



Rückenwind-aktuell 10/2024



Liebe Leserinnen und Leser!

erneut wollen wir die Werbetrommel rühren für den Fahrradklimatest 2024. Beteiligen Sie sich an der wichtigen online-Umfrage bis 30. November, und bewerten Sie, wie es mit dem Radverkehr in ihrer Gemeinde bestellt ist. Die Ergebnisse helfen den Verantwortlichen in Städten und Gemeinden dabei, Schwächen zu erkennen und den Radverkehr vor Ort zu verbessern. Es liegt also auch in ihrer Hand - Sie können einen wichtigen Beitrag zu einer besseren Radverkehrsinfrastruktur leisten. Ihre Stimme zählt.

Kommen Sie gut durch den Oktober

Ihre Newsletter-Redaktion

In diesem Newsletter:

- > Wie gut ist der Radverkehr in ihrem Umfeld?
- > Gut und sicher durch den Herbst radeln
- > Weitere Förderung für Lastenräder
- > Radpendlerrouten statt Stau
- > Neu im ADFC?
- > Tipps zum sicheren Schulweg
- > ADFC-Gebrauchtfahrradmarkt findet statt
- > 100 Jahre Forschungsgesellschaft für Straßen und Verkehrswesen
- > Bekommt Bonn bald ein Mobilitätsamt?
- > Fahrräder selbst reparieren
- > AUFGESPIEST
- > Zwei geführte ADFC-Radtouren auf der Streuobstroute
- > Fahrradkino: Eine Million Minuten, Deutschland 2024
- > Radreisevortrag: "Kanarenhopping"
- > Touren im Oktober
- > Termine im Oktober

Wie gut ist der Radverkehr in ihrem Umfeld?



Jetzt mitmachen beim Fahrradklimatest

Seit dem 1. September können alle Bürgerinnen und Bürger wieder bewerten, wie zufrieden sie mit den Bedingungen für Radfahrer in ihrem jeweiligen Ort sind. Bei der Online-Befragung geht es in 27 Fragen um die Infrastruktur, die Sicherheit, um den Komfort für Radfahrer, um die Förderung des Radverkehrs sowie um das mehr oder weniger rücksichtsvolle Umgehen der Verkehrsteilnehmer untereinander.

Die Ergebnisse helfen den Verantwortlichen in Städten und Gemeinden dabei, Schwächen zu erkennen und den Radverkehr vor Ort zu verbessern. Beim Fahrrad-Klimatest im Jahr 2022 hatte sich Bonn bundesweit mit einer Note von 3,8 vom 14. auf den 6. Platz verbessert und wurde damit als beste Aufsteigerstadt ausgezeichnet. Meckenheim lag bundesweit mit einer Note von 2,6 sogar auf dem 2. Platz. Wir sind gespannt, wie sich die Beurteilung der Bürgerinnen und Bürger seit dem vorherigen Test 2022 verändert hat.

Mitmachen kann man noch bis zum 30. November. Hier geht's zum [Fragenbogen: Fahrradklimatest](#)



Foto: ADFC

Gut und sicher durch den Herbst radeln

Neues ADFC Herbst-Dossier mit wertvollen Tipps

Radfahren im Herbst hat seine ganz eigenen Reize. Es kann aber auch Tücken haben. Der Herbst kann warm und sonnig, aber auch kalt und schmutzig sein. Nasse Blätter machen die Fahrbahn rutschig, und die Temperaturen die Finger kalt. Trotzdem sind auch bei unangenehmem Wetter immer mehr Radfahrende unterwegs. Mit der richtigen Ausstattung und Kleidung ist das auch problemlos möglich. Mit dem [Herbst-Dossier gibt der ADFC Tipps zu Ausrüstung, Bekleidung und Fahrweise](#), um gut durch die Jahreszeit zu kommen. Es enthält die folgenden Artikel:

- Sicher unterwegs im Herbst
- Beleuchtung am Fahrrad
- Rutschpartien auf Laub, Eis und Schnee
- Kleidung für den Herbst auf dem Rad
- Fahrradzubehör für Herbst und Winter
- Fahrradpflege



Weitere Förderung für Lastenräder

Das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) fördert ab dem 1. Oktober wieder E-Lastenfahrräder und E-Lastenfahrradanhänger für den gewerblichen Lastenverkehr. Ab sofort können auf Basis der neuen E-Lastenfahrrad-Förderrichtlinie der Nationalen Klimaschutzinitiative (NKI) Anträge beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) gestellt werden. Die Höchstfördersumme wurde auf 3.500 Euro pro Rad erhöht, um größere E-Lastenfahrräder und E-Lastenfahrradanhänger, die besonders schwere und großvolumige Lasten transportieren können, besser zu fördern.

Die Förderquote beträgt weiter 25 Prozent der förderfähigen Ausgaben. [Mehr Infos](#)



Radpendlerrouen statt Stau

Neue Broschüre beschreibt Verbesserungen und Schwächen

Vier Jahre ist es her, dass mehrere Radpendlerrouen aus dem linksrheinischen Rhein-Sieg-Kreis nach Bonn eröffnet wurden. Die lila Fahrradsymbole, die vom Kreis und der Stadt Bonn zur Kennzeichnung des Routenverlaufs auf die Wege gesprüht wurden, sind zwar mittlerweile verschwunden oder verblasst, dafür gab es immerhin einige bauliche Verbesserungen. Auch wenn die Radpendlerrouen noch Schwächen aufweisen, so haben sie seit nunmehr vier Jahren den großen Vorteil, dass es sie nicht nur auf dem Papier gibt, sondern tatsächlich so gut befahren werden können, dass man sie zum Pendeln mit dem Rad empfehlen kann.

Vier Jahre nach der Eröffnung hat der ADFC die Verbesserungen der Radrouen, aber auch die Stausituation auf den Autobahnen und die anhaltenden Probleme im ÖPNV zum Anlass genommen, auf die zeitlich zuverlässig kalkulierbare Alternative des Pendelns mit dem Rad erneut aufmerksam zu machen. Dazu hat er eine Broschüre erstellt, in der die drei vorhandenen Radpendlerrouen mit ihren Verbesserungen, aber auch noch vorhandenen Schwächen dargestellt werden. Derzeit gibt es die [Broschüre nur digital](#).



Quelle/Source: [www.cosmosports.de | pdf-f]

... auch gemütlich, aber deutlich voller wird es beim Neumitgliedertreffen © www.pd-f.de / Gunnar Fehlau

Neu im ADFC?

Einladung zum Neumitglieder-Treffen im RadHaus

In den letzten Monaten konnten wir wieder viele neue Mitglieder gewinnen. Zum gegenseitigen Kennenlernen laden wir zu einem Neumitgliedertreffen ein am

**9. Oktober um 19:30 Uhr
in unserem ADFC-RadHaus in der Bonner
Altstadt, Breite Straße 71.**

Wir informieren über die Vorteile der Mitgliedschaft im ADFC und stellen unsere vielfältigen Aktivitäten im Bereich Verkehrspolitik, Radtouren, Radaktionen, Radfahrschule und vieles mehr vor - vielleicht habt Ihr ja auch Lust, beim ADFC mitzumachen? Für besseres Radfahren in Bonn, Rhein-Sieg und Euskirchen!

Wir freuen uns, Euch bei einem Getränk und Knabberereien kennenzulernen. Eine Anmeldung ist nicht nötig.



Mit dem Rad zur Schule

ADFC-Tipps zum sicheren Schulweg

Unser neuer Schulwegflyer @ADFC Sachsen

Tipps zum sicheren Schulweg

Neuer ADFC-Flyer erschienen

Der ADFC Bonn/Rhein-Sieg hat in Kooperation mit dem ADFC Sachsen einen neuen Flyer "ADFC-Tipps zum sicheren Schulweg" für Eltern und Schulen herausgegeben.

Den Flyer gibt es auf unserer [Webseite](#) als pdf zum herunterladen oder gedruckt bei uns im RadHaus in der Breite Str. 71. Schulen oder andere Institutionen können größere Mengen per [Mail](#) anfragen.

Wir wünschen allen schöne und sichere Wege zur Schule!



Gebrauchtfahrradmarkt Bonn © ADFC

ADFC-Gebrauchtfahrradmarkt findet statt

Es ist wieder so weit: Am 12.10.2024 veranstaltet der ADFC in Zusammenarbeit mit dem Asta der Uni Bonn den Gebrauchtfahrradmarkt. Dieser findet wie üblich im Hofgarten vor dem Mensazelt statt. Ab 11 Uhr können Sie hier Fahrräder kaufen oder verkaufen. Zusätzlich bieten wir die Möglichkeit, ihr gekauftes Fahrrad kostenlos passend auf Sie einzustellen.

Verkäufer können schon ab 10:30 vor Ort sein. Die Gebühren pro Fahrrad, welches Sie verkaufen wollen, liegen bei 2,50 €. ADFC-Mitglieder können zwei Fahrräder kostenlos anbieten.

Weitere Informationen zum Gebrauchtfahrradmarkt - wie u.a. die Marktordnung Bonn und einen ADFC-Mustervertrag finden Sie [hier](#).



WCCB Volker Lannert/Bundesstadt Bonn

100 Jahre Forschungsgesellschaft für Straßen und Verkehrswesen

Ausstellung in Bonn / ADFC fordert leichteren Zugang zu technischen Regelwerken der Forschungsgesellschaft

Vom 23. - 25. Oktober lädt die Forschungsgesellschaft für Straßen- und Verkehrswesen (FGSV) zum Deutschen Straßen- und Verkehrskongress 2024 in das World Conference Center in Bonn. Die FGSV feiert in diesem Jahr ihr hundertjähriges Bestehen. "Als führende Gesellschaft auf dem Gebiet des Straßen- und Verkehrswesens setzt sich die Forschungsgesellschaft für Straßen- und Verkehrswesen (FGSV) seit bereits 100 Jahren für Innovation und die Bewältigung der damit verbundenen Herausforderungen ein." So viel zur FGSV-Eigenwahrnehmung. Am Vorabend des Kongresses feiert die FGSV mit ihren Mitgliedern und Gästen am historischen Ort, im Rheinhotel Dreesen. Zur Eröffnung am Mittwoch spricht Bundesverkehrsminister Volker Wissing.

> [mehr](#)



Fahrradreparatur © April Agentur

Fahrräder selbst reparieren

Sie wollen ihr Fahrrad selbst reparieren, wissen aber nicht wie und wo?

Dann ist eine Selbsthilfewerkstatt genau das richtige für Sie. In Bonn und im Rhein-Sieg-Kreis bieten wir mehrere solcher Werkstätten an. Hier können Sie mit Hilfe von erfahrenen Fahrrad-

Bekommt Bonn bald ein Mobilitätsamt?

Nach der Panne bei der Anordnung einer Fahrradstraße in Ückesdorf - dort hatte das Verwaltungsgericht Köln auf Antrag eines Anwohners die Markierung in der Straße „Auf den Steinen“ für rechtswidrig erklärt - will die Verwaltung ihre internen Abläufe im Themenbereich Mobilität/Verkehr auf den Prüfstand stellen.

In der Tat gibt es für Mobilität in der Stadt zu viele zuständige Akteure: Das Planungsamt, das Tiefbauamt, das Straßenverkehrsamt, das Ordnungsamt für den ruhenden und die Polizei für den fließenden Verkehr, Bonn Orange für die Reinigung, die Stadtwerke ...

Andere Kommunen, zum Beispiel Heidelberg, haben das schon länger erkannt und viele Zuständigkeiten in einem „Amt für Mobilität“ gebündelt.

Auch der ADFC hatte bereits im April dieses Jahres im seinen „[Prioritäten zur Kommunalwahl 2025](#)“ die „Bündelung der für die Mobilitäts- und Verkehrsaufgaben zuständigen Verwaltungseinheiten in einem eigenen Amt für Mobilität und Verkehr“ gefordert.

Schraubenden selbst dafür sorgen, dass ihr Fahrrad auch in Zukunft problemlos funktioniert.

Übersicht: ADFC-Selbsthilfewerkstätten

- ADFC-Repaircafe in unserer ADFC-Werkstatt am Skatepark in Beuel
- Fahrrad-Selbsthilfe-Werkstatt Quartiersmanagement Lannesdorf/Mehlem und ADFC
- Fahrrad-Reparaturwerkstatt in Hennef, Evangelische Kirchengemeinde und ADFC
- außerdem: Kurse für alle ebenfalls in unserer ADFC-Werkstatt in Beuel

Termine und weitere Informationen sind im [ADFC-Terminportal](#) und unter [Fahrradtechnik](#) zu finden.

[Weitere Selbsthilfe-Werkstätten und Repaircafes in Bonn](#)



Aufgespießt © Bernhard Meier

AUFGESPIEßT

ADFC OpenBikeSensor am Rad misst Überhol-Abstand von Autos. Der Zweirat Stuttgart hat einen sogenannten "OpenBikeSensor" nach dem Berliner Vorbild, dem Radmesser, entwickelt. Das kleine technische Gerät wird am Fahrrad befestigt und misst während der Fahrt den Abstand von überholenden Autos. Diese müssen beim Überholen von Radfahrenden einen Mindestabstand einhalten - was leider oft nicht gegeben ist. Das Ziel ist es, mithilfe der Sensoren Schwachstellen in der Infrastruktur zu identifizieren und Lösungen für einen sicheren Radverkehr herbeizuführen. Der OpenBikeSensor ist noch kein fertiges Produkt, man kann ihn nicht einfach kaufen und loslegen. Vielmehr ist es ein Projekt, an dem sich alle Interessierten beteiligen können. Der ADFC bietet aktuell an, 20 Sensoren an Gliederungen, Initiativen und Kommunen zu verleihen. Das Projekt freut sich über weitere Menschen, die mitmachen! [Mehr Informationen auf der OBS-Homepage](#)

Westerwälder radelt 50.000 km um die Welt. Auf dem 321 m hohen Drachenfels hat Arnold Drachenberg aus Windhagen im rheinischen Westerwald seine einjährige Weltreise auf dem Fahrrad beendet. Er schaffte in dieser Zeit 50.212 km und knapp 300.000 Höhenmeter. Mit seiner extremen sportlichen und mentalen Leistung wollte der Zahntechniker und Unternehmer auch die Arbeit von Ärzten ohne Grenzen unterstützen, die weltweit in Krisengebieten unter schwierigsten Bedingungen mitunter Übermenschliches leisten. Eine Spendenaktion begleitete seine Tour. [Arnold Drachenberg](#) war unter anderem am südlichsten Zipfel der Erde in Argentinien bis zum nördlichsten Punkt Europas, dem Nordkapp, und quer

durch vier Kontinente unterwegs.

E-Biken: Ideales Training für das Herz-Kreislauf-System. In einer umfassenden Studie haben Sportmediziner der Medizinischen Hochschule Hannover den Einfluss des E-Bike-Fahrens auf die Gesundheit untersucht. Über einen Zeitraum von drei Jahren verglichen sie die Gesundheitsdaten von herkömmlichen Radfahrern und E-Bike-Fahrern. Vier Wochen lang wurden die Daten der Teilnehmer mithilfe eines Trackers gesammelt, der sowohl die gefahrene Strecke als auch die Herzfrequenz erfasste. Insgesamt werteten die Forscher 58.000 Fahrten aus. E-Bike-Fahrer werden oft als faul belächelt, da das Radeln mit Motorunterstützung als weniger anstrengend gilt als herkömmliches Radfahren. Aber ist das wirklich so? Mediziner kamen zu dem Ergebnis, dass E-Bike-Fahren ebenso effektiv für das Herz-Kreislauf-Training ist wie Fahrradfahren ohne Motor. Die Herzfrequenz unter Belastung zeigte bei beiden Gruppen nur geringe Unterschiede. Das Magazin "ARD Gesund" fasst die Ergebnisse in einem [Video](#) zusammen.



Streuobst-Beutel Foto: Naturpark Rheinland

Zwei geführte ADFC-Radtouren auf der Streuobstroute

Am Sonntag, den 6. Oktober 2024 dreht sich von 11 bis 17 Uhr auf dem Herbstfest am Umwelt- und Naturparkzentrum Friesheimer Busch alles um das Thema Streuobstwiesen.

Es gibt ein buntes [Programm](#) für große und kleine Besucher sowie mehrere Mitmachaktionen, angeboten von der Biologischen Station Bonn/Rhein-Erft e.V., dem NABU und NAJU Rhein-Erft, dem BNE Regionalzentrum und dem Naturpark.

Der ADFC bietet an diesem Tag zwei geführte Radtouren entlang der Rheinischen Streuobstroute an. Beide machen am Herbstfest halt. Die Streuobstroute ist eine 46 km lange familienfreundliche Rundtour, welche an den verschiedensten Streuobstwiesen in Erftstadt und Kerpen vorbeiführt. Entlang der Route befinden sich insgesamt 9 Info-Stationen zu verschiedenen Themen rund um die Streuobstwiese und deren Bedeutung für die Menschen. Zudem gibt es an jeder Station speziell gekennzeichnete Bäume, von denen genascht werden darf.

[Weitere Informationen](#), wie Uhrzeit und Startpunkt zu den Touren auf der Streuobstroute.



© Warner Bros. Pictures German

Fahrradkino: Eine Million Minuten, Deutschland 2024

Drama nach dem gleichnamigen Buch des Bonner Autors Wolf Küper, mit **Karoline Herfurth, Tom Schilling, Joachim Król**; **Regie: Christopher Doll** am Donnerstag, 17. Oktober, 19:30 Uhr, Kinemathek in der Brotfabrik, Kreuzstraße 16, Bonn-Beuel

Der Film erzählt die wahre Geschichte der vierköpfigen Bonner Familie Küper, die im Film – warum auch immer – nach Berlin verpflanzt wird: Er ist Biodiversitätsforscher und Gutachter im

Auftrag der UNO und ständig in der Welt unterwegs, seine Frau arbeitet im Homeoffice als Bauingenieurin und kümmert sich um Tochter Nina (5) und Sohn Simon (1). Die Ehe kriselt, die Belastung zwischen Job und Familie ist für beide enorm. Zudem leidet Nina unter einer Störung der Feinmotorik und Koordination – und dem Fehlen des Vaters. „Ach Papa, ich wünschte, wir hätten eine Million Minuten. Nur für die ganz schönen Sachen, weißt du?“, sagt Nina ihrem Papa beim Zubettgehen.

> [mehr zu "Eine Million Minuten"](#)



"Kanaren" © Dirk Prüter

Radreisevortrag: "Kanarenhopping"

Dirk Prüter berichtet über sein "Kanarenhopping"

Mittwoch, 6. November, 19:00 Uhr (pünktlich, Einlass ist zwischen 18:30 und 19:00 Uhr, anschließend bleiben die Türen verschlossen), Katholisches Bildungswerk, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn (Eintritt frei, Anmeldung nicht erforderlich).

Dass man auf den Inseln des ewigen Frühlings hervorragend wandern, baden und überwintern kann, hat sich herumgesprochen. Aber Radfahren? Unter sportlich Ambitionierten auch kein Geheimtipp mehr. Reiseradeln? Eher ungewöhnlich. Dirk Prüter aber will es wissen. Feuerberge, Strände und Nebelwälder sind einfach zu vielversprechend. Dass nach sechs Wochen geplante und zurück gelegte Routen voneinander abweichen und nicht jede Überraschung ersehnt war? Ist so - und garniert den Rückblick mit Geschichten.



Foto: Ulrich Keller

Touren im Oktober

Radgenuss im bunten Herbst mit Verkostung - was kann schöner sein? Um Erntedank bietet der ADFC zwei geführte Radtouren entlang der Rheinischen Streuobstroute an, wo auch genascht werden darf (siehe Beitrag oben). Es darf auch auf vielen weiteren der 27 Herbsttouren mitgeradelt werden, die der ADFC allein im Oktober in der Region anbietet. Schauen Sie sich das Angebot an, [hier gehts lang...](#)



Termine im Oktober

Hier geht es zu den [Fahrrad-Terminen im Oktober!](#)

Rau

www.bonn-rhein-sieg.adfc.de

Dieser Newsletter geht an Sie und weitere 3831
Empfänger*innen..
Zurückliegende Ausgaben finden Sie im [Archiv](#).

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club
Kreisverband Bonn / Rhein-Sieg e.V.
Breite Str. 71
53111 Bonn

[Weiterleiten](#) | [Daten ändern](#) | [Abmelden](#) | [Impressum](#) | [Online-Ansicht](#)
