

# pedal

Das ADFC-Magazin für Bremen und umzu



**adfc**

Bremen, Bremerhaven  
Nordwest-Niedersachsen  
[www.bremen.adfc.de](http://www.bremen.adfc.de)

Nr. 2/ Sept. 23 - Feb. 24



# FAHRRADLAND BREMEN 2030



**BREPARK**  
NÄHER DRAN



## IHR PLATZ FÜRS FAHRRAD

- Über 2.250 moderne und sichere Fahrradstellplätze
- Urbane Mobilität durch Fahrradparkhäuser und Stationen
- Bequem und komfortabel im gesamten Stadtgebiet mobil bleiben

Einfach näher dran parken.

Weitere Infos erhalten Sie unter [www.brepark.de](http://www.brepark.de)

## Inhalt

**VIVA LA RADVOLUTION**  
Quo Vadis, Özlem Ünsal? 4

**ERFAHRUNGEN**  
Ein Jahr Radreise - Wie geht das denn? 14  
Braucht es das? Gadgets und Gimmicks  
Bremen, Kairo, Nairobi –  
im Windschatten zweier Hallodris 16  
Pusdorf aus der Perspektive einer Radfaherin 29

**VERKEHR**  
PLUSMINUS 12

**TOUREN & TERMINE**  
Veranstaltungen und Termine 7  
Cargo BIKE IT! Festival 2023 9  
Stadträume im Fokus 9  
Geführtes Radtourenangebot 20

**ADFC KOMPAKT**  
Aktiv im ADFC 24  
Aktiv werden 26  
Fördermitglieder 28  
Fahrradland Bremen 2030 30  
ADFC-Kontakte 31

**AUS DER SCHULE**  
Projekt „Mobilitätsbildung im Spannungsfeld  
der Technik und Umwelt“ 27



Titelbild: © Rita Rassenhövel  
Bonnie Fenton Foto: ADFC-Foto.team / HG

## Vorwort

You say you want a revolution...

Beim ADFC heißt es passenderweise RADvoluti-  
on und es geht um das Straßenverkehrsgesetz  
(StVG). Klingt etwas trocken und fern vom All-  
tag? Im Gegenteil. Das aktuelle StVG setzt eine  
Regelgeschwindigkeit von 50 km/h in Städten,  
und gestattet eine Reduzierung auf Tempo 30  
nur vor sozialen Einrichtungen (z.B. vor Grund-  
schulen) oder bei Vorliegen einer Gefährdungs-  
lage. Das heißt, Städte sind gesetzlich verpflichtet,  
dem Verkehrsfluss Vorrang vor der Sicherheit von Menschen zu geben. In der  
Initiative „Lebenswerte Städte“, engagieren sich mittlerweile über  
850 Städte, Gemeinden und Landkreise für mehr Entscheidungs-  
freiheit bei der Anordnung von Tempolimits. Auf Seite 4 lesen Sie  
mehr über die RADvolution.

Markus Hübner, unser langjähriger und sehr geschätzter Verkehrs-  
pädagoge ist auf Radreise gegangen. Nicht für ein paar Wochen Ur-  
laub, sondern für ein ganzes Jahr. Er ist mit seiner Frau – auf den  
ersten Kilometern in Begleitung von einigen seiner Schüler:innen –  
von der eigenen Haustür aus in die Welt losgeradelt. Wenn Sie diese  
Worte lesen, befinden sich Markus und Alex irgendwo in Spanien  
und bereiten sich auf den Übergang nach Chile vor. Von Markus’  
Schüler:innen hören Sie auf Seite 27, von Markus selbst auf Seite  
14. Wenn Sie gedanklich noch in der Ferne sind, können wir einen  
Bericht über eine Radreise quer durch Afrika zu einer Hochzeitsfeier  
anbieten (Seite 18).

Aber so weit weg von zu Hause muss es garnicht immer sein um  
das Radfahren zu genießen. Wenn es um eine kürzere Auszeit in der  
Region geht, haben wir eine ganze Reihe von geführten Radtouren  
zu bieten, ab Seite 20.

Im September findet – wie in jedem Jahr – die Europäische Mobi-  
litätswoche mit einer Fülle von Veranstaltungen zum Mitmachen  
und Nachdenken statt. Der Höhepunkte ist am 10. September  
unsere 17. ADFC-Hochstraßentour. Fahren Sie mit auf den Bremer  
Straßen, die man sonst nur mit dem Auto befahren darf (ab Seite 7).  
Und zu guter Letzt, falls Sie noch nicht Mitglied im ADFC sind,  
möchten wir Sie ermuntern, sich den 4000+ Bremer:innen und  
Bremerhavener:innen anzuschließen, die schon dabei sind. Bei uns  
finden Sie Gesellschaft für die nächste Radtour und viele gleichge-  
sinnte Mitstreiter:innen, die die Vision eines Landes Bremen teilen,  
in dem das Fahrrad das attraktivste Verkehrsmittel ist – im Alltag  
und der Freizeit.



Bonnie Fenton  
Vorsitzende ADFC  
Landesverband Bremen

## IMPRESSUM

**pedal** Regionales Magazin des ADFC für Bremen und  
Bremerhaven sowie Delmenhorst und die Landkreise  
Ammerland, Cuxhaven, Diepholz, Osterholz, Verden und  
Wesermarsch.

**Herausgeber**  
Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC) -  
Landesverband Bremen e. V.,  
Grünenstraße 35, 28199 Bremen, 0421 51 77 88 2-0,  
pedal@adfc-bremen.de  
www.bremen.adfc.de

**Heft 2/2023**  
ADFC-Mitglieder in Bremen und Nordwest-Niedersach-  
sen erhalten das **pedal** direkt mit der Radwelt ins Haus.  
Das **pedal** ist außerdem an mehr als 200 Auslagestellen  
in der Region erhältlich.

**Redaktion**  
Frauke Maack (Verantwortlich i.S.d.P.), Sven Eckert, Bon-  
nie Fenton, Albrecht Genzel, Stephan Glinka, Anja Her-  
mann, Lucie Haedecke, Kristin Klimbert, Bärbel Knaack,  
Jürgen Möller, Pina Pohl, Sonja Riegert, Jens Werner

**Anzeigenredaktion:** Frauke Maack, Katharina Heck

**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 1/2024:  
**Anzeigenschluss:** 24. Januar 2024  
**Erschein:** 02. März 2024



Foto: © ADFC Berlin / Dirk Deckbar

# Viva la RADvolution!

## Kämpfen für die Verkehrswende!

**Fahrradland Bremen 2030 – das ist nicht „Bullerbü“, das ist Fortschritt und das ist definitiv kein Verlust an Lebensqualität! Fahrradland 2030 ist ein wunderbares Ziel, denn es steht dafür, dass wir in Städten mit weniger Lärm und weniger Abgasen leben. Es steht dafür, dass wir durch Straßen spazieren, die nicht vollgeparkt sind, sondern in denen Kinder spielen, Nachbarn sich begegnen und in denen es eine Aufenthaltsqualität gibt. Es steht dafür, dass es weniger Verkehrstote gibt und dass alle Menschen und vor allem Kinder, Jugendliche, Ältere und Behinderte zu Fuß und mit Fahrrad sicher und ohne Angst mobil sein können.**

### Das Fahrrad ist Teil der Lösung

Für all diese Ziele (siehe auch <https://bremen.adfc.de/artikel/waehlen-fuer-die-verkehrswende>) ruft der ADFC zur RADvolution auf! Wir wollen große Veränderung, nachhaltigen Wandel und neue Visionen. RADvolution, das ist manchmal Revolution und manchmal Evolution. Manchmal vor Ort mit Aktionen und Demonstration, manchmal mit Gesprächen am Infostand und manchmal mit Diskussionen und Verhandlungen mit Politik und Verwaltung am Besprechungstisch. Doch egal wie und egal wo – wir wollen, dass das Fahrrad endlich als das anerkannt wird, was es ist: DAS nachhaltige Fortbewegungsmittel der Zukunft.

Wir wollen gute Straßen für alle. Wir wollen mehr Platz fürs Rad; für Menschen. Das Fahrrad ist ein Teil der Lösung für viele Probleme, die unsere Städte haben. Denn fahrradfreundliche Städte sind menschenfreundliche Städte. Wir fordern also den fahrradfreundlichen Wandel in den Städten Bremen und Bremerhaven und zeigen, wo wir hinwollen: Bremen wird Fahrradland. Das ist unser Ziel.



### Handeln für Veränderung

Wer Veränderung will, geht auf die Straße, wird laut und handelt. Dafür radeln wir los, klären auf, sind laut und geben allen die Möglichkeit mitzumachen: Bei der ADFC-Hochstraßentour, bei den Veranstaltungen der Europäischen Mobilitätswoche, bei der Kidical-Mass und bei den über 100 geführten ADFC-Radtouren. Bei jedem dieser Termine trägt der ADFC Bremen, tragen die Teilnehmenden dazu bei, die Freude am Fahrradfahren sichtbar zu machen, zum Leben zu erwecken. Unsere RADvolution ist friedlich, freundlich und macht Spaß.

## Quo Vadis, Özlem Ünsal?!

Konkret stehen wir in Bremen jetzt an einem Scheideweg. Nach der Wahl sind in beiden Städten die bisherigen Regierungsparteien bestätigt worden, nur mit deutlichen Verschiebungen innerhalb der Koalitionen. Mit Frau Özlem Ünsal (SPD) haben wir eine neue Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung. Doch die Probleme im Verkehrsbereich bleiben die Alten.

Bremen hat sich den Herausforderungen der drohenden Klimakatastrophe gestellt und in der Bürgerschaft beschlossen, dass der Enquetebericht „Klimaschutzstrategie für das Land Bremen“ inklusive der beschlossenen Ziele und Maßnahmen umgesetzt werden soll, damit Bremen bis zum Jahr 2038 klimaneutral werden kann.

Es besteht also ein breiter politischer und gesellschaftlicher Konsens für eine klima- und sozialgerechte, sichere, komfortable, inklusive und attraktive Mobilitätswende – und damit für einen schnellen Ausbau der dafür nötigen Fahrradinfrastruktur. Doch es passiert nach wie vor viel zu wenig. Bei der bisherigen Umsetzungsgeschwindigkeit wird Bremen mit seinen Zielen im Verkehrsbereich für die Klimaneutralität bis 2038 krachend scheitern. Wir müssen mehr Menschen dazu bewegen, auf Autofahrten zu verzichten und den Umweltverbund, insbesondere das Fahrrad zu nutzen. Und dies schaffen wir nur, wenn sich das Fahrradfahren für diese Menschen gut anfühlt: sicher, komfortabel, schnell – gerade auch für Kinder, für ältere Menschen, für Mobilitätseingeschränkte.

Damit sind die im Enquetebericht genannten Ziele und Maßnahmen für den Verkehrsbereich für Politik und Verwaltung als Leitlinie des zukünftigen Handelns von Frau Senatorin Ünsal zu verstehen!

Doch leider ist im Koalitionsvertrag der Radverkehr im Bereich Verkehr, der ganze sieben Seiten umfasst, wieder einmal nur „mitgedacht“, was sich sowohl im Umfang (zwei Seiten, der ÖPNV umfasst vier Seiten – damit sollte der Schwerpunkt klar sein), als auch im Kontext widerspiegelt. Die vorhandenen zwei Seiten teilt sich der Radverkehr mit dem Fußverkehr sowie dem Thema Barrierefreiheit.

Inhaltlich bleibt es auch weitestgehend unbestimmt. Es wird geprüft, fokussiert, geplant, vorangetrieben und „sich eingesetzt“. Aber tatsächlich überprüfbare Ziele finden sich nur sehr wenige und eine Zeitangabe fehlt bei allen Punkten außer bei den vom alten grünen Mobilitätsressort geplanten Weserbrücken Mitte und Ost.



## Wir schauen den Handelnden weiter auf die Finger!

Es bleibt also wichtig, dass der ADFC die Koalitionäre und die umsetzende Verwaltung sehr kritisch begleitet – denn gut gemeint ist nicht immer gut gemacht, wie wir an vielen eigentlich richtigen Ansätzen in Bremen sehen können.

Für die Umsetzung der ambitionierten, aber unbedingt nötigen Ziele der Klimaenquete, für eine deutliche Verbesserung der Bedingungen für den Radverkehr kommt es also sehr auf die tatsächlichen Maßnahmen an, die von der neuen Mobilitätssenatorin initiiert werden. Diese erfordern nicht nur ein neues Denken, sondern auch Durchsetzungskraft und die Fähigkeit den „Gegenwind“ auszuhalten. Und vor allem jede Menge Personalkapazität und finanzielle Mittel – das und vieles mehr haben wir bereits vor der Wahl gefordert (siehe pedal 1/23). Wir als ADFC Bremen unterstützen die neue Verkehrsministerin Özlem Ünsal jedenfalls nach Kräften bei der Umsetzung. Und mit Gegenwind kennen wir uns auch aus!

Sven Eckert



# Was wir jetzt brauchen ist Rad & Tat

## Eine Mitmach-Postkarten-Aktion für die Verkehrswende

Trotz vieler politischer Plädoyers für eine klima- und menschenfreundliche Verkehrswende ist in den vergangenen Legislaturperioden wenig passiert.

Dabei ist vieles längst beschlossen: Fahrradpremiumrouten, zusätzliche Fuß- und Radquerungen über die Weser, eine Innenstadt mit Aufenthaltsqualität, gute Anbindung aller Stadtteile an die Innenstadt, sicheres Fahrradparken besonders an Umsteigepunkten und vieles mehr. Doch knapp ein Jahrzehnt später ist nur ein Bruchteil der Pläne in die Tat umgesetzt. Dabei brauchen wir mehr Radverkehr – für Klimaschutz und lebenswerte Städte.

Wenn Du auch dieser Meinung bist und unserer neuen Mobilitätssenatorin Özlem Ünsal mitteilen möchtest, wo es dringend „Rad & Tat“ fürs Fahrrad braucht, dann mach bei unserer Postkarten-Aktion mit. Du bekommst die Postkarte an den pedal-Auslagestellen und in unserer Geschäftsstelle.

Mehr Infos unter [bremen.adfc.de](https://bremen.adfc.de)



# Die Geschäftsstelle ist umgezogen

## Neue Räumlichkeiten auf den Weserhöfen in der Neustadt

Seit April findet ihr die Geschäftsstelle des ADFC Bremen nicht mehr am Hauptbahnhof, sondern auf der anderen Weserseite in direkter Nähe des Fahrradmodellquartiers. Nach zwei Jahren mit wechselnden Lagerstandorten haben wir nun in der Grünenstraße 35 endlich wieder alles beisammen.

Zu den neuen Räumlichkeiten gehört auch wieder ein neuer Jan-Tebbe-Raum, in dem unsere Arbeitskreise ihre Treffen abhalten können.

Im Juni haben wir das mit einem „Tag der offenen Tür“ offiziell gefeiert und danken allen, die uns bereits besucht haben. Aber natürlich haben wir für unsere Mitglieder weiterhin immer eine offene Tür und begrüßen euch gerne zu unseren Öffnungszeiten am Montag und Dienstag von 10 bis 13 Uhr und donnerstags 14 bis 16 Uhr. Falls ihr nur außerhalb dieser Zeiten könnt, ruft bitte vorher an, damit auch jemand vor Ort ist.



# Bringen Sie die Verkehrswende voran!

In den Bremer Stadtteilarbeitskreisen Mitte, Ost, Neustadt, Nord-Ost, Nord und in Bremerhaven diskutieren und planen Alltagsradfahrer:innen, Planungsfachleute und verkehrspolitisch Interessierte den Radverkehr von Morgen.

## Treffen des Arbeitskreises Verkehr Bremen Ost:

Jeden zweiten Montag im Monat trifft sich unser Arbeitskreis. Wir wollen uns nicht mehr nur ärgern, sondern uns aktiv für den Radverkehr im Bremer Osten stark machen:

akverkehr-ost@adfc-bremen.de

## Treffen des Arbeitskreises Verkehr Mitte:

Der Arbeitskreis des ADFC Bremen trifft sich regelmäßig jeden ersten Dienstag im Monat um zu aktuellen Belangen des Radfahrens in Bremen kreative Lösungen zu erarbeiten:

akverkehr-mitte@adfc-bremen.de

## Treffen des Arbeitskreises Verkehr Neustadt:

Jeden zweiten Dienstag im Monat trifft sich der Arbeitskreis um über wichtige Themen des Radverkehrs in der Bremer Neustadt zu sprechen:

akverkehr-neustadt@adfc-bremen.de

## Treffen des Arbeitskreises Verkehr Nord-Ost:

Einfach Kontakt aufnehmen für Verkehrspolitisches in Borgfeld und Horn-Lehe:

akverkehr-nordost@adfc-bremen.de

## Treffen des Arbeitskreises Verkehr Nord:

Der Arbeitskreis des ADFC Bremen trifft sich regelmäßig jeden zweiten Mittwoch im Monat um über aktuelle Themen des Radfahrens in Bremen Nord zu sprechen: akverkehr-nord@adfc-bremen.de

Aktiven-Treff der ADFC-Stadtteilgruppe Bremen-Nord: Jeden ersten Donnerstag im Monat Treffen der Radfahrenden mit Informationen rund ums Rad, zu den Touren-Angeboten, den verkehrspolitischen Themen und Aktionen. Gäste sind willkommen:

juergen.moeller@adfc-bremen.de

## Bremerhavener Klönschnack:

Jeden ersten Mittwoch im Monat treffen sich ADFC-Mitglieder und Interessierte zum Fachsimpeln und Klönschnack:

office-bremerhaven@adfc-bremen.de

Achtung: ab 2024 findet der Klönschnack immer am ersten Dienstag im Monat statt.

## Stammtisch Mobilitätswende:

Am Ersten jeden Monats ab 19 Uhr im Neusis mit anderen Aktiven und Interessierten die Mobilitätswende diskutieren. Ab und an laden wir Expert:innen ein, geben falls gewünscht Tipps, wie du gut durch die turbulente Mobilitätswende kommst und halten uns die Fahrbahn möglichst frei.

## Junger ADFC (Online)

Das Netzwerktreffen "Junge Menschen im ADFC" ist offen für alle jungen Mitglieder und Aktiven. Die Treffen dienen dem Austausch, dem Kennenlernen und bieten Orientierung beim Einstieg ins ADFC Engagement. Die Online-Treffen finden immer abwechselnd am zweiten Mittwoch und Dienstag im Monat um 20 Uhr statt!

## Critical Mass

Wir blockieren den Verkehr nicht – wir SIND Verkehr!

**Critical Mass Bremen:** immer am letzten Freitag des Monats um 19:00 Uhr zwischen Hollerallee und Gustav-Deetjen-Allee!

**Critical Mass Bremerhaven:** jeden dritten Freitag im Monat um 17: Uhr auf dem Lloydplatz!



**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**

## Fachkundiges Tandem



Preise gültig bis 31.03.2024

**Fachkunde Fahrradtechnik**  
8. Aufl. 2023, 596 S., 17 x 24 cm, brosch.  
ISBN 978-3-7585-2226-0 • € 51,90

Fachkenntnisse rund um das Fahrrad und seine Komponenten. • Kapitel Ergonomie mit aktuellen Erkenntnissen zur Anpassung der Fahrradmaschine an den Menschen.

**Fachwissen E-Bike**  
Technik der Leicht-Elektrofahrzeuge  
5. Aufl. 2023, 224 S., 17 x 24 cm, brosch.,  
ISBN 978-3-7585-2292-5 • € 31,30

Weitere Infos:  
[www.europa-lehrmittel.de](http://www.europa-lehrmittel.de)





**BREMEN  
BIKE IT!**

**CARGO**

**BIKE IT!**

**FESTIVAL**



**RADKULTUR, LASTENRAD &  
8. BREMER LASTENRADRENNEN**

→ **9.-10. 9. 2023**

**ÜBERSEEINSEL, BREMEN**



**bremen.de/cargo-bike-it-festival**

**#CBIF2023**  

ÜBERSEEINSEL

Velc Lab

STEFAN PETERS  
HOLZ & WEIN

Freie  
Hansestadt  
Bremen

adfc  
Bremen

UNITED CARGOBIKE  
Ladefahrzeuge

Sønstebys  
Radport & Werkstatt

STADT·LAND

Logistik  
LUTSEN  
für die Metropolregion Nordwest e.V.



## Cargo BIKE IT! Festival 2023

09. – 10. September

Radkultur und Lastenräder stehen im Mittelpunkt des zum zweiten Mal stattfindenden Festivals auf der Überseeinsel. Das Programm ist eine unterhaltsame Mischung aus Informationen zum privaten, gewerblichen und gesellschaftlichen Nutzen von Lastenrädern und bietet viele Mitmach- und Testmöglichkeiten. Dazwischen und drumherum gibt es für Groß und Klein viel zu entdecken, Kaffee und leckeres Essen. Zwei Schwerpunkte werden auf dem Festival Platz finden: die Nutzung des Lastenrads im Gewerbe und Handwerk sowie das Feld der Radreise mit dem Lastenrad oder als Bikepacking-Abenteuer. Dazu gibt es Talks, Präsentationen und viele Möglichkeiten zum Austausch.

Am Samstag findet dort das 8. Bremer Lastenradrennen / 2. United Cargobike Race statt: schnelle und geschickte Fahrt, gekonntes Beladen des Rades und das Erfüllen einiger Aufgaben auf einem Parcours rund ums Festivalgelände. Die Kategorien: einspurige Lastenräder, einspurige Lastenräder mit E-Unterstützung und Family Race: also ein/e Fahrer:in und mindestens ein Kind im Lastenrad.

Am Sonntag endet die 17. ADFC Hochstraßentour – Werde Teil der RADvolution auf dem Festivalgelände.

[www.bremen.de/cargo-bike-it-festival](http://www.bremen.de/cargo-bike-it-festival)

Peter Saemann / Bremen Bike IT



## STADTRÄUME IM FOKUS EUROPÄISCHE MOBILITÄTSWOCHE

16. - 22. September

Der Traum von der Stadt mit mehr Raum für Menschen, freien Bürgersteigen und Plätzen, sauberer Luft und weniger Lärm, dafür mehr Sicherheit und Spiel- und Begegnungsräume für Jung und Alt: Das sind Dinge, die eine Stadt lebenswert machen. Zusammen mit diversen Vereinen und Initiativen präsentiert der autofreie StadTraum den Bremer:innen im Rahmen der EUROPÄISCHEN MOBILITÄTSWOCHE (EMW) ein vielfältiges Programm rund um das Thema nachhaltige Mobilität und Stadtentwicklung.

SAVE ENERGY - So lautet das Motto der diesjährigen EMW. In Bremen nehmen wir das Thema gerne auf, das mit Schlagworten wie „burn fat not oil“ zur aktiven Mobilität und Vermeidung von Autoverkehr aufruft. Die Vielfalt des Programms umfasst mehrere Radtouren genauso wie den internationalen Parking Day, das vom Open Space organisierte: Wie schmeckt die Stadtentwicklung und einen Perspektivwechsel durch vom City 46 ausgewählte Filme im Open Air Kino. Zusätzlich wird eine Woche voller Ideen und Diskussionen im neu eröffneten UMZU im Marktpavillon (Papenstraße) Städte zum Tanzen bringen.

So bietet das Programm vielfältige Möglichkeiten, urbane Räume neu zu erfahren, die sonst den Autos vorbehalten sind.

Kathrin Bahr / Autofreier StadTraum



## 10. September Hochstraßentour

Werde Teil der RADvolution! Auf großzügigen, ausgebauten und glatten Straßen fahren, die sonst dem Auto vorbehalten sind. Kommt zahlreich - Je mehr wir sind, desto mehr treiben wir die Verkehrswende voran! Zum Countdown und den Infos: <http://www.hochstrassentour.de>  
Gerne könnt ihr uns auch noch als Ordner:innen unterstützen!

## 17. September Venuslauf

23. Solidaritätslauf zugunsten krebskranker Menschen. Nach den Erfahrungen der letzten Jahre kann am Venuslauf 2023 gemeinsam im Bürgerpark sowie alternativ überall in Bremen und weltweit teilgenommen werden. Die Radtouren des ADFC starten ab dem Marcusbrunnen im Bürgerpark.

## 17. September Fancy Women Bike Ride

Seit dem Auftakt 2013 in Izmir hat sich der Fancy Women Bike Ride als Frauen-Fahrraddemo in vielen Städten etabliert. Es geht um die Sichtbarkeit und Sicherheit von Frauen in der Stadt, das Recht auf Mobilität und Alternativen zum Autoverkehr. Radfahren ist auch ohne Lycra, ohne Schweiß, ohne Wettbewerb und ohne reflektierende Westen im „Fancy Dress“ möglich.



## 5. Kidical Mass

**Sonntag, 24. September 2023**

Start: 12 Uhr am Kennedyplatz

Ziel: Ab geht die Lucie!

Lucie-Flechtmann-Platz



## Dankstelle

Dankstelle, einfach mal Danke fürs Radfahren sagen: bei Berufspendler:innen, bei Tourenfahrenden, Schüler:innen und allen die sich statt ins Auto einfach aufs Rad setzen! Wir überraschen euch gerne mit einer „Goodie-Tüte“.



## 21. September Zero Emission Day

Danke, dass du an diesem Donnerstag mit dem Rad fährst und somit den Abgasfrei-Tag unterstützt. Wir haben einige Standort-Ideen, aber vielleicht kennt auch ihr eine Stelle, wo Radfahrende überproportional vertreten sind und dort belohnt werden sollten? Wir sind gespannt auf Eure „Geheimtipps“ per Mail: [pedal@adfc-bremen.de](mailto:pedal@adfc-bremen.de)

## 22. – 24. September 10 Jahre Lucie

Das Stadtgartenprojekt „Ab geht die Lucie!“ wurde 2013 von Anwohnenden des Lucie-Flechtmann-Platzes ins Leben gerufen. Seitdem hat sich im Garten viel getan. Pünktlich zum Jubiläum wurde mithilfe von städtischen Klima-Fördermitteln der Spielbereich erneuert und erweitert, eine Hügellandschaft mit Bepflanzung sowie Strukturen zur Verschattung angelegt. Zusätzlich wurden vier neue Stadtbäume gepflanzt. Auf weitere 10 Jahre alternatives Stadtgrün!

Auftakt am Freitag mit Nachbarschaftsbüffet, Samstag Kinderprogramm, Konzert und Feuershow und Sonntag Flohmarkt.

## 24. September Kidical Mass

Die Kidical Mass gibt Kindern eine Stimme im Verkehr. Die Vision ist, dass sich alle Kinder und Jugendlichen sicher und selbständig zu Fuß oder mit dem Fahrrad bewegen können. Deswegen fordert die Kidical Mass bundesweit kinderfreundliche, grüne Orte, in denen es viele und vielfältige Freiräume zum Spielen und ein soziales Miteinander zwischen allen Generationen gibt.

**Kidical Mass Bremen:** Start ist um 12:00 Uhr auf dem Kennedyplatz, die Fahrraddemo endet auf dem Lucie Flechtmann Platz

**Kidical Mass Weyhe:** Ausgangspunkt ist die Paula-Modersohn-Becker-Grundschule – Erichshof um 11:00 Uhr. Ziel ist der Marktplatz in Weyhe

**29. September**

**Radverkehr in den Niederlanden – von unseren Nachbarn lernen.** Referent Thomas Gotthardt vom ADFC Göppingen zeigt in seinem kurzweiligen Vortrag welches unglaubliche Potential im Verkehrsmittel Fahrrad steckt. Anhand von Praxisbeispielen aus den Niederlanden ist zu sehen, wie der Umstieg aufs Fahrrad auch in unseren Städten und Gemeinden erfolgreich gefördert werden kann. 19:00 Uhr im Rathaus Stuhr.

---

**19. Oktober**

### **Name your Bike Day / Codieren**

Fahrraddieben einen Strich durch die Rechnung machen. Mit dem Verfahren, der Nadelmarkierung, prägen wir verschlüsselte personenbezogene Daten in den Rahmen der Fahrräder – Name your Bike sozusagen. Die Codierung schreckt potentielle Diebe ab oder erschwert zumindest den Weiterverkauf der Räder.

---

**25. Oktober**

### **Weltnudeltag / #Einsuffzich**

Poolnudel-Aktionstag „Einsuffzich“ - Radfahrerenden sind die gefährlich nahen Überholmanöver von Kraftfahrzeugen nur zu gut bekannt.- wenn dann auch noch rechts geparkt wird und eine Tür aufgeht, kann es lebensgefährlich werden. Der „Weltnudeltag“ ist wie geschaffen für eine Fahrrad-Aktion mit Schwimnudeln um den nötigen Überholabstand innerorts von einem Meter fünfzig zu demonstrieren. Du würdest gerne selber in deinem Kiez eine Poolnudelaktion durchführen. Melde dich wir unterstützen dich gerne: [aktiv@adfc-bremen.de](mailto:aktiv@adfc-bremen.de)

---

**11. -12. November**

### **ADFC-Bundeshauptversammlung**

Nachdem die Bundeshauptversammlung (BHV), das höchste Organ des ADFC e. V., im letzten Jahr in Bremen stattgefunden hat, treffen sich die gewählten Delegierten der Landesverbände dieses Jahr in Berlin. Als oberstes Entscheidungs- und Beschlussorgan ist die BHV sozusagen der „ADFC-Bundestag“. Für den ADFC Bremen wurden Kirsten Meier, Sandra Conrad-Juhls, Bonnie Fenton und Lars Schmidt auf der Jahreshauptversammlung gewählt, als Ersatzdelegierter Gunter Mischner.

---

**21. November**

### **Newbie-Treff**

Neu Im ADFC? Egal, ob dein Herz für die Verkehrsplanung schlägt, du gerne an Rädern schraubst, Menschen von nachhaltiger Mobilität überzeugst, Radtouren planst oder einfach Spaß am Radfahren hast – gemeinsam können wir viel bewegen. 19 Uhr im Neusis

---

**6. Dezember**

### **Nikolaus-Dankstelle**

Wer wenn nicht der Nikolaus würde Radfahrende auf ihrem Arbeitsweg mit einem kleinen „Apfel, Nuss und Mandelkern-Dankeschön“ überraschen.

---

**vhs** | Bremer Volkshochschule

Volkshochschule  
Adult Education Center  
Université Populaire

Programm  
Herbst/Winter  
Plus Stadtteilangebote

**2023**

**ENERGIE-QUELLE**

Semesterfokus: Bezahlbare & saubere Energie -  
UN-Ziel für nachhaltige Entwicklung

BREMEN ERLEBEN!

Neues Programm zum download

**ADFC/ HOCHSTRASSENTOUR**

**SO, 10.09.2023 11:00 UHR**  
**START BÜRGERWEIDE**

WERDE TEIL DER  
**RADVOLUTION**  
RADVOLUTION.DE adfc

**WWW.HOCHSTRASSENTOUR.DE**



**PLUS oder MINUS:** ADFC-Aktive dokumentieren, testen und kommentieren, was für Radfahrende in Bremen und Bremerhaven alltagstauglich ist und was gar nicht geht. Diesmal im Fokus die Premiumrouten-Teilfortschritte.

### Minus: Wartezeit+



#### Bremen Walle/ Utbremen – Verlängerte Zwangspausen

Auch wenn hier noch keine Premiumroute gebaut worden ist – mit dem anstehenden Umbau des Steffensweges wird sie zwischen Doventor und Lange Reihe auch hier in absehbarer Zeit Realität. An der Ampel, wo das Utbremer Grün zum Steffensweg die Hansestraße quert, hat es in den 2010er Jahren von einem verpassten „Grün“ bis zum Nächsten maximal eine halbe Minute gedauert. In diesem Jahr hat es bereits die zweite Verlängerung der Ampel-Umlaufzeit gegeben: Wer jetzt das Grün knapp verpasst, muss bis zu 100 Sekunden warten.

### Plus: Vorrang des Radverkehrs erkennbar



#### Bremen Findorff – Hemmstraße - Admiralstraße

Mehr Sicherheit für Menschen auf dem Fahrrad im Herzen Findorffs: Durch den Austausch der Großkopfstene gegen glatten, roten Asphalt ist die Radwegefurt über die Admiralstraße entlang der Hemmstraße nun gut erkennbar und befahrbar. Bisher war dort doppelt Vorsicht geboten – rutschiger Belag mit Spurrillen und eine kaum erkennbare Radspur gefährdeten den Radverkehr. Nun fehlt nur noch die Fahrradampel mit dreifarbigem Signalisierung.

### Plus: Fahrradparken



#### Bremen, Ostertor – Sielwall

Wohin mit dem Fahrrad am Ziel? Das Amt für Straßen und Verkehr hat in den letzten Monaten an vielen Stellen in der Stadt Antworten gegeben: Gibt es irgendwo noch einen freien Fleck? Fahrradbügel drauf. Prominentes Beispiel ist der Sielwall. Parkten hier noch im letzten Jahr Autos auf dem Sicherheitsstreifen zwischen dem zu schmalen Radweg und der Fahrbahn, so sind die neuen Fahrradparkgelegenheiten heute nicht mehr wegzudenken. Stets gut genutzt, stellen sie leider manchmal für zu Fuß gehende schon fast ein Hindernis bei der Querung des Sielwalls dar.

### Plus: Vorrang fürs Fahrrad



#### Bremen Findorff – Utbremer Ring / Am Weidedamm

Zwischen Utbremer- und Schwachhauser Ring liegt der Bürgerpark. Und zwischen Bürgerpark (Fahrradstraße Findorffallee) und Utbremer Ring liegen der Torfkanal und die kleine Straße Am Weidedamm. Über diese querte schon immer eine stadtteilverbindende Fahrrad-Hauptroute – und zwar in Form einer Hochpflasterung, also ohne Bordsteinabsenkung. Von der Baulichkeit her also das klare Signal: Querende haben Vorrang. Leider zeigten die Schilder den Radfahrenden dennoch: Wartepflicht! In 2010 bat der ADFC um Abhilfe, seit 2023 wird dem Radverkehr nun Vorrang gewährt, das Kfz ist wartepflichtig

<https://bremen.adfc.de/artikel/plus-minus>

Auch was zu melden? Der Online-ADFC-Mängelmelder <https://adfc-bremen.mängelmelder.de>



### Plus: Endlich eine Zebrastreifenquerung



#### Bremen Gartenstadt Süd - Gottfried-Menken-Markt

Die neue Zebrastreifenquerung am Gottfried-Menken-Markt, eine Uraltforderung aus dem Schulwegprogramm, soll nach den Sommerferien am Montag, den 21. August feierlich eröffnet werden. Früher wurden die angebrachten „gelben Füße“, die Kindern zeigen sollen, wo die Straße sicher gequert werden kann, regelmäßig von Anwohnenden und Marktbesucher:innen überparkt. Der folgende Grünweg zur Karl-Lerbs-Schule wird übrigens im Herbst mit Beiratszuschuss asphaltiert.



### Plus: Vorrang für die Sicherheit



#### Bremen Utbremen – Landwehrstraße

Mittlerweile wissen alle um den unbedingt zu meidenden „Doo-ring-Bereich“ beim Vorbeifahren an parkenden Autos: Wird unbedacht eine Autotür geöffnet, passieren leider viel zu oft schwerste Stürze von Radfahrenden. In der Landwehrstraße wurde allerdings beim aufgesetzten Parken der Radweg sehr häufig mit überparkt, einen Sicherheitsabstand zu den Radfahrer:innen – Fehlanzeige. Jetzt aber zeigen die wiederholt verteilten Knöllchen des Ordnungsamtes positive Wirkung: Der Sicherheitsstreifen ist autofrei und hält nunmehr Überholende und Beifahrertüren auf erforderlichem Abstand.



### PLUS/MINUS: Fifty-Fifty



#### Bremen Vahr/Hemelingen - Traberstraße

Ein Weg – zwei Stadtteile – zwei Zuständigkeiten? Ein vielgenutzter Weg abseits vom Autoverkehr verbindet die Stadtteile Hemelingen und Vahr. Zwischen der Traberstraße (Hemelingen) und der Julius-Leber-Straße (Vahr) gibt es eine Verbindung für den Rad- und Fußverkehr, die jedoch über die Jahrzehnte ziemlich marode und halb zugewachsen ist. Doch Hurra, jetzt wurde saniert. Leider nur die gut 100 Meter des Hemelinger Teils. Die nächsten 100 Meter auf Vahrer Gebiet sollten möglichst schnell folgen.



### Minus: Loch im Netz



#### Bremen, Findorff

Der Pflasteraustausch in der Plantage hat Appetit geweckt: Warum nicht auch einen autoarmen Shortcut zwischen Osterfeuerberg, Findorff und Hauptbahnhof denken? Sicher, der Bypass an der Sportanlage Findorff ist eine größere Herausforderung, schlechten Belage gibt es dagegen „nur“ noch in der Würzburger- und Kastanienstraße. Das ist gut machbar und - mit entsprechender Förderung des Bundes – voraussichtlich auch bezahlbar.

# Ein Jahr Radreise

## Wie geht das denn?



**Wenn wir erzählen, dass wir ein Jahr mit dem Fahrrad verreisen, bekommen wir oft die gleichen Fragen gestellt. Wir wollen hier ein paar davon beantworten und damit ein wenig Mut machen, sich selber auf den Weg zu begeben.**

**„Ach das würde ich ja auch gerne mal machen, aber...“**

Es ist unser Traum eine solche Reise zu machen. Andere Menschen haben andere Träume. Für alle gilt: Träume kennen kein „Aber“, sondern nur Fragen und Ideen für Antworten und Lösungen.

Ein Traum ist etwas sehr Individuelles und Persönliches. Nie-

mand sollte sich seinen Traum schlecht reden lassen, egal wie besonders der Traum auch ist. Solange die Idee im Herzen lebendig ist, und der Mensch wachsam für die passenden Gelegenheiten ist, besteht die Chance, dass der Traum real wird.

**„Von Bremen nach Sevilla? So weit kann man doch nicht mit dem Rad fahren!“**

Doch, jeden Tag ein Stückchen! Es ist nur ungewohnt in Reisezeiträumen von vielen Wochen und Monaten zu denken. Ein Beispiel:

Die Strecke, die wir uns von Bremen nach Sevilla grob überlegt



haben, beträgt etwa 4.000 Kilometer. Auf der Reise ist Radfahren unsere Hauptbeschäftigung, quasi unser Job. Die Reise ist ein Wechsel von Tagen auf dem Fahrrad und Pausentagen. In der Planung haben wir angenommen, dass wir an einem Tag auf dem Rad mindestens 50 Kilometer fahren. Wir fahren an fünf Tagen in der Woche und machen zwei Tage frei. Somit schaffen wir mindestens 250 Kilometer pro Woche und brauchen 16 Wochen bis nach Sevilla. In der Realität schaffen wir mehr und haben sogar noch Puffer. Das wissen wir, weil wir bereits viele Tages- und Mehrtagestouren gefahren sind und dadurch unsere persönliche Reichweite kennen.

### „Was kostet eine solche Reise“

Die Kosten einer solchen Reise richten sich nach der Dauer der Reise und dem Komfort, den man sich wünscht. Wer zuhause losfährt und dort wieder ankommt, braucht keinen Flug bezahlen. Wer im Zelt schläft, spart ein teures Hotel und wer dabei kocht spart das Essengehen. So wie den „Dachgeber“ oder 1nitent in Deutschland gibt es weltweit Möglichkeiten (z.B. warmshowers.org oder couchsurfing.com) privat umsonst oder für kleines Geld unterzukommen. Bequemlichkeit kostet viel Geld, Abenteuer sind günstiger!

Dazu kommen die laufenden Kosten zuhause. Diese sollten so weit wie möglich reduziert werden. Unsere Empfehlung: Lieber in eine gute Ausrüstung investieren als in ein teures Hotel.

### „Müsst ihr denn nicht arbeiten?“

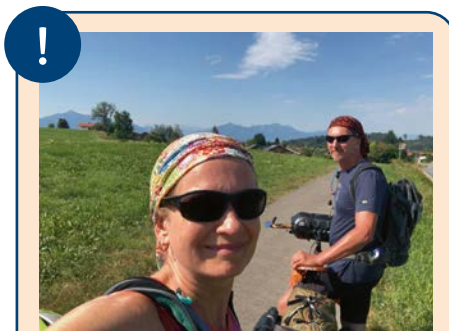
Alexandra hat als Lehrerin die Möglichkeit ein Sabbatjahr zu machen, genutzt. Ich habe meinen Arbeitgeber, den ADFC Bremen, gefragt und auch ein Sabbatjahr genehmigt bekommen. Dafür bin ich sehr dankbar, denn es erleichtert einiges.

Viele Menschen unternehmen eine solche Reise vor oder nach dem Studium. Also immer dann, wenn ein Wandel im beruflichen oder privaten Leben ansteht. Später, mit Familie und festem Job, ist es aufwendiger, aber nicht unmöglich. Es muss kein ganzes Jahr sein! Es gilt kreativ nach Lösungen zu suchen, längerfristig zu denken und auf jeden Fall keine Angst zu haben, etwas Neues zu wagen. Das heißt jedoch nicht kopflos zu planen!

### „Habt ihr keine Angst? Das ist doch gefährlich in Südamerika?“

Wir hören und lesen in den Nachrichten meist von dem Schlechten in der Welt, weil sich solche Artikel besser verkaufen lassen. Unsere Erfahrung ist, dass überall auf der Welt die Menschen glücklich leben wollen. Wir sind in der Vergangenheit immer respektvoll aufgetreten und wurden mit großer Herzlichkeit empfangen.

Trotzdem gilt es wachsam zu sein, denn Kriminalität gibt es überall auf der Welt, auch in Deutschland oder Europa. Und der motorisierte Verkehr ist manchmal anstrengend. Wir haben abgemacht; wenn einer von uns einen Ort unsicher oder einfach unangenehm findet, diskutieren wir nicht, sondern fahren weiter. Das hat uns bisher sicher an den nächsten Ort gebracht.



### Träume erfüllen

Man kann nicht alles haben, aber sich vielleicht den Traum erfüllen, für den man wirklich brennt!

Markus, 55, ADFC Bremen und freiberuflicher Erlebnispädagoge

Es geht nicht darum Kilometer zu machen, sondern darum zu Reisen!

Alexandra, 57, Lehrerin, Englisch und Sport

### „Und was macht ihr, wenn ihr krank werdet?“

Wir haben eine gute Reisekrankenversicherung abgeschlossen, um im Notfall eine gute Versorgung zu bekommen. Eine Magenverstimmung oder eine Grippe sind unangenehm, aber das lässt sich auch im Zelt überstehen. Zu zweit ist meist einer fit und kann sich kümmern. Im Krankheitsfall zahlt sich eine großzügige Zeitplanung aus und die Freiheit, auch mal eine Strecke mit dem Bus oder Zug zu überbrücken. So bleibt genug Zeit, um ganz gesund zu werden.

### „Warum reist ihr denn mit dem Fahrrad und nicht mit dem Auto, oder fliegt irgendwo hin?“

Das Auto bringt den Menschen schnell über große Distanzen von Ort zu Ort. Allerdings ist man unterwegs im Auto von der Welt abgeschnitten.

Es geht uns nur zu einem geringen Teil darum irgendwo anzukommen. Viel mehr schauen wir nach den kleinen Dingen unterwegs, um Natur und Kultur zu erfahren. Das Fahrrad bietet

uns diesen Kontakt zur Welt auf jedem Kilometer. Das ist nicht immer positiv, aber es ist lebendig!

### „Ist die Ausrüstung für eine solche Reise teuer?“

Je hochwertiger die Ausrüstung, desto entspannter und komfortabler ist das Reisen. Wichtig ist, es geht auch mit ganz einfacher Ausrüstung!

Fahrrad, Zelt, Schlafsack, Isomatte und wasserdichte Satteltaschen sind die Gegenstände, auf die Verlass sein sollte. Alles andere ist relativ. Improvisationstalent und Gelassenheit sind die perfekten Begleiter auf einer Radreise. Damit kommt man schon ziemlich weit.

### „Seid ihr mit Mitte / Ende 50 nicht zu alt dafür?“

Nö! Wir passen unser Tempo an und freuen uns die Welt mit unseren „alten“ Augen zu sehen. Wir konnten uns eine gute Ausrüstung leisten, die uns Sicherheit und Komfort bietet. Wir haben eine Menge an Radreise-Erfahrung und schlafen sehr gerne im Zelt. Wir wissen, dass es uns gut tut, in dieser Zeit zu reduzieren und mit dem auszukommen, was auf unsere Räder passt.

### „Was ist denn das Wichtigste bei einer solchen Reise?“

Neugier auf die Welt hinter der nächsten Kurve, viel langsamer leben als im Arbeitsalltag und jeden Tag nur so weit fahren, dass abends noch genug Kraft da ist, um gut für sich zu sorgen.

**Wollt ihr die Reise von Markus und Alexandra mitverfolgen? Das geht auf folgenden Kanälen: Instagram: @birotafabula oder unter [www.birotafabula.de](http://www.birotafabula.de)**

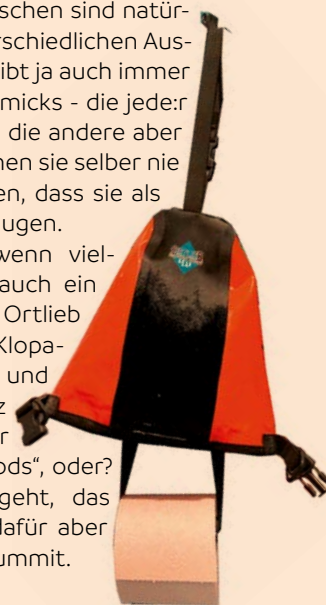
Markus Hübner



## Braucht es das?

### Gadgets und Gimmicks fürs Rad und bei Touren

Bei Markus Abschiedsfeier saßen wir in großer Runde beisammen und wie das so ist, wenn jemand auf eine lange Reise geht, wurde über die Ausrüstung gefachsimpelt. Zelt, Isomatte und Fahrradtaschen sind natürlich bei einer Radtour in unterschiedlichen Ausführungen gesetzt. Aber es gibt ja auch immer die Dinge - Gadgets und Gimmicks - die jeder für sich selbst wichtig findet, die andere aber gar nicht kennen oder bei denen sie selber nie auf die Idee gekommen wären, dass sie als Utensil für die Fahrradtour taugen. Markus „Muss-dabei-sein“, wenn vielleicht auf den ersten Blick auch ein bisschen überflüssig, ist das Ortlieb T-Pack: Ein wasserdichter Klopapierhalter mit Aufhängung und Abroller. Eigentlich ganz cool, trockenes Klopapier beim „How to shit in the woods“, oder? Wer jetzt auf die Suche geht, das T-Pack gibt es nicht mehr, dafür aber das „Outhouse“ von Sea to Summit.



Habt Ihr auch nützliche oder unnütze Kleinigkeiten fürs Fahrrad und wollt andere daran teilhaben lassen oder ihnen abraten? Dann schreibt uns, sehr gerne mit Foto eures „Must have“ und dem Betreff „Gadget“ an [pedal@adfc-bremen.de](mailto:pedal@adfc-bremen.de)





# Liebe Radbegeisterte, vielen Dank für eure Teilnahme!

Wir hoffen, ihr hattet viel Spaß beim Radfahren.  
Und für alle anderen: Macht gerne im nächsten Jahr mit!

---

Mit dem  
 **RAD**  
zur Arbeit

AOK Bremen/Bremerhaven  
Die Gesundheitskasse.

Eine Initiative von  
ADFC und AOK

# Bremen, Kairo, Nairobi

## im Windschatten zweier Hallodris



„Hast du dir das gut überlegt, Hove?“ „Zum Glück nicht, deswegen fahre ich los.“ Per Rad von Bremen in die kenianische Hauptstadt Nairobi. 10.500 km, 53.000 Höhenmeter, 15 Länder, 3 Kontinente. Wie kommt Mensch denn auf sowas?

### Idee

Ein Freund von Hove war nach Kenia ausgewandert und will dort im Juni 2019 heiraten. Eines Abends am Tresen entsteht die Idee, einfach mit dem Rad hinzufahren. Hove ruft seinen ehemaligen Mitbewohner Hauke an – den einzigen Menschen, von dem er sich vorstellen kann, dass er auch Bock auf so eine Tour hat. Und damit liegt er richtig.

### Vorbereitung

Nur acht Wochen bis zur Abreise, knappe Kiste. Hauke wird erst in Kairo dazustoßen. Hove beginnt mit der Streckenplanung und beantragt Sonderurlaub. Lässt sich impfen, gegen alles. Er freut sich auf beide Etappen, autark und als Team. Navigation: mit Komoot.

### Rad & Ausrüstung

Er ersteht das MTB Cycletech Papalagi mit Rennradlenker und 26 Zoll Reifen. Spoiler: Das Rad leistet heute noch treue Dienste, vermutlich wird Hoves im Frühjahr geborener Sohn noch damit fahren. Gepäck auf vier Taschen verteilt (plus Sack für Campingzeug): Kleidung, Werkzeug, Küchenutensilien, Malaria- und Schmerzmittel, Verbandszeug, Antiseptikum, Kohletabletten, Seenotrettungsraketen, Feuchttücher, Handy, Powerbank, Bluetooth Box, Gaskocher, Wasserfilter, Helm, gepolsterte Hose.

### Reise

Los geht's Anfang Februar 2019. Schnee und Graupel sind bis Augsburg treue Wegbegleiter, bei nachts bis minus 10 Grad. Es folgen Tauwetter und Schlammhölle. Hove campst meistens, legt zwischendurch Ruhetage in Hotels oder bei Freunden ein. In Mittelmeernähe ist er langsam zufrieden mit seiner Kondition. Vier Kilo hat er in drei Wochen verloren, muss mit Proteinriegeln gegenfüttern. Nimmt auf der Tour elf Klo ab.

Kroatien macht Spaß. Morgens baden, alles erwacht aus dem Winterschlaf. Campingplätze sind offiziell noch geschlossen, aber frei nutzbar. Jeder Tag bringt neue Orte, Menschen, Eindrücke. Der vorrübergehende Fokus auf Grundbedürfnisse ist befreiend.

In Griechenland macht er Bekanntschaft mit einem Rudel wilder Hunde. Er bewaffnet er sich mit Stock und Steinen, ist nervös, schläft schlecht. Erst die Begegnung mit einem freundlichen wilden Hund in Istanbul versöhnt ihn endgültig wieder mit der Fauna. Von Istanbul fliegt Hove nach Tel Aviv.

Ab Israel ist klar: Die Hochzeit fällt aus. Keine Tränen bitte, das Paar lebt heute mit einer Tochter glücklich in Bremen. Also stattdessen auf ein paar Tage Urlaub am Ziel freuen. Auch nicht schlecht, nach der Höchstleistung.

Kulturschock Ägypten: Als Tourist darf man sich nicht frei bewegen. Permanent werden Gepäck und Handy durchsucht, Polizeieskorten begleiten Hove von Checkpoint zu Checkpoint. Die Polizei bestimmt das Hotel und gibt den morgendlichen

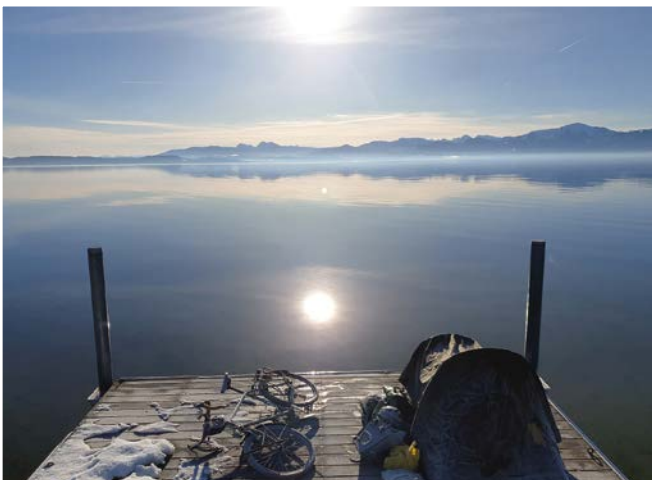
Aufbruchsbefehl. Kurz vor Kairo ist Hove zermürbt. Haukes Ankunft ist Balsam für die Seele. Sie setzen die Fahrt gemeinsam fort, bis Äthiopien am Nil entlang. Höllische Temperaturen bis 44 Grad, Sandstürme. Streckenweise hängen sie sich an Ladeplanen von LKWs. Sie werden zu Night Ridern. Von 5 bis 9 Uhr sitzen sie auf den Rädern, dann wieder von 17 bis 22 Uhr. Im Sudan gibt es zirka alle 50 Kilometer eine alte Lehmhütte, sie planen ihre Etappen entsprechend. Die App park4night hilft: Die örtliche Infrastruktur ist gut erfasst und wird ständig von Radfahrenden aktualisiert. Dann endet die Revolution in Khartum blutig. Zwei Tage vorher stehen sie selbst noch auf dem Platz, haben die Stadt aber glücklicherweise rechtzeitig verlassen. Das Internet wird abgeschaltet, brennende Straßenbarrikaden sorgen für Verunsicherung. Glücklicherweise richtet sich die Wut nicht gegen Hove und Hauke und mit zunehmender Entfernung zur Hauptstadt normalisiert sich das Geschehen.

Auch Äthiopien ist wegen der Bevölkerungsdichte und den Höhenmetern anstrengend. Dazu kommen Magen-Darm-Beschwerden – im Land mit den schlechtesten Toiletten. Fun Fact: Einmal im Jahr wird hier landesweit für eine Woche das Internet abgestellt, um Betrugsversuche bei den Uni-Examen zu verhindern.

Kurz vor dem Ziel in Kenia wird es nochmal gefährlich, der Straßenverkehr ist eine Herausforderung. Einmal muss Hove in den Circle of Life eingreifen. Ein angefahrenes Wildschwein liegt am Straßenrand. Beim Versuch, es durch einen beherzten Schlag auf den Kopf von seinem Elend zu befreien, bricht die Schaufel. Ein Stein bringt Erlösung. Die letzten Meter in Nairobi fahren Hove und Hauke in gelben Trikots, begleitet von „Non, je ne regrette rien“. Geschafft!

Wieder zuhause ist Hove auf den Geschmack gekommen, nimmt an Radevents teil, fährt Tour de France Etappen nach. Auch Afrika würde ihn nochmal reizen, Nairobi-Kapstadt. Sein Rat: Vertrauen haben und sich einfach darauf einlassen. Grober Plan ja, aber nicht jedes Detail im Vorfeld festlegen, sonst bringt einen die kleinste Abweichung aus dem Tritt. Und: Immer auf die Einheimischen hören, nicht auf Google Maps.

Mehr Infos in Hoves und Haukes Blog, den sie unterwegs für Familie und Freund:innen geschrieben haben:  
[www.bremenkenya.home.blog](http://www.bremenkenya.home.blog) Anja Hermann



# Unterwegs mit dem ADFC



Sie möchten gemeinsam mit anderen Fahrradbegeisterten unterwegs sein? Auf den folgenden Seiten finden Sie die gedruckte Übersicht des Radtourenprogramms des ADFC Bremen und Bremerhaven soweit dies bis Redaktionsschluss feststand. Tagesaktuelle Informationen zu Veranstaltungen und Terminen finden sich im Radtourenportal des ADFC Bremen, diese werden laufend aktualisiert und erweitert. <https://touren-terminen.adfc.de>

## Regelmäßige Radtouren Bremen

### Rund um Bremen-Nord

~ 40 km 18 km/h

Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu. Auch mal auf der anderen Seite der Weser. Nicht für Rennräder geeignet. Es können Fahrkosten entstehen. Am Ende der Tour Einkehr möglich.

Mo., 04. September, 17:00-20:00 Uhr.

Weitere Termine: 18.09., 02.10.

Start: Aumunder Markt, 28757 Bremen

Tourenleitung: Hans Steffens, Tel. 0421 600 91 43 und Helmut Magers, Tel. 0178 802 99 53

### Neustädter Feierabendtour

~ 30 km 18 km/h

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

Fr., 08. September, 17:00-20:00 Uhr.

Weitere Termine: 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 20.10., 27.10.

Start: Kiosk am Deichschartweg, 28201 Bremen

Tourenleitung: Manfred Ostendorf, Tel. 0421 809 45 47

### Feierabendtour

~ 30 km 16 km/h

Ohne Hast und Eile geht die Fahrt durch Bremen Nord und umzu. Einkehr am Ende der Tour. evtl. Fahrkosten.

Di., 12. September, 17:00-20:00 Uhr.

Weitere Termine: 19.09., 26.09.

Start: Aumunder Markt, 28757 Bremen

Tourenleitung: Jürgen Bösche, Tel. 0421 67 19 14



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](http://www.weserfaehre.de)



**UNION**  
**KAFFEE**

**WACH**  
**BIS INS**  
**ZIEL**

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

### Vegesacker Schneckentour

~ 20 km  14 km/h

Gemütliche Tour beiderseits der Weser. Einkehr nach Absprache. evtl. Fahrkosten.


Do., 14. September, 16:00-19:00 Uhr.

Weitere: 28.09.

Start: Vegesacker Weserpromenade, 28757 Bremen

Tourleitung: Christel Bösche, Tel. 0421 67 19 14

### Schwachhauser Wochenausklangstour

~ 30 km  17 km/h

Genussradeln abseits großer Straßen, Helmpflicht. Anmeldung beim Teamleiter. Einkehr als Abschluss geplant.

Fr., 15. September, 17:30-21:00 Uhr.

Start: Scharnhorststraße 75, 28211 Bremen

Tourleitung: Norbert Steckenborn,

Tel: 0171 724 46 62

### Radtour de Café

~ 50-65 km  19 km/h

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

Sa., 30. September, 13:00-18:00 Uhr.


Weitere Termine: 28.10., 20.01.

Start: Am Burger Bahnhof, 28719 Bremen

Tourleitung: Bärbel Knaack, Tel. 0421 602 86 21

### Regelmäßige Radtouren Bremerhaven

#### Feierabendtour Bremerhaven

~ 30 km  15 km/h Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die ausgewählte Strecke verläuft über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Waldwege (z.T. unbefestigt). Pause und Einkehr.


Do. 07. September, 18:00-21:30 Uhr.

Weitere Termine: 14.09, 21.09.

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven

Tourleitung: Klaus Hertling, Tel: 0471 765 98

### Extratour – für muskelbetriebene Fahrräder

Länge 30 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., 19. September, 14:00-17:00 Uhr.

Weitere Termine: 17.10., 21.11., 16.01., 20.02.

Start: Stadthalle, Wilhelm-Kaisen-Platz,

27576 Bremerhaven.

Tourleitung: verschiedene Tourenleiter

### Radtour am Samstag

~ 30 km  15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die ausgesuchten Strecken führen vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Waldwege (z.T. nicht befestigt).

Sa., 23. September, 13:00-17:30 Uhr.

Weitere Termine: 30.09, 14.10., 21.10., 04.11., 11.11.,

18.11., 02.12.

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven

Tourleitung: verschiedene Tourenleiter

### Radtour am Samstag

~ 30 km  15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die ausgesuchten Strecken führen vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Waldwege (z.T. nicht befestigt).

Sa., 23. September, 14:00-17:30 Uhr.

Weitere Termine: 27.10., 24.11.

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven

Tourleitung: Felix Liebig

### Radtour am Samstag

~ 30 km  15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die ausgesuchten Strecken führen vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Waldwege (z.T. nicht befestigt).

Sa., 06. Januar, 13:00-16:30 Uhr.

Weitere Termine: 27.01., 03.02., 17.02., 24.02.,

02.03.

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven

Tourleitung: verschiedene Tourenleiter

### Radtouren Bremen

#### Radtour de Café

~ 65 km  19 km/h

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

Sa., 02. September, 12:00-18:30 Uhr.

Start: Am Burger Bahnhof, 28719 Bremen

Tourleitung: Bärbel Knaack, Tel. 0421 602 86 21

 **biketeam**  
Radreisen

**Radreisen in Europa  
und weltweit:  
Trekkingbike, Rennrad,  
MTB, E-Bike.**



[www.biketeam-radreisen.de](http://www.biketeam-radreisen.de)

!



### „Lauf zur Venus“ Solidarität-Radtour

~ 10 km  15 km/h

Fahren Sie mit dem Rad beim Solidaritätslauf zugunsten krebsbetroffener Menschen mit. Die Strecke führt um den Bürgerpark. Jeder gefahrene Kilometer unterstützt die Bremer Krebsgesellschaft e.V.

So., 17. September, 11:00-12:00 Uhr.

Start: Marcusbrunnen im Bürgerpark, Touren-

leitung: Bärbel Knaack, Tel: 0421 602 86 21

### Auf zur Venus Große Blocklandrunde

~ 35 km  18 km/h.

Mit einer Radtour rund um das Blockland, unterstützen Sie die Teilnehmer der Bremer Krebsgesellschaft bei ihrem Solidaritätslauf zugunsten Krebskranker.

So., 17. September, 10:15-13:00 Uhr.

Start: Marcusbrunnen im Bürgerpark

Tourleitung: Wilhelm und Maren Bolte,

Tel: 0421 25 92 34



**BREMERHAVEN**  
MEER ERLEBEN!

# Bremerhaven

hier  
ist das  
Meer  
los

Meer Schiff  
Meer Hafen  
Meer Ahoi



ERLEBNIS  
BREMERHAVEN

## Rainers Radtouren



Sonntags, 8 Uhr  
2. April bis 17. Dezember

20-22km/h - 4 bis 6 Stunden

Wir fahren mit breiten Reifen, da auch mal auf unbefestigten Wegen gefahren wird. Keine Pedelecs! Eine Kaffee-Einkehr ist möglich.

Treffpunkt: Osterdeich 151

Kontakt: Rainer Rehbein,  
Tel. 0421-702919 (17-20 Uhr)



## Um die Welt

Live-Reportage in der Bremer Glocke. 35 Länder haben Anita Burgholzer und Andreas Hübl auf drei Kontinenten mit dem Rad durchfahren und dabei 36.000 Kilometer zurückgelegt. Im Rahmen des FernSichten-Festivals (02. – 03. März) zeigen die beiden ihre prämierte Reportage auf großer Leinwand. Sie erzählen vom intensiven und einfachen Leben während ihrer zweijährigen Reise. Persönlich und ungeschminkt gewähren sie Einblicke in den Alltag eines Langzeit-Reiseradlerpaares, der von Höhen und Tiefen und körperlichen und mentalen Herausforderungen geprägt ist. Natürlich erzählen sie auch von den tollen Begegnungen mit Menschen und fremden Kulturen und das alles vor der Kulisse atemberaubender Landschaften. Tickets und Infos: [www.fernsichten-festival.de](http://www.fernsichten-festival.de)

### Feierabendtour

~ 30km 16 km/h

Ohne Hast und Eile geht die Fahrt durch Bremen Nord und umzu. Einkehr am Ende der Tour. evtl. Fahrkosten.  
Di., 05. September, 17:00-20:00 Uhr.  
Start: Johann-Lange-Straße 27, 28757 Bremen  
Tourenleitung: Jürgen Bösche, Tel. 0421 67 19 14

### Handwerkertage in Hambergen – Ströhe

~ 80–99 km 19-21 km/h

Entspannte Radtour zu den Handwerkertagen bei der Moorkate in Hambergen – Ströhe. Eine Anmeldung unter [touren-terminen.adfc.de](http://touren-terminen.adfc.de) ist erforderlich.  
Sa., 09. September, 10:00-18:00 Uhr.  
Start: Kuhgrabenweg 2, 28359 Bremen  
Tourenleitung: Ronald Schelb, Tel: 04292 517 05 65

### Abschlussstour 2023

~ 50 km 16 km/h

Mit der heutigen Tour endet die Radsaison 2023. Bei einer Einkehr in einem Restaurant und einem köstlichen Mittagessen werden wir die Saison nochmal Revue passieren lassen. Bitte unter [touren-terminen.adfc.de](http://touren-terminen.adfc.de) anmelden.  
Di, 03. Oktober, 10:00-18:00 Uhr.  
Start: Aumunder Markt, 28757 Bremen  
Tourenleitung: Hans Steffens, Tel: 0421 600 91 43 und Helmut Magers, Tel: 0178 802 99 53

### Radtour zum Tag der Region

~ 80 km 18 km/h

Radtour im Bremen-Norder Umkreis in Kooperation mit dem ADFC Osterholz-Scharmbeck. Eine Anmeldung unter [touren-terminen.adfc.de](http://touren-terminen.adfc.de) ist erforderlich.  
Di, 03. Oktober, 11:00-18:00 Uhr.  
Start: Am Burger Bahnhof, 28719 Bremen  
Tourenleitung: Ronald Schelb, Tel: 04292 5170565

### Radtouren Bremerhaven

#### Radtour nach Neubachenbruch

~ 88 km 15 km/h

Die Tour führt über Elmlohe, die Lintiger Schleuse und Ankelohe zum Naturschutzgebiet „Stinstedter See“ nach Neubachenbruch. Zurück geht es über das Meckelstedter Moor und Großenhain. Kaffeetrinken in Ringstedt. Ansonsten Packtaschenverpflegung.  
So., 10. September, 09:00-18:00 Uhr.  
Start: Bürgerpark, Eingang Bismarckstraße, 27570 Bremerhaven.  
Tourenleitung: Klaus Hertling, Tel: 0471 765 98

#### Radtour am Samstag

~ 30 km 15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die ausgesuchten Strecken führen vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Waldwege (z.T. nicht befestigt).  
Sa., 07. Oktober, 13:00-17:00 Uhr.  
Start: Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven  
Tourenleitung: Klaus Hertling, Tel: 0471 765 98



gut essen, g'scheid feiern

**PAULANER'S**  
IM WEHRSCLOSS

## DIE BIERGARTENSAISON IST ERÖFFNET!

Unser Biergarten am Hastedter Osterdeich ist ideal für lauschige Sommerabende mit Blick auf die Weser.

Tauchen Sie ein in die angenehme Atmosphäre und genießen Sie süd- und norddeutsche Spezialitäten bei einem erfrischenden Getränk. Egal, ob kurze Pause oder der Biergarten als Ausflugsziel – im Paulaner's fühlt es sich fast so an wie Urlaub in Bayern.



### WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!

Öffnungszeiten Restaurant:

Sonntag - Donnerstag: 11:00 - 23:00 Uhr  
Freitag - Samstag: 11:00 - 0:00 Uhr

Öffnungszeiten Biergarten:

Besuchen Sie unsere Webseite – die Biergarten-Ampel zeigt Ihnen, ob der Biergarten geöffnet ist.



Unser Biergarten ist geöffnet.

Paulaner's im Wehrschloss

Hastedter Osterdeich 230 | 28207 Bremen  
Tel. 0421 685 659 44 | Fax 0421 685 659 45  
E-Mail: [wehrschloss@paulaners.de](mailto:wehrschloss@paulaners.de)  
[facebook.com/wehrschloss](https://facebook.com/wehrschloss)



## Einsuffzich - Mehr Sicherheit am Ehlersdamm

Der Ehlersdamm in Osterholz sieht aus wie eine Landstraße – mitten in der Stadt. Es gibt keine Radverkehrsanlagen und so sind Radfahrende verpflichtet, auf der Fahrbahn zu fahren. Autofahrende empfinden das fälschlich als Eindringen in ihr Revier und beschimpfen, bedrängen und gefährden Radfahrende tagtäglich. Sicherheit sieht anders aus.

An einem Nachmittag im März haben unsere Aktiven vom ADFC Arbeitskreis Verkehr Bremen-Ost (AKV Ost) am Ehlersdamm eine vielbeachtete Aktion durchgeführt. „Wir haben mit aufgespritzten Piktogrammen auf der Fahrbahn darauf aufmerksam gemacht, wo man mit dem Rad fährt. Und alle eingeladen, eine Strecke dort mit auf dem Gepäckträger geklemmter Poolnudel zu fahren, die den notwendigen Überholabstand von anderthalb Metern deutlich macht. Auf Wunsch fuhren Begleiter:innen aus dem Team mit, so dass sich niemand alleine fühlen musste und sich sicherer fühlen konnte“, erklärt Stefan Mattheus, Leiter des AKV-Ost.

Die Aktion fand als eine von mehreren Aktivitäten für mehr Sicherheit am Ehlersdamm statt. Dazu hat sich ein Forum Verkehrswende Ehlersdamm gefunden, in dem Politiker:innen und Interessengruppen wie ADFC und FUSS zusammen mit Anwohner:innen nach Lösungen suchen. Denn bei der jetzt erfolgten Bebauung wurde leichtfertig der ursprünglich vorgesehene Radweg dem Investor als zusätzliche Bebauungsfläche hergegeben. Und so hat das Bündnis gemeinsam auch für Fußgängerüberwege demonstriert, damit insbesondere Kinder den Ehlersdamm sicher überqueren können.

So geht Verkehrswende! Seid dabei.

Stefan Mattheus

## Das war aber knapp

Seit März erfasst der ADFC Bremen mit tatkräftiger Unterstützung von Freiwilligen den Überholabstand vorbeifahrender Fahrzeuge zu Fahrrädern im Alltagsverkehr. Zum Einsatz kommt dabei der sogenannte OpenBikeSensor (OBS). Wir haben im Pedal 1/23 darüber berichtet. Mitte Juni, kurz vor Redaktionsschluss dieser Ausgabe, konnten wir einen ersten Blick in die gewonnenen Daten werfen.

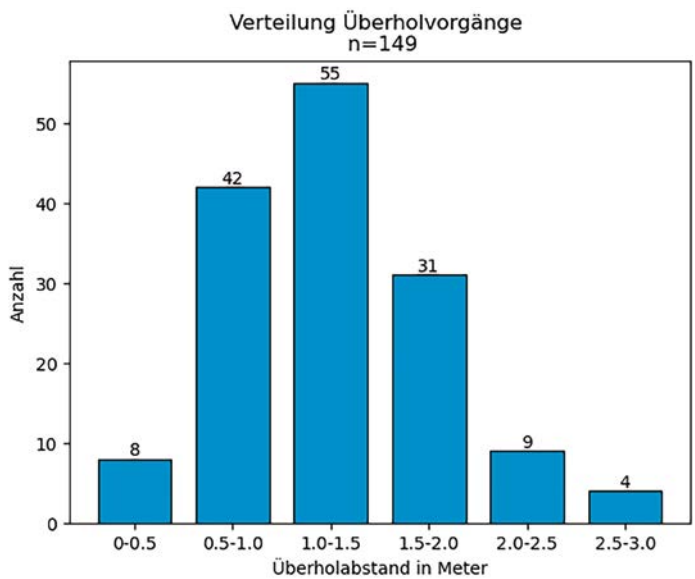
Mehr als 1.100 Kilometer wurden mit dem OBS gefahren und

dabei rund 150 Überholmanöver erfasst. Die vorläufige Bilanz: Überwiegend überholen Autos Fahrräder mit zu wenig Abstand. In zwei Drittel der Fälle wurde der erforderliche Überholabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten. Interessant und bestürzend zu gleich: Auch in Fahrradstraßen wie der Humboldtstraße und auf ausgewiesenen Fahrradhaupttrouten, wie der Graf-Moltke-Straße werden Fahrradfahrer:innen viel zu dicht überholt.

Der ADFC weist darauf hin, dass die Datenerhebung noch nicht abgeschlossen ist und für viele Straßen noch nicht ausreichend Messwerte vorliegen, um belastbare Aussagen tätigen zu können. Wer den ADFC bei der Datenerhebung unterstützen möchte, oder einfach nur mal einen OBS ausprobieren möchte hat dazu noch Gelegenheit: Der ADFC sucht weiterhin Freiwillige/Aktive für das OBS-Projekt.

Stephan Glinka

Kontakt: [stephan.glinka@adfc-bremen.de](mailto:stephan.glinka@adfc-bremen.de)



## Open-Bike-Sensor (OBS)

Open-Bike-Sensor (OBS) = Überholabstandsmesser zum Befestigen am Fahrrad. Via Ultraschallsensoren und GPS Modul bestimmt das Gerät den Überholabstand und die genauen Geo-Koordinaten zur Auswertung. Mehr dazu: <https://www.openbikesensor.org>





## Wir sind viele & brauchen mehr!

Immer mehr Radfahrende aus Bremen-Nord zieht es erfreulicherweise zur örtlichen Stadtteilgruppe. „Wir liegen mit unseren Angeboten richtig gut im Trend“, freut sich Jürgen Schulz. „Wir erleben auf unseren Treffen und Radtouren einen guten Zulauf und eine gute Geselligkeit“, lobt der TourGuide-Sprecher das Miteinander. Weitere Gäste seien stets willkommen. Bei Politiker:innen und Bürger:innen stellt Ditmar Schlegel ein wachsendes Interesse für radverkehrspolitische Themen fest: „Hier sind zuletzt gute Kontakte entstanden. In unserem Arbeitskreis Verkehr (Anm.: deren Sprecher ist Ditmar Schlegel) entwickeln wir jetzt einen Plan, wie wir in Bremen Nord gemeinsam mit den neuen Beiräten den Radverkehr voranbringen.“

Begeistert von den engagierten Mitgliedern ist auch der neue Stadtteilgruppen-Sprecher Jürgen Möller: „Mein Vorgänger Jürgen Bösch hat hier in den letzten Jahren hervorragende Arbeit geleistet. Darauf haben wir in diesem Jahr neue Aktionen aufgebaut. Zahlreiche Mängel auf den Radwegen haben wir im Juni mit Sprühkreide markiert. Das war nur der erste Schritt, weitere Aktionen für sicheres Radfahren in Bremen-Nord werden folgen.“

Dabei lobt Jürgen Möller auch die gute Zusammenarbeit mit der Polizei, dem Vegesacker Bürgerhaus, der Fietje Lastenrad-Station Edeka-Damerow und dem BUND. Als wichtigen Schritt in die Zukunft bezeichnet er auch den neuen Instagram-Auftritt. „Wir sind viele und wir brauchen noch mehr engagierte Radfahrende, insbesondere Eltern und Berufstätige. Tolle Aufgaben und Möglichkeiten gibt es hier genug. Radfahren ist ein Beitrag zum Klimaschutz – und es tut einfach gut.“

Jürgen Möller



Gemeinsam schaffen wir mehr!

## DEINE SPENDE FÜR DEN ADFC

Mit deiner Spende förderst du den Radverkehr und unterstützt den ADFC Bremen in seinen vielfältigen Aufgaben und Projekten



Spendenkonto: ADFC Landesverband Bremen

IBAN: DE13 2905 0101 0001 0488 59

Betreff "Spende" angeben



## Besuch aus Neustadt

Am Sonntag den 11. Juni war die ADFC Ortsgruppe Neustadt am Rübenberge zu Gast in Bremen. Nachdem der erste Termin im April aufgrund eines Bahnglücks abgesagt werden musste, klappte es diesmal bei herrlichem Frühsommer-Wetter. TourGuide Heinz Grevestette führte die 13-köpfige Gruppe, mit Unterstützung der TourGuides Helmut Magers und Mandiro Knupfer-Singh durch interessante Stadtteile von Bremen. Auch ein Abstecher ins Blockland entlang der kleinen Wüme gehörte dazu, bevor man sich zur Mittagseinkuhr im Lokal "Zum Platzhirsch" für den Nachmittag stärkte. Über Hastedt und entlang des Werdersees ging es zurück zum Hauptbahnhof. Zur Verabschiedung lud uns die Gruppe zu einem Gegenbesuch nach Neustadt beziehungsweise ans Steinhuder Meer ein.

Heinz Grevestette



# Freiwillige vor!

## In diesen Bereichen könnt ihr euch engagieren

### Fahrrad-Tätowierer:innen - Unterstützung beim Codieren

Gemeinsam mit dem Codierteam und unseren jungen Mitarbeiter:innen aus dem „Freiwilligen ökologischen Jahr“ codierst du Fahrräder mit einer Nadelmaschine und trägst somit zur Diebstahlprävention bei. Dafür brauchst du nur ein wenig technisches Geschick und Zeit an festen Terminen etwa einmal pro Monat für etwa zwei bis drei Stunden (nach Absprache).



### Buchstabenjongleur:innen – Texten oder fotografieren

Du hast Spaß am freien Texten und ein gutes Gespür für Themen? Als Mitglied unseres Redaktionsteams schreibst und korrigierst du Beiträge rund um das Fahrrad, die dann in unserer Mitgliedszeitschrift „pedal“ veröffentlicht werden. Fotografieren macht dir sowieso schon Spaß? Dann könntest du passende Fotos zu den Texten liefern, Veranstaltungen ins richtige Bild setzen oder Fotos für Flyer, die Webseite oder unsere Social-Media-Kanäle zur Verfügung stellen.

### Stadtteil-Pat:innen gesucht

Fietje braucht Pflege und Reparaturen. Unterstütze Fietje und werde Stadtteil-Pat:in. Was bedeutet das? Regelmäßig bei deiner Stadtteilstation vorbeischaun, dabei das Lastenrad checken und kleine Wartungen und Reparaturen übernehmen. Die Reifen aufpumpen, Schrauben festziehen, Schlauch- und Bremsbelagwechsel und Bescheid sagen, wenn größere Reparaturen anstehen. Ersatzteile bezahlen wir natürlich, handwerkliches Geschick und eigenes Werkzeug sollten vorhanden sein. So kann Fietje weiterhin kostenfrei ausgeliehen werden.



### Roadies - Helfende Hände

Unsere Transporteure, die mit Lastenrädern oder der Sprinter-Klasse, Fahrräder und Aktionsmaterialien zu Veranstaltungen und Schulungen kutschieren. Damit trägst du im Hintergrund dazu bei, dass zum Beispiel Kinder Radfahren lernen können. Du brauchst dafür nur einen Führerschein Klasse 3/B. Oder bist du gerne bei Veranstaltungen und Aktionen unterwegs? Pavillon aufbauen, Werbematerialien verteilen oder den Messestand aufräumen sind dein Metier? Mit deiner Unterstützung sorgst du dafür, dass der ADFC sich mit einem starken Auftritt für den Radverkehr einsetzen kann.

### ADFC-Shop

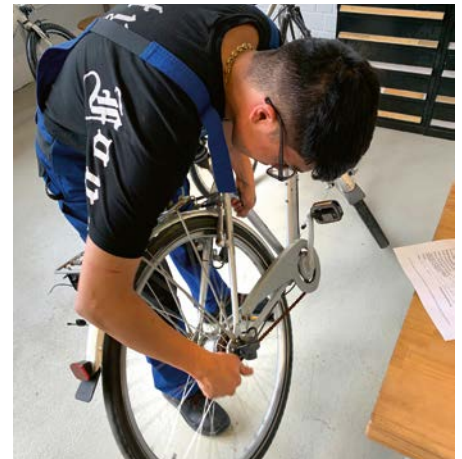
In unserer neuen Geschäftsstelle in der Grünenstraße gibt es eine kleine Auswahl an kostenpflichtigem ADFC Material: ein schickes Kampagnen T-Shirt, Lastenrad Quartette, Abstandsweste oder aber auch eine knallorange Fahrradklingel. Zusätzlich verkaufen wir die Karten aus der alten Radstation am Hauptbahnhof ab, teilweise zum halben Preis, da es mittlerweile eine neuere Auflage gibt. Und natürlich bekommt ihr bei uns die „Rad und Tour“, das Fahrradmagazin für Bremen & Umgebung, die Touren wurden dem Weserkurier von unseren ADFC TourGuides zur Verfügung gestellt.



**Nicht das Passende dabei? Melde dich mit deinen Ideen und Anregungen bei uns, jede Hand auf dem Weg zur Verkehrswende ist wichtig! [aktiv@adfc-bremen.de](mailto:aktiv@adfc-bremen.de)**

# Fahrrad statt Auto!

„Mobilitätsbildung im Spannungsfeld der Technik und Umwelt“



Fotos: © Markus Hübner / Ali Aljumi

**Fahrrad fahren macht Spaß und ist gut für unseren Körper! In einer Welt, die zunehmend mit Verkehrsproblemen und Umweltbelastungen konfrontiert ist, stellt sich die Frage: Warum benutzen wir kein Fahrrad, um unsere täglichen Wegstrecken zu bewältigen? Wenn wir das erfüllen, dann werden wir als Vorteil die Umwelt schonen und sauber halten. Das Fahrrad bietet also eine umweltfreundliche Alternative zum Auto. Das haben wir in unserem kurzen Projekt gelernt.**

## **BOSp des Schulzentrum Vegesack**

Wir sind die Berufsorientierungsklasse mit Sprachförderung (BOSp) des Schulzentrums Vegesack. Da werden wir in der deutschen Sprache gefördert. Wir bekommen eine Berufsorientierung und schließen das Schuljahr mit dem Hauptschulabschluss ab. Es gab Schüler:innen

in unserer Klasse, die nicht wussten, wie man Fahrrad fährt und kannten auch die Regeln im Straßenverkehr nicht. Im Rahmen des fünftägigen Fahrradprojekts hat Herr Markus Hübner uns unglaublich viel beigebracht, zum Beispiel Regeln beim Fahrradfahren.

## **Fünftägiges Fahrradprojekt**

Am ersten Tag des Projektes haben wir verschiedene Reparaturschritte am Fahrrad an unterschiedlichen Stationen kennengelernt zum Beispiel Reifen und Bremsen ausgewechselt, Speichen zentriert und auch verschiedene Werkzeuge dafür kennengelernt. Zusätzlich haben wir einen Ausflug gemacht. Davor haben wir über die Probleme gelernt, mit denen man beim Fahrradfahren am meisten konfrontiert wird. Der Ausflug war zu einem tollen Fahrradbetrieb in Bremen: United Cargobike.

Das Geschäft verkauft hochwertige Lastenfahrräder. Dort haben wir sowohl verschiedene Fahrradmarken, als auch Werkstoffe wie Kupfer, Titan und so weiter kennengelernt. Es gab sowohl „normale Fahrräder“ als auch E-Bikes in verschiedenen Ausführungen. Für diejenigen, die sich für Fahrräder begeistern, besteht die Möglichkeit eine Ausbildung als Fahrradmechaniker:in zu machen.

Am Anfang lag uns das Fahrradschrauben nicht, aber als wir mit dem Projekt fertig waren, hat uns das Schrauben am Rad Spaß gemacht. Wir haben gute Erfahrungen in diesem Projekt gemacht und hatten immer eine gute Stimmung. Die Dinge, die wir gelernt haben, wie zum Beispiel das richtige Verhalten im Straßenverkehr, werden uns in unserem Leben weiterhelfen.

Ali Aljumi

# Rückenwind fürs Rad!

Radverkehr in Bremen fördern – Wir sind schon dabei!



BARTELS GmbH	Oberneulander Landstr. 39	28355	Bremen	info@bartels-oberneuland.de
Bremer Straßenbahn AG	Flughafendamm 12	28199	Bremen	claudiabruns@bsag.de
der radeInde Installateur	Verdener Str. 39	28205	Bremen	info@radinstall.de
Die JugendHerbergen gGmbH	Woltmershauser Allee 8	28199	Bremen	cornelia.pankrath@jugendherberge.de
Die Sparkasse Bremen AG	Universitätsallee 14	28359	Bremen	katja.mandt@sparkasse-bremen.de
Dr. Andreas Reich	Hollerallee 67	28209	Bremen	guter-rat@anwalt-reich.de
EinRad.Fahrräder OHG	Kirchbachstraße 186	28211	Bremen	tresen@einrad.biz
Fähren Bremen-Stedingen GmbH	Rönnebecker Straße 11	28777	Bremen	a.bettray@faehren-bremen.de
Fahrrad-Express Riebe & Wöhlbrandt GbR	Plantage 13	28215	Bremen	kontakt@fahrrad-express.info
Flotte Karotte Kahla Wolf GbR	Augsburger Str. 6	28215	Bremen	kontakt@flotte-karotte-bremen.de
FREYRad	Am Schwarzen Meer 143	28205	Bremen	email@freyrad.de
Goldi's Fahrradshop	Haverbecker Weg 7	28329	Bremen	joerggoldstein@gmx.de
Hotel Westfalia	Langemarckstrasse 38-52	28199	Bremen	lplewnia@hotel-westfalia.de
Max Weigl Ihr Zweiradspezialist	Holsteiner Str. 123	28219	Bremen	o.otto@t-online.de
Merkli & Teichmann Geigenbaumeister	Hamburger Straße 83	28205	Bremen	info@geigenbau-teichmann.de
Messe Bremen & ÖVB Arena	Findorffstr. 101	28215	Bremen	renken@messe-bremen.de
Planungswerkstatt BMO -	Wachtstr. 17-24	28195	Bremen	m.otten@bmo-stadtundverkehr.de
radschlag Fahrradhandel GmbH	Humboldtstr. 16	28203	Bremen	info@radschlag-bremen.de
Sønsteby's Radsport & Werkstatt	Parkallee 21	28209	Bremen	info@sonsteby.de
United Cargobike GmbH	Hermann-Ritter-Str. 108A	28197	Bremen	info@united-cargobike.de
Unterwegs Trekking und mehr GmbH	Domshof 14-15	28195	Bremen	info.hb@unterwegs.biz
Velo-Sport	Martinistr. 30-32	28195	Bremen	velo-sport@nord-com.net
Zweirad-Center	Davoser Str. 67/69	28325	Bremen	zweiradcenter.jakst@t-online.de
Zweirad-Fachmarkt Dutschke	Waller Ring 141	28219	Bremen	info@zweirad-dutschke.de

Eine Fördermitgliedschaft ist ihr Engagement für sicheres und komfortables Fahrradfahren für alle – machen Sie mit!

Der ADFC will die Verkehrswende – mit dem Fahrrad im Mittelpunkt. Es geht jedoch nicht nur ums Fahrrad. Es geht vor allem um die Lebensqualität von Menschen. Von der autogerechten Stadt zur menschenfreundlichen Stadt.

Unterstützen auch Sie unsere Arbeit mit ihrer Fördermitgliedschaft – und wenn Sie schon Fördermitglied sind, dann sprechen Sie doch mit anderen Unternehmen darüber.

Sie wollen noch mehr wissen? Fragen Sie uns: Sven Eckert, Landesgeschäftsführer Bremen, 0421 51 77 88 20  
sven.eckert@adfc-bremen.de,



ADFC-Fördermitglied  
Wir für unseren  
Fahrrad-Club vor Ort.





# Mein Bremen: Woltmershausen

## Pusdorf aus der Perspektive einer Radfahrerin

**Was macht Woltmershausen oder auch liebevoll Pusdorf von seinen Einwohnern genannt, eigentlich zu einem guten Stadtteil für Radfahrende oder anders gefragt, was fehlt dafür? Mit dieser Fragestellung werfe „ICH“ einen Blick auf den Stadtteil hinter dem Tunnel.**

### Radrouten

Woltmershausen verfügt über zwei Deiche: Einen an der Ochtum und einen an der Weser. Mit Start in Grolland fahre ich bis zum GVZ an der Ochtum entlang und strebe das Lankenauer Höft als Zwischenziel an. Zurück nehmen meine Freunde und ich die Route direkt an der Weser mit Blick zur Überseestadt entlang. Mein Geheimtipp: Bevor ich Pusdorf wieder verlasse kehre ich in das peruanische Restaurant Pachamama ein.

### Fahrradgeschäfte

Der kleine Stadtteil verfügt inzwischen über zwei Fahrradgeschäfte. Nordbikes ist bereits seit 2013 ansässig und repariert meinen Drahtesel zuverlässig. United Cargo-Bikes ist seit 2021 im Tabakquartier beheimatet. Das ADFC-Fördermitglied verfügt über eine hochwertige Auswahl individuell angepasster

Lastenräder, wie mein Schulfreund und Mitarbeiter, sowie passionierter Radfahrer Jonas Baum, hervorhebt.

### Tabakquartier

Apropos Tabakquartier: Das neue Tabakquartier entsteht auf dem ehemaligen Gelände der Tabakfabrik Brinkmann und ist zwar Autofrei, aber deswegen nicht gleich ein Paradies für Radfahrende. Zahlreiche Fahrradständer sind auf dem Grundstück aber vorhanden und die letzten Meter ins Fitnessstudio, in

die Boulderhalle oder in die anderen Attraktionen lege ich dann entspannt zu Fuß zurück.

### Und was fehlt nun noch?

Wie beim Autoverkehr ist der Stadtteil hinter dem Tunnel auch für Radfahrende ein wenig abgeschlagen. Bis zum Neustadtbahnhof fahre ich auf einem traumhaften, großen, glatten Radweg. Mit Beginn des Tunnels wird es leider wieder schmal und holprig. An der Kreuzung zur Neuenlander Straße, die ich beinahe täglich auf dem Weg zur Arbeit passiere, wird es teilweise richtig gefährlich für mich und andere Radfahrende.

### Ausblick

Der spannende Stadtteil soll gemäß Verkehrsplanungen zahlreiche Aufwertungen erhalten und weiterentwickelt werden. Hierzu gehören auch neue, bessere Radwege sowie ein extra Tunnel nur für Radfahrende sowie Zufußgehende. Hoffentlich muss ich darauf nicht mehr solange warten. **Sonja Riegert**

**Wie fährt es sich in deinem Stadtteil mit dem Rad? Schick uns deine Erfahrungen und vielleicht liest du sie schon im nächsten **pedal**.**

## ! Wer ist eigentlich „ICH“?

Sonja Riegert, Wahlheimat Pusdorf  
Seit fast 20 Jahren Rad-Pendlerin zur Arbeit, wann immer möglich und seit November ehrenamtlich Aktive beim ADFC.



# Fahrradland Bremen 2030

**Unsere Vision: Bis 2030 ist das Radfahren im Land Bremen sicher und komfortabel für Jung und Alt.**



**Das Fahrrad ist das attraktivste Verkehrsmittel in Alltag und Freizeit. Das Land Bremen hat sich verpflichtet, bis 2038 klimaneutral zu sein. Ohne die breite Verwendung von Fahrrädern ist dies nicht erreichbar. Das Erfreuliche: Mehr Menschen auf Fahrrädern bedeutet sowohl ein klimafreundliches als auch ein menschenfreundliches und sicheres Land.**

Vieles in Bremen wäre ohne das Fahrrad unmöglich. Was, wenn die 200.000 Besucher:innen der Breminalle alle mit dem Auto zum Osterdeich fahren würden? Oder die 42.000 Fans zu einem Werder-Spiel? Auch in der dunklen Jahreszeit fährt man in Bremen mit dem Fahrrad zum Weihnachtsmarkt.

Das ist nicht selbstverständlich und muss gefördert werden. Das Fahrrad leistet schon jetzt seinen Beitrag zu einem klimaschonenden, menschenfreundlichen, sicheren Land – und auch für die Wirtschaft.

Nach der Pandemie, nach der Auflösung der Radstation und vor allem angesichts der Klimakrise, haben wir uns als ADFC vorgenommen, unsere Bestrebungen zu fokussieren. Wir haben Ziele formuliert, die auf der diesjährigen Landesversammlung vorgestellt wurden.

- 1. Im Jahr 2030 ist die Radinfrastruktur im Land Bremen sicher, komfortabel und einladend. Sie wird stetig instandgehalten und verbessert. Der Radverkehrsanteil liegt bei 35%.**
- 2. Im Jahr 2030 ist das Land Bremen auf einem guten Weg, seine Klimaziele für 2038 im Verkehrssektor zu erreichen – mit dem Fahrrad im Mittelpunkt.**
- 3. Im Land Bremen weiß man, die vielen Vorteile einer Fahrradstadt zu schätzen.**
- 4. Im Jahr 2030 treiben bremische Unternehmen die Verkehrswende mit voran.**
- 5. Im Jahr 2030 ist Vision Zero die Maxime in der Bremer und Bremerhavener Verkehrsplanung. Es gibt keine Verkehrstoten oder Schwerverletzten im Land Bremen mehr.**
- 6. Im Land Bremen im Jahr 2030 hat sich der Fahrradtourismus als wirtschaftlich wichtig und kulturell attraktiv positioniert.**
- 7. Alle Menschen im Land Bremen haben die Möglichkeit Radfahren zu lernen.**

Wenn auch Sie in so einem Land leben und zum Erreichen der Ziele beitragen wollen, sprechen Sie mich gerne an: [bonnie.fenton@adfc-bremen.de](mailto:bonnie.fenton@adfc-bremen.de)

## ADFC-Kontakt:

### ADFC Landesverband Bremen

Geschäftsstelle: Grünenstraße 35  
28199 Bremen  
Tel. 0421 51 77 88 2-0  
info@adfc-bremen.de  
https://bremen.adfc.de

Selber aktiv werden? aktiv@adfc-bremen.de  
Fietje-Lastenrad: kontakt@fietje-lastenrad.de  
Pedder-Spezialrad: kontakt@pedder-spezialrad.de  
ADFC Mängelmelder: https://adfc-bremen.mängelmelder.de

### ADFC Bremen – Spendenkonto

Sparkasse Bremen  
IBAN: DE13 2905 0101 0001 0488 59  
Spenden sind auch möglich über betterplace.org  
www.betterplace.org/de/organisations/34100-adfc-bremen

### ADFC - Bremerhaven & Infoladen

im Eine Welt-Zentrum  
Neue Str. 5  
27576 Bremerhaven  
Tel.: 0172 31731938  
office.bremerhaven@adfc-bremen.de  
https://bremerhaven.adfc.de

### ADFC - Landesverband Niedersachsen

Hinüberstraße 2  
30175 Hannover  
Tel. 0511 28 25 57  
Fax 0511 283 65 61  
niedersachsen@adfc.de  
https://niedersachsen.adfc.de

### ADFC -

#### Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club

Bundesgeschäftsstelle  
Mohrenstr. 69  
10117 Berlin  
Tel. 030 20 91 49 8-0  
Fax 030 20 91 49 8-55  
kontakt@adfc.de  
www.adfc.de

### ADFC Mitgliederverwaltung

mitglieder@adfc.de



Alle Termine und Veranstaltungen  
tagesaktuell online checken:  
https://touren-termine.adfc.de

**JETZT  
MITGLIED  
WERDEN**



**adfc**  
Bremen

**MACH MIT  
UND UNTERSTÜTZE  
AKTIV DIE  
VERKEHRSWENDE**

bremen.adfc.de 



**UNTERWEGS**  
Spezialist für Reiseausrüstung

**Bergsport**  
**Outdoor**  
**Trekking**  
**Biking**  
**Freizeit**

[www.unterwegs.biz](http://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

## **Unterwegs Outlet Bremen**

Violenstraße 43 | 28195 Bremen  
Tel.: 0421 - 244 21 00

... und auf [www.unterwegs.biz](http://www.unterwegs.biz) (versandkostenfrei ab 35,- € in D)