



Rückenwind-aktuell 12/2025 & 1/2026



Liebe Leserinnen und Leser!

Tannennadeln, Glühwein, Bratäpfel: Der heimelige Duft der Weihnachtsmärkte erfüllt zurzeit unsere Innenstädte. Da möchte man schon mal Autostaus, zugeparkte Gehwege, Luftverschmutzung ausblenden. Dennoch: Der Verkehrssektor ist in Deutschland für gut ein Fünftel der Treibhausgasemissionen verantwortlich. Die Folgen der Luftverschmutzung kosten jedes Jahr das Leben tausender Menschen. Hinzu kommen unzählige Unfälle. Hauptstellschraube, um daran etwas zu ändern: Autoverkehr reduzieren, Radverkehr vervielfältigen. Das Gute daran: Das passiert bereits. In Bonn und im Rhein-Sieg-Kreis ist der Anteil des Autoverkehrs zurückgegangen, der Anteil des Radverkehrs gestiegen. Manche Städte sind schon weit voran geschritten: Kopenhagen, Utrecht, Barcelona, Paris ... Auch dort gab es Widerstände. So wie einst das Rauchen in öffentlichen Einrichtungen verboten und damit individuelle Freiheitsrechte eingeschränkt wurden, darf es kein Grundrecht auf hemmungsloses Autofahren in Städten geben. Wir wollen unseren Einsatz für die Verkehrswende auch 2026 fortführen. Dabei hoffen wir auf Sie, liebe Radlerinnen und Radler, und auf alle, die das Rad neu für sich entdecken wollen.

Dieser Newsletter ist eine Doppel-Nummer, die nächste Ausgabe erscheint im Februar 2026.

Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Neue Jahr!

Ihr Newsletter-Team

In diesem Newsletter:

- Bonn: Von 100 Städten auf Platz 11
- Kennenlern- und Austauschtreffen Frauennetzwerk
- ADFC-Radreiseanalyse: Bis zum 8. Dezember mitmachen und E-Bike gewinnen!
- ADFC jetzt mit neuer Doppel-Führungsspitze
- Radfahren im Winter - was ist wichtig zu wissen?
- Schrecken ohne Ende oder Ende ohne Schrecken
- Gewählt, vernetzt, motiviert: Vorstandswahlen in Troisdorf und Niederkassel
- Junger ADFC Bonn legt vor
- Weihnachten beim ADFC
- Nachhaltige Weihnachtsbäume per Lastenrad
- Wer gewinnt den Mobilitätspreis NRW?
- Alt-Fahrräder für Erwachsene spenden
- AUFGESPIEßT
- Fahrradkino: "Start Line" im Dezember - "Amrum" im Januar

- [Mit dem Fahrrad durch Europa - von Istanbul nach Aachen](#)
 - [Touren zur Jahreswende](#)
 - [Fahrrad-Termine im Dezember und Januar](#)
-



Bonn: Von 100 Städten auf Platz 11

Laut einem internationalen Ranking zur weltweiten Entwicklung des Großstadt-Radverkehrs, dem sogenannten Copenhagenize Index, landet Bonn auf dem erstaunlich guten 11. Platz. Der aktuelle Index 2025, der mehr als 100 Städte mit über 250.000 Einwohnern in Sachen Radverkehrs-Förderung bewertet, zeigt: Bonn hat in den vergangenen Jahren deutliche Fortschritte gemacht. In Deutschland hat nur Münster bessere Ergebnisse erzielt.

Bonn profitiert von ersten geschützten Radwegen, neuen Routen, besseren Abstellanlagen und einer wachsenden politischen Aufmerksamkeit für das Thema. Dieser positive Trend bestätigt, dass Investitionen und politisches wie zivilgesellschaftliches Engagement Wirkung zeigen - wozu auch das Engagement des ADFC gehört! Erfahren Sie mehr!

➤ [mehr zur Copenhagenize-Bewertung](#)



© KI-generiert

Kennenlern- und Austauschtreffen Frauennetzwerk

Im Januar lädt das Frauennetzwerk ein zu einem hybriden Kennenlern- und Austauschtreffen für Frauen: online von zuhause oder in gemütlicher Runde im ADFC-RadHaus in der Bonner Altstadt. Wir möchten Euch kennenlernen und von Euch wissen, was Ihr Euch vom ADFC wünscht, wie wir Euch unterstützen können und wir möchten über die Arbeit im ADFC informieren - als "Service" oder zur Frage, wie und wo Ihr Euch selbst einbringen könnt.

Denn wir sind viele - und wir brauchen noch mehr mitentscheidende, selbstbewusste und sichtbare Frauen im ADFC, um noch stärker gemeinsam mit allen anderen im ADFC an einem Strang zu ziehen. Für bessere Bedingungen für alle Radfahrenden, egal wie schnell oder gemütlich, unerschrocken oder vorsichtig, groß oder klein, jung oder alt, allein oder in Begleitung die Menschen auf ihren Rädern unterwegs sind.

Wir treffen uns am
Mittwoch, 21.1.26, 19-20 Uhr (wer mag, auch länger)
im RadHaus, Breite Str. 71 oder online (Teilnahme per MS-Teams, die Zugangsdaten erhaltet Ihr per [Mail](#)).

Offenes Treffen für alle Fahrrad interessierte Frauen (auch für Nicht-Mitglieder). Über eine Rückmeldung, wer alles teilnimmt, freuen wir uns per [Mail](#). Spontane Besucherinnen sind aber auch herzlich willkommen.

Wer Infos und Einladungen von unserem Frauennetzwerk zukünftig direkt bekommen möchte, bitte melden per [Mail](#) zur Aufnahme in den Verteiler.



ADFC-Radreiseanalyse: Bis zum 8. Dezember mitmachen und E-Bike gewinnen!

Auf den Sattel, fertig, los: Ab sofort kannst Du an der ADFC-Radreiseanalyse 2025 teilnehmen. Ob kurze Ausfahrten oder längere Radreisen – wir sind gespannt auf Deine Reiseerfahrungen mit dem Fahrrad. Die Umfrage dauert etwa 15 Minuten und läuft bis zum 8. Dezember 2025. Die Ergebnisse der 25. ADFC-Radreiseanalyse werden im März 2026 auf der Internationalen Tourismusmesse ITB in Berlin vorgestellt. Unter allen Teilnehmer*innen verlost der ADFC ein Elektrofahrrad Flyer G1 Upstreet 5.43R LE im Wert von 5.199 Euro.

[Hier geht's zur Umfrage](#)



ADFC Bundeshauptversammlung 2025
© Bernhard Meier

ADFC jetzt mit neuer Doppel-Führungsspitze

Highlights der ADFC Bundeshauptversammlung

Bei schmuddeligem Berliner Regenwetter trafen sich Mitte November 140 Delegierte aus 16 ADFC-Landesverbänden zur 45. ADFC-Bundeshauptversammlung 2025. Erstmals war der Junge ADFC als eigene Organisation dabei. Erfreulich auch: Der Frauenanteil unter den Delegierten ist mit 42,5 Prozent stabil auf hohem Niveau. Die Delegierten wählten zum ersten Mal eine paritätische Doppelspitze. Sarah Holczer und Frank Maserat führen künftig gemeinsam den ADFC, unterstützt von sechs weiteren Vorstandsmitgliedern. Zur Begrüßung hatte der Landesvorstand Berlin einen Radweg im Schlepp mitgebracht, quasi einen Pop-up-Radweg. Die sind in Berlin aktuell wieder höchst umstritten, weil auch in der Bundeshauptstadt mehr zurück als nach vorn geblickt wird (siehe Bild weiter unten).

[► mehr zum neuen Vorstand und zu Anträgen](#)



Radfahren im Winter © Pressedienst Fahrrad

Radfahren im Winter - was ist wichtig zu wissen?

Unsere Bundesfreiwilligen Sarah und Simon haben sich in das Thema vertieft und viele Tipps zusammengestellt.

Fahrverhalten an die Wetterlage anpassen

1. Kurz und knapp: Bei Glätte und Nässe scharfes Bremsen und Lenken vermeiden – das Fahrrad lieber ausrollen lassen.
2. Bei Glätte in Kurven nicht treten oder bremsen, um Rutschen zu verhindern.
3. Möglichst mit der Hinterradbremse bremsen, da dieses beim Ausbrechen leichter zu kontrollieren ist.
4. Vorsicht beim Queren längs verlaufender Kanten: Das Vorderrad könnte leicht wegrutschen.
5. Das eigene Fahrverhalten an die Wetter-, Straßen- und Sichtbedingungen anpassen: Größere Abstände zu anderen Verkehrsteilnehmenden halten und frühzeitig

bremsen.

6. Bremsenfunktion und -zustand vor Fahrtantritt prüfen. Fahrradbremsen können einfrieren oder durch Schmutz schneller abnutzen, deshalb: Bremsbeläge regelmäßig kontrollieren!

Fahrradpflege im Winter: Schutz vor Schäden durch Streusalz

Die Räumung der Radwege im Winter funktioniert in Bonn und im Rhein-Sieg-Kreis unterschiedlich gut. Unser Eindruck ist, dass sich die Situation in den letzten Jahren schon verbessert hat. Häufig wird auch Salz gestreut, um Rutschgefahr zu verringern. Doch der Salz-Einsatz hat für Radfahrende auch Nachteile, denn das Salz schadet Reifen, Rahmen und Kette.

► [mehr zu Winterreifen, Spikes, Akku, Kleidung und Beleuchtung](#)



Adenauerallee © Stadt Bonn.webp

Schrecken ohne Ende oder Ende ohne Schrecken

Fortbestand Verkehrsversuch Adenauerallee ungewiss

Selbst der Bonner Generalanzeiger(GA) scheint des Themas Verkehrsversuch mit neuen Radstreifen auf der Bonner Adenauerallee langsam überdrüssig. Jedenfalls lieferte GA-Redakteur Richard Bongartz einen überraschenden Kommentar (26.11.), in dem er zu mehr Gelassenheit aufrief. Überraschend deshalb, weil der GA das Thema monatlang als Daueraufreger am Köcheln gehalten hatte. Und jetzt das: „Wer außerhalb der Rushhour unterwegs ist, gleitet heute schon angenehm durch ein Stück Stadt, das endlich Luft lässt – für Radfahrer, Fußgänger, den Blick aufs Uni-Hauptgebäude (auch wenn das gerade nicht so hübsch ist). Das ist erschaffene Lebensqualität, wie viele europäische Städte wie Paris es längst vormachen. Es braucht Mut zur Geduld. Auch beim Verkehr auf der Adenauerallee. Lass einfach mal laufen.“

► [mehr](#)



Das neue ADFC-Team in Troisdorf: v. l. Josef Petry, Wolfgang Zeidler, Christian Bogdanski und Alexander Dommei © Wolfgang Zeidler

Gewählt, vernetzt, motiviert:



Neues vom Jungen ADFC © ADFC

Junger ADFC Bonn legt vor

Neue Webseite und Lebkuchen-Aktion

Seit September hat der Junge ADFC seine

Vorstandswahlen in Troisdorf und Niederkassel

Am Mittwoch, den 29.10.2025, traf sich der **ADFC Troisdorf** in Troisdorf-Oberlar zur Mitgliederversammlung mit Neuwahlen. Nach einem kurzen Rückblick auf die vergangenen Monate wurden lebhaft Ideen für die Zukunft gesammelt – dabei zeigte sich großes Interesse an einer Tourguide-Ausbildung und an verkehrspolitischen Themen. Anschließend wurde der neue Ortsgruppenvorstand gewählt: Sprecher ist weiterhin Wolfgang Zeidler, unterstützt von stellvertretendem Sprecher Christian Bogdanski. Für die Pressearbeit zeichnet sich künftig Josef Petry verantwortlich, ergänzt durch Alexander Dommel als Teamplayer im Vorstand.

Auch die Mitgliederversammlung des **ADFC Niederkassel** hat am 19. November 2025 ein neues Ortsgruppenteam gewählt. Als Sprecher wiedergewählt wurde Peter Lorscheid (im Bild 2.v.r.), zu seinem Stellvertreter bestimmten die ADFC-Mitglieder Reinhard Hesse (1.v.r.), nachdem die bisherige Stellvertreterin Gudrun Windisch nicht wieder kandidiert hatte.

Vervollständigt wird das Team

durch vier weitere Personen:
Vilma Plum
(nicht im Bild) und
(v.l.n.r.)
Uwe-Dirk



Gallasch, Stephan Langerbeins und Gudrun Hitschler. Mehr aus Niederkassel gibt es [hier](#) zu lesen.

eigene [Webseite](#), mit allen Infos über die Interessen und Aktionen der jungen Aktiven.

Man findet dort neben einer Vorstellung des Bundesjugendvorstands und der Ziele des Jungen ADFC eine Übersicht wichtiger Termine und Veranstaltungen, wie beispielsweise Jugendforen, Netzwerk- und AG-Treffen. Außerdem gibt es eine Rubrik zu Neuigkeiten, die junge Mitglieder betreffen und Informationen zu diversen Mitmachmöglichkeiten - von AGs über die Mitarbeit in regionalen Gruppen oder sogar einer Tätigkeit im Bundesjugendvorstand.

 [mehr zum Jungen ADFC und den Lebkuchenaktionen](#)



© Freepik

Weihnachten beim ADFC

Liebe Fahrradfreund*innen....

Auch dieses Jahr möchten wir euch zur [ADFC-Weihnachtsfeier](#) in der ESG Bonn (Königsstraße 88) einladen. Los geht es am **12.Dezember um**

18 Uhr bei Glühwein, Schrottwickeln und weihnachtlicher Atmosphäre. Kommt gerne vorbei, bringt einen Becher für den Glühwein mit, etwas fürs Fingerfood-Buffet und natürlich, wenn möglich, ein Schrottwickelgeschenk. Wir freuen uns auf euch!

Das **ADFC-RadHaus** in der Breite Straße schließt über die Feiertage ab dem 22.12.2025. Ab dem 7. Januar sind wir wieder wie gewohnt für Euch da.

Die Repaircafés in der ADFC-Werkstatt am Skatepark finden mit Ausnahme des Dezembers wie gewohnt am 4. Dienstag des Monats, also am 27. Januar statt. Allerdings wird dort im Winter nicht codiert. Auch die Reparaturkurse in der Werkstatt finden regelmäßig statt und sind im **Terminkalender** zu finden.

Zum Ende des Jahres möchten wir uns bei allen Aktiven, Ehrenamtlichen und Mitgliedern bedanken, die auch in diesem Jahr wieder zahlreiche erfolgreiche Aktionen rund ums Rad möglich gemacht haben. Dank eurer Unterstützung startet der ADFC mit jeder Menge Rückenwind ins neue Jahr.



Nachhaltige Weihnachtsbäume per Lastenrad

Weihnachtsbaumaktion des ADFC Bonn-Rhein-Sieg

Auch in diesem Jahr lädt der Verein **NaLa e.V.** wieder zur traditionellen Weihnachtsbaumaktion ein. Die angebotenen Fichten und Kiefern stammen von Naturschutzflächen in der Eifel, auf denen langfristig artenreiche Laubmischwälder entstehen sollen. Die Bäume müssten dort ohnehin entnommen werden – ihr Verkauf unterstützt somit zugleich soziale und ökologische Projekte.

Für Radfans gibt es ein besonderes Plus: In Zusammenarbeit mit Initiativen wie **Bolle Bonn** und der Bonner Velowerft können die Weihnachtsbäume auf Wunsch gegen eine Spende klimafreundlich per Lastenrad oder Lastenanhänger nach Hause geliefert werden, die Höhenlagen sowie weiter entfernte Bezirke wie in etwa Bad Godesberg sind jedoch aus logistischen Gründen ausgenommen. Der Verein **Bolle Bonn e.V.** wird mit einem eigenen Stand zur Registrierung und Abgabe der Bäume vor Ort sein. Damit werden ein besinnliches Weihnachtsfest und ein nachhaltig "geerntet" und transportierter Weihnachtsbaum elegant verbunden.

Termine: 19.–21. Dezember am INRES-Campus „Auf dem Hügel“ in Bonn, genaue Zeiten auf der **NaLa- Webseite**.



© Pixabay Surprising_Media

Wer gewinnt den Mobilitätspreis NRW?

Noch bis 8. Dezember mit abstimmen

Mit dem Mobilitätspreis NRW zeichnet das **Bündnis Mobilität** des Landesverkehrsministeriums Initiativen und Projekte aus, die die Mobilität in Nordrhein-Westfalen einfacher, flexibler und klimafreundlicher machen. Darunter gibt es natürlich auch Fahrradprojekte. Nehmen Sie am Online-Voting teil und entscheiden Sie mit, welches der fünf Finalprojekte gewinnen wird: [hier](#) gehts zur Abstimmungsseite. Am 8.12 findet der **Mobilitätstag NRW** statt; an diesem Tag (12 Uhr) wird entschieden und das Ergebnis direkt dort bekannt gegeben.



Alt-Fahrräder für Erwachsene spenden

AsA/ADFC Werkstatt rufen auf

Der ADFC unterstützt Vereine und Initiativen, die sich um Menschen kümmern, die sich kein eigenes Fahrrad leisten können. Dafür suchen wir Fahrräder in der Größe von 28 Zoll, die noch komplett sind. Kleinere Defekte setzen wir instand.

Wenn Sie ein Fahrrad abzugeben haben, nehmen Sie bitte Kontakt mit [moritz.beitzen \[at\] asa-bonn.org](mailto:moritz.beitzen@asa-bonn.org) bei der AsA e.V. (Ausbildung statt Abschiebung) auf. Da wir leider über keine Transportmittel verfügen, möchten wir Sie bitten, ihre Fahrradspende, nach vorheriger Absprache zu folgender Adresse zu bringen: AsA. e.V., Bornheimer Str. 88 (Einfahrt über die Adolphstr. 5), 53111 Bonn.



Aufgespießt © Bernhard Meier

AUFGESPIEßT

Berlin bald autofrei? Volksbegehren gestartet. Aus dem inneren S-Bahn Ring sollen Autos weitgehend verbannt werden - nach dem Vorbild anderer Haupt- und Großstädte wie Paris, Kopenhagen oder Barcelona. Die Bürgerinitiative "[Volksentscheid Berlin autofrei](#)" startet Anfang 2026 mit der Unterschriftensammlung für ein Volksbegehren, das ein weitreichendes Autoverbot in der Innenstadt zum Ziel hat. In vier Monaten müssten dann 170.000 Unterschriften gesammelt werden - die Voraussetzung für einen Volksentscheid, der dann im September parallel zur Wahl des Berliner Abgeordnetenhauses stattfinden könnte. "Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren", erklärte eine Sprecherin der Initiative. Nach deren Plänen sind innerhalb des S-Bahn-Rings autoreduzierte Straßen mit Ausnahme der Bundesstraßen geplant. Private Autofahrten sollen pro Person nur bis zu zwölfmal im Jahr möglich sein, mit Ausnahmen für Menschen mit Behinderung, Polizei, Rettungsdienst und anderen öffentlichen Dienstleistungen sowie Taxen und Lieferverkehr. Das Vorhaben ist radikal, trifft aber offenbar einen Nerv: Bereits 2021 hatte die Initiative mehr als 50.000 Unterschriften

gesammelt. Ende Juni hatte das Berliner Verfassungsgericht dem Antrag auf Einleitung des Volksbegehrens zugestimmt.

Augen auf an zugeparkten Gehwegen. Parkende Autos auf Gehwegen sind mehr als nur ein Ärgernis für zu Fuß Gehende, oft führen sie zu gefährlichen Situationen. Das will der Verkehrsclub Deutschland (VCD) mit seiner Mitmach-Aktion „Freie Gehwege“ ändern. Noch bis zum 5. Dezember kann man Stellen melden, an denen es regelmäßig durch - legal oder unerlaubt - aufgesetzt parkende Autos deutlich zu eng wird. Mit diesen Daten werden die Städte dann aufgefordert, die Gehwege wieder ungehindert und gefahrlos nutzbar zu machen. Hier gehts zur [Aktionsseite des VCD](#).



Fahrradkino: "Start Line" im Dezember - "Amrum" im Januar

Start Line - Donnerstag, 18.12.2025 um 19:30 Uhr

Japan 2016, 112 min, Roadmovie von und mit Ayako Imamura, Tetsuo Hotta und Will van Rompaey, OmU
3824 Kilometer in 57 Tagen: Im Sommer 2015 brach die seit ihrer Geburt gehörlose japanische Filmemacherin Ayako Imamura zu einer Fahrrad-tour vom Norden in den Süden des Landes auf. Die Reise war nicht nur eine sportlich-körperliche Herausforderung, sondern auch ein Kommunikationsexperiment: Imamura empfindet den Umgang mit hörenden Menschen oft als frustrie-rend, weil sie auf unüberwindbare Hindernisse stößt. Auf ihrer zweimonatigen Reise erkundet Imamura nicht nur Land und Leute, sondern vor allem sich selbst.

► [mehr zu "Start Line" und "Amrum"](#)



Mit dem Fahrrad durch Europa - von Istanbul nach Aachen

ADFC Radreisevortrag

Madeleine Wörner hält ihren Vortrag am **Mittwoch, den 7. Januar 2026**, 19:00 Uhr (Einlass ist zwischen 18:30 und 19:00 Uhr, anschließend bleiben die Türen verschlossen), Katholisches Bildungswerk, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn:

"Meine Rückreise von der COP29 war ein Statement für echten Klimaschutz. Von Istanbul bis nach Aachen treffe ich Pioniere des nachhaltigen Wandels und fahre insgesamt knapp 3000 km Rad. In meinen Radtaschen sammelt sich Zuversicht und Hoffnung für Klimagerechtigkeit".

Erinnerung: ADFC-Radreisevortrag "Elbe von der Quelle im Riesengebirge bis Magdeburg" von Thomas Meier am **3. Dezember 2025**.



Foto: Ulrich Keller

Touren zur Jahreswende

Es weihnachtet sehr. Glühwein, Spekulatius oder Mandelduft liegt in der Luft - wer denkt in dieser Zeit ans Radfahren? Ja doch, es gibt sie, die Unentwegten, die trotz Kälte sich auf den Sattel schwingen und den Winter genießen. Auch in der kalten Jahreszeit bietet der ADFC robusten Menschen schöne Touren an. Wärmen Sie sich auf im Kreis der Winterradelnden, zum Beispiel auf der Dienstags-Tour zum Gänse-Essen. [Hier gehts lang...](#)



Fahrrad-Termine im Dezember und Januar

Off-season? Gilt nicht! Schaut in unsere tollen [Fahrrad-Termine](#) im Dezember und Januar.

Redaktion: Ulrich Keller, Martina Menz, Verena Zintgraf, Werner Böttcher, Bernhard Meier, Rebecca Peters, Sarah Engels, Simon Baier

Tel.: 0228 - 6 29 63 64
E-Mail: bonn@newsletter.adfc-nrw.de
www.bonn-rhein-sieg.adfc.de

Dieser Newsletter geht an Sie und weitere 4184 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](#)