-Versicherung
- kostenloser Zugriff auf die Rechtsdatenbank des ADFC
- die Mitgliederzeitschrift "Radwelt" und das regionale Magazin „Umwelt direkt“ kommen kostenlos ins Haus



Bitte einsenden an: ADFC-Infoladen, Kurfürstenanlage 62, 69115 Heidelberg

Anschrift:

Name

Vorname

Geburtsjahr

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Beruf

- Ja**, ich trete dem **ADFC** bei und bekomme die Radwelt. Mein Jahresbeitrag unterstützt die Fahrrad-Lobby in Deutschland und Europa. Im **ADFC-Tourenportal** erhalte ich Freikilometer.

**Ich möchte Mitglied werden im:**

- Kreisverband Rhein-Neckar/Heidelberg  Kreisverband Ludwigshafen  Kreisverband Mannheim

**Einzelmitglied 46 €**

**Familien- / Haushaltsmitglied 58 €**

**Zusätzliche jährliche Spende**

€

Anmerkungen

**Familien-/Haushaltsmitglieder:**

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

- Ich erteile dem **ADFC** hiermit eine **Einzugsermächtigung** bis auf Widerruf:

Kontoinhaber

Kontonummer

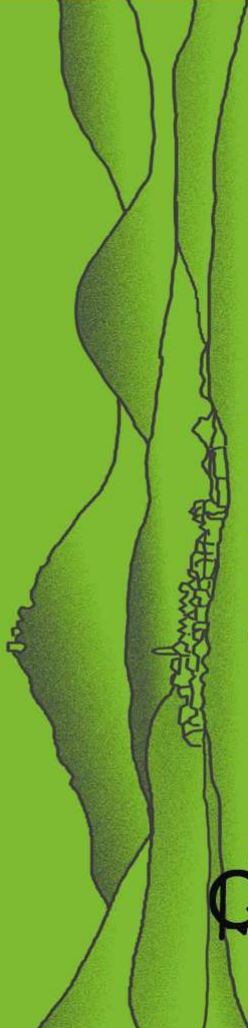
Bankleitzahl

Datum/Ort

- Schicken Sie mir eine Rechnung.

Datum

Unterschrift



Gemeinsame

# **Radtouren 2011**

---

Ludwigshafen - Mannheim - Rhein-Neckar/Heidelberg

---

 **adfc**  
Allgemeiner Deutscher  
Fahrrad-Club

Nr. 24

- 3 ADFC-Kreisverbände
- 5 Tourenprofile
- 26 Tourenleiter/innen
- 80 Radtouren mit über  
5000 Kilometer

[www.adfc-ludwigshafen.de](http://www.adfc-ludwigshafen.de)  
[www.adfc-bw.de/mannheim](http://www.adfc-bw.de/mannheim)  
[www.adfc-bw.de/heidelberg](http://www.adfc-bw.de/heidelberg)