

Das ADFC-Magazin für Bremen und umzu

pedal

Nr. 1 / März bis September 2021



adfc

Bremen
Bremerhaven
Nordwest-Niedersachsen

www.adfc-bremen.de

GLÜCK AUF ZWEI RÄDERN
ÜBER DIE FREUDE AM RADFAHREN

Mit Rad
& Touren
Spezial

04 Fahrradfahren macht glücklich!

Ja, das Leben kann manchmal ganz schön leicht sein: Einfach aufs Rad steigen und losfahren. Die Gründe, das Fahrrad zu nutzen, sind so vielfältig wie die Menschen selbst: Um zur Arbeit zu kommen, zur Schule, zur Uni. Das Rad ist aber auch ein Freizeitgerät für Radtouren mit der Familie oder Freund*innen, es ist ein Sportgerät für ausgiebige Rennrad-Ausfahrten, für aufregendes Mountain-biking. Und das macht einfach Spaß!



Fotos: ADFC Bremen, Bad Gögging/CC BY 2.0

10 Unsere Geheimtipps

Unsere TourGuides plaudern aus dem Nähkästchen und stellen vier ihrer schönsten „Geheim-Touren“ auf der Nord-Südachse rund um Bremen und Bremerhaven vor.

26 Verkehrs-Memo

ADFC-Kids: Beim ADFC Bremen Verkehrs-Memo lernt ihr Verkehrszeichen im Spiel. Ordnet den Schildern ihre Bedeutungen zu. Genug gespielt? Dann geht es auf der Straße weiter.

30 FÖJ-Projekte

Anton und Lukas stellen ihre Projekte im Rahmen des freiwilligen ökologischen Jahres (FÖJ) vor, die dem ADFC helfen sollen den Radverkehr in Bremen langfristig und nachhaltig zu verbessern.

Inhalt

SCHWERPUNKT: Freude am Radfahren

Radfahren macht glücklich	4
Radurlaub an Ostsee, Oder, Neiße	6
Geheimtipps unserer TourGuides	10
Der Weserradweg: Preisgekrönt	12
Tipps & Tricks: Fahrradtaschen	20
DIY: Sattelhaube nähen	22

RAD & TOUREN SPEZIAL 15

ADFC KIDS

Verkehrs-Memory	26
-----------------	----

VERKEHR

Großbaustelle A 281	31
PLUSMINUS	32
Der Bremer Verkehrsentwicklungsplan (VEP)	34
Verkehrsversuch Humboldtstraße	35
Bremerhavener Problemmelder	36
Fahr(G)rad 8	37

AKTUELLES

Neues aus der Geschäftsstelle und den Arbeitskreisen	28
Vorstellung der FÖJ-Projekte	30
Gastbeitrag: Stadt-Land-Lastenrad	38

ADFC KOMPAKT

ADFC-Mitgliedervorteile	19
KONTAKT-Adressen	29
Fördermitglieder, Beitrittserklärung	39

Auf dem Titel: Die schönste Auszeit vom Alltag ist für viele eine Fahrradtour bei bestem Wetter. Auch wenn in diesem Jahr weiterhin eher die Tour in kleiner Runde angesagt ist, bringt die Bewegung in Schwung und hilft dabei, der Tristesse des vergangenen Winters auf der heimischen Couch zu entfliehen. © Foto: www.winora.de/pd-f

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir wurden alle in diesem letzten Jahr gezwungen, vieles neu zu denken und anders zu tun, als wir es gewöhnt waren. Das ist im Prinzip nicht schlimm – und kann manchmal sogar sehr gut tun. Kreativität und Flexibilität sind angesagt. Das ist aber auf Dauer kraftraubend und braucht einen Ausgleich durch Stabilität und Vertrautheit. In diesem Sinne habe ich persönlich mit meinem Mann in den letzten Monaten die berühmte Blocklandrunde (oder die längere Variante auf der anderen Wümme-Seite) als regelmäßige Flucht vom Alltag erlebt.

Wir haben die Wümme bei Hoch- und Niedrigwasser gesehen. Wir wissen, wo die Nutrias gerne unterwegs sind, und wo wir vielleicht einen Fischreiher sehen werden. Wir erlebten hautnah Jahreszeiten- und Temperaturwechsel (kurze Ärmel auf lange Ärmel, lange Ärmel auf Jacke und umgekehrt). Wir wissen, wie schön der Sonnenuntergang sein kann, und wie dunkel es im Blockland wird, wenn die Sonne weg ist. Die Vertrautheit der Natur und des Fahrrads sind eine Linderung. Warum sogar wissenschaftlich bewiesen ist, dass Fahrradfahren glücklich macht, können Sie auf Seite 4 lesen.

Nach jetzigem Kenntnisstand und wenn noch weitere Impfstoffe zugelassen werden, soll im Sommer 2021 jede und jeder in Deutschland ein Impfangebot bekommen haben. Das heißt, wir haben noch ein paar Monate auszuhalten, bis eine Version der vertrauten Normalität zurückkehrt. Da wir nicht voraussagen können, wie es im Ausland aussehen wird, stellen wir uns vorerst auf das Inland ein, was aber auf keinen Fall als Verzicht gesehen werden soll, denn es gibt in dem Fahrradtourenismusland Deutschland viel zu sehen und zu tun. Für ein paar Ideen präsentiert unsere Autorin Anja uns auf Seite 6 ihren Einstieg in den deutschen Radtourismus.

Und für ein kurzfristiges schönes Erlebnis liegt uns das Bremer Umland zu Füßen und das gute alte Fahrrad bringt uns nach wie vor dahin. Der ausgezeichnete Weserradweg führt quasi vor der Haustür vorbei (auf Seite 12 gibt es einen Einblick). Das ist nur eine von vielen Touren hier in der Gegend. Auf Seite 15 haben wir eine kleine Auswahl Tourentipps von unseren Tourenleiter*innen zu den schönsten Routen rund um Bremen und Bremerhaven zusammengestellt.

Ich wünsche viel Spaß beim Lesen – und vor allem auf dem Rad im Jahre 2021.

Bonnie Fenton



Bonnie Fenton
Vorsitzende ADFC
Landesverband Bremen

Foto: ADFC-FOTOTEAM / HG

IMPRESSUM

pedal

Regionales Magazin des ADFC für Bremen und Bremerhaven sowie Delmenhorst und die Landkreise Ammerland, Cuxhaven, Diepholz, Osterholz, Verden und Wesermarsch – für alle ADFC-Mitglieder in Nordwest-Niedersachsen.

Herausgeber: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC) – Landesverband Bremen e. V., Bahnhofplatz 14 A, 28195 Bremen, 0421 5177882-0, pedal@adfc-bremen.de, www.adfc-bremen.de
Heft 1/2021

Abonnements: ADFC-Mitglieder in Bremen und Nordwest-Niedersachsen erhalten das **pedal** direkt mit der Radwelt ins Haus (im Mitgliedsbeitrag erhalten). Das **pedal** ist außerdem an mehr als 200 Auslagestellen in der Region erhältlich.

Redaktion: Frauke Maack (Verantwortlich i.S.d.P.), Lukas Boeckmann, Sven Eckert, Anton Faust, Bonnie Fenton, Albrecht Genzel, Stephan Glinka, Anja Herrmann, Markus Hübner, Kristin Klimbert, Gunter Mischner, Pina Pohl, Marcel Prigge, Hans Schmeck-Lindenau

Anzeigenredaktion: Frauke Maack, Pina Pohl

Layout: STV Grafik

Für Mitglieder der herausgebenden ADFC-Gliederungen ist der Bezug im Jahresbeitrag enthalten. Nachdruck nur mit Erlaubnis des ADFC Bremen.

Das nächste pedal-Heft: pedal 2/2021

Anzeigenschluss: am 16. Juli 2021

Erscheint: 4. September 2021

Wissenschaftlich bewiesen: Fahrradfahren macht glücklich!



Foto: domierayjones/CC BY 2.0

Ja, das Leben kann manchmal ganz schön leicht sein, so wie es Max Raabe in seinem Lied „Fahrrad fahr'n“ besingt: Einfach aufs Rad steigen und losfahren. Sich bewegen, frische Luft atmen, dabei die Umgebung mit allen Sinnen wahrnehmen und den Kopf frei bekommen – das verbinde ich mit dem Fahrradfahren. In den allermeisten Fällen bereitet es mir einfach große Freude mit dem Rad unterwegs zu sein.

Mehr Spaß am Rad!

Und das geht anscheinend nicht nur mir so: Laut einer Studie des Bundesministeriums für Verkehr (BMVI) gibt es insgesamt 78.000.000 Fahrräder in Deutschland. Das wäre theoretisch

*„Manchmal ist das
Leben ganz schön leicht
Zwei Räder, ein Lenker
und das reicht
Wenn ich mit meinem
Fahrrad fahr'
Dann ist die Welt
ganz einfach.“*

Max Raabe –
Fahrradfreundlichste Persönlichkeit 2019:
Textausschnitt aus „Fahrrad fahr'n“

ein Fahrrad für fast jeden Menschen! Stimmt so natürlich nicht, denn wie Fahrradenthusiast*innen wissen, geht der Trend schon seit langem eindeutig

zum Zweitrad (mindestens...). In Bremen gibt es laut dieser Studie übrigens mehr Räder als Einwohner*innen!

Die Gründe, das Fahrrad zu nutzen, sind so vielfältig wie die Menschen selbst: Es wird genutzt, um zur Arbeit zu kommen, zur Schule, zur Uni – also als klassisches Pendlerfahrzeug. Das Rad ist aber auch ein Freizeitgerät für Radtouren mit der Familie oder Freund*innen, es ist ein Sportgerät für ausgiebige Rennrad-Ausfahrten, für aufregendes Mountainbiking oder für das trickreiche BMX-fahren. In Zeiten von Social Distancing und stark eingeschränkten Ausgelmöglichkeiten ist Radfahren eine der wenigen Freizeitaktivitäten, die man einfach weiter (oder wieder) unkompliziert ausüben kann. Und das macht einfach Spaß!

Im ADFC-Newsletter informieren wir alle zwei Monate über die neuesten Angebote; falls also noch nicht gemacht, meldet Euch für den Newsletter an. Denn in Gemeinschaft macht Fahrradfahren noch mehr Spaß!

Radurlaub boomt!

Auch im Urlaub stellt das Radfahren für immer mehr Menschen die schönste Form der Erholung dar; nach der ADFC Radreiseanalyse ist das Marktvolumen am Radtourismus in den letzten fünf Jahren um gut 20 Prozent gewachsen – und zwar in allen Bereichen: von längeren Reisen über Kurzreisen und Wochenend-Trips bis hin zu Tagesausflügen. Das Fahrrad boomt, weil diese Vielfalt einfach Spaß macht!

Diese Freude an der selbstbestimmten Bewegung wird jetzt auch vermehrt aus dem Urlaub, aus der Freizeit in den Alltag übernommen. Die Menschen entscheiden sich aus guten Gründen für das Fahrrad: Im stressigen Alltag ist der Arbeitsweg oft schon eine kleine Auszeit. Denn die gleichmäßige und zyklische Bewegung des Pedalierens wirkt gezielt beim Abbau von Stresshormonen im Körper. Darüber hinaus – und das ist altbekannt – stärkt Fahrradfahren das Herz-Kreislauf-System und beugt somit typischen Zivilisationskrankheiten vor, die bei den

überwiegend sitzenden Tätigkeiten der heutigen Arbeitswelt oft vorkommen. Aber wusstet ihr schon, dass ein Mensch, der eine Stunde auf dem Fahrrad unterwegs ist, zirka 800 Kalorien verbraucht? Wer regelmäßig mit dem Fahrrad fährt, tut sich und seiner Gesundheit also richtig gut. Sogar richtige „Glückshormone“ (Serotonin, übrigens auch in Schokolade enthalten ;)) setzt das Radfahren frei, wie Mediziner des Universitätsklinikums Tübingen kürzlich erst wieder nachgewiesen haben. Und mal ehrlich: Glückshormone kann man in diesen Zeiten doch wirklich nicht genug haben!

ADFC Radtouren – alleine und gemeinsam

Was macht noch glücklicher als Radfahren? Natürlich das Radfahren in der Gemeinschaft! Wir hoffen sehr, bald auch wieder geführte ADFC-Radtouren in Gruppen anbieten zu können; da wird dann von der Feierabendtour bis zum Tagesausflug, von der gemütlichen Freizeitrunde bis zu etwas sportlicheren Ausfahrten alles dabei sein. Der ADFC Bremen bietet eine Vielzahl von unterschiedlichsten Radtouren an. Da aus Pandemiegründen gerade keine Gruppentouren angeboten werden können, stellen wir euch in diesem Heft einige Tourenvorschläge zum selber fahren vor (s. S. 10). Weiterhin lohnt es sich immer, einen Blick in das ADFC-Tourenportal zu werfen oder auch in der ADFC-Radstation nach den Heften „Rad und Tour“ zu fragen, die der ADFC

Bremen gemeinsam mit dem Weserkurier herausgibt.

Auch Menschen mit Beeinträchtigungen ermöglicht der ADFC Bremen Fahrradtouren. Ein seit Jahren erprobtes Projekt bietet Touren für Menschen mit beginnender Demenz und deren Angehörige, geführt und begleitet von speziell ausgebildete ADFC-TourGuides – ein großartiges Erlebnis für alle.

Ebenso große Freude haben die Nutzer*innen des geförderten ADFC-Projekts „Pedder“, bei dem wir noch bis September kostenfrei Spezialräder an mobilitätseingeschränkte Menschen verleihen. Unterschiedliche Modelle für unterschiedliche Bedürfnisse stehen bereit. Es ist immer wieder schön, die geradezu euphorischen Rückmeldungen zu bekommen, weil die Menschen so unglaublich viel Freude daran hatten, wenn sie nach Jahren mit Hilfe des Spezialrads wieder einen Fahrradausflug machen konnten.

Die Förderung des Projekts (Pedder) endet im Herbst und wenn ihr dieses großartige Projekt unterstützen möchtet, freuen wir uns sehr über eine Spende unter dem Stichwort „Pedder“.

Und was macht uns beim ADFC eigentlich Spaß? Vielen Menschen die Freude am Radfahren zu vermitteln und dafür zu sorgen, dass sie es sowohl im Alltag als auch auf Tour sicher tun können – denn dafür setzen wir uns jeden Tag ein. Es gibt wohl kaum ein Fortbewegungsmittel, welches so ganzheitlich, so ökonomisch, so effizient und inklusiv ist, wie das Fahrrad. Wenn wir sehen, dass zur Rush Hour auf Bremens Straßen immer mehr Radverkehr flüssig entlang der Hauptverkehrsachsen fließt und die Menschen auf dem Rad glücklich dabei aussehen – dann sind wir es auch.

Sven Eckert

Klimaschutzumsetzungsgerät – gut für die Umwelt! Bei einem Arbeitsweg von fünf Kilometern stößt jeder einzelne, der mit dem Fahrrad anstatt mit dem Auto fährt, 2,2 Tonnen weniger CO₂ pro Jahr aus und senkt seine Mobilitätskosten um rund 20 Prozent.



Foto: ADFC Bremen



Fotos: Anja Hermann

Entlang Ostsee, Elbe, Oder und Neiße

Ein Erfahrungsbericht von Anja Hermann

Ich reise viel und gerne. Meine längste Reise bisher: zwei Monate Insel-Hopping auf den Kanaren mit meinem Freund, Zelt, Rucksack und begrenztem studentischen Budget. Sobald wir nach dem Studium das nötige Kleingeld aufbringen konnten, saßen wir dann mindestens einmal im Jahr im Flieger. Island, Kuba, Portugal, Schottland – die Liste ist lang. Auch beruflich flog ich regelmäßig, entsprechend beträchtlich meine persönliche CO₂-Bilanz. Vor zwei Jahren bekam ich dann einen Flieger-Koller und nahm mir gemeinsam mit meinem Freund vor, ein Jahr nirgendwohin zu fliegen, sondern auf unseren Rädern Deutschland zu erkunden. Los ging's 2019 mit dem Elberadweg (Hamburg-Dresden). Diese Tour ist für den Anfang besonders empfehlenswert. Es gibt kaum Steigung und Wegführung sowie Unterkünfte sind gut dokumentiert. Seit diesem Urlaub sind wir süchtig, im positivsten Sinn des Wortes – noch nie hat die Entspannung nach einer Reise so lange angehalten. Deshalb haben wir 2020 direkt nachgelegt und sind den Ostseeradweg (Flensburg-Stralsund,

touristischer, etwas teurer, dafür tolle Strände) sowie den Oder-Neiße-Radweg (Zittau-Greifswald, schön ruhig, kaum Menschen, allerdings auch wenig Unterkünfte/Rastmöglichkeiten) geradelt. Die Distanz der 14tägigen Touren lag jeweils bei 700-750 Kilometern.

Fahrräder

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass man auf Strecken ohne große Steigung auch mit einfachen Fahrrädern gut unterwegs ist. Mein altes Hollandrad mit 3-Gang-Nabenschaltung haben wir nach der ersten Tour auf acht Gänge nachgerüstet, da der Ostseeradweg bei Flensburg überraschend hügelig ist. Mein Freund ist mit seinem Trekkingrad mit 24-Gang-Kettenschaltung auf allen Strecken klargekommen. Das wichtigste Utensil neben den Rädern sind definitiv gepolsterte Fahrradshosen, denn viel eher als die Beine wird das Hinterteil müde.

Anreise

Wir legen vorab nur die grobe Strecke fest. In welcher Stadt fahren wir los, wie weit wollen wir insgesamt ungefähr kom-

men? Dabei gehen wir von Tagesetappen à 50 bis maximal 90 Kilometern aus. Ab Bremen ging es los mit der Bahn. Mit dem Quer-durchs-Land-Ticket (1. Person 42 Euro, 6,50 Euro für jede weitere bis zu 5 Personen) kann man alle Züge des Nahverkehrs nutzen und ist zwar nicht besonders schnell, aber flexibel unterwegs, denn die Fahrradmitnahme ist im Nahverkehr nicht reservierungspflichtig. Eine Fahrradtageskarte kostet etwa 5 Euro. Tipp: Spanngurte zum Sichern der Räder mitnehmen, da nicht alle Regionalzüge über ein festinstalliertes Sicherungssystem verfügen.

Navigation

Auf den von uns befahrenen Routen klappte das Fahren nach Schildern in weiten Teilen gut, insbesondere auf dem Elberadweg. Wenn doch mal die Beschilderung fehlt, ist es praktisch, auf andere Navigationsmöglichkeiten zurückgreifen zu können, die idealerweise auch offline funktionieren. Wir haben OsmAnd+ genutzt, eine Android-Offline-Navigations-App, die auf Open Street Maps zugreift. Bis zu sieben Karten können hier gratis



heruntergeladen werden. Das berechnete Routing folgt nicht immer dem eigentlichen Radweg, weshalb wir uns zusätzlich den genauen Streckenverlauf als GPX-Datei heruntergeladen und im Navigationsprogramm anzeigen lassen haben. Für die Tagesplanung haben wir auf offizielle Online-Handbücher als PDF (z. B. das kostenlose Elberadweghandbuch) zurückgegriffen, womit die Etappendistanzen einfacher zu bestimmen sind.

Reparaturen

Wir hatten insgesamt drei kleine Pannen. Mithilfe unseres Reparatursets, bestehend aus zwei Multi Tools, einem Ersatzschlauch, einem (faltbaren) Ersatzmantel, Flickzeug und einem kleinen verstellba-

ren Mausschlüssel, waren unsere Räder in Nullkommanix wieder fahrtüchtig. Bei größeren Pannen unterstützt übrigens die ADFC-Pannenhilfe (für Mitglieder), Infos unter www.adfc.de/artikel/die-adfc-pannenhilfe/.

Unterkünfte

Am besten radelt es sich ausgeruht, daher sind nicht nur schöne Etappen, sondern auch gute Übernachtungsmöglichkeiten wichtig für einen gelungenen Fahrradurlaub. Unsere erste Bleibe buchen wir immer schon ein paar Tage bevor es los geht. Es ist einfach netter, für den ersten Abend schon eine Anlaufstelle zu haben. Unterwegs kümmern wir uns um die Unterkunft für den nächsten Tag jeweils am

Vorabend – immer mit Blick auf den Wetterbericht des Folgetags und die geplante Distanz. Wir sind meistens auf den gängigen Online-Portalen oder BETT+BIKE fündig geworden. Oftmals mussten wir zum Telefon greifen, da insbesondere bei kleineren Individualanbietern keine Online-Buchungen möglich sind. In der Hochsaison kann es bei so kurzfristigen Buchungen schon mal eng werden. Es empfiehlt sich, Zelt, Schlafsack und Isomatte dabei zu haben, da sich auf Campingplätzen fast immer noch ein Plätzchen findet. Außerdem kann man bei einer Übernachtung im Zelt, die locker für unter 20 Euro zu haben ist, ordentlich Geld sparen. In einigen Unterkünften wurden wir mit ganz besonders offenen



Das passt zu Ihrem Tourenplan. Wir bringen Sie über den Strom.

Zwischen Nordenham und Bremerhaven, Butjadingen und dem Cuxland, mit dem Fahrrad, Pkw, Lkw oder zu Fuß: Willkommen an Bord!

Tel.: 0471 - 3003 600 · www.weserfaehre.de



**Weserfähre
Bremerhaven**

Armen empfangen:

Tante Storch

(in Tießau bei Hitzacker, Elberadweg, BETT+BIKE zertifiziert)

Die Frühstückspension „Tante Storch“ liegt nicht direkt am Elberadweg, doch der kleine Abstecher von 120 Metern lohnt sich. Mit ihrer gemütlichen, überdachten Terrasse, dem verwinkelten Naturgarten und dem großen Aufenthaltsraum liegt sie mitten im Biosphärenreservat Niedersächsische Elbtalaue. Bei den Gastgebern Blanka und Jürgen ist kein Platz für Antisemitismus, rassistisches, sexistisches, homo- oder transphobes Verhalten. Sie setzen sich für Solidarität und Nachhaltigkeit ein. Das Frühstück ist ökologisch, regional und auch für Veganer*innen geeignet. www.tante-storch.de/

Teek-Hostel

(Markgrafenheide Rostock, Ostseeradweg) Heike und André haben sich viel Zeit für uns genommen und halfen uns sogar bei der Suche nach dem Lieblingsstrand meiner Kindheit – ich bin in Rostock aufgewachsen. Das ist auch gleich schon der größte Pluspunkt des „Teek-Hostels“: die Nähe zum Meer und kilometerlangen Stränden. Die Zimmer haben einen großen, barrierefreien Dusch- und WC-Bereich. Der Außen- und Gemeinschaftsbereich lässt mit Grill-Stationen, Feuerstellen, Waschmaschine, Trockner, Kicker und Tischtennis kaum einen Wunsch offen. Frühstück wird zwar nicht angeboten, aber dafür gibt es eine Gemeinschaftsküche. www.teek-hostel.de/

Was ist BETT+BIKE?

Wer nicht nur im Alltag, sondern auch im Urlaub gerne mit dem Rad unterwegs ist, ist bei BETT+BIKE genau richtig. Hier findet sich eine Auswahl aus über 5.800 Hotels, Pensionen, Gästehäusern, Campingplätzen und Ferienwohnungen in Deutschland und Europa, die speziell auf die Bedürfnisse von Radfahrenden eingestellt sind. In Bett+Bike-Unterkünften ist man auch für nur eine Nacht willkommen und kann Räder sicher einschließen. Und praktische Tipps zu passenden Tages- oder Langstreckentouren werden gleich mitgeliefert. Auf über 120 (Fern-) Radwegen gibt es Tausende von Kilometern, die nur darauf warten, befahren zu werden. www.bettundbike.de/



Gasthof Blaues Haus

(Bastorf OT Wendelstorf, Nähe Rerik, Ostseeradweg, BETT+BIKE zertifiziert)

Mitr und Dieter haben sich einen gemeinsamen Lebenstraum erfüllt und führen ein kleines, einfaches Gasthaus zwischen Wismar und Rostock. Die etwas verschlafene Lage vor der Halbinsel Wustrow macht neben dem leckeren hausgemachten thailändischen Essen den Reiz des Aufenthalts aus. Der Handy-Empfang ist schlecht – Telefonkonferenzen sollte man hier also eher nicht abhalten, was aber wohl generell ein guter Tipp für eine erholsame Urlaubsreise ist. Dann doch lieber eine kostenlose Partie Billard. www.gasthofblaueshaus.de

Bike Hostel

(Przewó, Polen, Oder-Neiße-Radweg, BETT+BIKE zertifiziert)

Das historische Mietshaus ist die erste Unterkunft in Polen, die BETT+BIKE zertifiziert wurde. Die Stadt ist winzig und urig, es gibt lediglich einen kleinen Lebensmittelmarkt. Das macht aber überhaupt nichts, denn der sympathische Gastgeber und sein Koch bewirteten uns sehr herzlich und preisgünstig mit schlesischer Wurstsuppe, Quetschkartoffeln, polnischen Buletten und leckerem, selbstgezapften tschechischen Bier. In der Unterkunft kann man laut Website auch Räder und Kanus leihen. <https://bike-hostel.info/>

Anja Hermann





Mit Fietje und Pedder durch den Sommer

Fietje heißt die Flotte aus freien Lastenrädern des ADFC Bremen. Acht Lastenräder, mit und ohne Akku sind derzeit im Stadtgebiet unterwegs. Pedder sind fünf Spezialräder, die ebenfalls kostenfrei ausgeliehen werden können. Zusammen bilden sie ein starkes Team für einen vielfältigen und inklusiven Fahrradsommer! Wie kann ich Fietje oder Pedder buchen? In vier simplen Schritten!

Die Fietje Lastenräder und Pedder Spezialräder sind noch auf der Suche nach Ausleihstationen. Du besitzt einen Laden, eine Werkstatt oder andere Räumlichkeiten und möchtest Ausleihstelle werden? Dann melde dich gerne unter kontakt@fietje-lastenrad.de
www.fietje-lastenrad.de www.pedder-spezialrad.de



Jetzt auch:
**online
buchbar!**



Unsere Geheimtipps für Touren

Radeln rund um Syke

Tourentipp von Uwe Henrion

Heute mal mit dem Rad raus in die Natur? Wie wär's mit einer Tour in die Syker Gegend, über Felder, durch Wälder und hübsche kleine Orte? Da gibt es viele Möglichkeiten; eine davon möchte ich Ihnen hier vorstellen, den tollen „Syker Radrundweg“, etwa 44 Kilometer lang. In einer guten Viertelstunde bringt Sie der Zug von Bremen zum Bahnhof-Syke. Start ist an der Westseite. Fahren Sie auf der Nordwohlder Straße etwa zwei Kilometer, dann beginnt die Westermarke, ein wunderschöner Wald, sogar mit einem Waldspielplatz. Ab hier ist der Rundweg durchweg gut ausgeschildert. Nach Norden geht es in das hübsche Sörhausen und dann östlich nach Barrien. Die Wassermühle mit einladendem Café und Museum ist ein Highlight, ebenso die alte Kirche. Bei Okel schwenkt der Weg nach Süden durch eine wunderba-



Foto: Uwe Henrion

re Landschaft. Bei Jardinghausen lohnt ein Abstecher nach Neubruchhausen zum schönen Café Mühlenteich. Genießen Sie dann weiter die Tour durch die Syker Geest. Zurück im schönen Syke gibt es exzellente Restaurants für eine Einkehr.

In dem ansprechenden Kreismuseum ist der 2011 gefundene 3.300 Jahre alte Geseler Goldhort zu bewundern, einer der größten prähistorischen Goldfunde Mitteleuropas. Gute Fahrt!

Tagestour nach Meyenburg

Tourentipp von Bärbel Knaack

Der Start unserer 55 Kilometer langen Tour nach Meyenburg ist der Bahnhof in Bremen-Burg, aus Bremen gut mit der Nordwestbahn zu erreichen. Nachdem es ein kleines Stück entlang der Lesum ging, fahren wir nördlich auf Platjenwerbe zu und weiter in die Bremer Schweiz. Ja, „Schweiz“, der Weg hat kleine Steigungen und Abfahrten und die Landschaft verzaubert uns mit einer vielseitig, landwirtschaftlich geprägten Struktur.

Wir passieren Dörfer wie Bentloge, Habichthorst und erreichen Brundorf. Der Ortsname leitet sich von braunem, schwefelhaltigem Wasser ab. Das älteste Gebäude ist der Schafstall aus dem 17. Jahrhundert. Ein Abstecher lohnt sich zum Naturfreundehaus und dem Mini-golfplatz, außerdem ist hier auch ein Paradies für Pilzsammler.

Weiter führt die Tour nach Eggestedt. Dort ist ein Einkauf im Hof Asendorf mit bäuerlichen Erzeugnissen aus eigener Herstellung ein Muss. Vollgepackt geht



es weiter und wir kommen unserem Ziel näher. Über Hamfehr erreichen wir das Geestdorf Meyenburg. Bevor man sich den Ort ansieht, sollte man im Melkhus die leckeren Milchshakes und fantasievollen Joghurt- und Quark-Kreationen probieren. Oder man kehrt im Café am Mühlenteich oder dem Landhaus Meyenburg ein.

Das Rittergut ist der Ursprung des Dorfes, heute in Privatbesitz und daher leider nicht zu besichtigen. Das Müllersche Haus in der Straße Butendoor ist über 300 Jahre alt. Die Ornamente an seinem



Fotos: Bärbel Knaack

reich verzierten Giebel symbolisieren die aufgehende Sonne. Die alte Technik der Wassermühle ist vollständig erhalten und voll funktionsfähig. Heute wird die Mühle für Ausstellungen und Veranstaltungen genutzt und kann nach Vereinbarung besichtigt werden.

Wer noch etwas mehr von Meyenburg sehen möchte, sollte die Hügel- und Großsteingräber aufsuchen sowie die Heidhofer Teiche.

Für den Rückweg empfiehlt sich die Strecke durch die bekannten Ortschaften Schwanewede und Vegesack.

Auf ins Teufelsmoor

Tourentipp von Heinz Grevenstette

Ausgangspunkt der etwa 30 Kilometer langen wasserreichen Tour zum Melk & KaFé-Hus ist die Radstation am Bremer Hauptbahnhof. Über Walle fahren wir durchs Kleingartengebiet Waller Fleet und weiter entlang des Waller-Feldmarksee und der kleinen Wümme nach Dammsiel, wo das Gasthaus beim Kaffee einen wunderschönen Wümmeblick bietet. Über die Wümmebrücke geht es nach Ritterhude, danach weiter auf dem Radwanderweg „Weites Land“ nach Osterholz-Scharmbeck. Hier deckt sich der Radweg mit einem Teilstück des Butenpad, einem touristischen Rundkurs um die Innenstadt. Weiter östlich geht es durch die von zahlreichen Wasserläufen durchzogene idyllische Hammeniederung. Das Melk & KaFé-Hus liegt nahe des Bachs Beek und der Teufelsmoorstraße. Neben frischen und leckeren Milchmischgetränken, Quarkspeisen, Käse und anderen Schmankerln rund um die Milch, können im Hofladen auch selbstgemachte Gelees, Marmeladen und Kompotte erworben werden.



Foto: Heinz Grevenstette

Zurück führt die Strecke entlang der Beek durch das Naturschutzgebiet „Breites Wasser“ zur Badestelle am Ausflugslokal Neu-Helgoland. Viele Fluss- und Bachläufe durchziehen diese einzigartige Kulturlandschaft. Mit Blick auf den Weyerberg bei Worspewede geht es über die Moordörfer Worpheim und Frankenburg nach Lilienthal. Hier trifft man auf den Jan-Reiners-Weg, einer ehemaligen Schmalspur-Bahntrasse. Ab hier gibt der weithin sichtbare Bremer Fallturm schon mal die Richtung vor. Bei Kuhsiel

verlässt man den Wümmedeich, um die letzten Kilometer auf dem Kuhgrabenweg zu genießen.

Zum Ende der Tour lädt der Stadtwaldsee zum Baden ein, aber auch etliche Lokaltäten im und am Bürgerpark eignen sich für einen gemütlichen Ausklang dieser Tour.

Melk & KaFé-Hus Teufelsmoor,
Teufelsmoorstraße 4, 27711 Osterholz-Scharmbeck, Tel. 01522 - 96 78 753,
E-Mail: melkhus@murkensfeld.de,
<http://murkensfeld.de/melkhus>

Ab in die Geest

Tourentipp von Klaus Hertling

Einfach mal abschalten! In der vielseitigen Landschaft der Geest mit ihren alten Dörfern und stillen, grünen Winkeln kann die Seele baumeln. Der 58 Kilometer lange, hügelige Rundkurs führt zunächst durch die Geestniederung. Es bleibt genügend Zeit für kleine Abstecher, zum Rasten und Einkehren.

Los geht es im Bürgerpark Bremerhaven und von dort über Reinkenheide nach Schiffdorf. Der Name verweist auf den einst regen Binnenschiffverkehr. Das Naturschutzgebiet Sellstedter See und Ochsentriftmoor zwischen Schiffdorf und Bramel vereint auf seinen etwa 750 Hektar einen natürlichen Moorsee, Moorwälder und -heide und Torfmoor-Schlenken. Vom Aussichtsturm lassen sich im renaturierten Polder Glies Watt- und Wasservogel in ihrem Brut- und Rastrevier beobachten – mit viel Glück auch der wieder heimische Seeadler.

Nach Querung der Geeste geht es rauf zum „Löhrbusch“. Die Hügel der Weser-



Foto: Klaus Hertling

münder Geest erreichen Höhen um 25 Meter. Am Segelflugplatz Kührstedt vorbei und über den Bederkesa-Geeste-Kanal nach Ringstedt. Durch den Wald über den Scheidebach und die Geeste führen die nächsten acht Kilometer nach Geestenseth. In der Bäckerei Wiechmann einen Coffee to go geschnappt und dann vor Altluneburg den Blick in die Geest-

niederung schweifen lassen – herrlich! Am Gut Altluneburg mit großem historischen Park vorbei, durch den Wald über Wehdel nach Donnern. Dort versteckt sich der „Drakensten von Donnern“, ein Granitblock mit einer schlangenähnlichen Markierung. Über Pennhop, Schiffdorf und die Reinkenheide geht es zurück nach Bremerhaven.

Zwischen Weserbergland und Wattenmeer

Preisgekröntes Fahrradwandern auf dem Weserradweg



Foto: CC BY-ND, Weser-Radweg Infozentrale

Das Reisen mit dem Rad liegt im Trend – nicht erst seit Corona, aber doch noch bestärkt davon. Denn statt in die weite Ferne zu schweifen ist es einfach und bequem sich sein Rad zu schnappen und einfach draufloszufahren. Das geht besonders gut auf ausgewiesenen Fernradwegen und in Bremen haben wir den besten Deutschlands direkt vor unserer Haustür.

Der Weserradweg ist 2020 sowohl erneut vom ADFC als 4-Sterne-Qualitätsroute zertifiziert, als auch zum zweiten Mal in Folge bei der großen ADFC-Radreiseanalyse zum beliebtesten Radfernweg Deutschlands gewählt worden. Und das nicht ohne Grund, denn dieser Fernradweg ist vor allem eins: vielfältig. Saftige Wiesen, Reetdächer und Fachwerkhäuser bekommt man genauso zu sehen wie Moore, Burgen und Weltkulturstätten.

Der offizielle Startpunkt des 520 Kilometer langen Weges ist in Hannoversch Münden am Weserstein, wo die Werra und Fulda zur Weser zusammenfließen. Von dort aus geht es die Weser hinab, kurz rüber nach Hessen und Nordrhein-Westfalen, bevor der Weg durch Niedersachsen und Bremen Richtung Cuxhaven führt. Denn dort, nordöstlich des Forts Kugelbake, zwischen Weser- und Elbmündung, liegt der offizielle Endpunkt. Weite Strecken sind beidseitig der Weser befahrbar, es gibt jeweils eine Hauptstrecke und eine Alternativroute. Gefolgt wird dabei immer der blau-gelben Beschilderung mit dem Schriftzug „Weser-Radweg“. Darunter steht klein: „Die schönste Reise entlang der Weser“. Und das scheint auch zu stimmen, denn zwischen Weserbergland und Wattenmeer mangelt es dem entdeckungsfreudigen Radfahrenden an nichts. Auch die interessanten Geschichten vom Rattenfänger von Hameln oder dem Baron von Münchhausen sind hier am Wegesrand zu finden.

Seine Anfänge hatte der Weserradweg übrigens bereits 1978 in Nordrhein-Westfalen im Kreis Höxter, wo der erste durchgehende Streckenabschnitt angelegt wurde. 1982 griff der Bremer Weserbund e. V. die Idee eines durchgängigen Radfernwegs auf und begeisterte nach und nach alle Kreise und Städte entlang der Weser zwischen Hannoversch Münden und Bremerhaven dafür und so kommt es, dass seit 2011 eine Kooperation der beteiligten Tourismus-

WESERRADWEG: Im Weserbergland beginnt der Weg an der Deutschen Märchenstraße, der Deutschen Fachwerkstraße, der Wesertalstraße und der Straße der Weserrenaissance. Er streift oder durchquert die Naturparks Solling-Vogler und Weserbergland Schaumburg-Hameln.

Schwierigkeit	leicht
Strecke	521,8 km
Dauer	36:41 h
Aufstieg	176 hm
Abstieg	312 hm

verbände für die touristische Weiterentwicklung des Weser-Radweges verantwortlich ist. Und diese Kooperation hat sich definitiv gelohnt, denn die Infrastruktur entlang des Weges hat sich von Jahr zu Jahr verbessert. Biergärten, Cafés und Restaurants an der Weser laden zu einer Verschnaufpause ein, auch viele Übernachtungsmöglichkeiten sind in den letzten Jahren dazugekommen. Mittlerweile wird sogar ausdrücklich dazu geraten, Unterkünfte vorab zu buchen, um nicht vor verschlossenen Türen zu stehen. Dank der Vielfalt und Planungsfreiheit können die offiziellen 15 Etappen, die den Weg ausmachen, nach Belieben verkürzt oder verlängert werden.

Und in Bremen? In Bremen geht es durch Obervieland, an der Weser und am Werdersee entlang, durch Woltmershausen Richtung Lemwerder. Wer nur ein bisschen Weserluft schnuppern will, kann sich also für eine Tagestour noch innerhalb der eigenen Landesgrenzen auf die Strecke begeben. Oder man startet den Fernradweg fast vor der eigenen Haustür. Ein paar Etappen Richtung Cuxhaven oder Weserstein sowie die Erkundung des Weserradwegs in beide Richtungen lohnen sich und sind definitiv eine Fahrt wert.



Foto: Sina Scholz/Weser-Radweg Infozentrale

Brandneu gibt es jetzt die Weser-Radweg App, mit der sich die eigene Tour noch besser und schneller planen lässt. Neben interaktiven Karten, die auch offline gespeichert werden können, zeigt die Skyline-Funktion die Kulisse an, in der man sich befindet mit den Landschafts- und Ortsnamen in der näheren Umgebung. Die Weser-Radweg App kann kostenfrei im App Store für iOS und im Google Play Store für Android heruntergeladen werden.



Cuxland

Urlaubsland zwischen Nordsee, Elbe und Weser.

Raderlebnis mit Meerblick

- 12 ausgeschilderte Radrundwege
- 1.300 km Radwegenetz
- Radwanderparadies zwischen Nordsee, Elbe und Weser. Frische Brise, mystische Moorlandschaften, romantische Wälder und die Freiheit des UNESCO-Weltnaturerbes Wattenmeer.

➤ www.cuxland-tourenplaner.de

CUXLAND-TOURISMUS · T: 04721 / 59 96 66 · info@cuxland.de



76 SEITEN
ROUTENINFOS
SEHENSWERTE
REISETIPPS

Spannende Reisetipps und ausführliche Routeninfos
Broschüre kostenlos
im ADFC-Infoladen und
in vielen Fahrradläden,
auch als E-Paper verfügbar

Direkt bestellen:
030 20914980 oder auf:
www.deutschland-per-rad.de

5 € Versandkostenpauschale, inkl. MwSt., Überweisungsträger liegt Lieferung bei



Radroute: Klimatour Teufelsmoor, 42 km

Während der „Klimatour“ im Teufelsmoor fahren sie insgesamt 9 Punkte an, die Ihnen auf anschauliche Art und Weise Phänomene aufzeigen, die in Zusammenhang mit dem Klima-wandel stehen. Startpunkt der Tour ist die Touristinformation in Worpswede. Von dort erreicht man schnell den Weyerberg mit einem atemberaubenden Ausblick – und die Steganlage „Teufelsmeer“ – ein Mahnmal auf den Klimawandel und den Meeresspiegelanstieg. Beeindruckend ist der weite Himmel mit seinem Wolkenspiel über dem Teufelsmoor. Wenn Sie sich ein wenig Zeit nehmen, lauschen Sie den Rufen der Blässgänse oder beobachten einen Seeadler auf Beutefang. Der Klimapunkt Nie-

Worpswede und das Teufelsmoor



Kunst, Kultur und Landschaft
für Genießer auf zwei Rädern

kulturland
teufelsmoor

www.teufelsmoor.de

dersandhausener Moor macht deutlich, dass aktiver Moorschutz einen Beitrag gegen den Treibhauseffekt leisten kann. Das Gүнne-moor ist Rastplatz der Kraniche im Herbst und Frühjahr. Birken-alleen, malerische Hofstellen und saftige Weideflächen säumen den weiteren Weg, bis Sie wieder den Ortskern von Worpswede erreichen. Die Route ist sehr naturnah geführt und leitet Sie auch über Sandwege und Schotterpisten – bitte beachten Sie dies bei Ihrer Tourenplanung. Die Tour ist unbeschildert. Navigieren Sie digital! Hier erhalten Sie den Track und weitere Infos zur Route: <https://www.kulturland-teufelsmoor.de/erlebniswelten/radfahren/tagestouren/tagestouren-ab-25-km/klimatour-teufelsmoor/>

FahrRad! im Naturpark Wildeshauser Geest



Die »WildeGeest« per Rad neu entdecken – das ist das Motto der Saison 2021. Für Kenner und Fans der Region als auch für Neueinsteiger bieten 20 neue Thementouren und das individuelle Radeln nach Zahlen die Gelegenheit vieler Neuentdeckungen. Restaurants, Cafés und Melkhäuser verwöhnen mit regionalen Gerichten, selbstgebackenem Kuchen, Milch und Joghurtprodukten.

Online-Planung, Bestellung von Tourenheften und Fahrradkarten unter www.wildegeest.de

natur
park
WILDESHAUSER
GEEST



Gästeservice
Naturpark Wildeshauser Geest
Delmenhorster Str. 6
27793 Wildeshausen
Tel. 04431 85351



Geführte Radtouren

Von März bis September mit dem ADFC unterwegs

Bereits seit 2019 sind alle Veranstaltungen und Termine der ADFC Gliederungen im Online-Veranstaltungsportal zu finden. Für 2021 haben wir uns zu dem Schritt entschlossen, das gedruckte Tourenheft einzustellen und komplett auf die Ankündigungen im Netz umzustellen. Hier können auch im Laufe der Saison noch Angebote ergänzt, geändert und Teilnehmende tagesaktuell über Absagen informiert werden.

Über die Webseite des Landesverbandes Bremen (adfc-bremen.de) gelangen Sie über „Touren und Termine“ direkt auf die Angebote in Bremen und umzu. Von der regelmäßig stattfindenden Feierabendtour, schnellen Treckingtouren mal nur für Frauen, begleiteten Radtouren für Menschen mit beginnender Demenz

und ihren Angehörigen bis hin zu ganztägigen Touren in das schöne Bremer Umland: Im Tourenportal können Sie stöbern und Ihren Wünschen entsprechend fündig werden. Alle Informationen wie Routenlänge, durchschnittlich gefahrenes Tempo sowie Angaben zur Streckenführung und teilweise anfallende Kosten finden Sie bei der von Ihnen ausgewählten Tour. Sollten Sie weitere Fragen haben, nehmen Sie Kontakt zu den bei jeder Veranstaltung angegebenen Ansprechpartner*innen oder TourGuides auf.

Damit Sie nicht vollends auf die gedruckte Übersicht verzichten müssen, finden Sie im **pedal** für die jeweils kommende Saison die bislang bestätigten Touren von März bis September 2021

Bremen

Saisoneroöffnungstour

⚡ 50 km 🚲 18 km/h

Die Tour beginnt an der ADFC-Radstation. Es geht in die nähere Umgebung zur Einker bei Kaffee und Waffeln. Für Technikfreunde ist die alte Dampflok in Weyhe zu besichtigen – muss aber nicht.

So. 28. März 2021, 10:00 - 17:00

Start: Bahnhofplatz 14a, 28195 Bremen

Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb

Tel: 04292 5170565

Café Dör'n Schapp in Vorwerk

⚡ 80 km 🚲 18 km/h

Radtour in das Café Dör'n Schapp mit gehobener Gastronomie im kleinen Ort Vorwerk zwischen Bremen und Hamburg! Anmeldung erforderlich!

So. 18. Apr. 2021, 10:00 - 17:00

Start: Kuhgrabenweg 2, Haus am Wald, 28359 Bremen

Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Nostalgie Museum in Okel

⚡ 75 km 🚲 18 km/h

Die Ausstellung blickt auf die Zeit um die Jahrhundertwende zurück, als es in Okel u. a. noch zwei Windmühlen, eine Molkerei, eine Freiluftbühne, ein Rittergut, vier Gaststätten und eine eigene Schule gab. Dem Museum ist ein Café angegliedert mit herrlichen Torten aus eigener Herstellung.

So. 23. Mai 2021, 11:00 - 18:00

Start: Bahnhof Burg, 28719 Bremen

Tourleiter*in: Bärbel Knaack, Tel: 0421 6028621

Spargeltour zum Hof Mysegades

⚡ 95 km 🚲 19 km/h

Spargeltour zum Hof Mysegades in Riethausen bei Bruchhausen-Vilsen zum Satt-Essen – Preis

ca. 23,- Euro! Anmeldung erforderlich! Für den Rückweg ist eine Teilstrecke mit dem Zug vorgesehen.

Sa. 29. Mai 2021, 10:00 - 18:00

Start: Kiosk am Deichschartweg, 28201 Bremen

Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Von Ritterhude nach Bardenfleeth

⚡ 80 km 🚲 17 km/h

Eine Radtour auf Wegen durch das Mooriemer Land mit Einker in das Mooriemer Café mit tollen Torten und Schnick-Schnack Anmeldung erforderlich! Zustieg in Vegesack, Radstation-Nord möglich

So. 13. Juni 2021, 10:00 - 17:00

Start: Riesstraße/Marie-Bergmann-Platz

(Rewe-Bäcker), 27721 Ritterhude

Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Tister Bauernmoor

⚡ 80 km 🚲 19 km/h

Nach der Zugfahrt wird zum Mühlenteich Sittensen und Tister Bauernmoor geradelt. Wer möchte kann ein Fernglas mitbringen. Es gibt eine Einkehr (Café und Kuchen) im Melkhus. Bahntarif Niedersachsen-Ticket. Die Tour richtet sich an alle, die gerne flott Fahrradfahren, aber auch Zeit und Muße zum Besichtigen mitbringen. Im Tister Bauernmoor wird es eineinhalb Stunden zur freien Verfügung geben. Am Wiesensee in Lauenbrück kann man auch mal die Füße ins Wasser halten. Gefahren wird überwiegend auf befestigten Wegen. Die Tour führt stellenweise durch den Wald. An der Wümme direkt wird nicht entlanggefahren.

Sa. 19. Juni 2021, 09:30 – 19:00

Start: Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen
Anmeldung und Kontakt über das Online-Tourenportal

Café am Rethbergsee in Tarmstedt

⚡ 85 km 🚲 18 km/h

Die Tour führt zum Café, das direkt am Campingplatz Rethbergsee, der im Norden zwischen Bremen und Hamburg bei Tarmstedt liegt.
Anmeldung erforderlich!



Zweirad-Center
H-P JAKST
Davoser Straße 67 - 69
28325 Bremen-Osterholz
Telefon (0421) 40 45 55
www.zweirad-jakst.de

Verkauf
Service
Beratung
Fahrrad-Codierung
Teststrecke im Obergeschoss

Rennräder
MTB
City-Bikes
Trekking-Bikes
Cross-Räder
Kinderräder
Zubehör



BICO PLUS

So. 20. Juni 2021, 10:00 – 17:00

Start: Waller Ring 141, 28219 Bremen bei Dutsche, 28219 Bremen
Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb
Tel: 04292 5170565

Nostalgie Museum mit Café

⚡ 85 km 🚲 18 km/h

Im Nostalgie Museum in Syke Okel erwartet Sie eine mit viel Liebe zum Detail arrangierte Ausstellung historischer Automobile und Zweiräder in adäquater Kulisse, Mode, Alltagsgegenstände des vergangenen Jahrhunderts und Okeler Heimatgeschichte. Diese Tour ist eine Vorankündigung und kann wegen der Pandemie kurzfristig abgesagt werden.

So. 27. Juni 2021, 10:00 – 19:00

Start: Vegesacker Bahnhofsplatz, 28757 Bremen
Tourleiter*in: Hans Steffens, Tel: 0421 6009143, Helmut Magers, Tel: 0178 8029953

Eichenhof-Café in Hellwege

⚡ 82 km 🚲 18 km/h

Tour in das Eichenhof-Café in Hellwege. Es erwarten uns hausgemachte Torten und Hofladenprodukte wie Honig, Marmeladen, Liköre, Wurstwaren und selbstgebackenes Knäckebrot!
Anmeldung erforderlich!

So. 11. Juli, 10:00 – 17:00

Start: Kuhgrabenweg 2, Haus am Walde, 28359 Bremen. Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Café am Museum, Sandkrug

⚡ 90 km 🚲 18 km/h

Auf überwiegend ruhigen Wegen geht die Tour zum Café am ehemaligen Druckereimuseum in Sandkrug. In dem stilvoll eingerichteten Café genießen wir die leckeren Torten. Es fallen Fahrkosten an.

Sa. 24. Juli 2021, 10:00 – 18:00

Start: Bahnhof Burg, 28719 Bremen
Tourleiter*in: Bärbel Knaack, Tel: 0421 6028621

Von Ritterhude nach Stuhr

⚡ 82 km 🚲 17 km/h

Die Tour geht durch Waller Gärten, durch die Neustadt, Grolland, Huchting und an der Varreler Bäke entlang zum Café Reinershof! Anmeldung erforderlich, Zustieg am Waller Bahnhof auf Anfrage möglich.

So. 22. Aug. 2021, 10:00 – 18:00

Start: Riesestraße/ Marie-Bergmann-Platz (Rewe-Bäcker), Ritterhude, 27721 Ritterhude
Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Solidaritätstour "Auf zur Venus"

⚡ 90 km 🚲 18 km/h

Eine Solidaritätstour im Rahmen "Auf zur Venus" in das Café am Falkensteinsee bei Steinkimmen. Der See ist umgeben vom Naturpark Hasbruch und der Wildeshauser Geest. Anmeldung erforderlich!

So. 19. Sep. 2021, 10:00 – 18:00

Start: Am Neustadtsbahnhof, 28199 Bremen
Tourleiter*in: Sylvia & Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

Auf zur VENUS nach Fischerhude

⚡ 70 km 🚲 15 km/h

Jeder gelaufene oder gefahrene Kilometer wird mit 50 Cent von hansestädtischen Unternehmern und engagierten Bürgern vergütet. Der Erlös wird bei der Förderung und Finanzierung von Sport- und Bewegungsangeboten für krebskranke Menschen eingesetzt. Mit dieser geführten Radtour wollen die Teilnehmer zum Gelingen beitragen. Treffpunkt für Teilnehmer ist auf der Bürgerweide vor der Messehalle Bremen um 10.15 Uhr. Teilnehmer*innen müssen sich zur Veranstaltung unbedingt anmelden.
Um 10:30 Uhr ist der Start.

So. 19. Sep. 2021, 10:30 – 16:30

Start: Bürgerweide, 28215 Bremen
Tourleiter*in: Wilhelm Bolte, Tel: 0421 259234
Mobil: 0170 2807050, Fax: 0421 258773
Maren Bolte, Tel: 0151 15598834

"Lauf zur Venus" Solidaritätslauf

⚡ 80 km 🚲 19 km/h

Fahren Sie mit dem Rad mit, beim Solidaritätslauf zugunsten krebsbetroffener Menschen. Die Strecke führt nach Dötlingen. Mit jedem gefahrenen Kilometer wird die Bremer Krebsgesellschaft e. V. unterstützt.

So. 19. Sep. 2021, 11:00 – 18:00

Start: Eingang ÖVB Arena, 28215 Bremen
Tourleiter*in: Bärbel Knaack, Tel: 0421 6028621

Bremerhaven

Heinschenwalde und Hippstedt

⚡ 40 km 🚲 15 km/h

In moderatem Tempo fahren wir durch schöne Waldgebiete nach Hippstedt zur „Sauhütte“, nahe der Geestequelle. Durch die „Malse“ geht's zurück nach Bremerhaven.

**So. 25. Apr. 2021 und So. 09. Mai. 2021
11:00 – 18:00**

Start: Parkstraße, 27580 Bremerhaven
Tourleiter*in: Klaus Hertling, Tel: 0471 76598
Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Dedesdorf und Luneplate

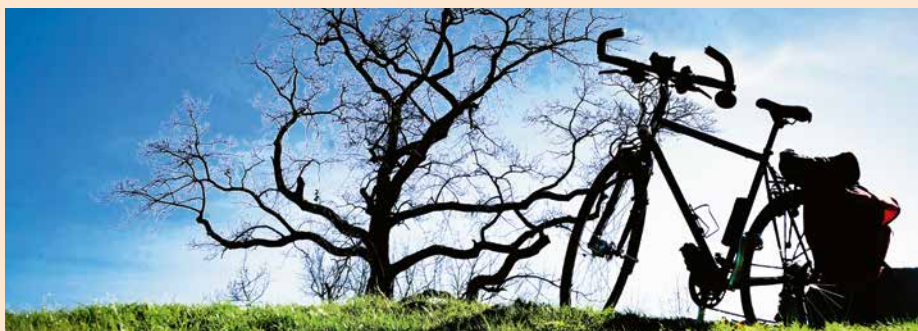
~ 40 km 🚲 15 km/h

Unser Ziel Dedesdorf wird durch reetgedeckte Häuser und die umgebende Marschlandschaft geprägt. Die Insel Luneplate (früher auch Wulsdorfer Sand) war eine der größeren Inseln in der Unterweser.

So. 6. Juni 2021, 11:00 - 18:00

Bismarckstraße, 27570 Bremerhaven

Tourleiter*in: Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383



Blexen bis Fedderwardesiel

~ 40 km 🚲 15 km/h

Blexen ist ein Stadtteil der niedersächsischen Stadt Nordenham. Der Ort Eckwarderhörne, früher Eckwarderhörn (hörn = Ecke) genannt, liegt an der Südwestspitze der Halbinsel Butjadingen.

So. 27. Juni 2021 11:00 - 19:00

Start: Anleger Weserfähre, 27570 Bremerhaven

Tourleiter*in: Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Otterbiotop Lunestedt

~ 40 km 🚲 15 km/h

Einzigartige Möglichkeit auf den Spuren des vom Aussterben bedrohten Fischotters zu wandern. Von einem Aussichtsturm kann man das gesamte Areal überblicken.

So. 1. Aug. 2021, 14:00 - 19:00

Start: Am Schaufenster, 27572 Bremerhaven

Tourleiter*in: Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Hambergen und Oldenbüttel

~ 40 km 🚲 15 km/h

Über Bokeler Moor, Lübbestedt und Hambergen fahren wir nach Oldenbüttel. Weiter über den Heilmelberg, Wolfsbüttel, Hagen nach Bremerhaven.

So. 12. Sep. 2021, 08:00 - 19:00

Start: Parkstraße, 27580 Bremerhaven

Tourleiter*in: Klaus Hertling Tel: 0471 76598

Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Ziegeleimuseum Pape in Bevern

~ 40 km 🚲 15 km/h

Tour nach Südosten durch die Geest, das Brilliter Moor und die Osteniederung nach Bevern, zum Ziegeleimuseum Pape. Rückfahrt mit der Bahn von Bremervörde.

So. 11. Juli 2021, 08:00 - 19:00

Start: Anleger Weserfähre, 27570 Bremerhaven

Tourleiter*in: Bernd Batke, Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Cuxhavener Küstenheide

~ 40 km 🚲 15 km/h

Durch die Marsch nach Padingbüttel, und auf dem Alten Schutzdeich zur Cuxhavener Küstenheide. Über Nordholz und den Geestrücken der Hohen Lieth zurück nach Speckenbüttel.

So. 22. Aug. 2021, 09:00 - 19:00

Start: Parkstraße, 27580 Bremerhaven

Tourleiter*in: Klaus Hertling, Tel: 0471 76598, Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Zwischen Weser & Wurster Heide

~ 40 km 🚲 15 km/h

Vom Speckenbütteler Park führt die Tour im Zuge des Wremer Specken nach Westen und Norden. Am Wremer Tief genießen wir die Aussicht auf den Leuchtturm Kleine Preuße.

So. 26. Sep. 2021, 10:00 - 19:00

Start: Parkstraße, 27580 Bremerhaven

Tourleiter*in: Otto Pottmeyer, Tel: 0176 10315254, Thomas Weyer, Tel: 0172 5774383

Wasser, Wind und Weite

Radfahren an Nordsee, Jade & Weser



**Maritimes Flair
Marsch & Moor**

850km Radwegenetz

ADFC-RadReiseRegion

4** Weser-Radweg**

Nordsee, Jade, Weser

URLAUBSLAND WESERMARSCH

Touristikgemeinschaft Wesermarsch
Max-Planck-Straße 4, 26919 Brake
Tel.: 04401 / 856114 | info@nordseejadeweser.de
www.NordseeJadeWeser.de



Regelmäßige Radtouren von März bis September

Bremen

Neustädter Feierabendtour Winter

↻ 30 km  18 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Eine Einkehr ist möglich.

Sa. 6. März 2021 14:00 - 17:00

Weitere Termine: 13. März / 20. März / 27. März

Start: Deichschartweg, 28201 Bremen

Tourleiter*in: Manfred Ostendorf,

Tel: 0421-8094547

Borgfelder Mittwochstour

↻ 40 km  18 km/h

Ein Zusatzangebot für alle, die in der Woche auch vormittags Zeit haben. Gemeinsames Radfahren, sich nett unterhalten bei frischer Luft und die Natur genießen. Mittagsimbiss mit Einkehr wenn möglich, ansonsten ist immer Proviant in der Satteltasche.

Ab 24. März jeden Mittwoch 10:00 - 15:00 Uhr

Start: Mehlandsdeichweg, 28357 Bremen

Tourleiter*in: Rita Böcker-Praetzel,

Tel: 0421 254715

Tour de Café

↻ 50 km  19 km/h

Was gibt es Schöneres, als sich während einer flotten Fahrradtour eine Auszeit bei Kaffee und Kuchen zu gönnen?

Sa. 20. März 2021, 13:00 - 18:00 Uhr

Weitere Termine: 17. April / 15. Mai / 12. Juni / 10. Juli / 7. August / 4. September

Am Burger Bahnhof, 28719 Bremen

Tourleiter*in: Bärbel Knaack, Tel: 0421 6028621

Oytener Feierabendtour

↻ 50 km  17 km/h

Vom 01.04 bis 02.09. An jedem 1. Donnerstag im Monat fahren wir rund um Oytten. Bei dieser Tour meiden wir die Hauptverkehrsstraßen. Einkehr möglich. Bitte um tel. Anmeldung.

Do. 1. April 18:30 - 20:30 Uhr

Weitere Termine: 06. Mai / 03. Juni / 1. Juli / 5. August / 2. September

Start: Rathaus, Hauptstraße 55, 28876 Oytten

Tourleiter*in: Ina Meyer, Tel: 04207-3062 oder 0421 16156282

Neustädter Feierabendtour

↻ 20 - 39 km  15-18 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Eine Ein-

kehr ist nach der Tour möglich.

Ab 2. April jeden Freitag von 17:00 - 20:00 Uhr

Start: Kiosk am Deichschartweg, 28201 Bremen
Tourleiter*in: Manfred Ostendorf, Tel: 0421-8094547

Flotte Feierabendtour

↻ 45 km  20 km/h

Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen. Auch mal auf die andere Weserseite. Evtl. Fahrtkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Mo. 5. April 17:00 - 20:00 Uhr

Weitere Termine: 19. April / 03. Mai / 17. Mai / 31. Mai / 14. Juni / 28. Juni / 12. Juli / 26. Juli / 9. August / 23. August / 6. September / 20. September

Start: Radstation Vegesack, Vegesacker Bahnhofplatz, 28757 Bremen.

Tourleiter*in: Hans Steffens, Tel: 0421 6009143, Helmut Magers, Tel: 0178 8029953

Wochenausklangstour

↻ 35 km  18 km/h

Genussradeln! So verkehrsarm wie möglich Bremens grüne Seiten entdecken. Bitte beim Tourenleiter per Mail anmelden.

Fr. 16. April 17:30 - 20:30 Uhr

Weitere Termine: 21. Mai / 18. Juni / 16. Juli / 20. August / 17. September

Start: Scharnhorststr. 75, Bremer Tennisverein von 1896 e. V., 28211 Bremen

Tourleiter*in: Norbert Steckenborn, Tel: 0171 7244662

Feierabendtour Schwachhausen

↻ 30 km  16 km/h

Gemütliche Tour durchs Bremer Umland. Einkehr am Ende nach Absprache. Bitte um Anmeldung.

Mi. 21. April 18:30 - 21:30 Uhr

16. Juni / 18. August / 15. September

Start: Pagentorner Heimweg 33, 28205 Bremen

Weitere Termine: 19. Mai / 21. Juli

(Start: Riensbergapotheke, Kulenkampffallee 180, 28213 Bremen)

Tourleiter*in: Christian Waldhausen, Tel: 0176 55157865

Schnelle Tour für Pedelecs

↻ 75 km  20 km/h

Flott und sportlich geht es mal auf asphaltierten Untergrund aber auch auf festen Wegen entlang. Es sind mehrere Pausen eingeplant und bei Bedarf auch mal eine Kurzbesichtigung. Im Vordergrund steht aber der sportliche Aspekt. Am Ende der Tour ist eine Einkehr geplant. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich: Kommen Sie einfach

vorbei und fahren Sie mit!

Sa. 24. April 11:00 - 17:00 Uhr

Weitere Termine: 22. Mai / 19. Juni / 17. Juli / 14. August / 11. September

Start: Radstation-Vegesack, Vegesacker Bahnhofplatz, 28757 Bremen
Tourleiter*in: Hans Steffens, Tel: 0421 6009143, Helmut Magers, Tel: 0178 8029953

Radfahren mit Demenz

↻ 20 km  15 km/h

Gemeinsames Radeln für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen unter Anleitung von ADFC Tourguides und der Bremer Heimstiftung. Anmeldung bis einen Tag vor Tourbeginn erforderlich.

Di. 11. Mai 14:30 - 17:30 Uhr

Weitere Termine: 08. Juni / 13. Juli / 10. August / 14. September

Start: Bürgerweide, HBF Bremen- Nordausgang, 28195 Bremen, 28215 Bremen

Tourleiter*in: Elisabeth Kammeyer, Tel: 0421-3349111, Sylvia Schelb, Tel: 04292 5170565



Die "Critical Mass" (engl.: kritische Masse) ist eine weltweite Bewegung, bei der sich Radfahrende "zufällig und unorganisiert" treffen. Bei den gemeinsamen Fahrten durch die Innenstadt wollen die Teilnehmer auf den Radverkehr als gleichberechtigte Form des Individualverkehrs aufmerksam machen.

In Bremen startet die "Critical Mass" immer am letzten Freitag im Monat um 19:00 Uhr zwischen Hollerallee und Gustav-Deetjen-Allee. Als geschlossener Verband (ab 16 Teilnehmer) darf man zu zweit nebeneinander auf der Straße fahren. Es geht ca. zwei Stunden auf einer zufälligen Route durch Bremen. Wer vorne fährt, bestimmt den Weg.

Alle Radfahrenden sind herzlich eingeladen, mitzufahren. Weitere Informationen zum Ablauf, sowie Fotos und Videos gibt es unter:

<http://CriticalMassBremen.de/>



Bremerhaven Radtour am Samstag

⚡ 30 km 🚲 15 km/h

Entspannte Radtour in Bremerhaven und umzu auf Straßen und festen Wegen. Während der Radtour wird mind. eine kurze Pause eingelegt. Zum Ende der Tour ist eine Einkehr geplant

Sa. 6. März 2021 14:00 - 17:00

Weitere Termine: 13. März / 20. März / 27. März / 25. September

Start: Stadthalle, Wilhelm-Kaisen-Platz 1,
27576 Bremerhaven

Tourleiter*in: Klaus Hertling, Tel.: 0471 76598

Tour für nichtmotorisierte Räder

⚡ 25 km 🚲 14 km/h

Abseits der Hauptstraßen geht es auf befestigten Wegen in einem gemütlichen Tempo durch Bremerhaven und umzu. Während der Radtour wird eine kurze Pause eingelegt und gegen Ende kehren wir ein

Di. 16. März 2021 14:00 - 18:00

Weitere Termine: Di. 20. April / Di. 18. Mai / Di. 15. Juni / Di. 20. Juli / Di 17. August / Di. 21. September

Start: Stadthalle, Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven

Tourleiter*in: Klaus Hertling, Tel.: 0471 76598

Thomas Weyer, Tel.: 0172 5774383

Radtour am Donnerstag

⚡ 30 km 🚲 15 km/h

Entspannte Radtour in Bremerhaven und umzu auf Straßen und festen Wegen. Während der Radtour wird mind. eine kurze Pause eingelegt. Zum Ende der Tour ist eine Einkehr geplant.

Do. 8. Apr. 2021 18:00 - 20:00

Weitere Termine: 15. April / 22. April / 29 April / 06. Mai / 20. Mai / 27. Mai / 03. Juni / 10. Juni / 17. Juni / 24. Juni / 1. Juli / 8. Juli / 15. Juli / 22. Juli / 29. Juli / 5. August / 12. August / 19. August / 26. August / 2. September / 9. September / 16. September

Start: Stadthalle, Wilhelm-Kaisen-Platz 1,
27576 Bremerhaven

Tourleiter*in: Klaus Hertling, Tel: 0471 76598



Mitgliedsvorteile in Bremen genießen

Als der fahrradbegeisterte Bremer Jan Tebbe gemeinsam mit Gleichgesinnten im Jahre 1979 den Allgemeinen Deutschen Fahrradclub gründete, hätte er sich wohl kaum träumen lassen, dass sich daraus 40 Jahre später ein bundesweiter Lobbyverband mit mehr als 200.000 Mitgliedern entwickeln würde. Rund 3.500 Mitglieder gibt es davon im Land Bremen. Sie unterstützen mit ihrem Mitgliedsbeitrag und ihrer aktiven Mitarbeit die Arbeit des ADFC, damit das Radfahren im Alltag und auf Reisen noch sicherer und komfortabler wird.

Darüber hinaus genießen ADFC-Mitglieder die vereinsinternen Serviceangebote von Haftpflicht- und Rechtsschutzversicherung, die ADFC-Pannenhilfe für schnelle Hilfe im Pannen- und Notfall sowie vergünstigte Konditionen bei zahlreichen Kooperationspartnern.

Weitere Informationen telefonisch über die ADFC-Hotline: Tel. 030 2091498-0 oder online auf: www.adfc.de

Unterstütze den ADFC und die Rad-Lobby, werde Mitglied und nutze exklusive Vorteile!

- exklusive deutschlandweite Pannenhilfe
- exklusives Mitgliedermagazin als E-Paper
- Rechtsschutz und Haftpflichtversicherung
- Beratung zu rechtlichen Fragen
- Vorteile bei vielen Kooperationspartnern
- und vieles mehr

Dein Mitgliedsbeitrag macht den ADFC stark!





Fahrradtaschen

Tipps & Tricks rund um die praktischen Allesschlucker

Hochwertige Fahrradtaschen zeichnen sich durch wetterfestes, robustes Material und ein cleveres, einfach zu bedienendes Befestigungssystem aus, das ein Verrutschen des Gepäcks verhindert. Sie werden in der Regel mit einem Klickmechanismus am Gepäckträger oder am Low Rider an der Vorderrad-Gabel befestigt. Reflektoren sorgen für Sicherheit durch Sichtbarkeit. Außerdem enthält eine gute Fahrradtasche idealerweise keine gesundheitsgefährdenden Schadstoffe, ist nachhaltig, umweltfreundlich produziert, reparabel und genauso schick wie praktisch.

Nicht von der Stange

Neben den klassischen großen Anbietern gibt es auch kleinere, regionale Hersteller von Fahrradtaschen. Wer hier kauft, hat eine große Auswahl an individuellen Modellen, unterstützt lokale Manufakturen und schont ganz nebenbei auch noch die Umwelt.

FlioDesign: Seit 2006 gestaltet, produziert und vertreibt Flio-Design mit

Sitz im Bremer Schnoor farbenfrohe Taschen aus einem ganz besonderen Material: Kunstrasen. Zweimal jährlich erweitert Firmengründerin und Geschäftsführerin Michaela Meißner ihr Sortiment durch eine Frühjahrs- bzw. Herbstkollektion mit charakteristischen Motiven in verschiedensten Größen. www.flio-design.de



Gebeutel: Der gelernte Segelmacher Niklas Brede näht in einer ehemaligen Bremer Wurstfabrik langlebige Taschen und Beutel ganz nach den individuellen Vorstellungen seiner Kunden. Aufnäher wie Anker oder Kompass gibt es auf Wunsch dazu. www.gebeutel.net

LUMABAG!: Die 2001 gegründete Bremer Taschen- und Rucksackmanufaktur LUMABAG! verwendet für ihre Fahrradtaschen Recyclingmaterialien wie Luftmatratzen (LUMABAG ist ein Akronym aus LUftMATratze und BAG für Beutel/Tasche), Turnmatten und Leder von ausgemusterten Sportgeräten. Upcycling vom Feinsten. www.lumabag.de

Für den Alltag

Es muss ja nicht immer gleich die ganz große Tour sein. Auch für den Einkauf oder den Weg zur Arbeit sind Fahrradtaschen super praktisch. Neben den klassischen Satteltaschen oder Fahrradkörben werden Fahrradricksäcke, die bequem auf den Rücken geschnallt werden können, immer beliebter.

Auch sogenannte Bikezacs, also multifunktionelle Einkaufstüten, sind beim Shoppen Gold wert. Die Taschen werden an integrierten Haken ohne großen Aufwand an der Seite des Gepäckträgers befestigt und können mit bis zu acht Kilogramm beladen werden. Sicherer und umweltfreundlicher als jede Plastiktüte, die am Lenker baumelt. Und schöner an-

zusehen. Werden sie gerade nicht genutzt, lassen sie sich ganz einfach zusammenfalten und verstauen.

Last but not least: Kleine Taschen, die sich direkt unter dem Sattel befestigen lassen und hervorragend zur Mitnahme von Reparatur-Sets geeignet sind. Auch für den Lenker gibt es praktische kleine Modelle: ideal für Dinge, die man unterwegs jederzeit schnell griffbereit haben möchte, wie die Navigationskarten oder das Handy.

Weniger ist mehr

Mit leichtem Gepäck reist es sich besser. Deswegen ist es wichtig, insbesondere vor längeren Touren genau zu planen, was man unbedingt dabei haben muss und möchte. Im Internet finden sich jede Menge Checklisten, was man am besten mitnimmt: www.adfc.de/artikel/richtig-packen

Nicht nur für den Fahrspaß, auch für die Versicherung gilt: Das zulässige Gesamtgewicht des Fahrrads (inklusive Gepäck und Fahrer*in) sollte nicht überschritten werden. Zur Kontrolle einfach auf eine Waage stellen und das vollbepackte Rad anheben. Die Gewichtsbeschränkung des Gepäckträgers ist vorgegeben, je nach Fabrikat zwischen 20 und 40 Kilogramm. Bei Low Ridern liegt die Obergrenze bei zirka fünf Kilo pro Tasche.



Im Gegensatz zu klassischen Gepäckträger-taschen für Fahrradtouren halten Bikepacking Taschen das Gewicht nah am Rad und machen vom Platz im und um den Rahmen Gebrauch. So kann auch abseits von befestigten Straßen gefahren werden.

ADFC-Checkliste für den Fahrradurlaub

Bekleidung:

- kurze Hose
- lange Hose
- Radhose
- Socken
- Unterwäsche
- kurze, lange Hemden
- T-Shirts
- Regenhose
- Pullover
- Windjacke
- Schirmmütze
- Badezeug
- Schlafzeug
- Turn-/Fahrradschuhe
- weiteres Paar Schuhe
- Rad-Sandalen
- Rad-Handschuhe
- Fahrradhelm

Orientierung + Papiere:

- Geldgürtel
- Karten

- Radreiseführer
- ggf. Sprachführer
- Personalausweis/ Pass/ Bahncard (ggf. Jugendherbergsausweis)
- „Bett+Bike“-Verzeichnis
- Geld/ EC-Karte/ Kreditkarte
- Kopien der Papiere
- Schreibzeug
- Notizbuch mit Adressen
- Mobiltelefon, Ladekabel

Radapotheke:

- Erste-Hilfe-Set
- Pflaster/ Stretchverband
- Insektenschutzmittel
- Fieberthermometer
- Antidurchfallmittel
- Desinfektionsmittel
- Wattestäbchen
- Aspirin (oder ähnliches)

Waschen + Pflegen:

- Duschgel/ Shampoo
- Seife
- Kamm/ Bürste
- Zahnbürste/ Zahnpasta
- Sonnenschutzmittel
- Rasierzeug
- Monatshygiene
- Lippenfettstift
- Waschmittel/ Waschpaste
- Spülmittel/ Küchentuch
- Toilettenpapier
- Schuhputzzeug/ Nähzeug

Fahrradausstattung:

- Fahrrad-Schloss
- Ersatzschlauch
- Trinkflaschen
- Luftpumpe und Flickzeug
- Werkzeug, Lappen
- Ersatzseilzüge für Bremsen und Schaltung
- Kleinteile (Muttern,

Schrauben, Scheiben, Bremsschuhe, Draht, Kleber, etc.)

- Kette und Kettenschlüssel

Camping:

- Schlafsack
- Isomatte
- Leichtgewichtzelt
- Gewebeklebeband
- Reisekocher
- Geschirr
- Salz, Zucker und Kräuter

Sonstiges:

- Luftdruckmesser
- Sonnenbrille, Radbrille, ggf. Ersatzbrille
- Taschenmesser
- Taschenlampe
- Klappschere
- Kerze/ Kerzenlaterne
- Literatur

Beim Packen empfiehlt es sich, auf das Gleichgewicht des Fahrrads zu achten, um die Verkehrssicherheit und ein komfortables Fahrgefühl zu gewährleisten. Die Hauptlast sollte zu etwa einem Drittel vorne und zu zwei Dritteln hinten liegen. Schwere Gegenstände gehören möglichst weit nach unten und in die Fahrradmitte. Die Außentaschen rechts und links sollten ein möglichst identisches Gewicht aufweisen. Sachen, die man häufig oder spontan benötigt, wie die Regenjacke (bei Schietwetter) oder das Handtuch (bei Badewetter), sollten möglichst leicht erreichbar sein und deshalb obenauf verstaut werden. Vollbepackte Taschen immer erst auf der Ständerseite anbringen und auf der gegenüberliegenden Seite abnehmen. So steht das Rad jederzeit sicher. Insbesondere bei längeren Touren kann es Sinn machen, möglichst viele Packtaschen zu nutzen, um das Gepäck klar zu trennen. Das erleichtert den Überblick und verhindert langes Suchen. Eine bewährte Kombi besteht aus einer Lenker-tasche, zwei Frontroller-Taschen, zwei großen Heckträgertaschen, einer kleinen Satteltasche und gegebenenfalls noch einer Gepäckrolle. Letztere bietet sich unter anderem für Zelt, Isomatte und Schlafsack an.

Pflege und Reparatur

Wasserdichte Fahrradtaschen sollten regelmäßig auslüften, damit das Innenleben und somit der Inhalt nicht anfängt

zu muffeln oder schlimmer noch, zu schimmeln. Abgesehen davon sind die meisten Taschen recht pflegeleicht und es reicht völlig aus, sie gelegentlich mit einem feuchten Tuch ab- und auszuwischen. Hartnäckigeren Flecken rückt man am besten mit etwas Spülmittel zu Leibe. Sind Verschmutzungen bereits ins Gewebe eingezogen, kann Polsterreiniger die Lösung sein. Die betroffenen Stellen damit betupfen und dann mit einem Schwamm ordentlich reiben. Den Vorgang nochmal mit klarem Wasser wiederholen.

Defekte Fahrradtaschen lassen sich oft reparieren. Die Hersteller Ortlieb und Vaude haben einen eigenen Reparaturservice. Dazu müssen die defekten Taschen vom Händler des Vertrauens eingeschickt werden. Ein weiterer Tipp: Ausreichend Zeit bis zur nächsten Tour einplanen. Insbesondere in der Fahrradhochsaison kann eine Reparatur beim Hersteller schon mal sechs bis acht Wochen dauern. Wer sich um die Reparatur lieber selbst kümmern möchte, kann bei kleineren Rissen oder Löchern auf Zelt-Reparatur-Sets zurückgreifen. Selbstklebende Flicker, meist bestehend aus Latex oder Kunststoff, mit genug Nahtzugabe über den Riss oder das Loch kleben. Bei größeren Reparaturen passendes Material zuschneiden und mit Seam Grip festkleben.

Anja Hermann

DIY-Sattelhülle

In wenigen Schritten zum individuellen Regenschutz!

Ja, wir leben in Bremen, wo Schietwetter keine Seltenheit ist. Und ein nasser Sattel hat schon so manchem Fahrradpendler morgens den Tag versäuert. Aber damit ist jetzt Schluss: Wir zeigen euch, wie ihr in wenigen Schritten eine ganz individuelle Sattelhülle nähen könnt, die garantiert auf euren Sattel und zu eurem Stil passt.



Was ihr dazu braucht:

- Nähmaschine oder Nadel und Faden
- Wachstuch oder beschichteten Baumwollstoff
- Passendes Garn
- Etwa 45 cm Gummiband



1. Schnappt euch euren Fahrradsattel und zeichnet die Umrisse auf der linken (hinteren) Seite des Stoffs auf. Ihr müsst ihn nicht abschrauben wie in unserem Beispiel. Stellt das Fahrrad einfach auf den Kopf und fertigt eine (Papier-)Schablone an. Pluspunkt: Die könnt ihr immer wiederverwenden! Schneidet den Umriss dann mit einer großzügigen Nahtzugabe von etwa 1 cm aus.

2. Mit einem Bandmaß messt ihr die Kanten des Stoffstücks ab und schneidet daraufhin das Seitenteil zu (Nahtzugabe nicht vergessen!). Wer lieber frei Schnauze arbeitet: Bei den meisten Sätteln sind es etwa 75-80 cm. Die Höhe des Seitenstreifens sollte 11 cm betragen.



3. Legt die schmalen Enden des Seitenstreifens mit den schönen Seiten nach innen aufeinander und schließt die Naht. Wählt dazu eine möglichst weite Stichlänge, damit der Stoff nicht perforiert wird und reißt. Wer mag, kann an dieser Stelle schicke Details wie ein kleines La-



bel einarbeiten.

4. Steckt jetzt das Seitenteil auf das andere Stoffteil. Achtet dabei darauf, dass sich die Naht hinten oder - falls ihr ein Schild eingesetzt habt - am seitlichen Hinterteil befindet. Tipp: Wer hat, nutzt Klammern statt Nadeln zum Feststecken, weil sonst die Nadelstiche den Stoff perforieren können.

5. Beide Stoffteile vorsichtig und langsam aneinandernähen. Besonders am schmalen Vorderteil kann das etwas knifflig sein. Keine Angst, kleine Unebenheiten sieht nachher keiner mehr!

6. Klappt die untere Seite des Seitenteils etwa 2 cm nach innen um und näht noch



einmal drumherum. Dabei eine Öffnung von etwa 2-3 cm stehen lassen. Tipp: Wer besonders glattes Wachstuch verwendet, bekommt an dieser Stelle eventuell Probleme mit dem Stofftransport. Washi-Tape, das von unten auf den Nähfuß geklebt wird, hilft dagegen!



7. Mit Hilfe einer Sicherheitsnadel fädelt ihr das Gummiband in den Saum ein und kräuselt ihn dabei möglichst gleichmäßig ein. Am Ende beide Gummibandenden verknoten oder vernähen und im Tunnel verschwinden lassen – fertig! Perfektionisten schließen jetzt noch die Nahtöffnung, ihr könnt sie aber auch einfach offen lassen, das sieht nachher keiner mehr. Jetzt nur noch wenden, Kanten ausformen und tadaa – nie wieder einen nassen Popo beklagen!



Übrigens: Wie bei jedem Stoffprodukt sind die Nähte natürlich Schwachstellen, an denen noch etwas Nässe durchdringen kann. Wer mag, versiegelt sie daher noch mit speziellem Nahtdichter (gibt's im Outdoor- oder Angelbedarf). Und, hat alles geklappt? Zeigt uns gerne eure Werke, die ihr nach dieser Anleitung genäht habt! Die pedal-Redaktion freut sich auf viele bunte Beispiele an: pedal@adfc-bremen.de



**BREMEN
BIKE IT!**

**WISSEN, WO ES LANG GEHT.
WOHIN AUCH IMMER...**



**Navigation und BIKE IT!-Radrunden
digital und kostenfrei in der Bike Citizens
Radnavigations-App**



www.bremen.de/bike-it



Abenteuertour von Farm zu Farm

Vernetzung der Kinder- und Jugendfarmen

Schon lange besteht der Wunsch der einzelnen Kinder- und Jugendfarmen zum Austausch untereinander, jedoch ist das im lebhaften Farmalltag immer wieder untergegangen. 2019 hat der ADFC Bremen in einem ersten Versuch zwei geführte Radtouren mit den Kindern von der Stadtteiffarm in Huchting zur Kinder- und Jugendfarm in Habenhausen und umgekehrt begleitet. Die Kinder nahmen am Programm der jeweiligen Gastfarm teil und die Betreuenden hatten Zeit zum Austausch über Gemeinsamkeiten und inspirierende Unterschiede. Diese kleinen Touren kamen so gut an, dass sich nun weitere Farmen aus Bremen zusammengeschlossen haben, um eine mehrtägige Fahrradtour von Farm zu Farm in den Sommerferien zu organisieren.

Die Bremer Institutionen sind dem bundesweiten Dachverband des Bundes der Jugendfarmen und Aktivspielplätze (BDJA) angeschlossen, der sich über dieses Vorhaben freut. Eine finanzielle Unterstützung erfährt das Projekt durch die Senatorin für Soziales, Jugend, In-

tegration und Sport. Der ADFC Bremen hat aus dem Tours 4U Programm seit über zehn Jahren gute Erfahrungen mit

TEILNEHMENDE FARMEN:

Kinder- und Jugendfarm Borgfeld

Am Lehester Deich 17-21, 28357 Bremen, Tel.: 0421 2433642

Erlebnisfarm Ohlenhof

Maria-Krüger-Straße 90, 28239 Bremen, Tel.: 0421 6167108

Kinder- und Jugendfarm Habenhausen

Ohserstraße 40a, 28279 Bremen, Tel.: 0421 832798

Stadtteiffarm Huchting

Am Sodenmatt 15, 28259 Bremen, Tel.: 0421 588421

Kinderbauernhof Tenever

Am Osterholzer Deich 14, 28325 Bremen, Tel.: 0421 9596120

Anfragen und Anmeldungen bitte direkt an die Farm im jeweiligen Stadtteil.

mehrtägigen (Abenteuer-)Radtouren mit Kindern, die in den letzten Jahren bereits in Kooperation mit der Stadtteiffarm in Huchting durchgeführt wurden. Somit bietet es sich an, auch die geplante Tour im Sommer mitzugestalten und mit ausgebildeten TourGuides sicher zu begleiten. Ergänzt wird das ADFC Angebot durch vorbereitende Tagestouren und Aktionen zur Fahrradtechnik.

Die Kinder können sich auf ein spannendes und abwechslungsreiches Fahrradabenteuer freuen. Jede Farm bietet dabei nicht nur die Übernachtungsmöglichkeit, sondern unterschiedliche Programme mit Tieren, Bauen und Werken, Kochen auf dem Lagerfeuer und vieles mehr.

Durch diesen Austausch schauen die Kinder über den Tellerrand der Farm im eigenen Stadtteil hinaus, lernen neue Wege in Bremen kennen und sammeln Erfahrungen mit der nachhaltigen Mobilität des Fahrrads. Im besten Fall bringen sie neugewonnene Ideen mit zurück auf die eigene Farm und bereichern damit das Leben vor Ort.

Markus Hübner

GEMEINSAM GEHT'S LEICHTER

Die AOK zahlt mir zweimal pro Jahr einen Zuschuss zur professionellen Zahnreinigung, und Rechnungen für Osteopathie kann ich mir im Rahmen des Programms „750 Euro Plus“ auch erstatten lassen. Beides spart Geld und tut meiner Gesundheit gut. Rechnungen einfach online hochladen, dann kommt die Erstattung. Gefällt mir.



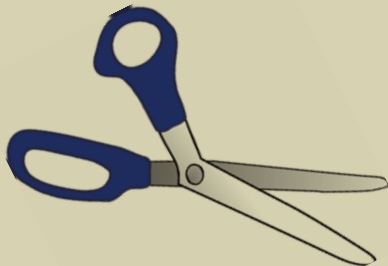
Das ADFC Bremer

Zur Vorbereitung des Spiels schneide alle Karten aus und klebe sie auf eine einfarbige Pappe. Nun werden alle Karten auf den Tische mit den Zeichen nach unten gelegt. Der erste Spieler beginnt und deckt zwei Karten auf. Passen Schild und Erklärung zusammen gehört das Paar dem Spieler. Er kann solange weiter Paare umdrehen, bis er zwei nicht passende Karten aufdeckt. Nun ist der nächste Spieler dran. Wer am Ende die meisten Paare hat, gewinnt.

Hier im Heft sind die Paare (Beschreibung und Verkehrsschild) immer direkt untereinander, so dass du weißt welche Paare zusammen gehören. Eine besonderes Paar gibt es: Das ADFC Logo. Das braucht keine Beschreibung und ist deswegen zweimal da!

Du kannst das Spiel auch ergänzen indem du ein weiteres Paar selber baust: Male dazu auf zwei neue Karten einfach dein Fahrrad!

Wenn du genug gespielt hast, geht es draußen weiter. Findest du die Verkehrszeichen im Straßenverkehr wieder?



**Beginn
einer
Fahrradstraße**

**Einfahrt
verboten -
Fahrräder
frei**

**Gemeinsamer
Rad-
und
Gehweg**

Verkehrs-Memo



**Getrennter
Rad- und
Gehweg**



**Halt.
Vorfahrt
gewähren**



**Verbot
für
Radverkehr**



Radweg



**Vorfahrt
gewähren**



Weiterhin eingeschränkte Öffnungszeiten

Neues aus der Geschäftsstelle und den Arbeitskreisen



Coronabedingt arbeiten die meisten Mitarbeitenden vorrangig im Home Office. Wir versuchen aber dennoch die Geschäftsstelle möglichst erreichbar und das Telefon besetzt zu halten. Der Anrufbeantworter ist auf jeden Fall für alle Anfragen erreichbar und wird jeden (Werk)tag abgehört. Bitte hinterlasst dort deutlich eure Telefonnummer wenn ihr einen Rückruf wünscht.

Spendenprofil auf betterplace neu angelegt

Die Online-Plattform betterplace.org bietet gemeinnützigen Organisationen eine praktische Möglichkeit für Projekte Spenden zu sammeln und den Spendenvorgang direkt abzuwickeln. Der Vorteil für den Spender: Die Plattform ist kostenlos, unkompliziert, bietet viele verschiedene Zahlungsmöglichkeiten an und stellt automatisch Spendenbescheinigungen aus. Zudem gibt es die Möglichkeit direkt an einzelne Projekte zu spenden und sich im Anschluss auch über den Projektfortschritt zu informieren. Wir haben den Auftritt des ADFC dort kurz vor Jahresende überarbeitet und freuen uns auf eine rege Beteiligung.

Eine Botschaft vom AK Verkehr Bremen-Ost: Da geht was

„Da haben wir kleinen Leute doch eh

keinen Einfluss drauf.“ Liebe Leute, wir sind der lebende Beweis für das Gegenteil. In den drei Jahren, die wir als verkehrspolitische Gruppe im Bremer Osten aktiv sind, haben wir eine große Anzahl an Verbesserungen erreicht. Unsere Aktiven haben die Augen auf und die Kameras schnell zur Hand. Marode Radwege, schlechte Baustellenregelungen, hinderliche Ampelschaltungen, Falschparker, wucherndes Grün und was es sonst noch so gibt. Wir finden bei Beiräten, Ortsämtern, Polizei, Amt für Straßen und Verkehr, Umweltbetrieb sowie Ordnungsamt meist ein offenes Ohr für unsere Anliegen zur Verbesserung. Mit uns als ADFC im Bremer Osten: Da geht was.

Treffpunkte und Termine

Wir hoffen zwar, dass es im Laufe des Sommers 2021 wieder verstärkt zu Präsenztreffen kommen darf, zum Redaktionsschluss war das jedoch noch nicht abzusehen. Zum Zeitpunkt der Drucklegung verzichten wir deswegen darauf, geplante Veranstaltungen anzukündigen. Bitte informiert euch auf der ADFC-Bremen-Website und im Veranstaltungsportal über kommende Termine. Nichtsdestotrotz möchten wir euch an dieser Stelle auf die regelmäßigen Treffen unserer Arbeitskreise hinweisen, von denen die meisten online stattfinden und sich auf interessierten Zuwachs freuen. Bitte kontaktiert die jeweiligen

Ansprechpartner*innen um die Zugangsdaten für die Online-Treffen zu erfahren.

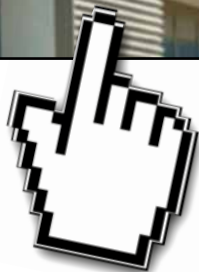
Relaunch der Website für das Frühjahr geplant

Aktuell arbeiten unsere Kolleginnen aus der Öffentlichkeitsarbeit verstärkt am neuen Internetauftritt des ADFC Bremen. Die neue Website soll kompakter, moderner und bedienungsfreundlicher daherkommen. Falls ihr schon die Website des Bundesverbands kennt, wird euch das Design bekannt vorkommen. Der Hintergrund: Im Rahmen des Verbandsentwicklungsprozesses möchte der Bundesverband eine Vereinheitlichung aller Webauftritte von ADFC-Gliederungen erreichen. Damit wird die Außenwirkung als Gesamtverband gestärkt und die Nutzer können sich besser orientieren. Ein wichtiger Punkt der Umstellung ist die responsive Darstellung – das bedeutet, dass die Website endlich auch auf Mobilgeräten und Tablets problemlos angezeigt wird.

Angedacht ist es, die neue Website zum Frühjahr in Betrieb zu nehmen. Dafür brauchen wir aber noch tatkräftige Unterstützung! Schreibst du gerne und interessierst dich für Inhalte rund um den Radverkehr? Oder bist du technisch interessiert und hast schon mal mit TYPO3 gearbeitet? Dann schreib uns gerne an aktiv@adfc-bremen.de und komm ins Medien-Team des ADFC Bremen.



So wird das neue Design der Website aussehen.



Treffen des Arbeitskreises Radtouren

Der Arbeitskreis Radtouren trifft sich regelmäßig am letzten Donnerstag im Monat. Er ist ein Zusammenschluss aller freiwilligen aktiven TourGuides. Ansprechpartnerin: Bärbel Knaack
baerbel.knaack@adfc-bremen.de

Treffen des Arbeitskreises Verkehr Mitte

Der ADFC Arbeitskreis Verkehr in Bremen-Mitte trifft sich regelmäßig am ersten Dienstag im Monat. Interessierte und Gäste sind herzlich eingeladen! Ansprechpartner: Sebastian Gerke
sebastian.gerke@adfc-bremen.de

Treffen des Arbeitskreises Verkehr Neustadt

Der Arbeitskreis Verkehr Neustadt trifft sich, zusammen mit verschiedenen im Forum Verkehrswende Neustadt zusammengeschlossenen Bürgerinitiativen, am ersten Donnerstag im Monat. Ansprechpartner: Gunter Mischner
gunter.mischner@adfc-bremen.de

Treffen des Arbeitskreises Verkehr Ost

Wir wollen uns nicht mehr einfach ärgern, sondern etwas tun für die Verbesserung des Radverkehrs im Bremer Osten. Wir treffen uns immer am zweiten Montag im Monat. Ansprechpartner: Stefan Matthaeus
stefan.matthaeus@adfc-bremen.de

Klönsschnack (Bremerhaven)

An jedem ersten Mittwoch im Monat treffen sich die ADFC-Mitglieder zum Informationsaustausch und Klönsschnack in der ADFC-Geschäftsstelle. Ansprechpartner: Thomas Weyer
thomas.weyer@adfc-bremen.de

Treffen des Arbeitskreises GPS

Das Treffen des Arbeitskreises GPS findet an jedem dritten Dienstag im Monat statt. Für die Zugangsdaten nehmt bitte vorab Kontakt auf: gps@adfc-bremen.de.

Treffen des Frauennetzwerks

Das Netzwerk für Frauen im ADFC trifft sich ungefähr einmal im Monat, Termine werden abgesprochen. Bei Interesse, schreibt bitte eine Mail an info@adfc-bremen.de.

ADFC-Kontakt:

ADFC Landesverband Bremen

Bahnhofplatz 14a
28195 Bremen
Tel. 0421 5177882-0
Fax 0421 5177882-5
info@adfc-bremen.de
www.adfc-bremen.de

ADFC Radstation Bremen GmbH

Am Hauptbahnhof
Bahnhofplatz 14a
28195 Bremen
Telefon 0421 5177882-2
www.radstation-bremen.de

ADFC Bremen – Spendenkonto Sparkasse Bremen

IBAN:
DE13 2905 0101 0001 0488 59

ADFC-Stadtteilgruppe

Bremen-Nord
c/o Jürgen Böschke, 0421 671914
bremen-nord@adfc-bremen.de

ADFC – Kreisverband Bremerhaven & ADFC-Infoladen BHV

Im Eine Welt-Zentrum
Neue Str. 5
27576 Bremerhaven
Tel.: 0172 5774383
info@adfc-bremerhaven.de
www.adfc-bremerhaven.de

Landesverband Niedersachsen

Hinüberstraße 2
30175 Hannover
Tel. 0511 282557
Fax 0511 2836561
niedersachsen@adfc.de
www.adfc-niedersachsen.de

ADFC Bundesgeschäftsstelle

Mohrenstr. 69
10117 Berlin
Tel. 030 2091498-0
Fax 030 2091498-55
kontakt@adfc.de
www.adfc.de

ADFC Mitgliederverwaltung

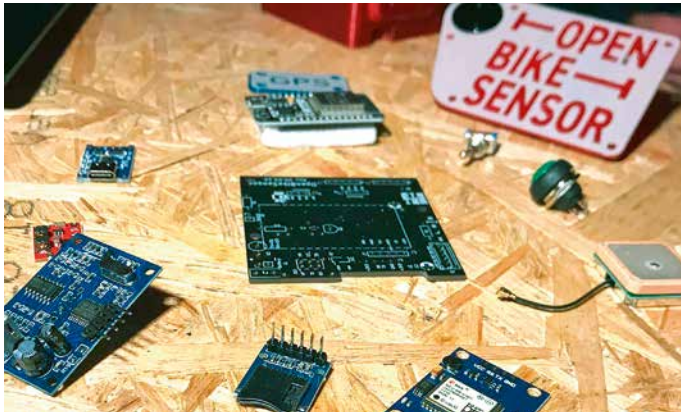
mitglieder@adfc.de

Sämtliche ADFC-Servicetermine und Treffpunkte können aktuell nur eingeschränkt und unter den jeweils gültigen Corona-Auflagen angeboten werden. Informationen zu den Terminen bitte rechtzeitig bei den verantwortlichen Arbeitskreisen oder im Touren- und Veranstaltungsprogramm abfragen.
www.touren-termine.adfc.de

Freiwilliges Ökologisches Jahr beim ADFC

Unsere beiden diesjährigen FÖJler Anton Faust und Lukas Boeckmann haben wir im letzten pedal bereits kurz vorgestellt. Ein ganzes Jahr sammeln die jungen Freiwilligen beim ADFC berufliche Erfahrung durch abwechslungsreiche Praxisarbeit rund um das Thema Radverkehr und dessen Förderung als umweltschonendes, schnelles und gesundes Verkehrsmittel. Damit der Freiwilligendienst anerkannt wird, müssen sie am Ende des Jahres ein Projekt vorstellen, das sie selbst entwickelt und bearbeitet haben. Anton und Lukas haben sich Projekte ausgesucht, die auf Dauer das Radfahren in Bremen schneller, attraktiver und sicherer machen sollen.

Open Bike Sensor Der Abstandsmesser fürs Rad



In meinem Projekt baue ich einen Open Bike Sensor (OBS), ein kleines technisches Gerät am Fahrrad, das während der Fahrt den Abstand von überholenden Autos misst. Seine Daten helfen zu erkennen, wo Radfahrer*innen mit zu geringem Abstand von KFZ überholt werden und welche Strecken dadurch für Radfahrende gefährlich sind und verbessert werden müssen.

Ich habe mir das Projekt ausgesucht, weil ich technisch interessiert bin und mit dem Projekt den ADFC bei seiner Arbeit langfristig unterstützen kann. Den Abstandsmesser baue ich selbst und befestige ihn mit Klettband oder auch Kabelbindern am Rahmen des Fahrrades. An den Seiten ist jeweils ein Ultraschallsensor, welcher den Abstand vom Lenker bis zum Auto oder LKW misst. Sobald der OBS eingeschaltet ist und sich für die Standorterkennung mit einem Satelliten verbunden hat, werden die Daten der Sensoren aufgezeichnet und gespeichert. Die Daten werden dann direkt an den Laptop übertragen und ausgewertet.

Übrigens kann sich jeder an dem Projekt beteiligen! Je mehr Leute mithelfen und selbst einen Sensor bauen, desto schneller können „Heatmaps“ für verschiedene Stadtteile erstellt werden und es ist einfach zu erkennen, wo wirkliche Gefahrenstellen liegen. Die Bauanleitungen und Teilleisten sind im Internet unter www.openbikesensor.org zu finden. Unterstützung und Teilnahme sind erwünscht. Bei Interesse meldet euch einfach bei lukas.boeckmann@adfc-bremen.de.

Lukas Böckmann

Grüne Welle fürs Fahrrad - Ampelphasen-Messungen für fließenden Radverkehr

Wir alle kennen es: Man schwingt sich aufs Fahrrad, um zur Arbeit, zum Einkaufen oder zum Sport zu fahren und schon kommt die erste rote Ampel. Man wartet und wartet und steht gefühlt eine halbe Ewigkeit. Besonders für Radpendelnde, die lange Arbeitswege zurücklegen, kann das die Attraktivität des Fahrrads als Verkehrsmittel enorm mindern. Deshalb brauchen wir Ampelschaltungen, die speziell auf Radfahren und Zufußgehen ausgelegt sind und ein flüssigeres Vorankommen ermöglichen. Mit Hilfe einer Handy-App messen mehrere Kolleg*innen und ich via GPS Daten, wie lange man beim Radfahren an welchen Kreuzungen steht. Auch die Brems- und Beschleunigungszeit beziehen wir mit ein. Anhand der Daten lässt sich dann für viele Kreuzungen und Strecken in Bremen bestimmen, wieviel Zeit Radfahrende an den jeweiligen Stellen im Durchschnitt verlieren. Denn: Je fließender und zügiger es im Radverkehr läuft, desto attraktiver wird es aufs Rad umzusteigen.

Während Bremen sich bei innovativen Ampelschaltungen noch in der Experimentierphase befindet, werden einige andere europäische Städte bereits flächendeckend mit Ampelschaltungen ausgestattet, die mithilfe von Schleifen, Sensoren oder sogar Handy-Apps Verkehrsteilnehmende an den Ampeln erfassen und sich individuell an die bestehende Situation anpassen. So werden Menschen, die mit dem Rad oder zu Fuß unterwegs sind, nicht mehr nur als Gäste, sondern als gleichberechtigte Verkehrsteilnehmende behandelt. Ich finde: Wenn Bremen sich als Fahrradstadt bezeichnen will, dann braucht es ebenso innovative Lösungen auch hier in der Hansestadt.

Anton Faust



5 Jahre Stress für Radfahrende

Großbaustelle A 281 Neuenlander Straße / Kornstraße

Während für die Großbaustelle A 281 schon jetzt aufwendige Umleitungen für den Autoverkehr am Kirchweg und beim Werder Karree entstehen, wird es für Radfahrende unkomfortabel und eng. Die üblichen Rad-Routen zwischen Kattenturm, Arsten und der Neustadt sind in den nächsten fünf Jahren stark beeinträchtigt. Rolf Noll von den Grünen Obervieland kritisiert die weitere Verschlechterung der Verbindungen zum Stadtteil: „Zum alten Problem eines gefährlich schmalen Geh- und Radwegabschnittes der Erdbeerbrücke, kommt nun der abgeschnürte Anschluss aus der Innenstadt über Buntentor.“ Gunter Mischner vom AKV Neustadt ergänzt: „Mit Blick auf die im Verkehrsentwicklungsplan (VEP) definierte Premiumroutenplanung ist die vorzeitige Teilerstellung der Verbindung aus Obervieland über den Buntentorsdeich bis zum künftigen Wesersprung von großer Bedeutung besonders für po-



Teil einer Alternativroute ist der Weg am Krimpensee. Matschige und versackte Beläge können durch ein Asphaltband, getrennt für Fuß und Rad, ersetzt werden.

tenzielle Umsteiger*innen aus dem Auto aufs Fahrrad.“ Da hier längere Abschnitte durch Grünflächen führen, ist der planerische Aufwand deutlich geringer, vorwiegend ist es der Austausch schlechter Beläge und punktuelle Verkehrsberuhigungsmaßnahmen. Zusammen mit den

Grünen appelliert der ADFC: Es braucht unverzüglich eine konzentrierte Aktion, damit vor dem Start der „Monsterbaustelle A 281“ eine attraktive Radverkehrsverbindung, gefördert durch den Bund, zur Verfügung steht. *Gunter Mischner und Albrecht Genzel*



Willkommen bei Bremens größtem Fahrrad- und Pedelec-Verleiher mit Service



**Verkauf
Verleih**



**Geschützt
parken**



**Information
ADFC-Service**

ADFC Radstation Bremen GmbH

Bahnhofsplatz 14a
28195 Bremen
Tel. (0421) 51 77 88 22
Fax (0421) 51 77 88 25
www.radstation-bremen.de
radstation@adfc-bremen.de

Sommer-Öffnungszeiten

Radstation:

April bis Oktober

Di.-Fr. 10 bis 18 Uhr

Sa.+So. 9 bis 14 Uhr

PLUS MINUS

Unter dieser Rubrik sammeln wir positive Änderungen – so kann es laufen – und negative Radverkehrsführungen – das ging komplett daneben – in Bremen und

Bremerhaven. ADFC-Aktive dokumentieren, testen und kommentieren, was für Radfahrende alltagstauglich ist und was eben nicht.



PLUS Orientierung auf dem Rad – Update der Wegweisung

Bremen Trotz konkurrierender Angebote wie z.B. der Bike Citizen App lotsen sie ganz analog längs der Hauptrouten zwischen Farge und Mahndorf, Huchting und Tenever, Arsten und Borgfeld durch die Stadt. Anfang des Jahres ist die jährliche Reinigung, die Ergänzung fehlender Schilder und die Neuausstattung mit besser reflektierendem Material der rund 4.400 Schilder vom

Amt für Straßen und Verkehr (ASV) erfolgt. Zusätzlich wird die Routenführung regelmäßig aktualisiert und zu stark wucherndes Grünzeug zurückgeschnitten. Meldung von Schäden an office@asv.bremen.de, unter Angabe der Standortbezeichnung am Wegweiser



MINUS „Rollende Fußgänger*innen“ benachteiligt

Bremen An zu vielen Kreuzungen werden Menschen auf dem Rad viel zu früh ausgebremst. Wenn es zu Fuß Gehende nicht mehr komplett über die Fahrbahn schaffen, so werden oft auch die schnelleren Radfahrer*innen durch das rot leuchtende Kombisignal abrupt, ohne Gelblicht-Warnung, gestoppt. Viel zu früh und unnütz heißt es dann bei noch lange leuchtendem

Auto-Grünlicht, der sogenannten „Vollen Scheibe“, für Radfahrer*innen in die Eisen zu gehen. Ein Austausch der Kombimaske gegen das Ampelmännchen bringt unaufwendig oft erhebliche Grünzeitgewinne fürs Rad, weil dann automatisch die „Volle Scheibe“ gilt.



PLUS Wichtiger Shortcut im Nordosten saniert

Bremen - Blockdiek Pünktlich zu Weihnachten bescherte uns die Stadt eine Sanierung des Heinrich-Baden-Weges – einer der wichtigsten Radverkehrsrouten im Bremer Osten. Von beiden Seiten hatte sich das Grün bis zu 50 Prozent des Weges erobert und damit das Pflaster für Radfahrende und Fußgänger*innen zur Holperstrecke gemacht. Auf gan-

zer Breite wurde der Weg im Bereich des Damms zur Autobahnbrücke wieder schön glatt verlegt. Die ebenfalls maroden Rampen (s. pedal 3/20) wurden hoffentlich nicht vergessen, sondern kommen jetzt auch bald dran.



MINUS Unfreiwillig auf Konfrontationskurs

Bremen - Hastedt Wege über die Weser sind in Bremen selten. Umso wichtiger, dass die vorhandenen sicher und komfortabel benutzbar sind. Zwischen Hastedt und Habenhausen bleibt einem der viel zu schmale Zweirichtungs-Rad- und Gehweg der Erdbeerbrücke selten erspart. Nach Feierabend heißt es gegen das Blendlicht entgegenkommender Menschen mit Fahrrad und Auto ge-

nauesten Kurs zu halten. Etwas zu weit nach links bedrängt man den entgegenkommenden Rad- und Fußverkehr, wenige Zentimeter nach rechts droht unmittelbar Gefahr auf der Autospur vor entgegenkommenden Autos zu landen. Der Beirat Hemelingen fordert mit Unterstützung aus Obervieland einen zügigen verkehrssicheren Ausbau.



PLUS Renovierung des Radwegs

Bremerhaven - Geestemünde

Auf der letzten Bau- und Umwelt-Ausschuss-Sitzung im November 2020 wurde die Renovierung dieses Radweges beschlossen. Der Anfang ist gemacht: An dem vielbenutzten Radweg wurden die ersten Laternen aufgestellt. Da sie mit Solarenergie betrieben werden, konnten sie ohne Erdarbeiten mit Kabelverlegung auf-

gestellt werden und sind klimafreundlich. Folgen soll die Beseitigung der Oberflächenschäden. Der Radweg ist Bestandteil der vom ADFC vorgeschlagenen 16 Kilometer langen Nord-Süd-Achse durch Bremerhaven und schließt im Süden an die im Bau befindliche Fahrradstraße nach Wulsdorf an.



MINUS Überquerung der Lloydstraße mit dem Rad

Bremerhaven - Mitte Weder an der Barkhausenstraße noch an der Bürgermeister-Smidt-Straße am Ende der Fußgängerzone gibt es eine geregelte Überquerung der Lloydstraße für den Radverkehr. Dafür steht an letztgenannter Stelle das unzeitgemäße Schild „Radfahrer absteigen. Fußgängerampel benutzen“. Im Sommer queren stündlich bis zu 100 Radfahrer*innen die

Ampel. Die Einrichtung einer Radfurt zur Vermeidung von Konflikten mit den Fußgänger*innen wurde bisher von den Behörden abgelehnt. Glücklicherweise verhalten sich Radelnde und zu Fußgehende meist rücksichtsvoll, aber hier muss dringend nachgebessert werden.

Mitmachen & Mängel melden



In Bremen fährt man Rad, mehr oder weniger gerne, trotz oder wegen der vorhandenen Radverkehrsanlagen. Auf dem Bremer Radverkehr-Mängelmelder kann sich jeder selbst zu Wort melden: Wo läuft es quer? Wo sind Gefahrenstellen? Was kann verbessert werden?
<http://adfc-bremen.mängelmelder.de>

Auch für Bremerhaven gibt es einen eigenen Radverkehrs-Problem-Melder auf dem Sie gefährliche Radverkehrssituationen melden können. Einfach das Formular herunterladen: <http://www.adfc-bremen.de/adfc-bremerhaven/newsletterproblem-melder.html>

Radverkehr, ohne Wenn und Aber!

Verkehrsentwicklungsplan 2025

Ende letzten Jahres wurde der Analysebericht zur Teilfortschreibung des Verkehrsentwicklungsplans 2025 (VEP) veröffentlicht. Das Fazit des Berichts, dass die Umsetzung des Maßnahmenfeldes Radverkehr nicht zufriedenstellend ist und die gesetzten Ziele in diesem Bereich so nicht erreicht werden können, teilt auch der ADFC. Aus unserer Sicht zeigt dies: Bremen muss sich stärker zu seinen verkehrspolitischen Zielen bekennen und dem auch Taten folgen lassen. Das Ausruhen auf 25 Prozent Radverkehrsanteil muss ein Ende haben. Daher fordert der ADFC konkrete Ziele: 30 bis 35 Prozent Radverkehrsanteil sind möglich, wenn entsprechende Maßnahmen konsequent, ohne Wenn und Aber umgesetzt werden.

Bremen möchte klimafreundlicher werden und darf den Radverkehr nicht weiter vernachlässigen. Eine für alle sichtbare, stringente Strategie zur Erhöhung des Radverkehrsanteil ist dringend erforderlich. Diese muss sich auch in der aktuellen Teilfortschreibung des VEP 2025 widerspiegeln.

Fahrradparken in Quartieren

Das Parken in Quartieren betrifft das Fahrrad genauso wie das Auto. Daher müssen Radwege frei von parkenden Autos gehalten werden, anstatt unrechtmäßiges Parken weiter zu dulden. Fahrrad- und Autoparken sind im Rahmen des Parkraum-Managements gemeinsam zu betrachten. Für beides muss ein gemeinsames, tragfähiges Konzept entwickelt werden.

Mehr Fahrrad, weniger Auto

Die Gestaltung einer autoarmen Innenstadt wird nur erfolgreich sein, wenn die Bremerinnen und Bremer überwiegend mit dem Fahrrad in die Stadt fahren und Auswärtige mit Bus und Bahn in die City kommen. Dafür ist mehr Parkraum für Fahrräder in der Innenstadt selbst und den umliegenden Gebieten nötig. Die Erreichbarkeit der Innenstadt mit dem Fahrrad ist zu verbessern. Die Premiumrouten spielen hier eine genauso wichtige

Rolle wie die neuen Wesersprünge, also die Weserbrücken für den nicht motorisierten Verkehr. Es gilt nicht nur den Autoverkehr von der Innenstadt fernzuhalten, sondern mehr Radverkehr in die Innenstadt zu bekommen.

Synergien nutzen

Das ÖPNV Angebot durch einen besseren Takt und günstigere Tickets zu verbessern, ist ein wichtiger Beitrag zur Mobilitätswende. Eine bessere Vernetzung von ÖPNV und Radverkehr ist weiterhin erforderlich. Die ÖPNV Nutzung und Radfahren lassen sich einfacher kombinieren, wenn die Möglichkeit zur Fahrradmitnahme in Bussen und Bahnen verbessert wird. Auch muss Fahrradparken in Nähe der Haltestellen komfortabel und sicher sein.

Das Fahrrad vernetzt Bremen mit der Region

Mit den Premiumrouten können die Nachbargemeinden besser an das Bremer Radverkehrsnetz angebunden werden. Sie ermöglichen dem Radverkehr vergleichsweise hohe Geschwindigkeiten. So kommt man schnell und komfortabel mit dem Fahrrad, anstatt mit dem Auto in die Stadt.

Stephan Glinka



www.bau.bremen.de/vep



Foto / Illustration: SKUMS / GIG

Teilfortschreibung und Umsetzung des Verkehrsentwicklungsplans Bremen 2025

Bericht zum Umsetzungsstand des VEP 2025 und zur Analyse

Die Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Freie Hansestadt Bremen

In Kooperation mit:
BSAG zvbv

Eine Fahrradstraße zum Wohlfühlen?!

In der Humboldtstraße startet 2021 ein Verkehrsversuch



Als sie 2012 noch ihre alten schmalen Radwege hatte, gab es für Radfahrende nur wenig Platz. Selbst einfaches Überholen war nur verbotenerweise über die Gehwege möglich. Da traf es sich günstig, dass Hansewasser die Kanalisation grundlegend erneuern und hierzu fast den ganzen Straßenraum aufgraben musste. War das Unternehmen in vergleichbaren Fällen verpflichtet, im Anschluss eine 1:1-Wiederherstellung vorzunehmen, drängten insbesondere Beirat und ADFC auf die Chance einer Neugestaltung. So entstand Anfang 2013 mit einem Umbau die Humboldtstraße wie wir sie heute kennen.

Als Fahrradstraße gekennzeichnet, atmeten insbesondere die zu Fuß Gehenden auf, konnten sie doch nun auf den vergleichsweise breiten Gehwegen von Radfahrer*innen ungestört flanieren. Gemeinsam mit dem FUSS e.V. leistete der ADFC damals Aufklärungsarbeit, um den immer noch auf den Gehwegen Radelnden ihren Platz auf der Fahrbahn näher zu bringen. Weitere kleine „Schönheitsfehler“ wurden bald bewusst und es stellte sich heraus: Nicht alles renkte sich ein, manches wurde zum Dauerproblem. Hierbei sind zum Beispiel eng entgegenkommende Autos, die vor der Dobbenampel auch ein „Wettrennen“ mit Radfahrenden um die beste Startposition nicht scheuen oder auch die zu schmale und zu kurze Vorbeifahrspur an dieser Ampel sowie die begrenzte Aufstellfläche zu nennen. Irritierend auch, dass die Vorfahrtsregelung in der Humboldtstraße nicht einheitlich ist – manchmal gilt rechts vor links, manchmal nicht.

*ADFC und das Mobilitätsressort sind sich einig:
Es muss nachgebessert werden.*

„Viele Probleme könnten merklich entschärft werden, würde es gelingen, den Kfz-Verkehr deutlich zu reduzieren, denn erste Zählungen haben ergeben, dass zirka ein Fünftel des Autoverkehrs die Humboldtstraße als Durchgangsstraße nutzt“ fasst Anne Mechels vom Team Nahmobilität im Mobilitätsressort zusammen. „Um mit Hilfe eines Verkehrsversuches die beste Lösung der bestehenden Probleme zu finden und so im Ergebnis eine „Fahrradstraße zum Wohlfühlen“ zu erreichen, soll nun

in drei Phasen mit unterschiedlichen Mitteln versucht werden, den Kfz-Durchgangsverkehr zu reduzieren“, so Mechels. Begleitet werden die verschiedenen Phasen durch quantitative (Verkehrszählungen) und qualitative (Verkehrsbeobachtungen, Nutzer*innenbefragung) Datenerhebungen, um eine entsprechend belastbare Datengrundlage zu erlangen. Dies soll im Herbst nach Ablauf der Testphasen eine Entscheidung erleichtern.

Drei Testphasen im Verkehrsversuch 2021

In der ersten Versuchsphase wird mit dem „mildesten Mittel“ gearbeitet. Durch Zusatz des Schildes „Anlieger frei“ wird auf die Eigenverantwortung der Autofahrer*innen gesetzt, diese Straße eben nur dann zu nutzen, wenn ein „Anliegen“ besteht, ein bloßes Durchfahren ist somit nicht erlaubt.

In der zweiten Phase werden die Maßnahmen für den Kfz-Verkehr deutlich spürbarer: Durch die Sperrung für den Kfz-Verkehr, bei gleichzeitiger Beibehaltung der Durchlässigkeit für Rad- und Fußverkehr (modaler Filter) wird ein bloßes Durchfahren unterbunden. In dieser Phase sollen insbesondere die entstehenden Verkehrsverlagerungen beobachtet werden, um negative Auswirkungen auf die benachbarten Gebiete zu minimieren.

Die Humboldtstraße wird stadtauswärts auf der gesamten Länge zur Einbahnstraße – für den Radverkehr in Gegenrichtung geöffnet –. Dies soll schließlich in der dritten Phase den Kfz-Verkehr reduzieren. Auch hier spielt die Beobachtung von Verkehrsverlagerungen aber auch die Auswirkungen auf die Fahrgeschwindigkeit eine zentrale Rolle.

Anne Mechels: „Wir haben uns einen engen Zeitplan gesetzt, denn schon im Herbst soll die Versuchsreihe abgeschlossen sein. So möchten wir nach Auswertung aller erhobenen Daten und Diskussion in den Gremien noch in diesem Jahr eine Entscheidung, welche Maßnahme eine echte Verbesserung für diese wichtige Hauptachse des Radverkehrs darstellt, herbeiführen können.“

Kristin Klimbert

Problemmelder BHV – ein Zwischenfazit

Seit 2019 gibt es für die Stadt Bremerhaven den ADFC Problemmelder, auf dem jede*r melden kann, wo es für den Radverkehr schlecht läuft: Wo befinden sich Gefahrenstellen, wo wird regelmäßig der Radweg zugesperrt und wo wird viel zu knapp überholt? Ziel des Melders ist es zu dokumentieren, was wo verbessert werden kann, oder sogar muss, um aufzuzeigen, warum es mehr Mittel für die Radverkehrsförderung geben muss. Jetzt liegt eine erste Zwischenauswertung der gemeldeten Probleme vor.

Mit zirka 22 Prozent führen Meldungen zur Radwegebeschaffenheit, insbesondere mangelhafte Oberflächen, die Mängelkarte an. Dicht gefolgt von Radwegblockaden, die im vierten Quartal 2020 wahrscheinlich aufgrund des zunehmenden Lieferverkehrs in Zeiten des Lockdowns und Vorweihnachtsgeschäftes stark zu-



nahmen. Als bedeutendes Problem fällt der mit etwa 17 Prozent bezifferte mangelnde Abstand beim Überholen von Kraftfahrzeugen zu den Radfahrern auf. Da nur ein Viertel der Meldungen von Frauen gemacht wurde, wäre eine Steigerung hier wünschenswert, um mehr über die Erfahrungen und Wünsche von Frauen im Radverkehr aufzuzeigen.

Die vorhandenen Daten werden an das

Ordnungsamt und die Polizei übermittelt, so dass diese in den angegebenen Bereichen gezielt tätig werden können. Dem Amt für Straßen- und Brückenbau, dem Stadtplanungsamt und den politischen Parteien werden die Stellen mit den häufigsten und gravierendsten Radwegproblemen gemeldet, um so in nicht allzu ferner Zukunft Verbesserungen zu erreichen. Die zahlreichen Beschwerden über zu geringen Abstand bestärken den ADFC Bremerhaven darin, das Konzept von mehr Protected Bike Lanes, Instandhaltung und Verbesserung der Radwege und straßenferner Radachsen in den Vordergrund zu stellen.

Jede Meldung hilft, gezielte und wirksame Verbesserungen für den Radverkehr in Bremerhaven zu erreichen. Wir freuen uns über jeden Beitrag, auch gerne mit Foto. Hier geht es zum Formular: <https://radfahreninbremerhaven.de/Problem.pdf>



AKTIONSZEITRAUM 1.5. – 31.8.

MACH
MIT!

... oder rund ums Home-Office

Mit dem Rad zur Arbeit 2021

Eine Initiative von ADFC und AOK

mdrza.de

Initiatoren:



Fahr(G)rad 8 in Bremerhaven

Die Fahrradachse von Wulsdorf zum Fischereihafen in Bremerhaven soll auf einer Länge von drei Kilometern mit parallelem Verlauf zur Gleistrasse eine neue Nord-Südverbindung für den Radverkehr erschließen. Der Name Fahr(G)rad 8 ist bewusst in Anlehnung an das Bremerhavener Klimahaus mit seinem Motto „8 Grad Ost“, also der Lage des Klimahauses auf dem 8ten Längengrad gewählt. Die Bremerhavener*innen freuen sich zusammen mit den Tourist*innen auf die Fertigstellung.

Seit 2013 hat sich die Stadtteilkonferenz Bremerhaven-Wulsdorf für eine Radstrecke von Wulsdorf zum Fischereihafen stark gemacht. Klar war für die meisten betroffenen Bewohner*innen, dass die Route abseits der Hauptstraße mit ihrem Lärm, den vielen Ampeln und Einmündungen verlaufen sollte. Dafür bot sich eine Wegführung parallel zu der Trasse der Museumsbahn an, zumal dort keine bebauten Grundstücke lagen.

So richtig ins Rollen gebracht wurde die Sache dann 2015 bei einer gut besuchten Tour mit dem Fahrrad und der Museumsbahn durch den Fischereihafenbereich, gemeinsam mit der damaligen Stadtteilkonferenz, engagierten Bürger*innen, Vertreter*innen des Stadtplanungsamtes, des ADFC und der Fischereibetriebsgesellschaft. Nachdem 2016 auch die Ortsvereine und Stadtverordneten der verantwortlichen Parteien überzeugt werden konnten, wurde das Vorhaben auf den Weg gebracht. Letztlich gelang es, die Idee einer neuen Radroute in das Förderprojekt „Klimaschutz durch Radverkehr“ im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative einzubringen, um so auch zusätzliche finanzielle Mittel für eine Realisierung zur Verfügung zu haben.

Der Baubeginn der als Fahrradstraße geplanten drei Kilometer langen und vier Meter breiten Trasse erfolgte im September 2020. Die Baukosten werden bei 3,3 Millionen Euro liegen, ein Abschluss des Projektes ist im Mai 2022 vorgesehen, es wird voraussichtlich die erste Fahrradstraße in Bremerhaven sein. Im Norden schließt sich der ebenfalls nicht Straßenbegleitende Radweg vom Fischereihafen bis zum Elbinger Platz an. Fahr(G)rad 8 bildet außerdem das südlichste Teilstück der vom ADFC Bremerhaven propagierten 16 Kilometer langen Nord-Süd-Fahrradtrasse durch die Stadt. Durch eine Erhöhung des Radverkehrsanteils in Bremerhaven durch diese Maßnahme wird mit einer CO₂-Einsparung von bis zu 180 Tonnen pro Jahr gerechnet.

Eine biologisch wertvolle mesophile Eingrünung der Trasse dient als Ersatzmaßnahme für überbaute Biotope. Als Belag ist ein besonderer, umweltfreundlicher Asphalt mit zum Teil recyceltem Plastik vorgesehen. Aufenthaltsbereiche mit Info-Inseln zur ökologischen Bedeutung der Trasse erhöhen den Aufenthaltswert, Querverbindungen sorgen für eine ausreichende Anbindungen an umgebende Wohnbereiche und den Fischereihafen. Energieeffiziente Beleuchtungskörper mit Dimm-Funktion ermöglichen eine gute Nutzung bei Dunkelheit und eine insektenfreundliche Lichtqualität erhöht die Umweltfreundlichkeit.

<https://fahrgrad8.de>

Hans Joachim Schmeck-Lindenau





Volkshochschule
Adult Education Center
Université Populaire

Bremer
Volkshochschule

Tel. 0421/361 12345

Programm
Frühling/Sommer
Plus Stadtteilangebote

2021



Semesterfokus: Armut beenden – 

Bildung für nachhaltige Entwicklung

Auch online lernen www.vhs-bremen.de



Gastbeitrag: Stadt Land Lastenrad

80% der Einkäufe könnten mit dem Lastenrad erfolgen

Von der sauberen, platzsparenden und leisen Transportmobilität mit dem Lastenrad können sowohl städtische Quartiere als auch der ländliche Raum stark profitieren. Und das Potenzial ist gerade im urbanen Raum sehr hoch. Rund 30% aller Warentransporte könnten im Stadtgebiet mit dem Lastenrad erfolgen. Im Dienstleistungsbereich wären es sogar 50% der Fahrten, und im Hinblick auf die privaten Einkäufe fast 80%, die mit dem Lastenrad erledigt werden könnten. Doch wie sieht die Realität aus? Nur rund die Hälfte der Deutschen kennen überhaupt Lastenräder und magere zwei Prozent nutzen diese regelmäßig. Viel Luft nach oben in Zeiten des Fahrradbooms. Und viele Fragen, warum es uns nicht gelingt die Möglichkeiten des Lastenrad für die Mobilitätswende besser zu nutzen?



Unser kleines Vorhaben „Stadt Land Lastenrad“, welches wir als LogistikLotsen für die Metropolregion Nordwest e.V. aktuell voranbringen, versucht gleichermaßen die Bekanntheit des Lastenrads zu fördern, interessierte Akteure zu vernetzen, Nutzungsmöglichkeiten aufzuzeigen, spannende Projekte und Initiativen aus dem In- und Ausland vorzustellen, und auf Verbesserungsmöglichkeiten hinzuweisen. Dafür organisieren wir über den Winter vier Webinare zu den Themen Parkraum für Lastenräder, kreative Sonderformen, Liefern mit dem Lastenrad und Cargobike-Sharing. Zudem entwickeln wir Prototypenideen für eine Lastenradgarage und ein touristisches Picknick-Rad.

Laut einer Umfrage, die wir im Sommer vergangenen Jahres für das Neustadt Stadteilmanagement durchgeführt haben, sind fehlende Abstellplätze der Hauptgrund, der gegen die Anschaffung eines Lastenrads spricht. Andere Untersuchungen bestätigen das. Und unser geplantes Picknick-Rad steht sinnbildlich für den aktuellen Trend Fahrradurlaub und verkörpert einen regional-nachhaltigen Tourismusansatz. Im späten Frühjahr und Sommer planen wir dann die Prototypen und unsere geplante Mini-

Ausstellung zum Thema Lastenrad in einem Tiny House auf der Gemüsewerft der Öffentlichkeit zu präsentieren. Die Ausstellung wird auch mobil an anderen Orten in der Region zeigbar sein. Abschließender Baustein unseres temporären Vorhabens ist dann der geplante Transport von Gemüseboxen aus der urbanen Landwirtschaft der Gemüsewerft im Bremer Stadtgebiet und möglicherweise auch im regionalen Umland.

Doch solche Projekte und Aktionen können ähnlich den Pop-up-Radwegen nur der Anfang sein auf dem Weg zur nachhaltigen Mobilitätswende. Wir brauchen mehr Mut zum Ausprobieren im größeren Maßstab, die urbane Infrastruktur sollte dringend umfassend fahrradfreundlicher gestaltet werden, Sharing im Ganzen gedacht, Kaufprämien angeboten und insbesondere sollten Themen wie Innenstadtentwicklung und die Zukunft des Handels mit dem Lastenrad zusammengedacht werden. Wir müssen aufhören zu schieben. Mit ein bisschen mehr Schwung und Tritt in die Pedale könnte sich die Region schnell zum nationalen Lastenrad-Leuchtturm entwickeln.

Das Projekt „Stadt Land Lastenrad“ der LogistikLotsen für die Metropolregion

Nordwest e.V. wird von der Wirtschaftsförderung Oldenburg und Bremen BIKE IT! gefördert. Aktuelles zum Projekt findet sich auf: www.instagram.com/stadt-landlastenrad/



Zum Autor: Sven Hermann ist Vorstandsvorsitzender des Vereins Logistik Lotsen für die Metropolregion Nordwest e.V., Professor für Logistik & Supply Chain Management an der NBS Northern Business School und Geschäftsführer des Beratungsunternehmens ProLog Innovation.

Fördermitglieder

Den ADFC fördern...

Gaststätte Dammsiel	Niederblockland 32	28357	Bremen	0421-640733	
ADFC Radstation Bremen GmbH	Bahnhofplatz 14 a	28195	Bremen	0421-51778822	www.radstation-bremen.de
Zweirad-Center H.-P. Jakst GmbH	Davoser Straße 67/69	28325	Bremen	0421-404555	www.zweirad-jakst.de
Bremer Straßenbahn AG	Flughafendamm 12	28199	Bremen	0421-5596-200	www.bsag.de
Flotte Karotte Kahla Wolf GbR	Augsburger Straße 6	28215	Bremen	0421-3794444	www.flotte-karotte-bremen.de
Fähren Bremen-Stedingen GmbH	Rönnebecker Straße 11	28777	Bremen	0421-69 03 69	www.fahren-bremen.de
Die JugendHerbergen gGmbH	Woltmershauser Allee 8	28199	Bremen	0421-59830-12	www.jugendherberge.de
Herrn Dr. Andreas Reich	Hollerallee 67	28209	Bremen	0421-345091	www.anwalt-reich.de
Zweirad-Fachmarkt Dutschke	Waller Ring 141	28219	Bremen	0421-611556	www.zweirad-dutschke.de
radschlag Fahrradhandel GmbH	Humboldtstraße 16	28203	Bremen	0421-704105	www.radschlag-bremen.de
Messe Bremen & ÖVB Arena	Findorffstraße 101	28215	Bremen	0421-3505-0	www.messe-bremen.de
Hotel Westfalia	Langemackstraße 38-52	28199	Bremen	0421-59020	www.hotel-westfalia.de
Max Weigl Ihr Zweiradspezialist	Holsteiner Straße 123	28219	Bremen	0421-381215	www.zweirad-weigl.de
Goldi's Fahrradshop	Schnevedinger Straße 2c	28329	Bremen	0421 466070	
Bartels-bikes GmbH	Oberneulander Landstr. 39	28355	Bremen	0421-259136	www.bartels-oberneuland.de
Unterwegs Trekking und mehr GmbH	Domshof 14-15	28195	Bremen	0421-3365523	www.unterwegs-bremen.de
Fahrrad-Studio	Karl-Marx-Straße 168 C	28279	Bremen	0421-832584	www.fahrrad-studio.de
Blaukopp	Gevekohtstraße 14	28213	Bremen	0421-216266	
Velo-Sport	Martinistraße 30-32	28195	Bremen	0421-18260	
der radelnde Installateur	Verdener Straße 39	28205	Bremen	0421-8960159	www.radinstall.de
besser wie gut GmbH	Upper Borg 147	28357	Bremen	0421-275840	www.besser-wie-gut.de
Zweiradmarkt Huchting	Kirchhuchtinger Landstr. 36	28259	Bremen	0421-5799293	
Fahrrad-Express	Bohnenstraße 7	28203	Bremen	0421-707027	www.fahrrad-express.info
FREYRad	Am Schwarzen Meer 143	28205	Bremen	0421-4940771	www.freyrad.de
conRAD Fahrräder in Findorff	Hemmstraße 124	28215	Bremen	0421-6203808	www.conrad-fahrrad-findorff.de

Informationen erhalten Sie bei ADFC Bremen e.V. / Sven Eckert
sven.eckert@adfc-bremen.de Tel.: 0421-517788-20



Bitte einsenden an ADFC e. V.,
Postfach 10777 47, 28077 Bremen,
oder per Fax an 0421/346 29 50,
oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de

Beitritt
www.adfc.de/beitritt

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Geburtsjahr Beruf (freiwillig)

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

☐ Ich erteile dem ADFC hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf:

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847 | **Mandats-Referenz:** teilt Ihnen der ADFC separat mit
Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber

D E

IBAN

BIC

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

☐ Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

☐ **Ja**, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

Einzelmitglied

☐ ab 27 J. (56 €) ☐ 18–26 J. (33 €)

☐ unter 18 J. (16 €)

**Familien-/Haushalts-
mitgliedschaft**

☐ ab 27 J. (68 €) ☐ 18–26 J. (33 €)

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

☐ **Zusätzliche jährliche Spende:**

€

Datum

Unterschrift



Bergsport
Outdoor
Trekking
Biking
Freizeit

www.unterwegs.biz



- **Fahrrad-Bekleidung**
- **Fahrrad-Rucksäcke**
- **Lenker-, Pack- und Satteltaschen**
- **Regenschutz**
- **Reflektoren uvm.**

von namhaften Herstellern!



Unterwegs Bremen

Domshof 14-15 | 28195 Bremen

Tel.: 0421 - 336 55 23

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9:30 - 19:00 Uhr | Sa 9:30 - 18:00 Uhr

Unterwegs Outlet Bremen

Violenstraße 43 | 28195 Bremen

Tel.: 0421 - 244 21 00

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 10:00 - 18:30 Uhr | Sa 10:00 - 18:00 Uhr

... und auf www.unterwegs.biz (versandkostenfrei ab 35,- € in D)