





BIKE + GROW+SWITCH

MEHR INFOS HIER



**WACHSTUMS-
SCHUB?
KEIN DRAMA.**

CLEVER WECHSELN STATT NEU SUCHEN:

Mit **BIKE+ Grow+Switch** bringst Du das Kinderrad einfach zurück, sicherst Dir Deine Gutschrift und nimmst das nächste passende Rad mit.

Die Zukunft fährt Rad – das Welterbe auch

Wenn wir Gesundheitsförderung, moderne Verkehrspolitik und wirksamen Klimaschutz zusammendenken, entsteht ein starkes Bündnis für mehr Lebensqualität. Das Fahrrad spielt dabei eine Schlüsselrolle: Es hält Menschen fit, schafft lebenswerte Gemeinden und leistet einen wichtigen Beitrag zum Schutz unseres Klimas.

Deutschland braucht ein klares Bekenntnis zum Fahrradland. Dazu gehören konsequenter Ausbau der Radwegenetze, sichere und direkte Rad-schnellverbindungen, Fahrradbrücken sowie ausreichend gute und sichere Abstellanlagen. Wer mehr Menschen fürs Fahrrad gewinnen möchte, muss die Voraussetzungen dafür schaffen.

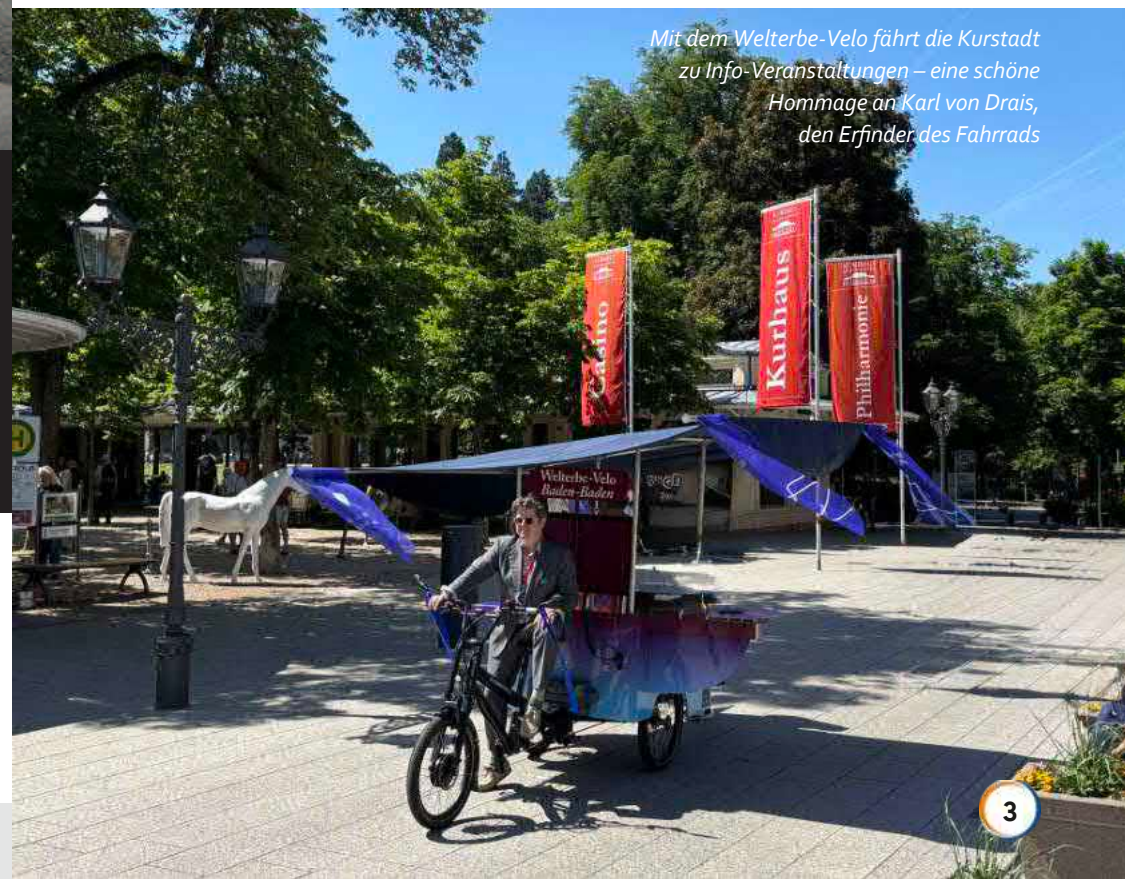
Auch vor Ort können wir viel bewegen. Der ADFC setzt sich Tag für Tag ein für bessere Bedingungen für den Radverkehr – mit verkehrspolitischem Engagement, Angeboten für Radfah-

rende und vielen Aktionen, die zeigen, wie vielfältig das Fahrrad ist. Einen Ausschnitt davon finden Sie in diesem Magazin und unserem Jahresrückblick auf Seite 38.

Damit unsere Stimme noch stärker wird, brauchen wir Ihre Unterstützung. Werden Sie aktiv beim ADFC und engagieren Sie sich gemeinsam mit uns für die gute Sache: für sichere Wege, nachhaltige Mobilität und mehr Lebensqualität in unserer Region.

Machen Sie mit beim www.STADTRADELN.de und beteiligen Sie sich am www.Fahrradklima-Test.de. Jede gefahrene Strecke und jede abgegebene Bewertung helfen, den Radverkehr sichtbarer zu machen und Verbesserungen anzustoßen.

Die Zukunft fährt Rad – fahren Sie mit!



Mit dem Welterbe-Velo fährt die Kurstadt zu Info-Veranstaltungen – eine schöne Hommage an Karl von Drais, den Erfinder des Fahrrads



Rad-Demo am Rhein: ADFC fordert sichere Übergänge für Radfahrende

Erinnern wir uns: 3. Mai 2025 – Für eine Fahrt wurde die sonst gesperrte Schleusenbrücke bei Iffezheim zum Symbol gelebter grenzüberschreitender Mobilität: Rund 80 Radfahrende folgten dem Aufruf des ADFC und demonstrierten mit einer länderübergreifenden Aktion für sichere Rheinüberquerungen.

2026 – Was hat sich seitdem getan ...

... und was gibt es Neues? Die Ergebnisse der Lenkungsgruppe aus Frankreich und Deutschland liegen inzwischen vor und wurden in einer Mitteilung des Regierungspräsidiums Karlsruhe im Februar von der Regierungspräsidentin Sylvia Felder begrüßt:

„Unsere Fachstellen auf beiden Seiten des Rheins haben pragmatische Vorschläge unterbreitet, die eine Perspektive für eine nachhaltige Lösung für alle Verkehrsträger eröffnen. Jetzt gilt es, die vielen weiteren Akteure mit ins Boot zu holen, damit wir zeitnah an die Umsetzung der vorgeschlagenen Maßnahmen gehen können.“ Weiter steht da: „Sobald der zweisprachige Endbericht in seiner definitiven Fassung vorliegt, wird dieser auf

der Homepage des RP Karlsruhe publiziert werden.“

Wir bleiben aber ungeduldig und skeptisch, u. a. wegen der „vielen weiteren Akteure“, die ins Boot müssen. Daher riefen wir auf zur erneuten Fahrrad-Demonstration am 14. Juni 2026. Die Polizei sperrte für uns die Brücke nach einer kurzen Ansprache und wir radelten auf französischer Seite rheinabwärts zur Wintersdorfer Brücke.

Die Demo im Juni 2026

Radfahrende wollen sicher und verlässlich über den Rhein. Das war die zentrale Botschaft des ADFC auf der Kundgebung an der Staustufe Iffezheim. Seit 2014 demonstriert der Kreisverband für eine sichere Verbindung für Rad- und

Fußverkehr zwischen Deutschland und Frankreich. Denn damals wurde die Überfahrt über die Staustufe für diese Zielgruppe gesperrt.

Laut Regierungspräsidium haben „Fachstellen auf beiden Seiten des Rheins pragmatische Vorschläge unterbreitet, die eine Perspektive für eine nachhaltige Lösung für alle Verkehrsträger eröffnen.“ Leider wurde der im Februar angekündigte Endbericht bisher noch nicht veröffentlicht. Und so blieben die Aussagen über die Zukunft des Radverkehrs vage.



Als Redner erkannte Manuel Hummel: „Das Recht auf kurze Wege und Leichtigkeit des Verkehrs scheint für die Radfahrenden nicht zu gelten.“ Er forderte: „Wir können und wir wollen nicht auf die große Lösung (B 500, Bahnbrücke) warten. Die RadfahrerInnen brauchen JETZT eine Quermöglichkeit, die keine Gefahr für Leib und Leben darstellt, die nicht nur für die Mutigen und Fitten geeignet ist, die kurzum einfach attraktiv ist.“





Über 50 Radfahrende folgten dem Aufruf des ADFC, nach einer Sperrung durch die Polizei einmal über die sonst für Radverkehr gesperrte Staustufe nach Frankreich zu radeln. Die Tour führte weiter über die Brücke Wintersdorf. Dort ist die Fahrbahn recht eng, was Autofahrer zu riskanten Überholmanövern verleitet. Der Belag mit Schienen und Kanaldeckeln ist für Radfahrende recht gefährlich. Anschließend fuhren einige Teilnehmer zum Abschlussessen am Rhein bei der Fähre Plittersdorf-Seltz. Diese stellt keine zuver-

lässige Verbindung dar, weil sie bei Nacht und Nebel sowie Hoch- oder Niedrigwasser nicht fährt. Deshalb fuhr auch der Bürgermeister von Roeschwoog, Michel Lorentz, mit und unterstützte die regelmäßige Erinnerung des ADFC, dass wir nicht nachlassen dürfen, eine Brücke für die Menschen der Region zu fordern.

„Am Rhein endet Europa nicht. Gerade hier muss nachhaltige Mobilität selbstverständlich sein – sicher für Kinder, Pendel- und Freizeitverkehr, zu Fuß und auf dem Rad“.



 76133 Karlsruhe · Waldstraße 58 · 0721 22238 · www.radundtat.net

www.FahrradKlima-Test.de

Jetzt zählt Ihre Stimme fürs Fahrradklima!

Es gibt nicht nur das allgemeine Klima, das angesichts steigender Zahlen von Radfahrenden aufatmet. Es gibt auch das Fahrradklima vor unserer Haustür: Fühle ich mich auf meinem täglichen Weg sicher? Gibt es gute Radwege? Rücksicht? Abstellmöglichkeiten? Oder endet der Radweg plötzlich im Nichts?

Genau darum geht es beim ADFC-Fahrradklima-Test. Vom 1. September bis 30. November können Radfahrende bundesweit bewerten, wie fahrradfreundlich ihre Stadt oder Gemeinde wirklich ist. Nicht theoretisch. Nicht aus Verwaltungsperspektive. Sondern aus Sicht der Menschen, die jeden Tag im Sattel sitzen.

Der Fahrradklima-Test ist weit mehr als eine Umfrage. Er ist ein deutliches Signal an Politik und Verwaltung: Wir fahren Rad. Wir werden mehr. Und wir wollen gute Bedingungen dafür. Je mehr Menschen teilnehmen, desto stärker wird diese Stimme.

Die Zahlen zeigen, wie groß die Bewegung bereits ist: Beim letzten Fahrradklima-Test machten über 212.000 Menschen für mehr als 1.000 Orte mit. Gleichzeitig steigt der Anteil der Pedelec-Nutzenden rasant. Gerade in unserer Region mit Vorbergzonen und Schwarzwald wird das Fahrrad dadurch für immer mehr Menschen alltagstauglich. Gute Infrastruktur wird deshalb nicht irgendwann wichtig – sondern jetzt!

Und Veränderungen sind möglich. Oft reichen konkrete Hinweise aus der Bürgerschaft, damit gefährliche oder lästige Situationen verbessert werden. Wo Verwaltung, Politik und Radfahrende im Gespräch bleiben, bewegt sich etwas. Genau deshalb ist jede Teilnahme wichtig.

Denn wer beim Fahrradklima-Test mitmacht, tut mehr, als nur Fragen anzuklicken. Wir helfen dabei, sichtbar zu machen, was gut läuft, wo Probleme liegen und was sich ändern muss. Jede Stimme macht den Radverkehr ein Stück stärker.

Also: Merken Sie sich den Herbst vor. Reden Sie mit. Bewerten Sie Ihre Wege, Ihre Stadt, Ihren Alltag auf dem Rad. Damit aus vielen einzelnen Erfahrungen ein gemeinsames Signal wird: Diese Region soll fahrradfreundlicher werden.

Infos und Teilnahme finden Sie unter:
www.Fahrradklima-Test.de

Vorbild Vorjahres-Zweiter Freiburg

2024 erreichte Freiburg nach Münster und vor Karlsruhe den 2. Platz unter den großen Städten beim Fahrradklima-Test: Die deutsche Öko-Hauptstadt Freiburg als Vorbild. Das Europapark Stadion ist ja eh schon das nachhaltigste deutsche Stadion. Zudem mit dem sanftesten Verkehrskonzept: Es gibt überhaupt keine großen Autoparkplätze mehr an der Arena, dafür ein hocheffizientes Zubringerkonzept anderer Verkehrsträger, auch das Fahrrad gehört dazu.

Ein herausragendes Beispiel ist der Dienstad leasing-Anbieter JobRad, der im März 2023 gemeinsam mit dem SC Freiburg die Charity-Aktion „Fahrrad-Fan-Zahl“ ins Leben rief. Für jeden Fan, der mit dem Fahrrad zu einem Heimspiel kommt, spendet JobRad einen Euro an eine gemeinnützige Organisation. Seit Beginn der Zählung ist der Anteil der Rad fahrenden Fans laut dem SC Freiburg um rund 15 Prozent gestiegen ...



Ein Jahr Lastenrad in Sandweier

Nun ist es schon vorbei! Das erste Jahr mit unserem ADFC-eLastenkarle Sandweier. Das Rad wurde von rund 20 verschiedenen Menschen ausgeliehen und schon über 2.000 km bewegt. Noch entwickelt sich dabei keine rechte Konstanz: Oft bleibt es beim einmaligen Leihen, wobei es mehrere Nutzende gab, die sich begeistert über das Rad und seine Möglichkeiten äußerten und es wieder nutzen wollen.

Ein paar besondere Einsätze gab es, die hier Erwähnung finden sollen:

- Hobbygärtner transportieren Werkzeuge und Heckenschnitt. Nicht jeder kommt an einen Anhänger und die Abholungen sind selten.
- Getränkekisten lassen sich ökologisch wertvoll transportieren.
- Wir haben getestet, wie gut sich das Rad mit einem Carla Cargo Schwerlastanhänger verträgt. FÜNF METER FAHRRAD mit einer Gesamtzuladung von ca. **286 kg!** Faszinierend: Es fährt sich super! Auch, wenn der Akku natürlich deutlicher absinkt. Perfekt für den Transport von Lasten, insb. wenn noch Kinder mitfahren sollen.

- Das Rad wurde für einen Filmdreh eingesetzt, dabei fuhren die Filmemacher mit Kamera an Bord durch die grüne Einfahrt und simulierten damit einen Spaziergang.

Das Rad kann von JEDEM – ADFC-Mitglied oder nicht – **KOSTENLOS** via lastenkarle.de ausgeliehen werden!

Übrigens: Dort kann man auch die verwendete Carla Cargo aus Malsch finden.





Cycling Cities – Erkenntnisse aus europäischen Fahrradstädten

Ingwar Perowanowitsch, Macher des Films „Cycling Cities“, berichtete im April 2026 in Baden-Baden vor rund 50 Interessierten von seiner Reise zu Europas führenden Fahrradstädten – und lieferte klare Botschaften: Mut zur Verkehrswende zahlt sich aus.

Seine zentrale Beobachtung: Dort, wo Politik den Autoverkehr konsequent begrenzt und Rad- sowie Fußverkehr stärkt, steigt die Lebensqualität für alle spürbar. Die Folge: Diese Politik wird von den Bürgern bestätigt – oft sogar durch Wiederwahl. Beispiele dafür finden sich in vielen Städten seiner Reise, aber auch in Ljubljana, wo ein deutlicher Wandel gelungen ist.

Einmal umgesetzt, sind diese Veränderungen kaum umkehrbar. Zu sichtbar sind die Vorteile – selbst für Autofahrende. Die Niederlande zeigen, wie so etwas entsteht: Aus Protesten, gesellschaftlichem Druck und äußeren Krisen entwickelte sich seit den 1970er-Jahren ein konsequent fahrradfreundliches Land.

Besonders eindrucksvoll ist der Wandel der Innenstädte: Sie werden kleinteiliger, lebendiger

und attraktiver. Kleine Läden kehren zurück, große Ketten passen sich an. Das oft beschworene „Ausbluten“ durch weniger Autoverkehr? Laut Perowanowitsch ein Mythos – tatsächlich wachsen Aufenthaltsqualität und wirtschaftliche Vielfalt.

Auch die Zahlen sprechen für sich: In Paris sank die Luftverschmutzung deutlich, während allein auf der Rue de Rivoli täglich rund 15.000 Menschen radeln. Utrecht bietet 12.500 sichere Fahrradstellplätze am Bahnhof. In Amsterdam nutzen über die Hälfte der 900.000 Einwohner regelmäßig das Rad – und bewahren damit das historische Stadtbild.

Fazit: Die Verkehrswende ist kein Verzicht, sondern ein Gewinn – an Lebensqualität, Sicherheit und urbaner Zukunft.



Ingwar Perowanowitsch während seines Vortrags in Baden-Baden

AOK 

**Auf die Plätze,
fertig, **Belohnung.****

Immer die AOK, die du brauchst.

Mit dem AOK-Bonusprogramm für Sport Prämien kassieren: **immer-was-du-brauchst.de**

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

Jetzt
zu Top-
Leistungen
wechseln!



Fahrradfreundlicher Bahnhof Rastatt bietet mehr Platz fürs Rad

Die neuen Fahrradabstellanlagen am Rastatter Bahnhof stehen kurz vor der Fertigstellung und sorgen beim ADFC für große Freude. Die bisherige Situation wurde seit Jahren kritisiert: zu wenige Stellplätze, schlechte Beleuchtung, Vandalismus und mangelnde Aufenthaltsqualität machten den Bereich für viele Pendelnde unattraktiv.

Mit den neuen Anlagen verbessert sich die Situation nun deutlich. Die Zahl der Stellplätze steigt spürbar, zusätzlich entstehen neue Abstellmöglichkeiten am nördlichen und südlichen Bahnhofsausgang sowie auf der westlichen Seite der Bahnhofstraße. Auch Stellplätze für Lastenräder und gesicherte Anlagen mit Abo-Nutzung sind vorgesehen.

Zum Einsatz kommen moderne Doppelparkanlagen von Orion-Bausysteme sowie Fahrradüberdachungen und Sammelschließanlagen des regionalen Herstellers Kienzler Stadtmöbiliar aus Hausach. Die neuen Radabstellanlagen wurden im Rahmen der Bike-and-Ride-Offensive der

Deutsche Bahn realisiert. Die modernen Anlagen bieten mehr Kapazität und schützen gleichzeitig besser vor Vandalismus. Insgesamt gewinnt der Bahnhof damit deutlich an Qualität und Attraktivität als Eingangstor zur Stadt.

Die Buchung der gesicherten Radabstellplätze erfolgt online über die Rad-Safe App oder die Buchungsplattform www.rad-safe.de, die von Kienzler Stadtmöbiliar betrieben wird.

Der ADFC begrüßt diese Entwicklung ausdrücklich. Gute Fahrradabstellanlagen sind ein wichtiger Baustein für einen funktionierenden und klimafreundlichen Pendelverkehr.



sicher.nachhaltig.mobil



Sicheres Fahrradparken – modern, flexibel, zuverlässig

Unsere innovativen Lösungen für das Fahrradparken bieten maximale Sicherheit und höchsten Komfort. Von Bike and Ride Boxen über Sammelschließanlagen bis hin zu Schließfachanlagen mit optionalen Lademöglichkeiten – wir schaffen passgenaue Lösungen für Städte, Kommunen und Mobilitätsstandorte.

Als führender Anbieter hochwertiger Stadtmöblierung verbinden wir modernes Design mit intelligenter Technologie. Mit den KINUS Buchungs- und Zugangssystemen wird die Nutzung gesicherter Fahrradabstellanlagen besonders einfach und komfortabel.

Ihre Vorteile mit der KINUS Flex Zugangssteuerung:

- > Flexible Zutrittsmöglichkeiten per QR-Code, PIN-Code oder RFID-Chipkarte
- > Intuitive Bedienung dank Farbdisplay und Fernwartung
- > Zuverlässiger Schutz vor Vandalismus und unbefugtem Zugriff



So einfach funktioniert's:

1. Online buchen und bezahlen
2. Vor Ort per QR-Code, PIN-Code oder RFID-Chipkarte öffnen
3. Fahrrad sicher parken

Besuchen Sie uns!



kienzler.com



Kienzler Stadtmöbiliar GmbH
Vorlandstraße 5
77756 Hausach
Telefon 07831/788-0
info@kienzler.com



Impressionen von den neuen
Fahrradabstellanlagen



Doppelstockparker

Stellplatzoptimierung mit System!

- Überdachungsanlagen
- Fahrradparksysteme
- Stadtmobiliar



www.orion-bausysteme.de

Zählstelle an der grünen Einfahrt

Die Zählstelle an der grünen Einfahrt ist seit April 2024 nun schon über zwei Jahre in Betrieb. Die Achse über die grüne Einfahrt und die Lichtentaler Allee ist unsere Hauptschlagader des Radverkehrs. Deshalb ist hier eine der Öffentlichkeit zugängliche Darstellung des Radverkehrs sinnvoll. Radfahrenden wird gezeigt: Du wirst gesehen, wir zählen Dich, Dein Beitrag zur Verkehrswende wird wahrgenommen.

Die Zählstelle ist Teil der Fördermaßnahme „Radallee“. Die Stadt muss vor und nach Durchführung des Maßnahmenbündels „Radallee“ über einen gewissen Zeitraum den Radverkehr messen, um die Wirksamkeit und den Nutzen für den Umweltschutz nachzuweisen. Allein aus diesem Grund können wir nicht auf eine Radzählung verzichten. Genauso wird übrigens auch der Autoverkehr auf der B 500 erfasst.

Jährlich passieren ca. 300.000 Radfahrende. An manchen Tagen sind es nur wenige hundert, aber an Spitzentagen wurden auch schon über 2.000 Fahrräder gezählt. Nur wer es fährt, fühlt, wie es rollt. Räder mit Carbonrahmen sind nicht mitgezählt, da die Induktionsschleifen sie nicht erfassen.

Die Stadt zählt mit, beobachtet genau und wird aus den Zahlen Ihre Schlüsse ziehen. Bei steigender Akzeptanz des Verkehrsmittels Fahrrad werden auch die Maßnahmen intensiviert. Es liegt also in unserer Hand, mit verstärkter Nutzung des Fahrrads die Frequenz an der Zählstelle zu steigern und vielleicht irgendwann in näherer Zukunft die Fahrradbrücke über den Verfassungsplatz zu erradeln. Das ist dann nach superschöner und schneller Fahrt vom Bahnhof bis zum Verfassungsplatz die logische Fortsetzung zum Festspielhaus und in die Innenstadt.



Die Zahl der Pendelnden vom Bahnhof z. B. zum SWR ist nicht zu vernachlässigen und allgemein noch ausbaufähig. Steigende Kraftstoffpreise und Umweltbewusstsein helfen uns so hier.

Unter <https://stadtbaden-baden.eco-counter.com> sind die aktuellen Zahlen frei abzurufen.

Wir sehen zweierlei. Wie genau die Stadt die Entwicklung beobachtet. Und wie äußere Rah-

menbedingungen unmittelbar Einfluss auf das Verkehrsaufkommen haben. Wenn es angenehmer wird, wird mehr geradelt. Gehen wir es also an und fahren mehr Rad, dann wird dem Radverkehr auch mehr geholfen.



Fahrradgarderobe ...

... beim Zwetschgenfest in Bühl ...

Auch beim traditionsreichen Zwetschgenfest in Bühl, das jedes Jahr Tausende anzieht, ist der ADFC aktiv. Seit 2017 betreuen Engagierte am Samstag und Sonntag bis in die Abendstunden eine kostenlose Fahrradgarderobe: Fahrrad abgeben und Abholschein mitnehmen.

Neben dem sicheren Abstellen der Fahrräder lädt der Infostand außerdem zu interessanten Gesprächen rund ums Radfahren ein – ein Angebot, das gerne genutzt wird.

... und beim Tête-à-Tête in Rastatt

Wenn Rastatt im Zeichen des internationalen Straßentheaters steht, verwandelt sich die Stadt beim Tête-à-Tête in eine lebendige Bühne voller Kreativität und Begegnungen. Seit 2016 sorgt der ADFC für praktische Unterstützung: mit einem gut organisierten Fahrradparkplatz, der von den Besuchenden begeistert angenommen wird.

Das Ergebnis: keine wild abgestellten Fahrräder, sondern sichere und geordnete Abstellmöglichkeiten. So können die Gäste das Festival unbeschwert genießen – in dem guten Gefühl, dass ihr Fahrrad bestens aufgehoben ist.





Kinderfahrrad-Parcours: Mit Spaß sicher Rad fahren lernen

Bei unserem Kinderfahrrad-Parcours lernen Kinder spielerisch den sicheren Umgang mit dem Fahrrad. An verschiedenen Stationen trainieren sie Balance, Bremsen, Kurvenfahren und Aufmerksamkeit im Straßenverkehr.

Dabei steht der Spaß immer im Vordergrund: Ohne Druck können die Kinder Neues ausprobieren und erleben, wie viel Freude Fahrradfahren macht.

Unser Parcours wird von engagierten Ehrenamtlichen unterstützt. Deshalb freuen wir uns

jederzeit über Helfende, die Lust haben mitzumachen und Kinder auf ihrem Weg zu sicheren Radfahrenden zu begleiten.

Gemeinsam erreichen wir, dass Kinder sicher, selbstbewusst und mit viel Freude auf dem Fahrrad und in Bewegung sind.



Erfahrungen beim ersten Einsatz

Ich ließ mich überreden, den Parcours mal auszuprobieren, schnappte mir ein Rad und machte mich beherzt daran, die mit Klötzchen gelegten engen Kurven, das Rüttelbrett, die hohe Rampe, die seitlich schiefe Ebene und die Wippe zu befahren. Mein Beispiel zeigt, dass dieser Parcours dem Gleichgewichtssinn und der Koordination von Körper, Flieh- und Erdanziehungskraft einiges abverlangt! Denn auch die Kinder nehmen ja die von uns bereitgestellten Räder in verschiedenen Größen.

Sie lernen, in einer sehr engen Fahrspur die Kurve zu kriegen, die Geschwindigkeit zu dosieren und das Gleichgewicht zu halten. Einige können das bereits. Sie machen die Erfahrung eines plötzlichen Wechsels des Bodenbelags. Das kann erschrecken, sie werden verlangsamt und sind nicht darauf gefasst, die Trittkraft zu erhöhen. Das kann zu unkontrolliertem Verhalten auf der Fahrbahn führen. Wer das auf unserem Parcours ein paar Mal erlebt hat, wird nicht den Lenker verreißen oder stehen bleiben, wenn er mal auf den unbefestigten Randstreifen oder eine Kiesfläche trifft. Unsere Rampe ist ebenfalls anspruchsvoller als sie aussieht. Wir schieben am Rücken oder am Sattel auch mal unauffällig, wenn ein Kind nicht den erforderlichen Schwung aufbringt. Hier geht es darum, dass das Kind Mut fasst, es mit erhöhter Geschwindigkeit auf die Rampe schafft und oben möglichst nicht stehen bleibt, sondern gleich die Abfahrt bewältigt, um danach kontrolliert zu bremsen. Es erfordert neben dem Mut Übersicht, schnelle Reaktionen und die Anpassung an kurz hintereinander auftretende Herausforderungen.

Die schiefe Ebene erfordert eine andere Art, Geschwindigkeit und Gravitation auszutarieren. An der Wippe ist die Herausforderung weniger die Höhe des Hindernisses, sondern die unerwartete Änderung der vertikalen Fahrtrichtung, der Umgang mit dem Kipppunkt als Vorbereitung auf unerwartete Änderungen des Fahrverhaltens. Und das Üben von Balance und Dosierung der Geschwindigkeit.



Ich war überrascht, dass kaum ein Kind den Parcours verweigerte, also von ihrem Mut von sehr klein bis jugendlich. Die Fähigkeiten liegen weit auseinander. Es gibt Kinder, die noch nicht wirklich mit Pedalen gekonnt umgehen. Es gibt diejenigen, die Balance und Geschwindigkeit üben müssen. Und es gibt die Könner, die von Anfang an mit Bravour dabei sind. Denen merkt man an, dass sie das längst woanders geübt haben.

Es gibt kaum ein Kind, das sich nicht im Laufe der Runden verbessert. Angesichts der unterschiedlichen Ausgangssituationen ist es auch ein inklusives Projekt. Alle haben Erfolgserlebnisse, auch der offensichtlich geistig behinderte kleine Junge, der am meisten Unterstützung braucht.

Für mich war spannend, in sehr unterschiedliche Kindergesichter zu schauen. Nicht nur ihr Alter differenzierte sie voneinander, sondern vor allem, wie sie die Herausforderung annahmen. Da konnte ich Charakterstudien machen. Da gab es die verbissenen, die entspannt lächelnden, die ängstlichen, die entschlossenen und die ungerührten Gesichter.

Und fast alle stellten sich der Aufgabe! Und alle machten wichtige Fortschritte!

Wir haben so sicherlich einige heikle Situationen im jungen Leben der Nachwuchs-Radler verhindern können; angesichts des kindlichen Bewegungsmangels eine immer wichtiger werdende Aufgabe.



Gebaut aus alten Fahrradkartons, umweltfreundlich unterwegs: „Mayers kleines Fahrrad-Theater“ erzählt die Geschichte von der Erfindung des Fahrrads! Ein kleines mobiles Papiertheater.

Für Kinder, für Junggebliebene und für alle Radler sowieso!



Hier gibt's viel Spannendes über das Zweirad zu erfahren!

DIE LAUFMASCHINE, geschrieben & gezeichnet von Uwe Mayer



Unterwegs mit „Mayers kleines Fahrrad-Theater“

Uwe Mayer und sein Papiertheater auf zwei Rädern. Meist mit im Gepäck: „Der kleine Herr Drais“!

Was wäre das Fahrrad ohne Karl Drais? Hätte es dieses noble Fahrzeug etwa nie gegeben? Kein Radler will sich das wirklich vorstellen. Aber interessant ist natürlich: Wie kam es dazu? Warum hatte der Karlsruher Erfinder das Fahrrad erfunden?

Unser ADFC-Mitglied, der Baden-Badener Kinderbuchautor & Illustrator Uwe Mayer, ist diesen Fragen längst nachgegangen. Er hat ja ein sehr schönes Bilderbuch darüber geschrieben und gezeichnet: „DIE LAUFMASCHINE – Vom Herrn Baron von Drais und seiner erstaunlich nützlichen, fabelhaften Erfindung!“

Das war ihm nicht genug. Also hat er sich ein schönes altes Bäckerfahrrad gekauft. Und dafür hat er dann ein originelles Papiertheater aus recycelten Fahrradkartons gebaut. Um mit diesem durchs Land zu tingeln und seine Geschichte mit seinen Bildern Jung & Alt zu erzählen – auf Stadtfeesten, Fahrradfestivals, Stadtradeln-Events, Schulfesten und in Bibliotheken, wohin man ihn eben einlädt.

So sah man ihn jüngst auch beim Welterbefest Baden-Baden bei Leseauftritten und am 18. Juli

wird er beim großen Mannheimer Fahrradfestival monnem bike dabei sein.

„Meine größte Motivation ist mir, allen kleinen und großen Leuten den genialen Drais und seine enorme Leistung näher zu bringen!“ erklärt Mayer. „Man muss sich mal vorstellen: bis der Drais 1817 mit seiner Draisine daherkam, waren alle Menschen, zu allen Zeiten, in allen Kulturen, zu Land auf Lastenzugtiere angewiesen – das Laufrad war das Fahrzeug, mit dem man zum ers-



Bildmaterial: © Uwe Mayer

ten Mal unabhängig und ohne Tiere zu brauchen, reisen konnte!“

Zwischenzeitlich gibt es in Deutschland in etwa soviele Fahrräder wie Menschen und weltweit sind locker mal eine Milliarde Radelnde und mehr damit unterwegs. ... Nur, wieviele wissen, wer's erfunden hat?

Es bleibt also viel zu tun für Uwe Mayer.

Gut dass er jetzt Verstärkung hat! Denn er hat den genialen Erfinder auch noch als Stabpuppe gemacht. Charmant und – wie damals so üblich – gut gekleidet.

„Der kleine Herr Drais“ begleitet ihn jetzt auf seinen Schulbesuchen, hilft ihm bei seinen Lesungen. Nach den Shows mit dem Fahrrad-Theater gibt der kleine Drais gerne Interviews. „Denn, es ist ja spannend zu hören, wie das damals so war“.

Schullesungen finden in aller Regel aber mit Bildprojektion über einen Beamer statt. „Bei bis zu 60 Kindern pro Leseauftritt eignet sich ein großes Kino-Format natürlich besser“, sagt Mayer. Zum Schluss gibt es noch ein lustiges Quiz zum Thema. Das übernimmt der kleine Erfinder dann meist persönlich.

Kinder lieben ihr Fahrrad. Und man darf davon ausgehen: Nach dem Schulbesuch lieben alle auch Karl Drais!

Eines interessiert uns aber noch: Wie kam der Illustrator auf die Idee ein mobiles Papiertheater

zu bauen? Der „Theater-Direktor“ lächelt.

„Dazu inspiriert hatte mich das japanische Kamishibai (heißt: Papiertheater). Traditionell waren die Kamishibai-ya meist Süßwarenverkäufer, solo auf ihrem Fahrrad unterwegs. Auf dem Gepäckträger war eine erstaunlich große Holzkiste mit Schubladen aufgebracht. Darin war ihre Ware untergebracht und auch ein Set an Bildkarten. Sie waren richtig gute Storyteller und nutzten dafür die Bilder. Stationär am Platz, lockten sie mit Geräuschen die Kinder an, ihr Hauptpublikum. Auf der Theater-Kiste befand sich eine Art Bilderrahmen mit Türchen. Dieser wurde hochgeklappt, die Bildkarten eingesetzt und das Bilderkinobegann. Die Geschichte gab es umsonst. Dann durften die Kinder Süßes kaufen! Das Kamishibai ist unter Japanern mit viel Nostalgie behaftet.“

Mit oder ohne Fahrrad-Theater, Uwe Mayers wahre Geschichte von der Erfindung des Fahrrads ist sicher ein schöner Programmpunkt für jedes Kinder- und Familienpublikum sowie in Schulen. – Man kann die beiden buchen!



Alle weiteren Infos:
www.die-laufmaschine.de





STADTRADELN

28.06. – 18.07.26

Suche auf www.stadtradeln.de nach **Deiner Kommune** und melde Dich an!

Codierung verrät, wem das Fahrrad gehört

„Code Red“, „da Vinci Code“ ... Bei dem Stichwort „Code“ denke ich sofort an Hollywood. Diese Codes bleiben natürlich geheim, bei uns geht es ganz öffentlich und werbewirksam für den ADFC zu.

Zum Glück gibt es aber auch ganz reale (ganz und gar nicht geheime) „Codes“: die Fahrrad-Codierung des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club, die Fahrräder besser schützt. Ehrenamtliche (bei uns Robert Stephan und Reiner Zimmer) bieten regelmäßig Codierungstermine an – siehe Terminübersicht in der Heftmitte und auf der Homepage.



Robert, einer unserer „Rad-Tätowierer“, berichtet, dass auch schon mal jemand mit fünf Rädern kommt. Auch Anhänger und Rollatoren hat er schon codiert.

Eine Codierung macht gestohlene Fahrräder deutlich schwerer verkäuflich und hilft Polizei sowie Fundbüros, schnell zu ermitteln, wem ein Fahrrad gehört. Der persönliche EIN-Code wird dauerhaft am Rahmen als Prägung angebracht. Auch bei hochwertigen Rädern wirkt die Codierung abschreckend. Sie erhöht die Chance, ein gestohlenen Fahrrad wiederzubekommen.

Der Code setzt sich aus Buchstaben und Zahlen zusammen und enthält verschlüsselte Hinweise auf Wohnort und Eigentümer:innen. Dadurch können aufgefundene Fahrräder schnell zugeordnet werden.

Eine Rahmennummer allein reicht dafür oft nicht aus, denn sie enthält keine Informationen

über die Eigentümer:innen. Deshalb empfiehlt der ADFC grund- und zusätzlich einen Fahrradpass, in dem Rahmennummer, Codierung und besondere Merkmale dokumentiert werden.

Auch bei einem Umzug bleibt die Codierung sinnvoll: Die Polizei kann über Melderegister weiterhin die Person ermitteln, der das Rad gehört.

Für die Codierung benötigt man Fahrrad, Ausweis und einen Eigentumsnachweis. Die Kosten liegen bei etwa 12 – 15 Euro, für ADFC-Mitglieder oft günstiger. Der ADFC empfiehlt deshalb, Mitglied zu werden, um in den Genuss des Mitgliedsdervorteils zu gelangen. Die eigentliche Codierung dauert meist nur etwa 10 bis 20 Minuten – kann aber langfristig viel Ärger ersparen.

Weitere Infos und den persönlichen Code-Generator gibt es unter: www.adfc.de/code



„Wenn man niedergeschlagen ist, wenn einem die Tage immer dunkler vorkommen, wenn die Arbeit nur noch eintönig wird, wenn die Hoffnung kaum noch lohnenswert erscheint, dann steigen Sie einfach auf ein Fahrrad und fahren Sie die Straße hinab, ohne Gedanken an irgendwas außer Ihrem wilden Ritt.“

Sir Arthur Conan Doyle (1859–1930),
Schriftsteller „Sherlock Holmes“

JUNI

28.6.–18.7. Stadtradeln

JULI

K, I	Sa	4.7.	KinderFahrradParcours Bühler Kinderspaß 10–16 Uhr
C, I	Sa	4.7.	Kappelrodeck Codierung ADFC Ortenaukreis 11–17 Uhr Brandeck
	Fr	10.7.	Fundsachen-Versteigerung BAD Briegelackerstr. 21
C	So	12.7.	Durmersheim Freibad Codierung 11–14 Uhr
C, I	Sa	18.7.	Baden-Baden Fieserbrücke Codierung 11–13 Uhr
	Mo	27.7.	Rollerparcours 16–19 Uhr Tag der Olympiade Stadtteilstadtteilfest Briegelacker
S	Di	28.7.	Radlertreffen Bühl 19 Uhr Torres Tapas, Hauptstr. 66
S	Fr	31.7.	Radlertreff Rastatt

AUGUST

T	So	2.8.	Tour de Murg mit Dampfzug
T	Fr	7.8.	Kinzig-Murg-Rinne Tour ab Steinbach
	Sa	8.8.	15:00 ADFC-Mitgliederversammlung RA Naturfreundehaus
	Sa	8.8.	Sommerfest RA Naturfreundehaus
F	Mi	26.8.	FKT: Mehr Klicks ADFC-Akademie
C	Do	27.8.	Detlefs Fahrradstall Achern-Fautenbach 16:30–18:30 Codierung
S	Fr	28.8.	Radlertreff Rastatt

SEPTEMBER

		1.9.–30.11.	www.Fahrradklima-Test.de
C	Do	3.9.	Bike-Zentrum Schwarzach 16:30–18:30 Codierung
P, I	Sa–So	12.–13.9.	Zwetschgenfest Bühl Fahrradparkplatz
		16.–22.9.	Europäische Mobilitätswoche
	Fr	18.9.	Park(ing) Day
	Sa	19.9.	Fahrradfahrtschule für Erwachsene, die Radfahren lernen wollen, ADFC Offenburg (4 Termine)
C, I	Sa	19.9.	Bühl Bauernmarkt Codierung
S	Di	22.9.	Radlertreffen Bühl 19 Uhr Torres Tapas, Hauptstr. 66
S	Fr	25.9.	Radlertreff Rastatt
F	Fr	29.9.	Mitglieder gewinnen ADFC-Akademie

OKTOBER

		1.9.–30.11.	www.Fahrradklima-Test.de
K, I	So	4.10.	KinderFahrradParcours RA Bauernmarkt 13–18
	So	18.10.	Kirwe + Klimamarkt Sinzheim Markt 11–18
	Fr	23.10.	Planungsnachmittag Linde BAD-Steinbach 15 Uhr
	Fr	23.10.	Helferessen
S	Fr	30.10.	Radlertreff Rastatt

AB NOVEMBER / AUSBLICK

		1.9.–30.11.	www.Fahrradklima-Test.de
S	Fr	27.11.	Radlertreff Rastatt
T	So	6.12.	Kein Nikolaus ohne R(o)ute
T, S	Mi	6.1.27	Anradeln

Radlertreffs in Bühl und Rastatt

Auf den regelmäßigen Treffen tauschen wir uns nicht nur über die letzten Touren aus, sondern auch über aktuelle Themen der Verkehrspolitik. Wir informieren, diskutieren, entwickeln gemeinsam Ideen, wie wir Fahrradfreundlichkeit in unserer Stadt und Region verbessern können.

Auch Entwicklungen im Verein kommen nicht zu kurz. Hier erfährst du aus erster Hand, was es Neues im Verein gibt und wie du dich einbringen kannst, wenn du möchtest.

Ob passionierte Radler, umweltbewusste Mobilitätsfans oder einfach nur gesellige Menschen – kommt vorbei und lasst uns gemeinsam eine gute Zeit haben. Der ADFC-Radlertreff bietet die perfekte Gelegenheit, Gleichgesinnte kennenzulernen, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam die Freude am Fahrradfahren zu teilen.

Radlertreff in Bühl

Neben den Feierabend-Touren veranstaltet der ADFC in Bühl wieder einen Radlertreff.

Am 28.7. und 22.9. treffen sich Interessierte ab 19 Uhr in Torres Tapas, Hauptstr. 66, Bühl. Gesprochen wird über alles rund ums Radfahren. Wer davon unabhängig mit dem Ansprechpartner Bühl Kontakt aufnehmen möchte, sendet eine Mail an Dirk.Buehler@ADFC-bw.de

Radlertreff in Rastatt

Die etablierten Radlertreffen in Rastatt sind weiterhin **am letzten Freitag im Monat, also am 31.7., 28.8., 25.9., 30.10., 27.11.**

Jeweils ab 19 Uhr finden die Treffen in wechselnden Lokalen statt, die kurz vorher über <https://Baden-Baden.ADFC.de> sowie www.instagram.com/adfc.badenbaden.buehl.rastatt veröffentlicht werden. Falls du Fragen hast oder weitere Informationen benötigst, kontaktiere uns über Rastatt@ADFC-bw.de.

Auf eine gesellige Runde und viele spannende Gespräche!



Mitgliederversammlung

Wir laden herzlich ein zur Mitgliederversammlung des ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt am **Sa, 8.8.2026, 15 Uhr** im

Naturfreundehaus Rastatt
Brufertstr. 3
76437 Rastatt

Auch Freunde, Bekannte und Gäste sind herzlich willkommen.

Tagesordnung:

- Begrüßung
- Jahresrückblick (siehe Seite 38)
- Kassenbericht
- Bericht der Kassenprüfer
- Entlastung des Finanzreferenten
- Entlastung des Vorstands
- Wahlen (Falls Nachbesetzungen nötig würden)
- Anträge
- Sonstiges

Im Anschluss an die MV findet das Sommerfest des ADFC statt.



Feierabend- und After-Work-Radtouren

Liebe Fahrradfreundinnen und -freunde, durch die ganze Fahrradsaison – also ab Mitte April bis Ende September – laden die Rad-Tourenleiter regelmäßig zu so genannten „Feierabendtouren“ und „After Work Touren“ ein.

Bei den Feierabendtouren handelt es sich um einfache Touren, die eine mittlere Kondition und keines besonderen fahrerischen Könnens bedürfen. Wir fahren in der Regel zwischen 25 und 35 km, zumeist in der Ebene, selten auch in der Vorberg-zone mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit in der Ebene von ca. 18 km/h. Da die meisten Teilnehmer über Pedelegs verfügen, ist die konditionelle Herausforderung recht überschaubar. Einen Versuch ist es immer wert. Also nicht zögern und zu den Treffpunkten kommen. Zu Ihrer eigenen Sicherheit empfehlen wir, beim Radfahren immer einen Fahrradhelm zu tragen.

Etwas anspruchsvoller sind unsere „After Work Touren“. Bei diesen können 500 hm zusammenkommen bei deutlich höherer Durchschnittsgeschwindigkeit von ca. 22 km/h. Diese Touren

setzen Kondition und Übung voraus. Ein Fahrradhelm ist Pflicht! Radfahren ist wie jede Bewegungssportart mit Risiken verbunden. Unfälle können auch bei großer Sorgfalt des Tourenleiters nicht ganz ausgeschlossen werden. Wir treffen uns regelmäßig, meist abwechselnd in Bühl am ZOB und in Sinzheim an der Fremersberghalle; bis Ende August um 18:00 Uhr, im September ab 17:00 Uhr. **Die geplanten Treffpunkte, Termine und Uhrzeiten findet ihr in den Tabellen rechts; ihr solltet aber daran denken, dass sich diese im Laufe einer Saison durch Urlaub oder wetterbedingt ändern können. Schaut also vor allem auf unsere Website, in die Nachrichtenblätter der Gemeinden und in die lokalen Tageszeitungen.** Als Orientierung sei aber gesagt, dass wir im Wechsel am Mittwoch und Donnerstag

Feierabend-Radtouren

ADFC Baden-Baden•Bühl•Rastatt und Schwarzwaldverein Yburg (SWV)

Datum	Verein	Wo	Tourenleiter
Mi 24.6.	ADFC	Sinzheim	Karlheinz Henry
Do 2.7.	ADFC	Bühl	Kurt Paulus
Mi 8.7.	SW	Sinzheim	Wolfgang Fischer
Mi 15.7.	SW	Sinzheim	Gerd Seiert
Mi 22.7.	ADFC	Sinzheim	Karlheinz Henry
Do 30.7.	SW	Bühl	Hans-Peter Szeip
Do 6.8.	ADFC	Bühl	Kurt Paulus
Mi 12.8.	SW	Sinzheim	Wolfgang Fischer
Do 20.8.	ADFC	Bühl	Arno Geiges
Mi 26.8.	ADFC	Sinzheim	Karlheinz Henry
Mi 2.9.	SW	Sinzheim	Gerd Seiert
Mi 9.9.	SW	Sinzheim	Wolfgang Fischer
Mi 16.9.	SW	Sinzheim	Karl Keller
Do 24.9.	SW	Bühl	Hans-Peter Szeip
Mi 30.9.	SW	Sinzheim	Gerd Seiert

After Work-Radtouren Sinzheim

Datum	Uhrzeit	Tourenleiter
Di 21.7.	18.00	Gerd Seiert
Di 18.8.	18.00	Wolfgang Fischer
Di 15.9.	18.00	Karl Keller

Tourenleiter / Telefon

Tourenleiter	Telefon
Wolfgang Fischer	01590-3779215
Arno Geiges	01575-4635783
Karlheinz Henry	0170-2033393
Karl Keller	0170-3538905
Kurt Paulus	01515-6197780
Gerd Seiert	0170-9637330
Hans-Peter Szeip	01609-0513801

fahren. Zum Schluss sei noch erwähnt, dass der ADFC diese Touren in Kooperation mit dem Schwarzwaldverein (SWV) Yburg anbietet. Die beiden Vereine koordinieren ihre Aktivitäten, da wir alle möglichst viele Menschen auf das Rad bringen möchten. Mit Begeisterung Radfahren – das ist das Ziel und Markenzeichen von uns.



Alles für Outdoor
und Abenteuer auf
3 Etagen!

Schuhe
Bekleidung
Ausrüstung

www.bergsport-kolb.de

**Bergsport
Kolb GmbH und Co KG**
Friedrichstr. 16
76456 Kuppenheim
Tel. 0 72 22 / 470 15
Fax: 0 72 22 / 408 531



ADFC-Fahrradtouren

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club bietet ein vielseitiges Freizeit-Programm an. Alle Touren werden überwiegend auf autofreien Rad-, Feld- und Waldwegen durchgeführt. Einkehrmöglichkeiten sind in der Regel unterwegs vorhanden.

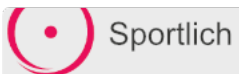
-  Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, es gilt die Straßenverkehrsordnung (StVO).
-  Technisch einwandfreie Fahrräder und funktionstüchtige Bremsen werden vorausgesetzt.
-  Die passende Pumpe, Flickzeug, Ersatzschlauch und Werkzeug zum Reifen flicken sollten immer dabei sein.
-  Kindern unter 16 Jahren ist die Teilnahme nur in Begleitung Erwachsener gestattet.
-  Eine Anmeldung ist nur erforderlich, wenn ausdrücklich darauf hingewiesen ist. Bis auf die Fahrt- und Übernachtungskosten ist die Teilnahme für ADFC-Mitglieder und bei VHS-Touren für VHS-Mitglieder kostenlos. Kurkarteninhaber frei. Spenden sind stets willkommen.
-  Gemeinsam losfahren, gemeinsam ankommen! Wir fahren nur so schnell, dass auch Schwächere mithalten können. Wir bitten aber, das Leistungsvermögen realistisch einzuschätzen, um Enttäuschungen zu vermeiden. Fragen Sie gerne vor der Tour die Tourleitung um Rat.
-  Ausreichende Getränke und eine kleine eiserne Reserve sind mitzuführen.
-  Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Alle Preise, Tourenlängen, Höhenmeter und Wegbeschaffenheiten sind Schätzungen, die sich im Lauf der Tour ändern können.

Schwierigkeitsgrade



Schwer

Gute Kondition erforderlich. Schieben ist auch an längeren Steigungen die Ausnahme. Tourenlänge bis 100 km. Fahrgeschwindigkeit in der Ebene 20 bis 22 km/h.



Sportlich

Sehr gute Kondition erforderlich. Auch an längeren Steigungsstrecken wird nicht geschoben. Tourenlänge deutlich über 100 km oder mit extremen Steigungen oder beidem.



Leicht

Für Ungeübte und Kinder geeignet. Keine nennenswerten Steigungen. Tourenlänge bis ca. 30 km. Fahrgeschwindigkeit in der Ebene 14 bis 16 km/h.



Mittel

Auch für weniger Geübte geeignet. Bei größeren Steigungen wird auf Schiebende gewartet, kürzere Steigungen sollten aber geradelt werden können. Tourenlänge bis 80 km. Fahrgeschwindigkeit in der Ebene 17 bis 19 km/h.

 **Von den Fröschen zu den Löwen**
Radtour entlang der Kinzig-Murg-Rinne
Fr., 7.8.2026 • 55 km • 60 hm

Start: 13 Uhr • Stadthalle Steinbach

Trekking-Tour mit und ohne E-Hilfsmotor. Geplante Stationen: Waldhägenich – Abtsmoor – Bruchwald – Bruchgraben – Sand-Weiher – Steinbach. Der Abschluss findet in einer der Lokaltäten in Steinbach statt.

Veranstalter: ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt.

Tourleiter: Karl Keller

Tel.: 07223/ 6345

Mobil: 01703 53 89 05

Mail: karl.keller@adfc-bw.de



DIE UNTERBRINGUNG FÜR IHR FAHRRAD
UNSERE RADBOX AUS BETON

SICHER & KOMFORTABEL



www.radbox.de



Vom „Ach nee“ zum Lieblingsberg: Warum Radfahren glücklich macht

Mein persönlicher Vor- und Ratschlag: Fahr Rad! Ein Plädoyer gegen das "oje", "ach nee", für das es durchaus Gründe gibt. Es gibt ihn ja, den Gegenwind auch auf gerader Strecke. Und es gibt Steigungen. Aber: Es gibt auch die Steigerung. Die langsame, die Spaß macht.

Als ich vor ungefähr 15 Jahren wieder regelmäßig anfang, empfand ich es als eine Höchstleistung, die Hochstraße zu bezwingen und danach erleichtert nach Hause zu rollen. Inzwischen finde ich weniger anstrengend, noch viele weitere Höhenmeter unter mir zu lassen und habe eine schöne 20 km Bergtour entdeckt. Die ich im Wechsel mit einer Flachetappe fahre, von der ich dann "meinen" Berg von weitem sehe. Villengebiet, Mariahalden, Golfplatz und Hofgut Fremersberg, die Weinberge, den Wald, das Schlesierdenkmal. Es ist schön, zunächst die Verbesserung der eigenen Leistung, den Austausch von Fett durch Muskeln zu erleben, den der Anstrengung durch Genuss und dann diesen Status lange Jahre zu halten. Ich sammle eifrig anerkennende Bemerkungen, schöne Begegnungen (die manchmal auch nur für mich schön sind, denn ich freue mich, wenn ich wesentlich jüngere Radler überhole). Auch Begegnungen mit Tieren erlebt man im Laufe der Jahre.

Mit dem Waschbären in der Hohlkasse vom Bahnhof nach Balg hoch, dessen Übergewicht ihn lange überlegen ließ, bis er sich vor mir her hoppelnd schließlich entschied, doch den Steilhang hoch zu klettern.

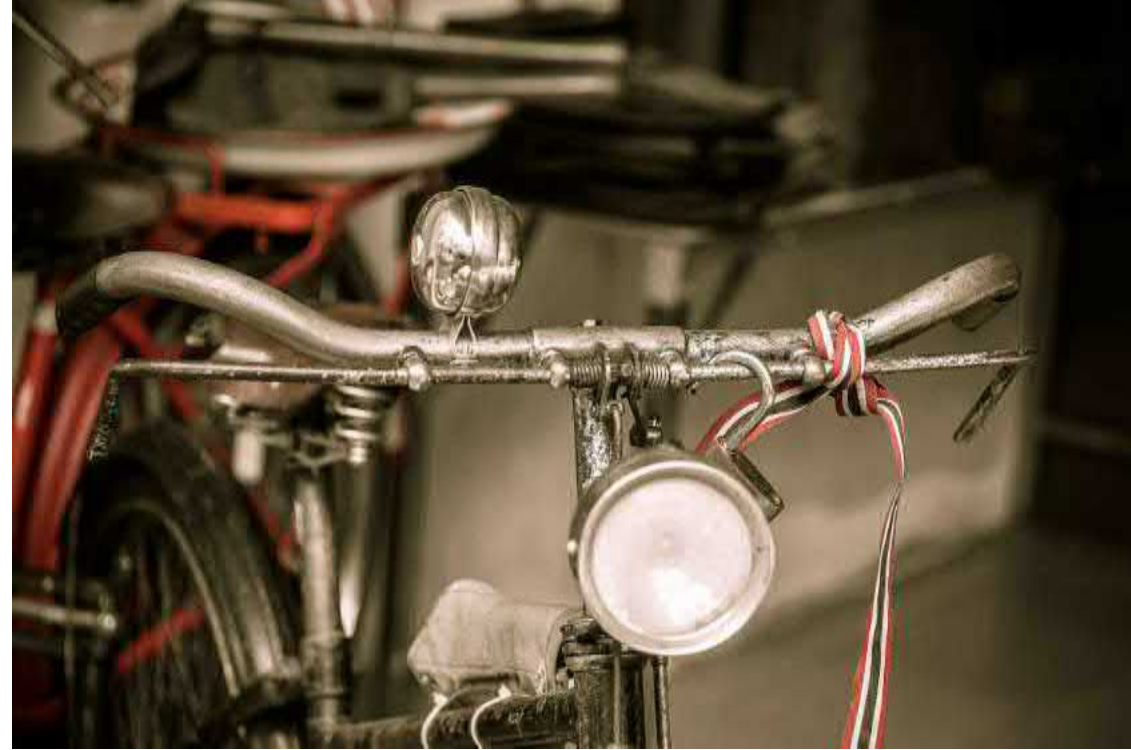
Mit einem kapitalen Hirsch in der Dämmerung, der 20 m vor mir majestätisch die Straße überquerte. Mit einem Fuchs im Wald und einer Fledermaus, die sich kurz verwirrt in meiner Kapuze verding.

Die Greifvögel, die ihre Schwingen ganz in der Nähe ausbreiten, die vielen Störche und Rehe unterwegs sowieso.

Meistens sind die Tiere gar nicht panisch, schauen sich kurz interessiert um und verfolgen dann ihre eigenen Wege. Diese Ruhe der Natur überträgt sich nach innen. Fahren Sie mal unter Bäumen durch und schauen in das Blätterdach, durch das Sie gleiten.

Und ein Nutzfahrrad ist es ja auch. Wer geübt ist, der wird immer mehr per Pedal erledigen. Und mehr als zu Fuß wird man bekannte Menschen treffen, kurz anhalten, sich austauschen. Wer macht das schon mit dem Auto, da kann man höchstens winken.

Auch das ist Begegnung, Lebensqualität. Ich komme der Natur und den Menschen näher. Fühle mich eingebettet, aufgehoben. Das Fahrrad kann also eine Quelle des Glücks sein, denn der Mensch ist ein soziales Wesen, das sollten wir auch in unserer überindividualisierten Welt nicht unterschätzen.



Riesenauswahl an Fahrrädern und Elektrorädern

2-Rad HIRTH

Am Federbach 14 • 76316 Malsch • Tel. 07246 5000
Besuchen Sie uns im Internet: www.zweirad-hirth.de



Egal ob Feierabendtour oder Wochenendausflug – die ortskundigen ADFC-TourGuides führen Sie zu spannenden, oft unbekannten Orten in ihrer Region, bringen Sie mit anderen Radbegeisterten zusammen und haben häufig für kleine Pannen das passende Werkzeug dabei.



Sorglos und entspannt mit dem Rad unterwegs – geführt von den zertifizierten TourGuides des ADFC. Eine Auswahl von Touren gibt es auf: touren-termine.adfc.de



OK, für dich machen wir eine Ausnahme.
Du darfst weiter rauchen.

© Alina Naumova



Tour de Murg mit Dampfzug und Fahrrad

Zischender Dampf, das Pfeifen der Lok und zahlreiche Fahrräder am Bahnsteig: Schon die Anreise machte die gemeinsame „Tour de Murg“ des ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt und des ADFC Karlsruhe zu etwas Besonderem.

Mit dem historischen Dampfzug, einer „Badi-schen G 12“ (Bj. 1921), ging es zunächst durchs Murgtal nach Baiersbronn. Dort startete am Nachmittag die gemeinsame Radtour zurück Richtung Rastatt. Die Strecke entlang der Murg bot viele schöne Ausblicke, entspanntes Miteinander und immer wieder echte Schwarzwald-Atmosphäre.

Für eine gemütliche Pause traf sich die Gruppe direkt an der Murg zu einem gemeinsamen Picknick. Bei bestem Wetter ergab sich viel Austausch und eine besondere Gemeinschaftsstimmung.

Gerade die Kombination aus nostalgischer Zugfahrt, Naturerlebnis und gemeinsamer Fahrradtour machte den Tag für viele Teilnehmende zu einem echten Highlight.

Ein herzlicher Dank gilt allen Helferinnen und Helfern sowie den Beteiligten des historischen Zugbetriebs, die diese besondere Tour möglich gemacht haben.

Zur Wiederholung am 2. August 2026 finden Sie Details, Termine und Anmeldedaten unter: Touren-Termine.ADFC.de.

„Mama, wenn Meike eine Geige zu Weihnachten bekommt, möchte ich ein Fahrrad.“ „Wieso das denn?“ „Damit ich wegfahren kann, wenn sie Geige übt!“



Volldampf können wir auch!



Die Sonne schien uns auf die Schienen von Rastatt bis nach Baiersbronn. Doch wie beim Nektar und den Bienen, freu'n wir uns aufs Radeln schon.

PUR heißt, kleiner Einsatz, große Freude.
Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Gewinnsparen – die clevere Kombination:

- Jeden Monat die Chance auf tolle Gewinne
- Monatlich vom Lospreis 4 Euro sparen
- Gemeinnützige Projekte in der Region unterstützen

volksbank-pur.de/gewinnsparen

Volksbank pur
persönlich und regional



volksbank-pur.de



Kein Nikolaus ohne R(o)ute

Der Nikolaus durfte 2025 mit seinem Schlitten aus luftverkehrsrechtlichen Gründen nicht mehr fliegen. Am Boden fehlt ihm der notwendige Schnee. Wegen des Klimawandels. Also steigt er kurzerhand aufs Fahrrad um. Geholfen hat ihm der ADFC in Baden-Baden.

Mehrere rotgewandete Menschen trafen sich dafür in der passenden historischen Kulisse des 'Bierbrunnen', machten sich radelnd auf in Richtung des berühmten Baden-Badener Christkindlmarkts. Ziel war, dem Publikum eine Freude zu machen. Aber sich auch selbst zu stärken. Bei einem starken Tässchen, auf dass die Bäckchen farblich zum Gewand passen. (Und beim Maronen-Mann ein weiteres, interessantes Verkehrsmittel zu besuchen). Einige Wochen zuvor noch hätte die Stadt Baden-Baden dem Nikolaus aus Versehen eine große Freude bereitet. Der Fuß- und Radweg „grüne Einfahrt“ war von einer dicken sich zersetzenden Laubschicht bedeckt. Das wären ideale Bedingungen für den Schlitten gewesen. Unglücklicherweise intervenierte der ADFC bei der Stadt und diese reagierte prompt und gelobte Besserung für die Zukunft. Die Kehrmaschine rollte unverzüglich an. Und der Weihnachtsmann rollte mit den Augen. War aktuell mit dem Rad aber auch sehr zufrieden und so fuhr er dann, nun auch von hinten rot glühend, durch die Allee davon.

Auch dieses Jahr werden zum Advent hin solche Touren gefahren. Es braucht erneut viele rot gewandete Radler, die den Spaß für sich selbst und das Publikum mitmachen möchten. Keine Kostüme? Kein Problem: Unsere Tourenleiter-

den haben himmlisch gute Beziehungen zu führenden Weihnachtsmann-Ausstattern. Deshalb bitte frühzeitig anmelden. Wer weiß, vielleicht vermehren sich ja die Nikoläuse wie ihre Verwandten aus dem Tierreich (die gibt es auch in rot) von Jahr zu Jahr erheblich. Termine gibt es auf der Webseite. Wer das nicht mag, erfährt es aus dem Rundbrief per E-Mail oder darf sich auch telefonisch erkundigen. Alle Adressen finden Sie in diesem Heft im Impressum.



Anradeln

Der ADFC engagiert sich das ganze Jahr über für den Radverkehr – und so überrascht es nicht, dass auch beim traditionellen Anradeln am Dreikönigstag trotz frisch gefallenen Schnees zahlreiche Radfahrende die erste gemeinsame Ausfahrt des Jahres genossen.

Teilnehmende aus Sinzheim, Lichtenau, Gernsbach, Baden-Baden, Offenburg und Rastatt kamen zusammen, um diesen inzwischen fest etablierten Brauch zu pflegen. Nach einem wärmenden Frühstück bei Kohlers Engel in Vimbuch führte die Tour über sauber geräumte Radwege nach Bühl – ein erfreuliches Zeichen dafür, dass mittlerweile auch außerorts der Winterdienst für Radwege ernst genommen wird.



Der ADFC begeht das Anradeln bewusst mit einer besonderen Freude als symbolischen Auftakt in ein neues Radjahr. Es steht für Gemeinschaft, für neue Impulse und für die Lust auf die zahlreichen Aktionen des beginnenden Jahres.

Ralph Neininger betonte in diesem Zusammenhang auch die Vorzüge der kombinierten Mobilität: Gerade bei winterlichen Temperaturen kann das „Auftauen“ in der Bahn ein ebenso angenehmer wie praktischer Nebeneffekt sein. Insgesamt zeigt sich: Radfahren macht auch im Winter Spaß – besonders dann, wenn Infrastruktur und Gemeinschaft stimmen.

Das Anradeln bleibt damit ein starkes Symbol: Der ADFC macht vor allem eines – Freude. Auch die oft umfangreiche ehrenamtliche Arbeit, die hinter den Aktivitäten steckt, trägt diesen Geist in sich. Sie lebt von den Zielen, die erreicht werden, und ebenso von den vielen interessanten Menschen, denen man dabei begegnet.

Und wer ist hier mit seinem leicht modifizierten E-Bike unterwegs?

Das ist Dieter Gräf von der Werkstatt der Lebenshilfe Nordschwarzwald gGmbH in Sinzheim.



© Lebenshilfe

TourGuide – eine Führungsaufgabe

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club ist die Interessenvertretung der Radfahrenden. Wir suchen Menschen, die vorweg fahren. Wir suchen Menschen, die wissen wo's lang geht. Wir suchen Tourenleiter. Radtourenleiter (m/w/d).

Radtourenleiterin / Radtourenleiter

ADFC-Tourguides sind unser "Aushängeschild". Sie verkörpern maßgeblich den Verein bei jeder Radtour. Sie haben Kontakt zu den Teilnehmern und oftmals auch zur Presse. Sie leiten unsere Mitglieder und Gäste auf Radtouren, die Sie auswählen oder neu zusammenstellen. Tagestouren oder Wochenend-Trip? Das bestimmen Sie.

Interesse?

Den Spaß am Rad fahren bringen Sie mit – alles weitere bieten wir. Wir schulen unsere Tourenleiter*innen. Die Schulung hat besonders hohe Priorität. Wir bieten Grundseminare, die sich besonders an diejenigen TourGuides richten, die noch keine solche Fortbildung gemacht haben.



Denn: Eine Radtour muss vorbereitet, ein spannendes Ziel gefunden, Begeisterung geweckt, Fragen der Haftung und Versicherung geklärt, die Dynamik in der Gruppe, ihr Verkehrsverhalten, eventuell auch Pannen gemeistert werden.

Auf all diese Punkte geht die Ausbildung zum ADFC-TourGuide ein. Weitere Informationen erhalten Sie unter: ADFC-BAD@ADFC-BW.de.

ZUBEHÖR · BEKLEIDUNG · SERVICE · MIETRÄDER

RIESENAUSWAHL
auf über 1200 qm



RIESE & MÜLLER



SANTA CRUZ

SHIMANO

AMFLOW



KONA



cervélo

FORBIDDEN

www.kastner-bikes.de

KASTNER - BIKES • Friedrichstraße 134 • 76456 Kuppenheim • Fon: 072 22 / 48686 • E-Mail: info@kastner-bikes.de



Jahresrückblick 2025

2025 war für den ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt ein bewegendes Jahr. Zum 25-jährigen Bestehen des Kreisverbands haben wir uns mal abgefeiert und Revue passieren lassen, was wir alles begonnen haben und was wir alljährlich noch immer machen: Wir zeigten mit zahlreichen Aktionen und einem vielfältigen Tourenprogramm erneut, wie lebendig und vielfältig die Fahrradszene in der Region ist.

25 Jahre Engagement für den Radverkehr

■ Ein besonderer Höhepunkt war das 25-jährige Bestehen des Kreisverbands. Im März feierten mehr als 130 Gäste im Rantastic das Jubiläum. Neben dem Rückblick auf die Entwicklung des Verbands standen vor allem Begegnungen, Austausch und der Blick nach vorn im Mittelpunkt.

■ Das Jubiläum machte deutlich, welchen festen Platz der ADFC heute in der Region einnimmt – als Stimme der Radfahrenden und als verllässlicher Ansprechpartner für Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit, hoben die Bürgermeister Klaus Eckert (Durmersheim) und Alexander Wieland (Baden-Baden) hervor.

Touren, Aktionen und Gemeinschaft

■ Auch 2025 bot der ADFC ein vielseitiges Programm für Jung und Alt. Beliebt waren die Feierabendtouren in Bühl und Rastatt sowie traditionelle Veranstaltungen wie „Anradeln“ und „Kein Nikolaus ohne R(o)ute“, die viele Teilnehmende zusammenbrachten.

■ Großen Zuspruch fanden die monatlichen Radlertreffs in Rastatt. Dort wurde diskutiert, geplant und über aktuelle Entwicklungen rund um den Radverkehr gesprochen. Gerade diese Mischung aus Freizeit, Austausch und Engagement macht die Arbeit des ADFC vor Ort aus.

■ Mit dem Kinderfahrradparcours konnten junge Radfahrende spielerisch ihre Geschicklichkeit und Verkehrssicherheit verbessern.

■ Fahrsicherheitstrainings wurden für unterschiedliche Zielgruppen angeboten.

■ Mit dem Rollerprojekt erreichten wir Hunderte Kinder, denen nachhaltige Mobilität schon früh vermittelt werden kann. Mit dem „Dunkeltunnel“ wurde auf anschauliche Weise für Sichtbarkeit und Sicherheit im Straßenverkehr sensibilisiert.

■ Praktische Angebote wie Codierungen und die Fahrradgarderobe bei Veranstaltungen runden das Angebot des Kreisverbands ab und wurden von vielen genutzt.

Einsatz für sichere Infrastruktur

■ Ein Schwerpunkt blieb die Verkehrspolitik. Der Kreisverband setzte sich erneut intensiv für

sichere und alltagstaugliche Radverbindungen ein. Sichtbar wurde dieses Engagement bei der Demonstration für sichere Rheinübergänge an der Staustufe Iffezheim und der Rheinbrücke Wintersdorf. Rund 80 Teilnehmende forderten bessere grenzüberschreitende Verbindungen für den Radverkehr.

■ Die Aktionen machen deutlich: Gute Radinfrastruktur endet nicht an Gemeinde- oder Landesgrenzen.

■ Auch innovative Mobilitätsprojekte wie das Sonderniermer Lastenrad zeigen, wie vielfältig nachhaltige Mobilität vor Ort gestaltet werden kann.

tun mit Spaß und Netzwerke pflegen – Ehrenamt als Quelle der Bereicherung.

Ausblick auf 2026

Das Fahrrad gewinnt weiter an Bedeutung – im Alltag, in der Freizeit und für eine klimafreundliche Mobilität. Der ADFC wird diesen Weg aktiv begleiten: mit Touren, Aktionen und dem Einsatz für bessere Bedingungen im Radverkehr.

**Die Zukunft fährt Fahrrad.
Die Verkehrswende beginnt vor Ort.**



Von über 70 Menschen, die 2025 dem ADFC bei irgendeiner Aktion geholfen haben, kam ein Drittel zum Helferessen im Bierbrunnen Baden-Baden



Verkehrsrecht für Radfahrende

Das Fahrrad ist ein Fahrzeug – und Radfahrende sind Fahrzeugführende mit allen Rechten und Pflichten. Deshalb gelten zunächst die allgemeinen Regeln für den Fahrzeugverkehr. Doch was gilt speziell für Radfahrende?

Zehn populäre Irrtümer

1. Radweg

Falsch: Wenn ein Radweg da ist, müssen Radfahrende ihn benutzen.

Richtig: Nur auf Radwegen mit den blauen Radwegschildern muss man fahren.

2. Zebrastreifen

Falsch: Auf dem Zebrastreifen haben Radfahrende Vorrang, genau wie Fußgänger.

Richtig: Wenn Radfahrende Vorrang haben wollen, müssen sie absteigen und ihr Rad schieben. Sie dürfen über den Zebrastreifen fahren, müssen dann jedoch querende Fahrzeuge durchfahren lassen.

3. Reihe

Falsch: Radfahrende müssen immer hintereinander fahren.

Richtig: Das Nebeneinanderfahren von Radfahrenden ist ausdrücklich erlaubt! Mit der Novelle der StVO 2020 ist die Regelung klar formuliert: Sofern anderer Verkehr nicht behindert wird, darf man auf dem Rad generell zu zweit nebeneinander fahren. Und auf Fahrradstraßen dürfen Radfahrende immer zu zweit nebeneinander fahren, ebenso dann, wenn sie einen „geschlossenen Verband“ (ab 16 Radfahrer*innen) bilden. Autofahrer müssen dann hinter den Radfahrenden bleiben, wenn zum Überholen nicht genug Platz vorhanden ist.

4. Absteigen

Falsch: Beim Schild „Radfahrer absteigen“ muss man runter vom Rad.

Richtig: Dieses Zusatzschild ist kein Gebotszeichen, sondern nur eine Empfehlung. Es kann nicht zum Absteigen zwingen. Wenn es an einer Baustelle steht, die den Radweg versperrt, darf man trotzdem auf die Fahrbahn ausweichen. Unter einem Zeichen „Gehweg“ ist es überflüssig, weil schon dieses Verkehrszeichen das Radfahren verbietet.

5. Alkohol

Falsch: Es ist rechtlich gesehen kein Problem, unter Alkoholeinfluss Fahrrad zu fahren.

Richtig: Schon bei einem Promillewert von 0,3 kann man sich strafbar machen und muss bei einem Unfall haften, wenn es aufgrund des Alkohols zu Fehlern beim Radfahren kommt. Ab 1,6 Promille begehen Radfahrende auch ohne erkennbare Fahrunsicherheit eine Straftat. Dann droht außerdem eine Überprüfung der Fahreignung, aus der die Entziehung der Fahrerlaubnis für Kraftfahrzeuge und sogar ein Radfahrverbot folgen kann.

6. Einbahn

Falsch: Radfahrer*innen dürfen in Einbahnstraßen in Gegenrichtung fahren.

Richtig: Das gilt nur für Einbahnstraßen, die durch Beschilderung dafür freigegeben sind.

7. Telefonieren

Falsch: Unterwegs mit dem Handy telefonieren ist nur im Auto verboten.

Richtig: Das Gerät während der Fahrt in der Hand zu halten und zu benutzen kostet Radfahrende 55 € Verwarnungsgeld. Verboten ist außerdem, sich durch elektronische Geräte ablenken zu lassen, die am Fahrrad montiert sind.

8. Abbiegen

Falsch: Beim Abbiegen müssen Radfahrende die ganze Zeit den Arm ausstrecken.

Richtig: Man muss das Abbiegen „ankündigen“. Wenn man das Handzeichen gegeben hat, kann man z. B. nach dem Einordnen auf einer Linksabbiegerspur den Arm wieder herunternehmen, oder auch während des Abbiegens.

9. Ohrhörer

Falsch: Ohrhörer sind für Radfahrende verboten.

Richtig: Verboten sind Ohrhörer nur dann, wenn das Gehör wesentlich beeinträchtigt wird.

10. Verkehrsrecht für Radfahrende

Falsch: Tempo 50 in der Stadt gilt auch für Radfahrende.

Richtig: 50 km/h innerorts gelten ohne Zeichen für die zulässige Höchstgeschwindigkeit nur für Kraftfahrzeuge. Radfahrende müssen aber immer mit angepasster Geschwindigkeit fahren.

Mehr Infos und Tipps zur Straßenverkehrs-Ordnung: adfc.de/artikel/stvo-novelle-in-kraft-getreten



MICH KANNST DU KOSTENLOS LEIHEN

adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club
Baden-Baden-Württemberg

QR Code

Lastenkarle
baden-baden.adfc.de/lastenrad
oder Lastenkarle.de



Bring Bewegung in die Zukunft

Als ADFC-Mitglied hilfst du, die Entwicklung des Fahrradlands Deutschland voranzubringen.

- Stärke die Fahrradlobby: Je mehr wir sind, desto mehr Einfluss haben wir – deine Mitgliedschaft leistet einen wertvollen Beitrag.
- Ehrenamt mit Sinn: Beim ADFC warten eine Vielzahl spannender Aufgaben, bei denen du dich verwirklichen kannst.
- Engagier dich vor Ort: Mach mit und erlebe unsere offene und radbegeisterte Community bei verschiedenen Aktionsformaten.

Entspannt und sicher unterwegs

Als ADFC-Mitglied kannst du in ganz Deutschland auf unsere bewährte Pannenhilfe zählen. Außerdem profitierst du von weiteren Vorteilen, mit denen du einfach entspannt unterwegs sein kannst.

- ADFC-Pannenhilfe
- ADFC-PannenhilfePLUS europaweit
- Rechtsschutzversicherung
- Codieraktionen & Sicherheitschecks
- Bike-ASsekuranz
- VSF-Wartung

Vorteile der



Immer bestens informiert

Wir beim ADFC lieben Fahrräder, Fahrradfahren und alles was dazugehört. Als Mitglied profitierst du von unserem Know-how und unserer Erfahrung.

- Als Mitglied erhältst du 4 x im Jahr das Magazin „Radwelt“.
- Aktive Mitglieder können meist gratis an unseren Seminaren und Events zum Thema Fahrrad teilnehmen.
- Mach bei uns die Ausbildung zum ADFC-Tour Guide.
- An einigen Standorten kannst du kostenlos von Expert:innen lernen und gemeinsam dein Rad reparieren.

Mobil, auch ohne eigenes Rad

Nichts ist schöner als das eigene Fahrrad. Aber falls du doch mal keins zur Hand hast oder aufs Auto umsteigen musst, bist du als ADFC-Mitglied gut vorbereitet:

- nextbike Bikesharing
- DB Call a Bike
- Flinkster
- Cambio Carsharing
- Scouter Carsharing
- Stadtmobil Carsharing

ADFC-Mitgliedschaft



Gemeinsam mehr entdecken

Als ADFC-Mitglied nutzt du das vielfältige Angebot und gehst mit Gleichgesinnten auf Entdeckungsfahrt oder profitierst von unserem Partnernetzwerk.

- Geführte Touren: Der ADFC veranstaltet regelmäßig geführte Radtouren – diese sind für Mitglieder ermäßigt oder gratis.
- Deutschland per Rad entdecken: Als ADFC-Mitglied erhältst du gratis das exklusive Magazin über das Radreiseland Deutschland.
- Gästekarte Anhalt-Dessau: Erhalte 10 % Rabatt auf die Gästekarte für die WelterbeRegion Anhalt-Dessau-Wittenberg.



Jetzt Mitglied beim ADFC werden:

Name, Vorname Geburtsjahr

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon (freiwillig) Beruf (freiwillig)

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

Einzelmitglied (Jahresbeitrag)

☐ ab 27 Jahre (66 €) ☐ 22-26 Jahre (33 €)

☐ Jugendmitglied 7-21 Jahre (16 €)

Ich bin minderjährig. Mein/e Erziehungsberechtigte/r ist mit meinem ADFC-Beitritt einverstanden.

Name des/der Erziehungsberechtigten (Vor- und Nachname)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft (Jahresbeitrag)

☐ ab 27 Jahre (78 €) ☐ 18-26 Jahre (33 €)

IM ERSTEN JAHR ZAHLEN EINSTIEGSMITGLIEDER NUR 19 € – EGAL, OB ALS EINZELMITGLIED ODER FÜR EINE FAMILIEN-/HAUSHALTSMITGLIEDSCHAFT.

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Weitere Familienmitglieder können unter www.adfc.de/mitgliedschaft/aenderung-familienmitglieder nachgemeldet werden.

Bitte die Login-Daten für den Mitgliederbereich bereithalten.

Name, Vorname E-Mail Geburtsjahr

Name, Vorname E-Mail Geburtsjahr

Name, Vorname E-Mail Geburtsjahr

☐ Zusätzliche jährliche Spende: €

☐ Ich erteile dem ADFC ein SEPA-Lastschriftmandat bis auf Widerruf:
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847
Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit

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

Kontoinhaber*in

D I E
IBAN

BIC (nur bei ausländischen Bankverbindungen) Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

☐ Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Aktionscode: **50-F 21**

Datum, Unterschrift

(bei Jugendmitgliedern unter 18 Jahren des/der Erziehungsberechtigten)



**Weil's um
mehr als
Geld geht.**

Wir machen uns stark für alles,
was im Leben wirklich zählt. Für
Sie, für die Region, für uns alle.
Mehr auf www.spk-bbg.de



**Sparkasse
Baden-Baden
Gaggenau**

Impressum

Titelbild: Abend-Radler, Fotograf Klaus Mutterer

Redaktion und Texte: Martina Berghaus @, Karlheinz Henry @, Karl Keller @, Stefan Kriegel @, Joachim Makowsky, Uwe Mayer, Inka Müller @, Klaus Mutterer @, Ralph Neining @ (V.i.S.d.P.), Ma. Sch., Edith Villwock @,

Bilder: Frank Hindorf @, Manuel Hummel, Karl Keller @, Uwe Mayer, Inka Müller @, Klaus Mutterer @, Ralph Neining @, Ingwar Perowanowitsch, Ma. Sch., Wolfgang Schrittenlocher, Robert Stephan @, Edith Villwock @

Papier: 80 g/m² Cyclus Silk (100 % Recycling)

Druck: NaberDRUCK GmbH Hügelsheim

Verlag: MSV Medien Baden-Baden GmbH, Schulstraße 12, 76532 Baden-Baden, www.msv-medien.de

Herausgeber: ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt, Metzgerstraße 41, 76530 Baden-Baden

Gestaltung: Ludger Hörmann-Mensink, Lengerich (Westf.), lubehoer@posteo.de

Unser Magazin „FahrRad“ ist kostenlos erhältlich und wird den ADFC-Mitgliedern zugeschickt. Gerne senden wir es auch Ihnen zu. Bitte werden Sie Mitglied und unterstützen Sie damit die Ziele des Vereins und anerkennen Sie die Arbeit vieler Ehrenamtlicher.

ADFC dankt allen Fördermitgliedern und Inserenten

Zweirad-Rehm Kuppenheimer Str. 3, 76532 Baden-Baden, www.zweirad-Rehm.de

Zweirad-Fuhr Altgaß 7, 77815 Bühl, www.zweirad-fuhr.de

2-Rad Fachmarkt Haak Nordring 22, 76473 Iffezheim, www.fahrrad-haak.de

Zweiradhaus Kölmel Lindenstraße 5, 76437 Rastatt, www.zweirad-koelmel.de

Kastner Bikes Friedrichstr. 134, 76456 Kuppenheim, www.kastner-bikes.de

BamBuk E-Trikes & Tandems Yburgstr. 16a, 77815 Bühl

Zweirad-Hirth Am Federbach 14, 76316 Malsch, www.zweirad-hirth.de

Rad + Tat GmbH Waldstr. 58, 76133 Karlsruhe, www.RadundTat.net

Computerprobleme? – Wir lösen sie! DIP Service, Christian Giller, 76547 Sinzheim

Spielwiese gGmbH Private Kindertagesstätten in Gernsbach, Muggensturm, Malsch, Rastatt, Loffenau, Bühl, Ettenheim

Radfahrerkerche Hörden c/o Evang. Lukasgemeinde, Furtwänglerstr. 12a, 76571 Gaggenau

Steuerberater Ralph Neining Metzgerstr. 41, 76530 Baden-Baden, www.neining.com

Kohlers Hotel und Speiselokal Engel Vimbacher Str. 25, 77815 Bühl-Vimbuch, www.engel-vimbuch.de

GEROLDSAUER Mühle Geroldsauer Str. 54, 76534 Baden-Baden, www.geroldsauermuehle.de

Arge Radbox Grötz-Müller Jahnstr. 19, 76571 Gaggenau, www.fahrradbox.de

Praxis für Physiotherapie Thomas Löffler & Michael Fichtner, Wilhelmstr. 6, 76530 Baden-Baden

Rantastic GmbH Kleinkunstbühnen Aschmattstr. 2, 76532 B.-Baden, www.rantastic-kleinkunst.de

Sanitherm Schafbergstr. 6, 76534 Baden-Baden

Gymnasion Fitness- und Gesundheitscenter Dr.-Schleyer-Str. 1, 76437 Rastatt, www.gymnasion.de

Demeter Gärtnerhof Decker Ottenhofener Str. 27, 77815 Bühl-Weitenung, www.gaertnerhofdecker.de

Rheinau-Pub Dietmar Licht Lindenstr. 1, 76437 Rastatt, www.rheinau-pub.de

Claus Reformwaren Kieferstr. 11, 76532 Baden-Baden, www.claus-gmbh.de



ADFC Fördermitgliedschaft

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. Der ADFC will von der autogerechten Stadt hin zur menschenfreundlichen Stadt. Unternehmen und Institutionen sind herzlich eingeladen, uns dabei zu unterstützen und die besonders wichtige Arbeit

vor Ort in den Städten und Gemeinden voran zu bringen. Mit einer ADFC-Fördermitgliedschaft wird die wertvolle, ehrenamtliche Arbeit der ADFC-Gliederungen finanziell und ideell unterstützt.

Jetzt Fördermitglied werden:

Besuchen Sie unsere Webseite unter www.adfc.de/foerdermitglied

Lokus velo

Ein Zweirad zu fahren fordert den ganzen Körper: Den Kopf brauchen wir zur Navigation – und als Stütze für den Helm.

Arme dienen zur Lenkung und Zeichengabe. Sie sind zudem jeweils mit einem Gelenk ausgestattet, das zur Minderung des Luftwiderstandes den Oberkörper absenken kann. Praktische

Sache. Da war Tyrannosaurus Rex mit seinen kurzen Armen evolutionär ganz weit vorne. Schade, dass Karl Drais erst später... aber ich schweife ab! Die Beine dienen dem Antrieb. Ebenfalls mit einem zweckmäßigen Gelenk, denn sonst würden die Pedale unschön am Boden schleifen. Der erwähnte Oberkörper dient der Energieversorgung. Na ja, die Lungen pfeifen an Steigungen etwas. Das ist konstruktiv nicht optimal gelöst und war schon vor Corona so.

So, jetzt sind die wichtigsten aktiven Komponenten aufgezählt. Kommen wir zum passiven Teil. Er ist meist nicht im Blickpunkt. Auch dies ist konstruktiv

bedingt. Doch er macht sich bei mangelnder Beachtung durchaus schmerzhaft bemerkbar. Er ist wichtig, denn er schützt den Sattel vor Sonne und Regen. Daher sollte ihn jede und jeder Radfahrende insbesondere vor und nach einer

längeren Tour pfleglich behandeln.

Damit dieser besonders belastete Teil sich gut entspannen kann, gibt es in modernen Haushalten spezielle Vorrichtungen. Durch eine ringförmige Halterung wird eine regenerativ günstige, anatomisch sinnvolle und schmerzfreie Körperhaltung ganz intuitiv eingenommen. Sie gleicht einem Radfahrenden. Damit diese

überaus nützliche

Vorrichtung nicht von unbefugten im Haushalt befindlichen Personen versehentlich oder missbräuchlich genutzt wird, gibt es spezielles Zubehör. Eine formschöne und preiswerte Abdeckung mit klarer Symbolsprache weist eindeutig auf den ausgewählten Personenkreis hin. Schon der Anblick fördert dessen Vorfreude auf die nächste Radtour.



So erreichen Sie den



Steht ein @ hinter einem Namen, ist diese Person erreichbar nach dem Muster: **Vorname.Name@adfc-bw.de**
Beispiel: Klaus.Mutterer@adfc-bw.de

Adressen

ADFC Baden-Baden Bühl Rastatt

Metzgerstraße 41, 76530 Baden-Baden
Tel. 07221-945684, Fax 07221-64995
adfc-bad@adfc-bw.de

Vorsitzender:

Ralph Neiningen @ 07221-9 456 84, 0176-23291044

Stellvertretung:

Edith Villwock @
Thomas Hentschel @

Ansprechpartner

für **Radtouren** sind die bei der jeweiligen Tour aufgeführten Tourenleiter und Klaus Mutterer @ 07245-109749, 0151-10707058

Codierung:

(BH) Reiner Zimmer @ 0177-8049153
(RA) Robert Stephan @ 0170-6141429

Kinder, Familien:

Sabine Huck @ 07221-399684, 0174-2091773

Behinderte:

Eckhard Seltmann @ 07224-651060

Sinzheim:

Frank Hindorf @ 07221-83453, 0157-33265735
Doris Henry @ 0171 6105 305
Karlheinz Henry @ 0170 2033 393

Bühl:

Dirk Bühler @ 07223-912720
Arno Geiges @ 07223-40171, 0157-54635783

Rastatt:

Inka Müller @
Rainer Hörner @ 0173 4587444
Michael Maier @ 07222-35908

Kuppenheim:

hans-joerg.binder@adfc-bw.de

Durmshausen:

Klaus Mutterer @ 07245-109749,
0151-10707058

Ottersweier:

Kurt Paulus @ 07223-24636

ADFC-Infostände:

Joe Frietsch @ 0172-7209678

Rollerprojekt:

Joachim Makowsky, Roller-BAD@adfc-bw.de

Open Bike Sensor:

Robert Stephan @ 0170-6141429

<https://baden-baden.adfc.de>

betreut Klaus Mutterer @

Gemeinnützigkeit

Mit Bescheid vom 29.2.2024 bestätigt das Finanzamt, dass der ADFC-Kreisverband Baden-Baden Bühl Rastatt steuerbegünstigten gemeinnützigen Zwecken dient und durch Förderung von Unfallverhütung und Sport berechtigt ist, für Spenden Zuwendungsbescheinigungen auszustellen.

Zahlungen und Spenden

bitte an den ADFC Baden-Baden

Sparkasse Baden-Baden Gaggenau

IBAN DE28 6625 0030 0003 0067 56

BIC SOLADES1BAD

Volksbank pur

IBAN DE61 6619 0000 0085 1492 96

BIC GENODE61KA1



Weitere ADFC-Adressen

Kreisverband Ortenaukreis:

Jana.Schwab@

Ortenaukreis@adfc-bw.de

ADFC Offenburg:

Monika Kunschner@ 0157-79030936

Franz Laible @ 07805-59965

offenburg.adfc.de

Kreisverband Karlsruhe:

Infoladen, Welfenstraße 13, 76137 Karlsruhe

Karlsruhe@adfc-bw.de,

karlsruhe.adfc.de

Kreisverband Pforzheim-Enz:

Pforzheim@adfc-bw.de

www.adfc-bw.de/pforzheim

Kreisverband Freiburg:

Salzstraße 1 (Eingang Dreherstraße)

79098 Freiburg

Freiburg@adfc-bw.de, freiburg.adfc.de

Landesverband Baden-Württemberg:

Reinsburgstraße 97, 70197 Stuttgart

Tel. 0711-504794-10, Fax -19

info@adfc-bw.de, bw.adfc.de

ADFC Bundesverband www.adfc.de:

Bundesgeschäftsstelle

Zimmerstraße 26/27, 10969 Berlin

Tel. 030-2091498-0, Fax -55, kontakt@adfc.de

Service & Verwaltung

Postfach 10 77 47, 28077 Bremen

Tel. 0421-34629-0, Fax -50, service@adfc.de

BfU

Dr. Norbert Stache
Büro für Umweltberatung GmbH

Unsere Dienstleistungen:

- Baugrundgutachten
- Boden- und Vegetationskartierungen
- Versickerungsversuche
- Bemessung einer Versickerungsanlage
- Lastplattendruckversuche
- Chemische und physikalische Bodenanalytik

Fritz-Minhardt-Str. 2/2, 76456 Kuppenheim
 Tel: 07222-15999-60, Fax: 07222-15999-70
 Mail: geo@massiv-bau.de

bett+bike
30 Jahre

Bett+Bike Qualitätsauszeichnung

Hier schlafen Radreisende gut!

Ihr Rad ist sicher abgestellt, Ihre Kleidung trocknet im Schlaf.
 Ein vitales Frühstück bringt Sie morgens in Schwung.



Finden Sie bequem Ihre
 Unterkunft mit Bett-Bike bei
 über 5.900 fahrradfreundlichen
 Übernachtungsmöglichkeiten



www.bettundbike.de

Ein Service des ADFC in Deutschland, Österreich, Dänemark, Italien, Luxemburg und Belgien.

www.mein-schwarzwald-magazin.de

Mein Schwarzwald



**Jetzt
 im Handel**

Entdecken Sie unser neues
Regio-Magazin!



Das Magazin mit den
 schönsten Geschichten
 aus der Region!

Verpassen Sie
 keine Ausgabe!
Jahres-Abo
 für nur 23,60 €

► Jetzt einfach bequem online bestellen unter: **shop.msv-medien.de**
 Telefon: +49 7221 9521-0

