

pedal

Das ADFC-Magazin für Bremen und umzu



Bremen, Bremerhaven
Nordwest-Niedersachsen
www.bremen.adfc.de

Nr. 2/ Sept. 25 – Feb. 26



FAHRRAD FAHREN

Los, jetzt aufs
Rad setzen!
ADFC-Fahrraddemo
07. Sept. 2025
Start 11 Uhr am Tiefer



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**

Inhalt

FAHRRAD FAHREN

Das Rad im Arbeitsalltag	4
Licht und Schatten in Grünanlagen	8
Kolumne Hilde Schuster	15

TERMINE UND VERANSTALTUNGEN

RUBRIK

PLUSMINUS	12
Mein Bremen: Dazwischen	14
Gadget - Braucht es das?	22

TOUREN

Rad-Pilgertour	18
Schokoladen-Transport	19
Geführtes Radtourenangebot	20
Buchtipp	23

ADFC-KIDS

ADFC KOMPAKT

Fördermitglieder	16
Aktiv im ADFC	24
Aktiv in Bremerhaven	27
Inside ADFC	28
ADFC-Kontakt	29



Titelbild: © Klaus-Peter Land
Bonnie Fenton Foto: © Hannah Grundey

Vorwort

Das Fahrrad ist ein Möglichmacher!

Das Fahrrad macht vieles in Bremen und umzu überhaupt erst möglich. Stellt euch mal vor, die Zehntausend Menschen, die jedes Jahr die Breminale genießen, würden mit dem Auto zum Osterdeich fahren. Oder zum Musikfest Bremen, das die Innenstadt drei Sommerwochen lang mit Musik und Menschen füllt.



Bonnie Fenton
Vorsitzende ADFC
Landesverband Bremen

Praktischerweise überschneidet sich das Musikfest Bremen zeitlich fast eins zu eins mit dem zweiten Durchlauf „Stadtradeln“ in Bremen (Seite 10). Das heißt, ihr könnt zum Musikfest radeln und dabei fleißig Kilometer für euer Stadtradel-Team und Bremen sammeln.

Noch ein Beispiel vom „möglich machen“: Das Weserstadion verfügt über 42.000 Sitzplätze, hat aber nur 2.300 Autoparkplätze. Ein Heimspieltag ist sofort erkennbar durch den Strom von grün-weiß geschmückten Menschen auf Fahrrädern, die alle Richtung Weser pilgern. Apropos Pilgern, das wird auch mit dem Rad gemacht. Siehe Seite 18 für Details.

Mittlerweile hat Kaemena im Blockland einen „dringenden Appell“ an ihre Gäste gestartet „nur mit Rad, Inliner oder zu Fuß“ dorthin zu fahren, denn die Autos sind einfach zu viel und die Lust auf Eis groß. Und falls das Lieblingstier mit auf der Blocklandrunde fahren soll, auf der Kinderseite bieten wir Tipps zum Transport von Haustieren (Seite 30).

Wenn ihr von der Vielzahl der radfahrenden Menschen in und um Bremen profitiert, würden wir uns über eure Unterstützung der Arbeit des ADFC freuen. Unser Ziel ist nämlich, dass immer mehr Menschen in Bremen sicher und bequem Radfahren können. Gerne Mitglied (siehe Seite 29) oder Fördermitglied (Seite 16) werden. Sprecht uns gerne an. Wir freuen uns auf euch!

Und – wir sind jetzt zu zweit! Im Juni hat die Landesmitgliederversammlung eine Doppelspitze gewählt. Bonnie Fenton und Ronald Gotthelf sind nun Vorsitzende. Lars Schmidt ist weiterhin im Vorstand und dazu kommen die beiden neuen Beisitzer, Claus Korn und Jürgen Möller (Seite 28)

Ich freue mich sehr, dass wir Verstärkung im Vorstand haben, und auch auf die Zusammenarbeit. Wenn ihr Ideen, Vorschläge oder Fragen habt, oder aktiv(er) werden wollt, nehmt gerne mit uns Kontakt.

Viel Spaß beim Lesen!

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.,
Grünenstraße 35, 28199 Bremen, 0421 51 77 88 2-0,
pedal@adfc-bremen.de
www.bremen.adfc.de

Heft 2/2025

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.), Sandra Conrad-Juhls; Bonnie Fenton, Albrecht Genzel, Stephan Glinka, Anja Hermann, Katharina Heck, Kristin Klimbert, Jürgen Möller, Pina Pohl, Lars Schmidt, Hans Schmeck-Lindenau

Anzeigenredaktion: Frauke Maack, Katharina Heck

Layout: STV Grafik

Für Mitglieder der herausgebenden ADFC-Gliederung ist der Bezug im Jahresbeitrag enthalten.

Nachdruck nur mit Erlaubnis des ADFC Bremen.

Das nächste **pedal**-Heft 1/2026
Anzeigenschluss: Mitte Januar 2026
Erschein: Anfang März 2026



Foto: © Laura Nickel, Stadtradeln, Klima Bündnis Services

Das Fahrrad im Arbeitsalltag

Wie Betriebe ihre Mitarbeitenden beim Arbeitsweg unterstützen

Die Vorteile, mit dem Rad zur Arbeit zu fahren, liegen eigentlich auf der Hand: Es fördert die Fitness und Gesundheit, es ist umweltfreundlich, günstig und spart Platz auf den Straßen. In Zeiten teuren Sprits und überfüllter Straßen bietet das Fahrrad eine kostengünstige und zeitsparende Alternative zum Auto.

Doch obwohl die Vorteile offensichtlich sind, entscheiden sich noch immer viele Pendelnde nicht für das Rad – selbst wenn die Entfernung überschaubar ist. Warum ist das so, und wie können Unternehmen dazu beitragen, dass mehr Menschen sicher und motiviert mit dem Rad zur Arbeit kommen?

Radeln macht glücklich

Die Mobilitätsstudie „SRV 2023“ der TU Dresden zeigt, dass sich in Bremen bereits ein signifikanter Wandel vollzogen

hat. Erstmals liegt der Anteil der mit dem Rad zurückgelegten Wege über dem des Autos. Im sogenannten Binnenverkehr nutzen 30,4 Prozent der Menschen das Fahrrad, während der motorisierte Individualverkehr nur noch bei 28,4 Prozent liegt. Auch im Gesamtwegeaufkommen ist der Radanteil gestiegen. Diese Zahlen belegen eindrucksvoll, dass sich der Umstieg lohnt – sowohl für die Stadt als auch für den Einzelnen. Doch viele, die grundsätzlich bereit wären, aufs Rad umzusteigen, werden durch konkrete Hürden davon abgehalten. Genau hier kommt der Arbeitgeber ins Spiel.

Oft sind es alltägliche Sorgen, die Menschen vom Radfahren abhalten: die Angst vor Diebstahl, unzureichende Fitness, schlechte Infrastruktur oder schlicht die Frage, wie man im Büro mit verschwitzter Kleidung umgehen soll. Wer solche Bedenken ernst nimmt, kann viel bewirken. Arbeitgeber haben

die Möglichkeit, durch einfache Maßnahmen eine fahrradfreundliche Umgebung zu schaffen. Schon die Bereitstellung sicherer Abstellmöglichkeiten oder Spinde für Wechselkleidung kann einen großen Unterschied machen. Auch der Zugang zu Umkleide- und Duschmöglichkeiten, Fahrradreparaturservices auf dem Betriebsgelände oder die aktive Kommunikation alternativer Pendelrouten tragen dazu bei, dass Mitarbeitende sich für das Rad entscheiden.

Häufig geäußerte Bedenken und ihre Lösungen

Der ADFC unterscheidet vier Typen von Radfahrenden: die starken und furchtlosen, die begeisterten und überzeugten, die interessierten, aber besorgten und die ablehnenden. „Die Gruppe der interessierten, aber besorgten Menschen ist die größte Gruppe. Die können wir erreichen, indem wir ihre Sorgen ernst nehmen.“

! Ausgezeichnet fahrradfreundlich

In Bremen können sich Betriebe vom ADFC als „Fahrradfreundlicher Arbeitgeber“ zertifizieren lassen. Im Handbuch „Fahrradfreundlicher Arbeitgeber“ finden sich eine Reihe von Maßnahmen, die Unternehmen umsetzen können. Auf der zugehörigen Website gibt es einen „Selbsttest“ um die eigene Fahrradfreundlichkeit zu testen. Mehr Infos hier: www.fahrradfreundlicher-arbeitgeber.de

Als erstes Unternehmen im Land Bremen wurde die Wirtschaftsförderung Bremen GmbH (WFB) durch den ADFC als „fahrradfreundliche Arbeitgeberin“ mit Goldstatus zertifiziert. „Wir engagieren uns seit vielen Jahren für mehr Nachhaltigkeit. Dabei haben wir uns im Rahmen unserer Nachhaltigkeitsstrategie unter anderem das Ziel gesetzt, unseren CO₂-Ausstoß zu verringern und die Weichen für eine ressourcenschonende Mobilität zu stellen.“, so Andreas Heyer, Vorsitzender der Geschäftsführung der Wirtschaftsförderung Bremen. „Die ADFC-Zertifizierung ist für uns der Beleg, dass unsere Maßnahmen erfolgreich sind.“

men und aus der Welt schaffen“, sagt Stefan Matthaeus, ADFC-Auditor für das EU-Siegel „Zertifizierter Fahrradfreundlicher Arbeitgeber“. Was sind die größten Bedenken und wie können sie beseitigt werden? Hier eine Übersicht:

- **„Ein gutes Rad ist zu teuer.“** Viele Unternehmen bieten heute Fahrradleasing an. Sie können hochwertige Räder über Ihren Arbeitgeber beziehen und dabei von attraktiven Steuervorteilen profitieren. Das schont den Geldbeutel und macht Top-Modelle erschwinglich.

- **„Ich fühle mich unsicher auf dem Rad.“** Jede Fahrt bringt mehr Routine und Sicherheit. Unternehmen können hier unterstützen, indem sie Fahrrad-Sicherheitschecks anbieten und sich gemeinsam für bessere Radwege starkmachen.

- **„Ich bin nicht fit genug.“** Keine Sorge, das Pendeln mit dem Rad ist der bes-



te Weg, die Fitness Schritt für Schritt zu steigern. Beginnen Sie langsam und steigern Sie sich kontinuierlich. Pedelecs sind hier eine tolle Unterstützung, die den (Wieder-)Einstieg erleichtern. Studien zeigen sogar, dass Radfahrende im Schnitt deutlich weniger Krankheitstage haben – ein Vorteil, der sich nicht nur für Sie, sondern auch für Ihr Unternehmen auszahlt.

- **„Ich habe Angst vor Diebstahl.“** Gesicherte Fahrradabstellanlagen, wie sie immer mehr Unternehmen bereitstellen, sind der beste Schutz. Kombinieren Sie dies mit einem hochwertigen Schloss und lassen Sie Ihr Rad codieren – das schreckt Diebe effektiv ab.

- **„Ich komme verschwitzt an.“** Das ist eine absolut verständliche Sorge. Doch mit passender Funktionskleidung, der Möglichkeit, sich im Büro umzuziehen (Umkleieräume und Spinde sind hier Gold wert!), und der Option eines E-Bikes gehört dieses Problem der Vergangenheit an. Ein Pedelec ermöglicht es Ihnen, auch längere oder hügelige Strecken ohne große Anstrengung und Schweißperlen zu meistern.

- **„Mein Weg ist schlecht.“** Oft gibt es alternative, angenehmere Routen. Nutzen Sie Apps oder Stadtpläne, die fahrradfreundliche und autoarme Wege aufzeigen. Unternehmen können hier unterstützen, indem sie Informationen zu optimalen Pendelrouten bereitstellen.

! Dienstrad-Leasing

Beim Dienstrad-Leasing, zum Beispiel über den Anbieter JobRad least der Arbeitgeber ein Fahrrad oder E-Bike, das über eine monatliche Gehaltsumwandlung abbezahlt wird – ähnlich wie beim Dienstwagen. Der Arbeitnehmer kann das Rad beruflich und privat nutzen und profitiert dabei von steuerlichen Vorteilen. Nach der Leasinglaufzeit besteht meist die Möglichkeit, das Rad zu übernehmen.

Bei BCD Travel, einem globalen Geschäftsreisepreisanbieter mit deutschem Hauptsitz in der Bremer Überseestadt, wird Dienstrad-Leasing gut angenommen. „Wir sind mit dem JobRad-Programm 2019 gestartet und liegen aktuell bei rund 140 Fahrrädern deutschlandweit“, so Stephan Tschirschnitz, Director People & Culture bei BCD Travel. „Die Nachfrage reißt nicht ab, es kommen regelmäßig neue Interessenten dazu. Insgesamt erhalten wir sehr positives Feedback, da das Modell eine gute, Steuern sparende Alternative zum direkten Kauf darstellt. Außerdem ist die Abwicklung im Schaden- oder Verlustfall sehr unkompliziert. Alle Vorgänge, von der Beantragung bis zur Rückgabe bzw. zum Kauf am Ende der dreijährigen Leasing-Laufzeit, werden online abgewickelt.“

! Mit dem Rad zur Arbeit

Die Aktion "Mit dem Rad zur Arbeit" hat schon über eine Viertelmillion Berufstätige in Deutschland aufs Rad gebracht. Auch 2025 fand die Aktion von Mai bis September statt. In Bremen pendeln jährlich mehrere Tausend Teilnehmende, als Unternehmensteam oder alleine im Aktionszeitraum an mindestens 20 Arbeitstagen mit dem Rad zur Arbeit, sammeln Kilometer, tun etwas für ihre Gesundheit und das Klima. Weitere Motivationshilfe: Tolle Gewinne! www.mdrza.de



! STADTRADELN

STADTRADELN zum zweiten Mal in Bremen. Vom 18. August bis zum 7. September 2025 können dann auch beim STADTRADELN Kilometer gesammelt werden. STADTRADELN ist eine Initiative des „Klima-Bündnis“ und ruft bundesweit auf, drei Wochen lang die mit dem Fahrrad gefahrenen Kilometer zu protokollieren und in das Stadtranking einzutragen. Unternehmen können eigene Teams anmelden und gemeinsam für mehr Radverkehr und Klimaschutz in die Pedale treten. Im letzten Jahr war das „Team ADFC“ mit über 9.600 gefahrenen Kilometern sehr erfolgreich. In diesem Jahr können wir dann alle zusammen auf der ADFC-Fahrraddemo am 07. September noch Kilometer sammeln! www.stadtradeln.de

Mehr Platz für Rad und Mensch

Denken Sie an die endlosen Blechlawnen und überfüllten Parkhäuser. Das Fahrrad bietet hier die perfekte Lösung. Es braucht deutlich weniger Platz – wo ein einziges Auto parkt, finden problemlos acht Fahrräder Platz.

Mehr Radfahrende bedeuten weniger Stau, freiere Straßen und die Möglichkeit, urbane Flächen neu zu gestalten: weg von grauen Parkplätzen, hin zu grünen Oasen, Spielplätzen oder spannenden Aufenthaltsbereichen. So wird Bremen nicht nur nachhaltiger, sondern auch lebenswerter und attraktiver für uns alle.

Doch nicht nur die Umwelt profitiert, auch Ihr Geldbeutel lacht. Die Kostenersparnis durch das Radfahren ist enorm. Keine teuren Spritrechnungen, keine Parkgebühren, geringere War-

tungskosten und keine Verschleißteile wie bei einem Auto. Während ein Auto schnell 30 bis 40 Cent pro Kilometer verschlingt, liegen die Nutzungskosten eines Fahrrads – inklusive Anschaffung und Wartung – bei nur etwa 10 Cent pro Kilometer.

Wer regelmäßig mit dem Rad zur Arbeit fährt, merkt schnell: Der Arbeitsweg wird zur aktiven Pause, zum Moment für sich selbst, zum sanften Übergang zwischen Berufs- und Privatleben. Arbeitgeber, die das unterstützen, fördern nicht nur die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden, sondern investieren auch in ein modernes, attraktives Arbeitsumfeld. Wer seinen Betrieb fahrradfreundlich gestalten will, muss nicht alles auf einmal verändern. Oft reichen kleine Schritte, die gemeinsam viel bewirken – mit dem Fahrrad als Schlüssel zu einer bewegten, gesunden und nachhaltigen Arbeitswelt. **Pina Pohl**





Vielen Dank fürs Mitmachen!

Mit jedem Kilometer habt ihr nicht nur euch,
sondern auch der Umwelt etwas Gutes getan.
Und falls ihr dieses Mal nicht teilnehmen konntet:
Wir freuen uns auf euch im nächsten Jahr!

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.



In Kooperation mit
AOK und ADFC



Bremerhavens Radwege leuchten clever

Neue Beleuchtung macht Radwege in Grünanlagen sicherer

2020 tauchten im Bremerhavener Problemfelder die ersten Beschwerden über die fehlende Beleuchtung des in einem Grüngürtel gelegenen und vielgenutzten Radwegs zwischen Georg- und Riedemannstraße auf. Noch im gleichen Jahr wurden vom Gartenbauamt solarbetriebene und dimmbare Laternen aufgestellt, deren Beleuchtungsstärke sich über einen Bewegungssensor hochregelt wenn sich jemand nähert.

Das war zu der Zeit ein Novum im Bremerhaven. Ein wesentlicher Vorteil lag darin, dass bei der Nachrüstung der Beleuchtung kein Anschluss an das städtische Stromnetz erforderlich war. Die Laternen mussten nur mit einem Fundament aufgestellt werden. Das und die Wartungsarmut machten die Laternen relativ preiswert. Schon im Folgejahr wurde die Beleuchtung auf diesem Radweg komplettiert. Nach den guten Erfahrungen wurde 2023 der südliche Bereich der Neuen Aue, ein ebenfalls stark frequentierter Radweg im Grünen, ebenfalls mit Solarleuchten ausgestattet. In diesem Jahr erfolgt die Erweiterung bis zur Jahnstraße. Für 2025 ist die Aufstellung ähnlicher Leuchten zwischen Fischereihafenrampe und Wulsdorfer Rampe geplant.

An der neu geschaffenen Fahrradstraße „FahrGrad 8“ musste die Beleuchtung nicht nachgerüstet werden, sondern

wurde zeitgleich mit der Straße erstellt. Hier erfolgt die Stromzufuhr aus dem öffentlichen Netz. Jede Leuchte entlang der 3,3 Kilometer langen Trasse ist mit einem Radarsensor ausgestattet, der eine adaptive Steuerung der Beleuchtung ermöglicht. Bei Dunkelheit schalten sich die Leuchten automatisch mit einer Leuchtstärke von 12 Prozent der maximalen Leuchtkraft ein. Wenn sich ein Rad nähert, steigert die Sensorik die Leuchtkraft dieser und der nächsten zwei Laternen kurzzeitig auf 100 Prozent und vergrößert das Beleuchtungsfeld deutlich. Die Radarsensoren erkennen auch die Geschwindigkeit der

Nutzenden und regeln die Beleuchtung entsprechend. Durch diese Maßnahmen reduziert sich der Stromverbrauch enorm.

Um die Artenvielfalt von Pflanzen und Tiere nicht unnötiger Lichtverschmutzung sowie einer Störung durch künstliches Licht auszusetzen, hat der Hersteller Lampen entwickelt, die einen reduzierten Blauanteil sowie eine geringe Streuwirkung haben und so weniger Insekten anlocken. Durch die Dimmbarkeit wird die Tier- und Pflanzenwelt nicht im biologischen Rhythmus gestört.

Hans Schmeck-Lindenau



Und wie macht es Bremen?

Beleuchtungen nur da wo es "nötig" ist

Den Bremer Ansatz beschreibt Thomas Knode, von Umwelt Bremen und nennt die Kriterien: „Wir beleuchten allenfalls die Wege wo viel Schulverkehr läuft. Oder zu denen es keine annähernd parallel verlaufende Straßenführung gibt. Beleuchtet wird zum Beispiel der Hucklerieder Friedensweg. Oder der Buchenweg als Verlängerung der Elsasser Straße und der Grünzug West.“

Iris Bryson, ebenfalls aus dem Ressort ergänzt: „Die Beiräte wünschen sich mehr. Aber der Wunsch, alle Grünanlagen in der Stadt Nacht für Nacht zu beleuchten, muss auch unter ökologischen Gesichtspunkten betrachtet werden. Viele nachtaktive Kleintiere und Insekten, die in unseren Parks leben, brauchen die Dunkelheit. Licht würde sie aus den Grünanlagen vertreiben und somit das ökologische Gleichgewicht im städtischen Grün zerstören. So ersparen wir uns die sogenannte Lichtverschmutzung zum Beispiel zwischen Deichschart und Piepe, da läuft parallel

der Buntentorsteinweg, der von Radfahrenden als Alternativroute genutzt werden kann.“

Das heißt: wenn Beleuchtung nötig ist, werden seit 2020 ausschließlich LEDs verwendet die nach unten strahlen, ab etwa 22:00 Uhr gedimmt werden und mit warmen Lichtfarben arbeiten, um negative Auswirkungen auf die Tierwelt und die Aufhellung des Nachthimmels gering zu halten.

Herausforderungen und bestehende Beispiele

Ähnlich wie in Bremerhaven beschrieben wurde auch in Bremen mit akkubetriebenen Lampen experimentiert. Das Amt für Straßen und Verkehr (ASV) testete ein Jahr lang im Nelson-Mandela-Park den Betrieb mit Solarleuchten. Das Ergebnis nach einem Jahr zeigte, dass die Lampen im Winterhalbjahr aufgrund unzureichender Sonneneinstrahlung morgens nicht mehr den dort gelegenen Schulweg zum Hermann-

Böse-Gynasium ausreichend beleuchteten. Die großen Bäume verschatteten die Solarpanels. Ähnliche Probleme wären auch entlang der Jan-Reiners-Route (NSG Hollerland) zu befürchten, es müssten also Kabel verlegt werden. Ohnehin widerspricht der Gesamtverband Natur- und Umweltschutz Unterweser e.V. (GNU e.V.) jeglicher Beleuchtung.

Nicht nur der ADFC bedauert dies, er hatte zum Ausgleich die Beleuchtungsabschaltung eines Abschnittes vom Autobahnzubringer Horn-Lehe angeregt. Trotzdem gibt es in Bremen viele beleuchtete Grünwege. Dazu gehören neben den vom Umweltressort erwähnten Wegen unter anderem der Grünzug West, der Utbremer Grünzug und die Wallanlagen. Ein aktueller Test mit "mitlaufendem Licht" findet auf dem Grünweg zum Industriegebiet Haferwende bis zur Lilienthaler-Heerstraße in Horn-Lehe statt.

Albrecht Genzel



Foto: © ADFC Bremen

31. August

"Mit dem Rad zur Arbeit 2025" endet

Am 31. August endete der Aktionszeitraum von „Mit dem Rad zur Arbeit 2025“. Toll, dass ihr mitgefahren seid, Kilometer gesammelt und CO2 eingespart habt!

18. August bis 07. September
Stadtradeln

Jeder Kilometer zählt – Im August nimmt Bremen erneut an der Aktion Stadtradeln teil und setzt damit ein Zeichen für nachhaltige Mobilität. Fehlende Kilometer können dann gemeinsam auf der ADFC-Fahrraddemo Los, jetzt aufs Rad setzen gesammelt werden!

06. – 07. September

BIKE IT Festival – Mit dem Rad nach Übersee

Radkultur, Stadtentwicklung, Kunst und Musik: ein nicht ganz normales Spätsommerwochenende auf der Überseeinsel. An zwei Tagen präsentieren sich vielfältige Akteure rund um das Radfahren, um Städtebau und Verkehrskonzeption und um Kunst und Kultur. Fahrräder – Testfahrten inklusive, Ausstattung, Klamotten, Vorträge und Gesprächsrunden, dazu Foodstände und Kaffeebars. Und last but not least: bei Musik und Outdoorkeine kann das Rad am Samstagabend auch mal aus der Hand gelegt werden. Draußen und kostenlos, zum Eintritt berechtigt eine Portion Neugier und Lust auf Rad und Stadtkultur! Überseeinsel Bremen, Stephanikirchenweide 19.



!

07. September

ADFC Fahrraddemo

Auch in diesem Jahr wollen wir auf Straßen unterwegs sein, die ansonsten nur dem Auto vorbehalten sind und zeigen, wir Radfahrende sind viele und auch uns gehört die Straße! Start 11 Uhr, Tiefer / Altenwall. Ziel ist das Bike It! Festival auf der Stephanikirchenweide in der Überseestadt.

19. September
Parking Day

Einfach mal machen! Am Park(ing) Day Parkplätze im öffentlichen Raum kurzfristig in kleine Oasen verwandeln: mit Sitzflächen, als Gastrobereich, mit Tischtennisplatten, Kunstobjekten oder als Federball-Court. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Falls ihr Unterstützung, Ideen und Material braucht um einen Parkplatz in eurem Kiez zu verschönern: Wir unterstützen gerne. Meldet euch einfach bei aktiv@adfc-bremen.de

21. September
(L)auf zur Venus

Solidaritätslauf zugunsten krebsbetroffener Menschen. Jeder gelaufene oder gefahrene Kilometer unterstützt die Bremer Krebsgesellschaft. Start im Bürgerpark um 10 Uhr oder individuell weltweit.

15. September – 24. Oktober
Kidical Mass

Die nächsten Aktionswochen „Straßen sind für alle da“ stehen an! Und natürlich ist die Kidical Mass Bremen mit dabei. Wir sehen uns auf der Straße für sichere Schulwege und Schulstraßen in Bremen.

Du möchtest das Orgateam, bestehend aus Einzelpersonen und verschiedenen Verbänden und Vereinen unterstützen? Melde dich gerne bei uns: aktiv@adfc-bremen.de

27. September Ellener Dorffest

Seit vielen Jahren findet jedes Jahr im September auf dem Außengelände der Albert-Einstein Oberschule das bei den Anwohnenden äußerst beliebte „Ellener Dorffest“ statt. Von 11:00 - 15:00 ist der ADFC dabei, informiert rund ums Rad und codiert Fahrräder. Bei Regen wird ins Schulgebäude ausgewichen.

25. Oktober Pool-Nudel-Aktionstag „Einsuffzich“

Radfahrende kennen das nur zu gut: gefährlich knappe Überholmanöver von Kraftfahrzeugen. Und wenn dann noch rechts geparkt wird und sich eine Tür öffnet, kann es lebensbedrohlich werden. Der „Weltnudeltag“ ist perfekt für eine Fahrradaktion mit Poolnudeln, um auf den innerorts notwendigen Überholabstand von anderthalb Metern hinzuweisen. Möchtest du eine Pool-Nudel-Aktion in deinem Viertel organisieren? Melde dich bei uns, wir unterstützen dich gerne: aktiv@adfc-bremen.de

15. – 16. November ADFC Bundeshauptversammlung in Berlin

Die Bundeshauptversammlung (BHV) ist das höchste Organ des ADFC e. V. Als oberstes Entscheidungs- und Beschlussorgan ist die BHV sozusagen der „ADFC-Bundestag“. Für den ADFC Bremen wurden Kirsten Meier, Pina Pohl, Bonnie Fenton und Ronald Gotthelf auf der Jahreshauptversammlung als Vertreter:innen gewählt, als Ersatzdelegierte Anni Nottebaum und Gunter Mischner.

20. November Newbie-Treff

Du willst dich für den Radverkehr und nachhaltige Mobilität in Bremen engagieren? Dann komm zum Newbie Treff! Aktive zeigen dir, wie und wo du unterstützen kannst und damit zur Mobilitätswende beiträgst. Jeder ist willkommen, egal ob neues Mitglied oder langjährige Unterstützer:innen. Wir freuen uns auf euch! Ab 19 Uhr im neusi's – Bike Repair Café, Langemarckstraße 116.

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 Delmenhorst immer am vorletzten Freitag im Monat. Treffpunkt: Rathaus Delmenhorst / Wasserturm um 19:00 Uhr

Critical Mass Bremerhaven: jeden dritten Freitag im Monat um 17:00 Uhr auf dem Lloydplatz

Fahrradcodierung

Den Fahrraddieben einen Strich durch die Rechnung machen! Immer am zweiten Donnerstag im Monat codieren wir eure Fahrräder an der Geschäftsstelle, Grünenstraße 35. Lust selber Räder zu Codieren? Wir haben ein Codierteam, dass sich über Unterstützung freut. Kontakt: Lars Schmidt, lars.schmidt@adfc-bremen.de

Alle Termine und Veranstaltungen tagesaktuell im Touren- und Veranstaltungsportal:
<https://bremen.adfc.de/veranstaltungen>



Dankstellen: Lasst euch überraschen!



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! Unterwegs sind wir auf jedenfall an Nikolaus und am Winter-Bike-to-Work-Day.



PLUS oder MINUS: ADFC-Aktive dokumentieren, testen und kommentieren, was für Radfahrende in Bremen und Bremerhaven alltagstauglich ist und was gar nicht geht. .



Minus: Umlaufsperrn als Hindernisparcours



Bremen-Gröpelingen: Louis-Krages-Str./Debstedter Str.

In Bremerhaven konsequent abgebaut, in Bremen wohlgehütet als Relikt einer radverkehrsignoranten Verkehrslenkung immer noch anzutreffen: Doppelbarrikaden – Umlaufsperrn mit Überlappung und zu schmalen Durchlass, nicht oder kaum passierbar für Radfahrende mit Anhänger, Spezial- oder Lastenrädern. Ein- und Ausfahrt des Tunnels sind durch Ampeln gesichert, sollte also nur vermieden werden, dass Autos den Tunnel benutzen? Will man nachvollziehbar verhindern, dass hier verbotener Weise Autos durchfahren, dann übernimmt ein durch Markierungen gut erkennbarer Pfosten dieselbe Aufgabe.



Plus: Komfort durch glatte Steine



Bremen- Östliche Vorstadt: Kohlhöcker

Am Ende der Kohlhöckerstraße wurde in der Mitte der Fahrbahn ein Streifen abgefrästen Kopfsteinpflasters verlegt. Leider nur auf einem kleinen Teil am Ende der Straße an der Kreuzung Contrescarpe hinter der Bürgermeister-Smidt Grundschule. Eine gute Möglichkeit auch für viele andere wenig befahrene Straßen, altes historisches Kopfsteinpflaster zu erhalten und es dennoch für Radfahrer besser und angenehmer befahrbar zu machen.



Plus: Neuigkeiten zur Premiumroute



Bremen-Walle: Lange Reihe

Und wieder sind ein paar hundert Meter Premiumroute neu entstanden. Die „Fahrradstraße“ Lange Reihe macht jetzt einen sehr aufgeräumten Eindruck. Während das Kopfsteinpflaster auf der Fahrbahn entfernt und durch gut zu befahrenden Asphalt ersetzt wurde, sind die Parkbereiche für Kfz nun in Kopfsteinpflaster ausgeführt und gut erkennbar. Für parkenden Fahrräder wurden Bügel integriert, diese sichern auch die vorgezogenen Gehwegnasen und die Kreuzungsbereiche gegen Überparken ab. Innerhalb der Kfz-Parkstreifen sind einzelne Parkstände für Fahrräder vorgesehen. Hier gibt es auch Lastenradparkplätze.



Minus: Hier fehlt rote Farbe



Bremen-Burglesum: Ausfahrt Arcelor Mittal (Tor1)

Es ist gut, wenn besonders gefährliche Schnittpunkte mit dem Radverkehr hervorgehoben werden. Zum Beispiel durch eine Rotfärbung der Radwegfart. Hier müssen und dürfen Menschen mit dem Fahrrad auch aus der „falschen Richtung“ die zu Schichtwechselzeiten stark befahrene Ausfahrt von ArcelorMittal queren. Dort wo die meisten Autos fahren ist dieser wichtige optische Hinweis kaum noch erkennbar. Warum die Ampel an dieser Ausfahrt, wie auf alten Bildern zu erkennen ist, abgebaut wurde, ist nicht bekannt – hat sie doch den Radverkehr Auf den Delben deutlich besser geschützt.

Auch was zu melden?

Der Online-ADFC-Mängelmelder <https://adfc-bremen.mängelmelder.de>

Minus: Was vom Radweg übrigbleibt



Bremen-Huchting: Huchtinger Heerstraße

Was vom Radweg übrigbleibt: Das bestimmen auch in der Huchtinger Heerstraße wieder einmal verkehrswidrig abgestellte Kfz. Im Zuge der wichtigen Alltagsverbindung von Delmenhorst nach Bremen werden Menschen auf dem Fahrrad gefährdet: Falschparker belegen den Sicherheitsstreifen komplett und überparken häufig den ohnehin schmalen Radweg. Eine Verkehrsüberwachung mit Sanktionierung des Fehlverhaltens? – Fehlanzeige! Und so stellt neben dem Komfortverlust für die Radfahrer:innen die Beifahrerdooringszone eine stete Gefährdung dar.

Minus: Verpasste Chance



Bremen-Neustadt: Kirchweg/Thedinghauser Straße

Bei der kürzlich erfolgten Sanierung des Kirchwegs zwischen Neuenlander Str. und Gastfeldstr. wurde eine wichtige Gelegenheit verpasst. Obwohl der Kirchweg eine Vorfahrtsstraße ist, wird der breite Fuß- und Radweg an den beiden Einmündungen zu Wohnbereichen unnötig abgesenkt – statt auf eine moderne Hochpflasterung zu setzen. Das Ergebnis: Autofahrende können weiterhin ungebremst in die Wohnstraßen abbiegen und dabei Radfahrende leicht übersehen. Gleichzeitig entstehen Stolperfallen für Fußgänger:innen und Komforteinbußen für Radpendelnde. Eine Aufpflasterung hätte es für alle Verkehrsteilnehmenden sicherer gemacht.

Minus: Neu und dennoch ungeschützt



Bremerhaven: Kreuzung Borriesstraße/Columbusstraße

Die Kreuzung Borriesstraße/Columbusstraße, eine der großen und vielbefahrenen Kreuzungen der Stadt, gerade frisch saniert mit Mitteln aus dem Fördertopf „Stadt und Land“, ohne dass man ein geschützte Linksabbiegemöglichkeit für den Radverkehr eingerichtet hat. Zu allem Unglück ist die Linksabbiegerspur seit 2025 auch noch Bestandteil des Weserradwegs, den jährlich etwa 30.000 vorwiegend ortsfremde Radfahrende von Bremerhaven in Richtung Norden benutzen. So schafft man radfahrende Gehwegfahrer, aber keine Verkehrswende.

Plus: Abstandsgebotsschilder



Bremerhaven: Lange Straße

Eigentlich sollten die Schilder bereits bei der Umgestaltung der Lange Straße aufgestellt werden – damals waren sie aber nicht lieferbar. Jetzt sind sie da: die ersten Schilder, die in Bremerhaven auf das Abstandsgebot von 1,5 Meter für das Überholen von Radfahrenden hinweisen, und in dieser Straße gleich drei davon. Es sind keine Verkehrszeichen im Sinne der StVO, umso erfreulicher, dass die Behörden sich entschlossen haben, sie am Fahrbahnrand der problematischen Straße aufzustellen.



Fotos: © Frauke Maack

Mein Bremen: Das Karree dazwischen Nicht Bahnhofsvorstadt, nicht Mitte und auch nicht Viertel

Eigentlich besteht das Karree dazwischen lediglich aus drei Straßen: Fedelhöfen, Mendestraße und Adlerstraße. Zum Karree wurde es allerdings erst im Zuge der Mozarttrassenplanung, die als Schnellstraße mitten durchs Ostertor führen sollte. Geblieben von der Planung ist nur die Hochstraße und der völlig überdimensionierte Remberti-kreisel, der „die Verkehrsinsel“ von den umliegenden Quartieren trennt.

Seit vor etwa zehn Jahren, nach der Neustrukturierung des Fedelhöfen und der Rembertistraße, das Anwohnerparken im Quartier eingeführt wurde, hat sich der Parksuchverkehr deutlich reduziert. Denn mal ehrlich, hier ging es nicht um fehlenden Parkraum, sondern die Innenstadt-Besucher:innen fanden hier kostenlose Parkplätze. Lieber wurden drei Runden um den Block gedreht, als kostenpflichtig in der Hochgarage am Bahnhof zu parken.

Durch das angrenzende Rembertistift und die Insellage, werden die Straßen von Kindern zum Spielen genutzt und die Nachbarschaft sitzt je nach Sonnenlage vor den Häusern. Durch die Altbebauung, liebevoll gepflegte Vor-

gärten und den fehlenden Durchgangsverkehr wirkt alles erstmal ruhig und beschaulich. Viertel, Bahnhof und Innenstadt sind in fünf bis zehn Minuten mit dem Rad oder zu Fuß zu erreichen, für größere Entfernungen gibt es den Straßenbahnknotenpunkt Am Dobben. Doch gerade diese zentrale Lage ver-

! Wer ist eigentlich „ICH“?

Ich, Frauke, bin seit fünf Jahren für die ADFC-Öffentlichkeitsarbeit zuständig. Fahrradfahren gehört für mich einfach dazu, sei es im Alltag oder auf Reisen. Vom klassischen Hollandrad über ein Peugeot-Rennrad bin ich inzwischen bei einem Retro-Rad gelandet. Lööppt!



deutlich, dass das Karree zwischen einigen der am stärksten befahrenen Kreuzungen Bremens liegt. So ist der Dobbenweg ein Bremer „Hot Spot“ der Feinstaubbelastung.

An der Kreuzung, die beide Teile des Fedelhöfen verbindet ist der Ampelmast in diesem Jahr schon zweimal umgefahren worden. Für viele Kinder und Jugendliche ist die Strecke Schulweg: zur Bgm.-Smidt-Grundschule, zum Alten Gymnasium und in die andere Richtung zur Oberschule Am Barkhof. Trotzdem sieht die zuständige Verwaltung keinen Handlungsbedarf und kein Gefährdungspotential.

Und die Radinfrastruktur? Ehrlich gestanden, ist es fast nicht möglich den Stadtteil regelkonform zu verlassen. Beispiel: Richtung Bahnhof stellt sich die Frage, ob ich als Geisterfahlerin auf dem kurzen Stück Schleifmühlenweg fahre oder aber auf dem „nahezu geduldeten Zweirichtungsradweg“ am Dobben. Trotzdem schön da und morgens beeindruckt mich immer wieder, wie die zig Radpendelnde sich schon fast choreographisch über den Kennedyplatz verteilen.

Der Moment an der Ampel



Ich stehe an einer beliebigen roten Ampel. Nein, ich stehe vor der roten Ampel. Schließlich gibt es Menschen die zu Fuß und auf dem Rad abbiegen oder queren. Wenn ich rot habe, hat jemand anderes grün, ist ja klar.

Doch dann kommt ihr, einer nach dem anderen. Und weil ich drei Meter hinter der Ampel stehe, fahrt ihr an mir vorbei. Direkt vor der Ampel baut ihr euch in dreier oder vierer Reihen auf. Als wäre das hier ein Formel-1-Rennen, wo jeder die Poleposition einnehmen möchte. Ja, ihr wollt sie alle. Mit dem Bordstein – als Startlinie – wartet ihr auf das ersehnte Grün.

Doch das kommt nicht. Zuerst müssen die Radfahrenden und Fußgänger:innen queren, die links von euch grün bekommen haben. Die versuchen jetzt vor oder hinter euch, vorbeizukommen. Wenn ihr gnädig seid, macht ihr ein wenig Platz, aber nicht immer. Poleposition um jeden Preis.

Jetzt passiert es: Endlich springt die Ampel auf Grün. Von links kommt noch ein Nachzügler auf einem Klapprad, der versucht noch schnell das andere Ende der Kreuzung zu erreichen. Pech gehabt, jetzt habt ihr Grün. Das Klapprad muss

bremsen und steht auf der Straße. Auch ich trete in die Pedale, nicht so fest diesmal, damit das Klapprad endlich von der Kreuzung runterkommt und seinen Weg fortsetzen kann. Dann kann auch ich beschleunigen, weit komme ich aber nicht.

Weil ihr da vorne einfach nicht aus dem Knick kommt! Wenn ihr euch schon in die erste Reihe und allen anderen in den Weg stellen müsst, dann fahrt doch wenigstens zügig los! Das kann doch nicht so schwer sein.

Es kommt so: Ein Pedelec hat das Grün verpennt, so dass ich noch auf der Kreuzung überholen kann. Das Lastenrad, dass sich gerade noch durch die Wartenden in die erste Reihe drängeln musste, legt zwar einen guten Start hin, kommt aber aufgrund des Gewichts nicht so richtig in die Gänge. Nun blockiert es den viel zu schmalen Radweg vor mir. Ich sehe mich um, weit und breit niemand auf dem Fußweg, ich nutze die Gelegenheit und überhole rechts. Der Radweg wird nun wieder etwas breiter und etwa 150 Meter hinter der Ampel habe ich sie alle überholt. Jedenfalls bis zur nächsten Ampel, denn da beginnt der „Spaß“ von vorn.

Eure Hilde Schuster



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**



Fachkundiges Tandem




Fachkunde Fahrradtechnik
8. Aufl. 2023, 596 S., 17 x 24 cm, brosch.
ISBN 978-3-7585-2226-0 • € 54,90

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
6. Aufl. 2025, 224 S., 17 x 24 cm, brosch.
ISBN 978-3-7585-2394-6 • € 34,30

Preise gültig bis 31.03.2026

Weitere Infos:
www.europa-lehrmittel.de



Fördermitglieder ADFC-Bremen

Mit einer Fördermitgliedschaft im ADFC Bremen unterstützen Firmen, Selbständige und Institutionen die Arbeit und Ziele des ADFC. Wir danken den aufgeführten Fördermitgliedern für ihren Support.

Sie wollen dabei sein? Fragen sie uns:
Sven Eckert, Landesgeschäftsführer Bremen,
sven.eckert@adfc-bremen.de,
0421 51 77 88 20
ADFC-Bremen, Grünenstraße 35, 28199 Bremen

BARTELS GmbH

Oberneulander Landstr. 39
28355 Bremen
www.bartels-oberneuland.de

Bremer Straßenbahn AG

Flughafendamm 12
28199 Bremen
www.bsag.de

der radeInDe Installateur

Verdener Str. 39
28205 Bremen
www.der-radeInDe-installateur.de

Die JugendHerbergen gGmbH

Woltmershauser Allee 8
28199 Bremen
www.jugendherberge.de

Die Sparkasse Bremen AG

Universitätsallee 14
28359 Bremen
www.sparkasse-bremen.de

Dr. Andreas Reich

Hollerallee 67
28209 Bremen
www.anwalt-reich.de

EinRad.Fahrräder OHG

Kirchbachstraße 186
28211 Bremen
www.einrad.biz

Fähren Bremen-Stedingen GmbH

Rönnebecker Straße 11
28777 Bremen
www.faehren-bremen.de

Fahrrad-Express Riebe & Wöhlbrandt GbR

Plantage 13
28215 Bremen
www.fahrradexpress.net

FREYRad

Am Schwarzen Meer 143
28205 Bremen
www.caeba.de

Goldi's Fahrradshop

Haverbecker Weg 7
28329 Bremen

Hotel Westfalia

Langemarckstrasse 38-52
28199 Bremen
www.hotel-westfalia.de

Max Weigl Ihr Zweiradspezialist

Holsteiner Str. 123
28219 Bremen
www.zweirad-weigl.de

Merkli & Teichmann Geigenbaumeister

Hamburger Straße 83
28205 Bremen
www.geigenbau-teichmann.de

Messe Bremen & ÖVB Arena

Findorffstr. 101
28215 Bremen
www.messe-bremen.de

Moby Dis GmbH

Waller Heerstr. 57 a
28217 Bremen
www.mobydis.com

My Fiets am Hauptbahnhof

Bahnhofsplatz 14 a
28195 Bremen
www.myfiets.com

Neustadtrad

Gastfeldstr. 42/44
28201 Bremen
www.neustadtrad.de

Planungswerkstatt BMO - Stadt & Verkehr!

Wachtstr. 17-24
28195 Bremen
www.bmo-stadtundverkehr.de

radschlag Fahrradhandel GmbH

Humboldtstr. 16
28203 Bremen
www.radschlag-bremen.de

United Cargobike GmbH

Hermann-Ritter-Str. 108A
28197 Bremen
www.united-cargobike.de

Unterwegs Trekking und mehr GmbH

Domshof 14-15
28195 Bremen
www.unterwegs-bremen.de

Velo-Sport / Ihr Radsporthaus GmbH

Martinistr. 30-32
28195 Bremen
www.velo-sport.de

Zweirad-Center / H.-P. Jakst GmbH

Davoser Str. 67/69
28325 Bremen
www.zweirad-jakst.de

Zweirad-Fachmarkt Dutschke

Waller Ring 141
28219 Bremen
www.zweirad-dutschke.de

Danke an Hotel Westfalia

Dank unseres langjährigen Fördermitglieds Hotel Westfalia sind wir in der Neustadt jetzt noch besser zu finden. Was? Aber der ADFC sitzt doch am Bahnhof. Nein unsere Geschäftsstelle ist in der Grünenstraße 35, direkt um die Ecke des Bett + Bike Betriebes der Familie Plewnia. Das an der Langemarckstraße gelegene Hotel Westfalia bietet speziell für Radfahrende trockene Unterstellmöglichkeiten, eine E-Bike-Ladestation und kooperiert mit einer Fahrradwerkstatt für schnelle Hilfe. Wer ohne eigenes Rad anreist, kann sich dort eins ausleihen und Bremen Umzu erkunden. Danke für die Unterstützung!

**Hotel Westfalia, Langemarckstraße 38-42, 28199 Bremen,
Tel.: 0421 59020, www.hotel-westfalia.de**





**BREMEN
BIKE IT!**

TOUREN



MITTENMANG UND UMZU
DIE BREMER INNENSTADT-RUNDE
LÄNGE: 17 KM



SCHLACHTE, WERDER, ÜBERSEE
DIE WESER-RUNDE
LÄNGE: 29 KM



KAFFEE, KAJEN UND KULTUR
DIE ÜBERSEESTADT-RUNDE
LÄNGE: 15 KM



KUH, KNIPP UND KULT
DIE BLOCKLAND-RUNDE
LÄNGE: 27 KM



WASSER-WEGE
DIE VEGESACK-RUNDE
LÄNGE: 54 KM



BERG UND WAL
DIE BREMER-NORDEN-RUNDE
LÄNGE: 40 KM



STADT, LAND, KUNST
DIE BREMEN-WORPSWEDE-RUNDE
LÄNGE: 62,4 KM



ÜBER STOCK, STEIN UND GRABEN
DIE FISCHERHUDE-RUNDE
LÄNGE: 57 KM



KULTUR-RADNETZ
MUSEEN + AUSSTELLUNGSHÄUSER
LÄNGE: 273 KM



KONTRASTE
NATURSCHUTZGEBIETE UND
INDUSTRIEHÄFEN, LÄNGE: 59 KM



KLINKER, HOLZ UND STAHLBETON
DIE BREMER BAUKULTUR-RUNDE
OST-WEST, LÄNGE: 54 KM



WASSER, WIND UND WIESEN
DIE NATUR-RUNDE BREMERHAVEN
LÄNGE: 34 KM



FISCH UND SCHIPP
DIE BREMERHAVEN-RUNDE
LÄNGE: 25 KM



[HTTPS://WWW.BREMEN.DE/BIKEIT-RADTOUREN](https://www.bremen.de/bikeit-radtouren)

CYCLING BREMEN & BREMERHAVEN
SCHÖNE WEGE,
VERSTECKTE ECKEN:
ERLEBNISREICHE RADTOUREN
DURCH STADT UND LAND



BIKE IT!



Alle BIKE IT!-Radrundens digital und kostenfrei
in der Bike Citizens Radnavigations-App



Rad-Pilgertour

Elf Tage unter dem Motto „mutig – stark – beherzt“

Über einen nicht ganz unerheblichen Umweg startete Jürgen Möller, Sprecher des ADFC-Stadtteilgruppe Bremen-Nord, und ADFC-TourGuide zum Kirchentag. Erstmals leitete der 64-Jährige die achttägige „Brot-für-die-Welt-Pilger-Rad-tour“ mit Start in Rendsburg. Über rund 500 Kilometer und 1.600 Höhenmeter radelten die neun Frauen und neun Männer auf autoarmen Strecken über Preetz, Curau bei Lübeck, Mölln, Lüneburg, Bad Bodenteich, Müden an der Aller und Hildesheim nach Hannover. Pastor Torsten Nolte von der Diakonie in Schleswig-Holstein ist der Initiator dieser Radwanderungen und organisiert die Touren zum Kirchentag schon seit 2015.

Aufmerksam und bewusst radelte die Gruppe im gemütlichen Tempo unter strahlend blauem Himmel entlang gelb-leuchtender Rapsfelder, blühender Obstbäume und Flüssen sowie sehenswerter Orte und durch das frische Grün der Wälder. Was für ein Genuss! Jeden Morgen gab es einen Reisesegen und einen Impuls zum Nachdenken für den Tag. Das Motto des Kirchentags „mutig – stark – beherzt“ war tägliches Thema. Und so rollten die Räder von neun Uhr bis zum Nachmittag etwa 60 Kilometer, mit Pausen zum Innehalten, zum Singen und für Gespräche.

Für die Unterkunft der Mitfahrenden verwandelten sich die Räume der Gemeindehäuser entlang der Strecke in Schlafquartiere mit langer Speisetafel. Gemeinsam bereitete die Gruppe das Frühstück zu und kochte abends vegetarische Speisen. Vor der letzten Etappe gab es in der St. Michaels-

kirche von Hildesheim eine besonders lange Tafel, denn hier trafen sich die aus anderen Teilen Deutschlands sternförmig ankommenden Rad-Gruppen aus Karlsruhe, Berlin, Nürnberg und vielen weiteren Orten.

Unter dem Schutz von zwei Polizei-Motorrädern, zwei Streifenwagen und einem Rettungswagen starteten die nun etwa 250 Radpilgernden zur Schlussetappe. „Ich spürte, dass weitere Unterstützung nötig war. Ich erhielt auch eine Ordnerbinde und ein Funkgerät, damit ich die freiwilligen Helfer unterstützen konnte,“ so Jürgen Möller. In Hannover begrüßte Oberbürgermeister Belit Onay die Gruppe vor der Bühne in der Innenstadt.

Den Lesumer Jürgen Möller zog es in das Bremer Gemeinschaftsquartier. Neben den vier Chorauftritten unterstützte der ausgebildete Pilgerbegleiter die Evangelische Landeskirche Hannover am Messestand des Pilgerweges Loccum – Volkenroda sowie im Netzwerkzentrum der Deutschen Pilgerwege. „Ein ganz besonderer Moment war für mich der 1. Mai, als ich die erste Tour auf dem neuen City-Pilgerweg mit 25 Teilnehmenden leiten durfte.“

„Der Kirchentag beeindruckt mich immer wieder durch die Vielfalt der Themen und die ganz besondere Stimmung unter den Menschen. Durch unsere Tour, die interessanten Begegnungen und die Lieder gehe ich ‚mutig, stark und beherzt‘ in die Zukunft.“ Deswegen freut sich Möller schon heute auf die Rad-Pilger-Tour zum Kirchentag 2027 in Düsseldorf.

Jürgen Möller



Oben: Mit der Seilzugfähre in Siebeneichen über den Elb-Lübeck-Kanal.
Rechts: Ankunft in Hannover beim Kirchentag



Fotos: © Jürgen Möller



Die Schokofahrt

Kistenschaukeln an Land zwischen Bremen und Amsterdam

Seit acht Jahren rollt der Schokofahrt-Konvoi, der Schokolade - fair produziert, emissionsfrei und lecker - kiloweise zwischen Bremen und Amsterdam transportiert, zweimal im Jahr los, im Frühjahr und im Herbst. Kostenfaktor: mäßig. Suchtfaktor: hoch.

„100-Kilometer-mindestens-pro-Tag-Fans“, diverse Routenvarianten, ausreichend Unterschlupf und Verpflegung sowie Bestellung und Logistik müssen ehrenamtlich organisiert und dann durch bewegungshungrige Amateur-Transporteur:innen komplettiert werden. Viele Endorphine für 17 Teilnehmende aus Bremen und noch einigen mehr aus Buchholz, Lüneburg, Flensburg und Lübeck. Zwei Erfahrungsberichte von Neulingen.

Falk: Ostern diesen Jahres habe ich zum ersten Mal an der Schokofahrt teilgenommen. Und es hat süchtig gemacht. An sechs Fahrtagen haben wir die rund 750 Kilometer nach und von Amsterdam abgespult. Und mittendrin, sozusagen am Ruhetag, am Ziel unserer Reise die Schokolade verladen. Die heiligen Hallen der Chocolatemakers empfangen

uns neben Kaffee, Tee, Gebäck, Schokolade natürlich und dem sehr netten Personal, mit ein paar Dutzend weiteren verrückten Kurier:innen wie uns. Die Abende verbrachten wir in Hütten, in der Regel zu viert. Beim Kochen und unterwegs haben wir viel geschnackt. Wiederkehrendes Gesprächsthema war unter anderem, ob man Chocolatemakers nun englisch oder niederländisch aussprechen sollte. Mein Highlight als Bäckerkind war ganz sicher der authentische Duft bei den Chocolatemakers, der dem von frisch gebackenen Brötchen aus meiner Kindheit gleicht - nur als frisch produzierte Schokoladenware.

Sandra: Tja, mitfahren wollte ich schon die letzten zwei Jahre, denn die Schokolade kaufe und verschenke ich seit Jahren aus Überzeugung und durchquere die Niederlande am liebsten per Zug oder Rad. Jetzt durfte ich zufällig eine Zubringerfahrt für eine Fahrer:in aus Buchholz ersetzen, die dann das Rad in Amsterdam in der Halbzeit wieder entgegengenommen hat. Es war ein super Gefährt von Riese und Müller, das ich in Wildeshausen übernommen habe. Die „Heidschnucke“ und ich hatten viel

Spaß. Die Community der „Schokofahrer-Welt“ ist klein - rein zufällig fuhren sich Bremen und Buchholz trotz unterschiedlicher Routen mehrmals über den Weg, ganz ohne komplizierte Absprachen. Mir hat alles gefallen: die netten Mitfahrer:innen, die Snacks unterwegs, die Kanäle und Radwege in den Niederlanden, die sonnige Willkommensatmosphäre bei den Chocolatemakers, die Gespräche und das Timing vor Ort. Beim nächsten Mal plane ich mit dem KaroLong von VeloLab dabei zu sein und dann die ganze Runde mitzufahren.

Falk Wiechers und Sandra Conrad-Juhls



Vortrag

Am **27. September** sind Falk und Sandra zu Gast in Vegesack und stellen das tolle Projekt Schokofahrt vor und geben persönliche Einblicke. 11 Uhr, **Stadtbibliothek Vegesack**, Aumunder Heerweg 87, 28757 Bremen. Mehr zur Schokofahrt, den Chocolatemakers und den Verkaufsstellen in Bremen hier:

www.schokofahrt-bremen.de



Unterwegs mit dem ADFC

Sie möchten gemeinsam mit anderen auf Tour gehen? Hier finden Sie die gedruckte Übersicht des Radtourenprogramms des ADFC Bremen, Bremerhaven und umzu. Tagesaktuelle Informationen im Veranstaltungs- und Tourenportal: <https://bremen.adfc.de/touren>

Regelmäßige Radtouren Bremen

Feierabendtour Bremen-Nord am Dienstag

~ 25-30 km 🚲 16-18 km/h

Tour auf verkehrsarmen Straßen sowie auf Wirtschafts- und Waldwegen durch Bremen-Nord und umzu. Unbefestigte Streckenabschnitte sind möglich. Di., 09. September, 17:00-20:00 Uhr.

Weitere Termine: 23. 09.

Start: Zollstraße - Aumunder Markt, 28757 Bremen

Tourenleitung: Jürgen Schulz, Tel. 0151 23 28 15 16

Vegesacker Schneckentour am Donnerstag

~ 25 km 🚲 16 km/h

Gemütliche Tour beiderseits der Weser.

Einkehr nach Absprache. evtl. Fahrtkosten.

Do., 11. September, 16:00-19:00 Uhr

Weitere Termine: 25.09.

Start: Vegesacker Weserpromenade - Signalstation, 28757 Bremen.

Tourenleitung: Christel Bösche, Tel. 0421 67 19 14

Schwachhauser Start-ins-Wochenende-Tour

~ 30 km 🚲 18 km/h.

Auf verkehrsarmen Wegen geht es sowohl durch die Stadtteile nördlich der Weser als auch in das niedersächsische Umland. Eine Einkehr am Ende der Tour ist vorgesehen.

Fr., 12. September, 17:30-20:30 Uhr

Weitere Termine: Jeden zweiten Freitag im Monat

Start: Scharnhorststr. 75, Bremer Tennisverein 1896, 28211 Bremen

Tourenleitung: Heinz Grevenstette,

Tel. 0160 175 90 47 (gerne über WhatsApp)

Rund um Bremen-Nord am Montag

~ 35-40 km 🚲 18-20 km/h

Flotte Fahrt durch Bremen-Nord und umzu, auch mal auf der anderen Seite der Weser. Einkehr am Ende der Tour. Evtl. Fahrtkosten.

Mo., 15. September, 17:00-20:00 Uhr

Weitere Termine: 29.09.

Start: Aumunder Markt, 28757 Bremen.

Tourenleitung: Werner Großmann, Tel. 0176 56 74 18 54

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? Bitte vorher anmelden.

Sa., 27. September, 13:00-18:00 Uhr.

Weitere Termine: 25.10.

Start: Am Burger Bahnhof, 28719 Bremen

Tourenleitung: Bärbel Knaack, Tel. 0421 602 86 21

Rainers Radtouren



Sonntags, 8 Uhr
13. April bis 21. 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 (18-20 Uhr)

Neustädter Feierabendtour

~ 30 km 🚲 18 km/h.

Die Feierabendtour findet wie seit vielen Jahren an jedem Freitagabend vom April - September statt. In diesem Portal ist jedoch nur der jeweils nur der 1. und 3. Freitag im Monat fest eingetragen.

Fr., 18. September, 18:00-20:00 Uhr.

Weitere Termine: Am 1. und am 3. Freitag im Monat

Start: Kiosk am Deichschartweg, 28201 Bremen.

Tourenleitung: Helmut Magers, Tel. 0178 802 99 53

Regelmäßige Radtouren Bremerhaven:

Feierabendtour

~ 30 km 🚲 15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die Strecke verläuft vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Wadwege (z.T. unbefestigt). Pause und Einkehr sind geplant.

Do., 11. September, 18:00-21:00 Uhr

Weitere Termine: 18.09, 25.09.

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz 1, 27576 Bremerhaven

Wechselnde TourGuides

Extratour: Biobike Tour

~ 30 km 🚲 14 km/h

Gemütliche Radtour ohne Motor in Bremerhaven und umzu auf verkehrsarmen Straßen und Wegen.

Di., 16. September, 14:00-17:00 Uhr.

Weitere Termine: 21.10, 18.11,

Start: Stadthalle Wilhelm-Kaisen-Platz 1,

27576 Bremerhaven

Tourenleitung: Inge Gendrich, Tel. 0176 45 60 81 64

Radtour am Samstag

~ 30 km  15 km/h

Gemütliche Radtour von 25-35 km in Bremerhaven und umzu. Die Strecke verläuft vorwiegend über verkehrsarme Straßen, Wirtschafts- und Wadwege (z.T. unbefestigt). Pause und Einkehr sind geplant.

Sa., 11. Oktober, 13:00-16:00 Uhr

Weitere Termine: 18.10, 25.10,

Sa., 01. November, 14:00-17:00

Weitere Termine: 08.11, 22.11, 29.11, 03.01, 10.01, 17.01, 24.01, 07.02, 14.02, 21.02, 28.02

Start: Wilhelm-Kaisen-Platz 1, 27576 Bremerhaven

Kontakt: Otto Pottmeyer, Tel: 0176 10 31 52 54

Ingrid Schoppenhauer, Tel 0160 1234180

Radtouren Bremen:**Radtour zum Weihnachtsmarkt in Bassen**

~ 55 km  18 km/h

Am ersten Adventssonntag erwarten uns auf dem Basener Weihnachtsmarkt schönes Kunsthandwerk, eine heimelige Atmosphäre und heiße Getränke in und am Blocks Huus.

So., 30. November, 11:00-17:00 Uhr

Start: Bürgerweide, 28215 Bremen

Tourenleitung: Bärbel Knaack, Tel. 0421 6028621

Radtouren Umzu:**Bürgerpark und Dammsiel**

~ 70 km  16 km/h

Ein Kurzbesuch im Blockland – auf nach Bremen. Pustdorf und der Bürgerpark sind die ersten Pausenpunkte. Wir fahren weiter über Dammsiel und genießen die Landschaft im Blockland. Wir durchfahren Dammsiel und über Kuhsiel fahren wir zum Ausgangspunkt zurück. Eine Pause im "Haus am Walde" ist vorgesehen.

So., 14. September, 10:00-17:00 Uhr

Start: ZOB/Bahnhof, 27749 Delmenhorst

Tourenleitung: Heinz Kaemena, Tel: 04223 2493

!

**Brake-Tour**

~ 60 km  21 km/h

Schnelle Brake-Radtour entlang des Deichs über Blexen und Nordenham mit zwei kostenpflichtigen Fahrradfahrten und leckeren Fischbrötchen in Brake.

So., 21. September, 10:00-17:00 Uhr

Start: Historisches Museum Bremerhaven, 27576 Bremerhaven.

Tourenleitung: Otto Pottmeyer,

Tel: 0176 10 31 52 54

Feierabendtour in Achim und Umzu

~ 20 km  15 km/h

Immer am Mittwoch startet die Radrunde am Achimer Marktplatz beim Glockenspiel. Tempo und Länge richten sich nach den Teilnehmenden

Mi., 10. September, 18:00-20:30 Uhr

Weitere Termine: Jeden Mittwoch

Start: Brückenstraße, 28832 Achim

Wechselnde TourGuides

Staatsforst Friedeholz

~ 70 km  16 km/h

Der Staatsforst Friedeholz gehört zum Einzugsbereich Grüner Ring um Bremen. Über Stuhr und Weyhe fahren wir zum Staatsforst Friedeholz. Entlang des Klosterbaches geht es zurück nach Delmenhorst. Packtaschenverpflegung und Einkehr.

So., 21. September, 10:00-17:00 Uhr

Start: ZOB/Bahnhof, 27749 Delmenhorst

Tourenleitung: Ulrike Menzel, 04221 60306

Durch das Werderland

~ 85 km  18 km/h

Über Bremen durchs Blockland bis zur Fähre Vegesack-Lemwerder und über Hasenbüren und Grolland zurück nach Leeste. Bitte vorher anmelden.

So., 28. September, 10:00-18:00 Uhr

Start: Rathaus Weyhe, 28844 Weyhe

Tourenleitung: Manfred

Mahnmal Oberheide in Stuhr

~ 40 km  16 km/h

Auf Nebenstraßen fahren wir durch Delmenhorst und Stuhr zum Mahnmal Oberheide in Stuhr. Dort befand sich von September 44 bis April 45 das Außenkommando des Konzentrationslagers Neuengamme. Zurück geht es über Moordeich, Huchting und Iprump nach Delmenhorst.

So., 28. September, 10:00-17:00 Uhr

Start: ZOB/Bahnhof, 27749 Delmenhorst

Tourenleitung: Gerd Gramberg, Tel: 0422 12 92 30 99



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



www.
biketeam-radreisen.de



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



Advertorial



Kulturland Teufelsmoor

Das Kulturland Teufelsmoor, direkt nordöstlich der Bremer Stadtgrenze gelegen, lässt sich nun mit dem Rad auf völlig neue Art erleben. Dank des neuen Knotenpunktsystems und 650 km aktuell ausgeschildertem Radnetz navigiert man mühelos durch die atemberaubende Landschaft rund um das Künstlerdorf Worpswede. Die Touren im Landkreis Osterholz können individuell gestaltet werden oder einer der zehn neuen Thementouren folgen, die spannende Einblicke in die Kultur und Natur des Teufelsmoors bieten. Von Kunst und Geschichte bis hin zu kulinarischen Genüssen – jede Tour erzählt ihre eigene Geschichte und macht eine Tagestour zu einem unvergesslichen Erlebnis. So lässt sich die Schönheit der Region in vollen Zügen genießen. Ob Sie die sanften Hügel, die mystischen Moore oder die charmanten Dörfer erkunden möchten – hier finden Sie die perfekte Route für jedes Fitnesslevel. Frisch erschienen ist die dazu passende Radkarte, die das Netz und die Thementouren darstellt. Erhältlich in den Touristinfos und bestellbar im Netz.

WEITE,
WASSER
UND
MOOR



Finde ganz leicht die schönste
Fahrradroute mit dem neuen
Knotenpunktsystem! Ganz
individuell, mit App oder ohne.
www.radfahren-teufelsmoor.de





**Kulturland
Teufelsmoor**

Sicher Pausieren

Lohnt sich die Alarmanlage?

Lohnt sich die Alarmanlage fürs Rad? Mein Fahrrad wurde an einem sonnigen Wochenende in Bremen gestohlen – mitten am Tag, keine 30 Meter von mir entfernt. Ich brauchte Ersatz – und vor allem: ein neues Sicherheitskonzept.

Zwei Schlösser sind für mich seitdem Pflicht. Ich blieb bei meinem Bügelschloss (mit Diebstahlversicherung via Kryptonite) und ergänzte ein Rahmenschloss mit Einsteckkette. Unhandlich, aber wirksam – besonders gegen spontane Fluchtversuche.

Die nächste Überlegung: Alarmanlagen. Der „Knog Scout“ war kurz spannend – ein Bluetooth-Alarm mit „Wo-ist“-Ortung, aber zu leise und zu umständlich im Alltag. Auch ein Brems-scheibenschloss mit 110 dB Alarm überzeugte mich nicht: Bei meinem Test schlug es beim Satteldiebstahl nicht an. Der nächste Verlust war dann auch prompt mein neuer Sattel.

Die Lösung dafür: Pitlock. Das sind codierte Schraubsysteme für Sattel und Laufräder – werkzeuglos kaum zu knacken. Seitdem ist Ruhe. Ergänzend habe ich meine Hausratversicherung aufgestockt – für rund 40€ jährlich.

Fazit: Viel Technik ist Spielerei oder unzuverlässig. Eine kluge Kombination aus stabilen Schlössern, registrierten Komponenten, mechanischem Diebstahlschutz (z. B. Pitlock) und ggf. Versicherung ist sinnvoller als jede App. Ob sich eine Alarmanlage lohnt? Nur bedingt – abschrecken ja, verhindern nein. Zwei gute Schlösser tun's oft besser.

Guido Hanslik



Volle Power

Dynamo-Ladegerät für die Tour



Akku leer? Einfach den Nabendynamo „anzapfen“

Das Smartphone ist aus dem Alltag nicht mehr weg zu denken. Dazu gehört leider aber auch, dass irgendwie der Akku immer fast leer ist. Auf Radreisen, wenn das Telefon zur Navigation, zur Buchung von Unterkünften und zu vielem anderen genutzt wird, sind zusätzliche Lademöglichkeiten Gold wert. Dafür gibt's Dynamolader. Mit einem modernen Nabendynamo und einem Dynamolader bietet sich die einfache Möglichkeit, Verschiedenes über USB-Anschlüsse aufzuladen.

Die Auswahl an solchen Geräten ist mittlerweile groß. Exemplarisch haben wir hier das wohl mit Abstand preiswerteste Modell getestet, das ab etwa 30 Euro erhältlich ist: den Kemo M-172N.

Der Anbau ist kinderleicht und er lädt bereits bei geringen Geschwindigkeiten, wenn auch mit geringer Leistung. Wie bei so ziemlich allen anderen Modellen empfiehlt es sich, mit dem Lader eine Powerbank aufzuladen und mit dieser dann das Smartphone. Die Lademanagementsysteme heutiger Telefone schalten bei zu unregelmäßigem Stromfluss das Laden gerne mal ab und niemand tritt so konstant in die Pedale wie diese Systeme es gerne hätten. Geräte mit bereits integriertem „Pufferakku“ sind deutlich teurer.

Fazit: Es gibt bessere, leistungsstärkere Dynamolader. Aber das Gerät funktioniert einwandfrei, die Powerbank lädt den Smartphoneakku und überbrückt die Zeit bis zur nächsten Steckdose. Und das Preis-Leistungs-Verhältnis ist unschlagbar.

Lars Schmidt



Rauf aufs Rad!

Lust, mal rauszukommen, aber die Alpenüberquerung scheint dann doch etwas zu viel? Wie wäre es mit einem Microadventure direkt vor deiner Haustür?

Gunnar Fehlau zeigt in seinem Buch „Rauf aufs Rad“, wie einfach es sei, mit dem Fahrrad die Gegend zu erkunden – und das ganz ohne großen Aufwand. Egal ob es um die perfekte Route, das passende Rad, die richtige Ausrüstung oder das Übernachten unter freiem Himmel geht – die 3. aktualisierte Auflage des Bikepacking-Guides liefert viele nützliche Tipps und Infos, die du für deinen Fahrrad-Kurztrip brauchst. Sogar Ideen für winterliche Radtouren sind dabei, damit du das ganze Jahr unterwegs sein kannst. Fehlau bringt es auf den Punkt: Dein „Feierabenteuer“ ist oft nur ein paar Pedaltritte entfernt. Mit minimalistischem Gepäck und maximaler Begeisterung kannst du direkt nach der Arbeit aufs Rad steigen und die Umgebung neu entdecken. Denn wie Wigald Boning im Vorwort schreibt: „Einprägsame Erlebnisse, wunderbare Einsichten verspricht auch ein Spaziergang „um den Pudding“, wie meine Oma zu sagen pflegte.“

Gunnar Fehlau: Rad und Raus - Alles für Microadventure und Bikepacking, 3. aktualisierte Auflage 2025, Delius Klasing Verlag, Bielefeld (ISBN 978-3-667-13050-1) € 19,90

Fahrradreisen
mit dem eigenen Rad!



FRENZEL
REISEN



Aktueller
Reisekatalog



1x
Probe
sitzen!

Reise
Lust.

www.frenzel-reisen.de

Besuchen Sie uns auf der
Reiselust vom 7. – 9. Nov. 2025

Engagier dich für den Radverkehr

Das ADFC-Vereinsleben besteht ganz wesentlich aus den freiwilligen Einsätzen und den zahlreichen Begegnungen zwischen Interessierten. Es gibt unzählige Möglichkeiten aktiv zu werden und sich zu engagieren: Junger ADFC, Aktionssteam, Stadtteilgruppen, Verkehrspolitik und mehr.

Die großen und kleinen Aktionen, die ADFC-Fahrraddemo, Kidical Masses, und geführte Radtouren zeigen direkt erfahrbar: Wir sind viele, Radfahren macht das Leben schöner und Radfahren gehört in Bremen einfach dazu!



ADFC Neustadt: Radförderung & Erfolge

Der Arbeitskreis Verkehr in der Neustadt gründete sich 2008, um den Beirat Neustadt fahrradpolitisch zu begleiten. Unser größter Erfolg ist das Fahrradmodellquartier Alte-Neustadt. Bremen gewann damit 2018 den Deutschen Fahrradpreis und etablierte die „Fahrradzone“ in der Straßenverkehrsordnung. Seit einem Neustart 2022 treffen wir uns wieder mit verkehrspolitischen Schwerpunkt im Fahrradrepair-Café „Neusi's“. Obwohl wir uns eine breitere Aufstellung vorstellen könnten, liegt unser Fokus primär auf der Verkehrspolitik. Wir arbeiten eng mit dem Beirat Neustadt zusammen und wirken über Bürgeranträge an Verbesserungen mit. Unsere verkehrspolitischen Ziele sind die großflächige Verkehrsberuhigung z.B. durch Kiez-Blocks, um Sicherheit und Lebensqualität zu verbessern.

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

ADFC im Bremer Osten: Vielfalt, Herausforderungen & Vernetzung

Der Bremer Osten mit Osterholz, Vahr und Hemelingen ist sehr vielfältig. Wir pflegen gute Kontakte zu vielen Personen und Institutionen, doch manche Widerstände erscheinen unüberwindbar. Dennoch, meistens finden wir Wege, um voranzukommen, wie aktuell am Ehlersdamm, wo uns auch die StVO-Novelle hilft.

Unsere Stadtteilgruppe existiert seit sieben Jahren, ist gut vernetzt und hat einen stabilen Kern. Wir sind bei vielen Veranstaltungen mit Infoständen präsent und bieten meist auch Fahrradcodierungen an. Dabei gewinnen wir neue Mitglieder und Aktive. Durch unsere regelmäßige Präsenz, z.B. auch in den Ortsbeiräten sind wir in allen drei Stadtteilen gut bekannt und vernetzt. Aktuell unterstützen wir das Netzwerk Sicherer Schulweg und kooperieren beispielsweise mit dem NABU im Projekt „Klimaschutz im Alltag“.

Jeden zweiten Montag im Monat trifft sich unsere Stadtteilgruppe. Wir wollen uns nicht mehr nur ärgern, sondern uns aktiv für den Radverkehr im Bremer Osten stark machen: akverkehr-ost@adfc-bremen.de

Stadtteilgruppe Walle: Durch Walle fahr'n se alle

Seit März sind wir eine Gruppe von etwa acht engagierten Menschen im Bremer Westen. Mit viel Humor, aber auch Beharrlichkeit konzentrieren wir uns auf sichere Fahrradstraßen, Touren und Mängelmelderthemen. Eine Pedder-Rikscha ist nun in Walle ausleihbar und wird von mehreren Akteuren betreut: Mit dabei sind die Bremer Heimstiftung, der Martins Club, die Waller Mitte (Fahrradwerkstatt und die Quartiersmeisterei) sowie einige Privatpersonen. Wir wollen nicht nur meckern, sondern auch mit Aktionen kleckern, damit Radfahrende, dieselben komfortablen Bedingungen vorfinden wie motorisierte Verkehrsteilnehmende. Deine Vorschläge und Mitarbeit sind herzlich willkommen.

Die lockeren Treffen finden immer am letzten Mittwoch im Monat um 19 Uhr im Tante Martin in der Vegesacker Straße statt. Kontakt: sandra.conrad-juhls@adfc-bremen.de

ADFC Mitte & Östliche Vorstadt: Erfolge und Engagement

Die ADFC-Stadtteilgruppen Mitte und Östliche Vorstadt engagieren sich erfolgreich für eine bessere Radinfrastruktur. Die Gruppe trifft sich regelmäßig und pflegt engen Kontakt zu Beirat und Mobilitätsausschuss. Zu den Erfolgen zählen die konsequente Bearbeitung von Mängelmeldungen und die erfolgreiche Platzierung von Bürgeranträgen. In der Östlichen Vorstadt fanden bereits zwei Anträge positive Resonanz. Der begrenzte Platz und die Konflikte der verschiedenen Verkehrsarten führen oft zu langsamem Fortschritt und Frustration mit der Verwaltung.

Die Zukunftspläne umfassen die Vorbereitung weiterer Bürgeranträge, etwa für die Wilhelm-Kaisen-Brücke und Vorschläge zur Einführung von Grünpfeilen für den Radverkehr. Beide Gruppen planen eine gemeinsame Aktion zum Thema „Rücksicht auf gemeinsamen Wegen“, um das Miteinander im Verkehr zu fördern.

Die Arbeitskreise treffen sich gemeinsam jeden dritten Montag im Monat um zu aktuellen Belangen des Radfahrens in Bremen kreative Lösungen zu erarbeiten: akverkehr-mitte@adfc-bremen.de

ADFC Nord-Ost: Neustart, Erfolge & Ziele

Unsere Stadtteilgruppe Nord-Ost hat sich im September/Oktober 2024 neu aufgestellt, nachdem sie während Corona pausierte. Wir treffen uns alle zwei Monate im Ortsamt Horn-Lehe unter der Leitung von Ullrich Horstmann, mit mehreren Aktiven. Besonderes Augenmerk hat Ullrich auf Borgfeld, Günther Borgmann kennt sich in Horn-Lehe bestens aus und Wolfgang Horstmann kümmert sich verstärkt um Schwachhausen. Zwischen den Sitzungen analysieren wir Problemstellen vor Ort und entwickeln Bürgeranträge.

Erfolge: Bis Mai 2025 haben wir elf Bürgeranträge eingereicht. Drei wurden bereits von den Ortsbeiräten positiv beschieden. **Ziele:** Wir setzen unsere Arbeitsweise fort mit dem nächsten Schwerpunkt auf Schwachhausen. Für 2025 sind drei Aktionen mit Partnern geplant: Codieraktion, Kulturfest Horn und Focke-Fest, um unsere Öffentlichkeitsarbeit zu verstärken. **Kontakt:** akverkehr-nordost@adfc-bremen.de

ADFC Bremen-Nord: Seit 30 Jahren auf Erfolgskurs

Die ADFC-Stadtteilgruppe Bremen-Nord ist ein echter Pionier, der sich seit über 30 Jahren zwischen Marßel und Rekum vielfältig engagiert. Das Themenjahr "FAHRRAD ja – Bremen bewegt Dich" der Wirtschaftsförderung 2024 gab uns einen enormen Schub: Wir waren in Zeitungen, Beiratssitzungen und auf Veranstaltungen sehr präsent und erhielten finanzielle Unterstützung, unter anderem für einen neuen Pavillon. Unser vor zwei Jahren eingeführtes Sprechermodell mit Dittmar Schlegel (Arbeitskreis Verkehr), Jürgen Schulz (TourGuide-Team) und Jürgen Möller (Aktionen und Netzwerke) trägt zum Erfolg bei. Rund 30 Mitglieder und Gäste informieren sich monatlich beim Radlertreff über unsere Aktivitäten. Dazu gehören über 60 geführte Radtouren, gut besuchte Treffen des Arbeitskreises Verkehr, ein wiederbelebter Fahrrad-Flohmarkt, Kooperationen mit Sparkasse und Polizei sowie zwölf Infotage auf regionalen Festen.

Unsere verkehrspolitischen Hauptziele sind eine verkehrsarme und naturreiche Radroute von Marßel nach Rekum sowie die Förderung eines rücksichtsvollen Miteinanders auf gemeinsamen Wegen.

Aktiven-Treff: Jeden ersten Donnerstag im Monat: Treffen der Radfahrenden mit Informationen rund ums Rad, zu den Touren-Angeboten, den verkehrspolitischen Themen und Aktionen. Gäste sind immer willkommen: juergen.moeller@adfc-bremen.de

Treffen des Arbeitskreises Verkehr Nord: Jeden dritten Donnerstag im Monat um über aktuelle Themen des Radfahrens in Bremen Nord zu sprechen: akverkehr-nord@adfc-bremen.de

Aktionsteam Straße

Du willst dich lieber spontan einbringen und engagieren? Unser Aktionsteam Straße tauscht sich in einer Signal-Gruppe aus und organisiert von dort Veranstaltungen und Unterstützung. Kontakt: aktiv@adfc-bremen.de



Strahlende Gesichter der TourGuides bei der Westen-Übergabe von Elvira Krol (erste Reihe, v.l.) an Jürgen Schulz und Brigitta Scharf.

„Bremen-erleben“-Westen für TourGuides

Über neue, hochwertige Westen freuen sich TourGuide-Sprecher Jürgen Schulz und seine Stellvertreterin Brigitta Scharf von der ADFC-Stadtteilgruppe Bremen-Nord. „Jetzt haben wir Westen mit Taschen für unsere Funkgeräte, Namensschilder und sonstige nützliche Dinge.“ Auf dem Rücken strahlt unter dem ADFC-Logo in rot „Gemeinsam auf Tour“ und das Logo „Bremen erleben / Der Bremer Norden“.

Elvira Krol ist bei der Wirtschaftsförderung Bremen GmbH die Projektleiterin für das „Freizeit- und Naherholungskonzept Bremen-Nord“. Sie freut sich über die gute Kooperation mit dem ADFC, insbesondere die Bike-& Ship-Touren ab Bremen zur Jazzahead-Clubnight und der Langen Nacht der Bremer Museen.

Alle Termine und Veranstaltungen tagesaktuell im Touren- und Veranstaltungsportal:



Volkshochschule
Adult Education Center
Université Populaire

Programm
Herbst/Winter
Plus Stadtteilangebote

2025

SPALTUNG

Gemeinsam in die Zukunft ↑

Programm
zum download



Hotel Westfalia

IN BREMEN ZUHAUSE

„Ankommen, entspannen,
sich Zuhause fühlen.“



Das seit 1931 **familiär geführte Privathotel** im Zentrum Bremens, liegt **direkt am WESER RADWEG** links der Weser.

Erkunden Sie bei einem entspannten Aufenthalt die **Bremer Innenstadt**, den **Altstadt-Kern** oder eine der vielen, **attraktiven Sehenswürdigkeiten**.

- 47 Hotelzimmer in verschiedenen Kategorien
- 800 Meter bis zum Marktplatz
- Bad / Dusche, WC
- Flat-TV, SAT, Sky
- Telefon / Free-WiFi
- Lift
- Sommergarten
- PKW Parkplatz (kostenpflichtig)
- reichhaltiges Frühstücksbüfett
- Bus & Bahn vor der Tür
- Bett & Bike und ADFC zertifiziert
- Einstellraum für Fahrräder
- Lademöglichkeiten für e-bikes
- Fahrradverleih (eingeschränkt)
- Reparaturset & Werkzeug
- Kooperationswerkstatt
- Wäscheservice
- Kartenmaterial
- Tagestouren & Ausflugsberatung für Bike & Train, Bike & Ship, Bike & Bus, etc.



Langemackstr. 38-42
D-28199 Bremen

Telefon +49 (0)421 59 02 0
info@hotel-westfalia.de
www.hotel-westfalia.de

Junger ADFC gegründet

Seit April hat der ADFC eine eigene Jugendorganisation. Der Junge ADFC soll die Interessen der jungen Generation im Fahrradverband vertreten und sich für eine nachhaltige und gerechte Mobilität einsetzen. Dafür wurde auf der ersten Bundesjugendversammlung in Frankfurt am Main ein sechsköpfiger Vorstand gewählt, der ab sofort die Interessen von rund 30.000 Mitgliedern zwischen zehn und 26 Jahren vertritt. Im Bundesjugendvorstand engagieren sich Lilia Vogt (20, Erfurt) als Bundesjugendsprecherin und Sebastian Vogel (23, Axstedt) als Bundesjugendsprecher. Ihre Stellvertreter:innen sind Lena Adam (20, Hamburg), Lena Becker (23, Weimar), Norman Kleist (25, Düsseldorf) und Elija König (22, Malsch).



Foto: © ADFC Mazin Alwan

Auf der Mitgliederversammlung in Bremen wurde die Jugendorganisation in die Satzung aufgenommen. Somit steht der Gründung eines „Jungen ADFC Bremen“ nichts mehr im Weg.

Netzwerktreffen

Bei den Netzwerktreffen mit jungen Menschen aus ganz Deutschland werden aktuelle Themen rund ums Rad diskutiert. Du musst kein ADFC-Mitglied sein, um mitzumachen. Du kannst deine Fragen an junge Aktive mit Erfahrung im ADFC stellen, deine Themen und Erlebnisse einbringen, dich austauschen und den ADFC besser kennen lernen. Du willst dabei sein?

Immer am ersten Dienstag im Monat um 20 Uhr trifft sich der Junge ADFC online und diskutiert aktuelle Themen rund ums Rad. Termine und Zugangsdaten findest du im Veranstaltung- und Tourenportal.

Für den Austausch zwischendurch gibt es eine Messenger-Gruppe. Schicke eine kurze Nachricht mit deinen Kontaktdaten an: junger@adfc.de



Erfolgreicher ADFC Bremerhaven

Das Jahr war schon jetzt ereignisreich für den ADFC Bremerhaven! Mit 375 Mitgliedern bleiben wir eine starke Gemeinschaft.

Unsere beliebten Radtouren – ob Tages-, Feierabend- oder Analog-Adrunde – erfreuen sich weiterhin großer Beliebtheit. Besondere Höhepunkte waren Touren für Neubürger:innen, zum Tag der Städtebauförderung und zur Woche des Wasserstoffs. Im Juni lockten zwei Graffiti-touren und die vierte Inklusive Radtour, während die Rikschatouren für AWO-Pflegeheimbewohnende kontinuierlich stattfanden. Eine neue Dreiradgruppe wurde ins Leben gerufen und plant bereits Touren für 2026. Seit Juni 2024 gab es zudem zwei Pedelec-

Trainings und eine Komoot-Schulung. Im Bereich barrierefreies Radfahren konnten wir weitere Wegesperren unter eins vierzig Breite beseitigen – ein echter Erfolg! Unsere Öffentlichkeitsarbeit haben wir mit einem neuen Instagram-Auftritt intensiviert, während Newsletter und Website weiterhin gut frequentiert sind. Zahlreiche Infostände und eine positive Presse sorgen für eine gute Wahrnehmung des ADFC.

Verkehrspädagogik war ebenfalls ein großes Thema: Vier weitere Mitglieder wurden 2025 zu Radfahrlehrer:innen ausgebildet und unterstützen nun die Fahrradlernkurse für Migrantinnen. Auch für Kinder gab es in den Osterferien einen Fahrradlernkurs gemeinsam

mit dem Kinderschutzbund. Durch regelmäßige Treffen mit Behörden konnten wir weitere Verbesserungen der Radverkehrsinfrastruktur erreichen. Die Planung für eine komplett neue Radwegbeschilderung steht kurz vor dem Abschluss. Besonders erfreulich war die Reaktivierung des „Runden Tisches Radverkehr“ mit Vertreter:innen aus Verwaltung und Politik unter Leitung des Stadtplanungsamtes nach mehrjähriger Pause.

Bremerhavener Klönschnack

Jeden ersten Dienstag im Monat treffen sich ADFC-Mitglieder und Interessierte in der ADFC-Geschäftsstelle Bremerhaven, EineWeltZentrum, Neue Straße 5. office-bremerhaven@adfc-bremen.de



Musik im Grünen

Am 13. September macht die musikalische Radtour „Musik im Grünen“ des Bremer Kammerensemble Konsonanz Station in Bremerhaven. Zusammen mit dem ADFC Bremerhaven werden vier Touren mit abwechslungsreicher Live-Musik angeboten. Vorverkauf über Northwest Ticket: www.nordwest-ticket.de/thema/musik-im-gruenen





v.l. Jürgen Möller, Claus Korn, Ronald Gotthelf, Bonnie Fenton und Lars Schmidt

Aber sicher!

Im Bündnis „Aber sicher!“ ist das neue Vorstandsmitglied Jürgen Möller seit März 2025 der Teilnehmer des ADFC. In dem bundesweit beachteten „Runden Tisch“ setzen sich Vertreter:innen aus verschiedenen Behörden, Ämtern und Organisationen gemeinsam für sichere Schulwege ein.

„Mit der Koordinatorin Verena Nölle habe ich bereits in meinem früheren Job einige Schulexpress-Projekte umgesetzt“, freut sich Möller über die Kooperation mit Verkehrswacht, Polizei, ADAC, AOK, Unfallkasse, Brebau, Weser-Kurier, Sparkasse, Magistrat, Bildungs- und Mobilitätsressort.

Im Mai lernte der ADFC-Vertreter die Mobilitätssenatorin Özlem Ünsal beim Besuch der JUS-Verkehrsschule an der Constructor-University in Grohn kennen. An der Fritz-Reuter-Grundschule in Bremerhaven leitete Möller im Juni einen Fahrrad-Parcours für Drittklässler zusammen mit Michael Ring vom ADFC-Bremerhaven und der Nahmobilitätsbeauftragten Johanna Lichtenberg vom Magistrat. Die Verkehrssicherheitsaktion „Kinder im Blick“ wurde von der Polizei in Zusammenhang mit der Innenminister-Konferenz in Bremerhaven organisiert und vom Bündnis „Aber sicher!“ tatkräftig unterstützt.



Der neue Vorstand stellt sich vor

Im Juni 2025 hat die Mitgliederversammlung des Landesverbandes Bremen stattgefunden. Durch eine Satzungsänderung wurden eine Doppelspitze und Beisitzer im Vorstand ermöglicht und auch der Gründung eines Jungen ADFC Bremen steht nichts mehr im Wege.

Bonnie Fenton als langjährige Vorstandsvorsitzende erhält jetzt in der neuen Doppelspitze Unterstützung durch den im letzten Jahr gewählten Ronald Gotthelf. So können sich beide gegenseitig in ihrem Engagement unterstützen und die Aufgaben auf mehrere Schultern verteilen. Das Hauptaugenmerk von Bonnie liegt auf der guten Vernetzung sowohl innerhalb des ADFC, als auch mit Politik, Verwaltung und anderen Verbänden und Vereinen. Ronald hat sich seit dem letzten Jahr in die Finanzen

des ADFC Bremen eingearbeitet. Lars Schmidt wurde in seinem Vorstandsamt bestätigt. Er plant und koordiniert die ADFC-Fahrraddemo zusammen mit engagierten Aktiven. Zudem hat er im letzten Jahr das Codier- und Technikteam aufgebaut. Die Idee der Lastenradspendendose kommt ebenfalls von ihm.

Als Beisitzer des Vorstands stellten sich Claus Korn und Jürgen Möller zur Wahl. Claus Korn trägt die ADFC-Positionen in die binnenstädtischen Beiräte, stellt dort Anträge und gehört zum Team Mängelmelder. In diesen Aufgabenfeldern wird er den Vorstand verkehrspolitisch unterstützen. Jürgen Möller ist seit längerem als Sprecher der Stadtteilgruppe Bremen-Nord aktiv und möchte dieses Engagement um die Verkehrspädagogik im Bündnis „Aber sicher!“ erweitern.



Noch kein eigenes Lastenrad?

Mittlerweile sind 16 Fietje – die kostenfreien Lastenräder des ADFC – in Bremen ausleihbar, von Mahndorf bis Bremen-Nord. Es gibt Lastenräder mit und ohne E-Antrieb, mit und ohne Kiste, sportlich-wendig oder stabil mit extra viel Platz. Einfach auf der Website registrieren, Buchungszeitraum auswählen und buchen. Alle Infos auf <https://fietje-lastenrad.de>





Fotos: © adfc-Bremen

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>

Gadget: Habt ihr auch nützliche oder unnütze Kleinigkeiten rund ums Fahrrad? Dann schreibt uns mit dem Betreff „Must have“ oder „Gadget“ an: pedal@adfc-bremen.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 Mitgliederverwaltung

mitglieder@adfc.de

ADFC - Bremerhaven & Infoladen

im EineWeltZentrum
Neue Str. 5
27576 Bremerhaven
Tel.: 0176 31 73 19 38
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 e. V.

Bundesgeschäftsstelle
Zimmerstraße 26/27
10969 Berlin
kontakt@adfc.de
Infoline/Telefon: 030 20914980
Fax: 030 209149855
www.adfc.de



DEIN HAUSTIER FÄHRT IM FAHRRAD MIT

Stell dir vor, du bist mit dem Fahrrad unterwegs, und dein Haustier ist dabei! Super, oder? Egal ob Hund, Katze oder Kaninchen, immer mehr Tiere fahren mit ihren Menschen im Fahrradkorb, Lastenrad oder einem Fahrradanhänger mit. Das ist toll, wenn du zum Tierarzt musst oder einen Ausflug in die Natur machen möchtest.

Wer kann mitfahren?

Grundsätzlich können fast alle Tiere mit. Viele Menschen nehmen besonders gerne ihren Hund mit. Das ist so beliebt, dass es spezielle Fahrräder und Anhänger für Hunde gibt! Aber auch Katzen und kleine Tiere wie Kaninchen oder Meerschweinchen können in einer sicheren Box auf dem Fahrrad mitfahren. Wichtig ist aber, dass es für Katzen und kleine Tiere nicht zu stressig ist.

Wie können Tiere mitfahren?

Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, wie dein Tier mitfahren kann. Für kleine Tiere reicht oft eine Transportbox oder ein Körbchen, das du vorne am Lenker oder hinten auf dem Gepäckträger befestigst. Große Hunde brauchen einen speziellen Anhänger oder ein Lastenrad mit guter Federung, damit es nicht so ruckelt. Manche Lastenräder haben sogar eine Rampe, damit der Hund leicht einsteigen kann.

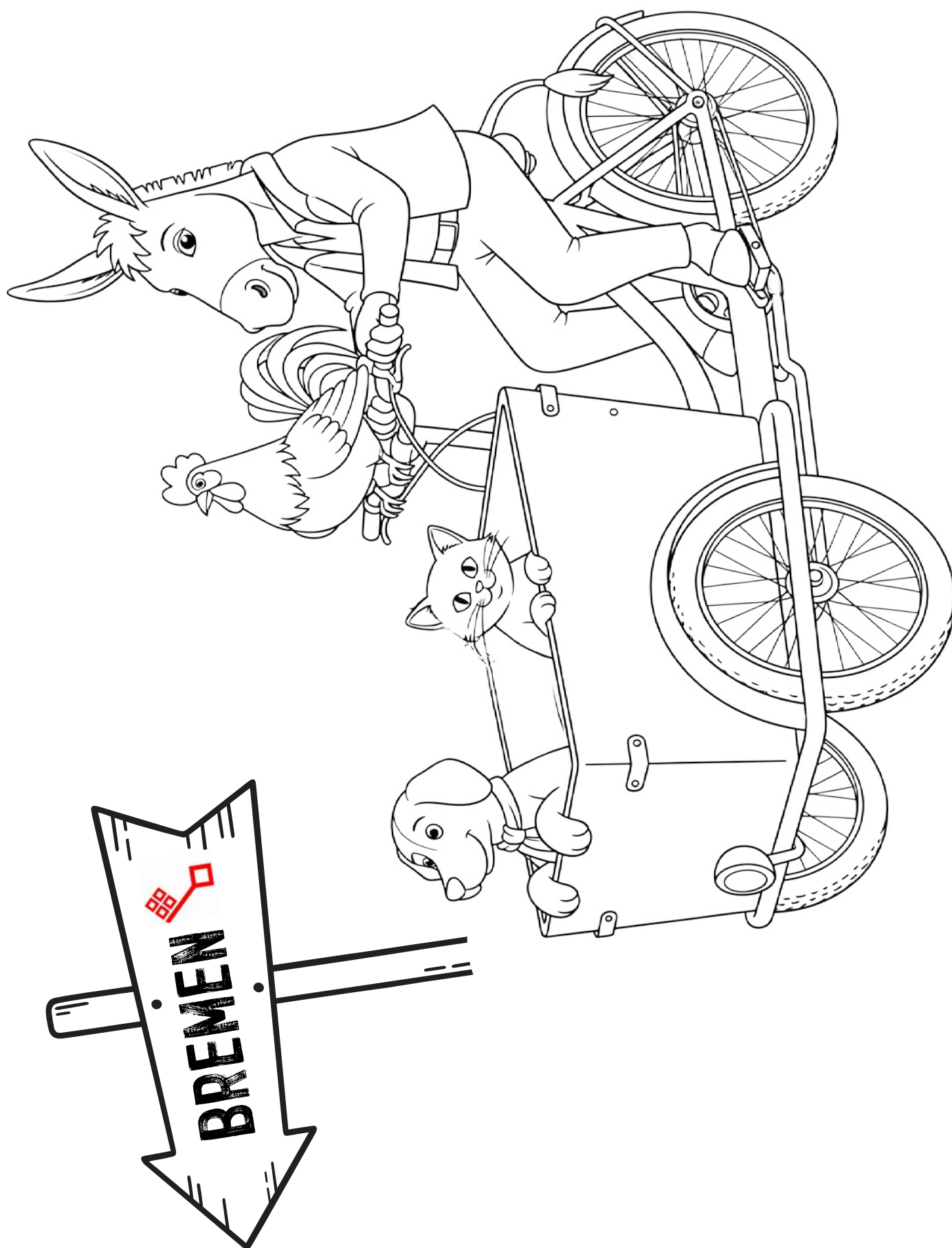
Sicher unterwegs

Gewöhne dein Tier langsam an das Fahrradfahren. Lass es den Korb oder Anhänger erst mal in Ruhe anschauen und belohne es mit Leckerlis.

Schick uns deine tollsten Bilder! Wir wollen sehen, wie dein Haustier mit dir Fahrrad fährt! pedal@adfc-bremen.de

Während der Fahrt gilt:

- Schütze die Augen deines Tieres vor Wind.
- Mach bei längeren Fahrten Pausen für Wasser und Bewegung.
- Bei großer Hitze bleibt besser zu Hause.
- Binde Hunde in offenen Anhängern immer an, damit sie nicht herausspringen.





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

Unterwegs Outlet Bremen

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

... und auf www.unterwegs.biz