

## IN DIESER AUSGABE

Aktuell	
Fahrradfahrschule für Erwachsene	3
ADFC Fahrradflohmarkte	9
Mit dem Rad zur Arbeit	13
Reise	
Reisetipp nördlicher Niederrhein	

**Lokalteile**  
der jeweiligen ADFC-Gliederung  
im Mittelteil dieser Ausgabe

Nachrichten	9
Berichtet	
Mehr Licht? Zur Diskussion um das	
Tagesfahrlicht	11
Impressum	14

**Titelbild:** In Goch an der Niers startet unsere Tour durch den nördlichen Niederrhein. Im Hintergrund die historische Wassermühle an einer der zahlreichen Brücken.  
Foto: Andreas Domanski



Allgemeiner  
Deutscher  
Fahrrad-Club

Fahrrad Info Zentrum des ADFC Düsseldorf e.V.  
Siemensstr. 46 (Oberbilk). Geöffnet: Di + Do von 17 bis 19 Uhr  
Tel 02 11/99 22 55 - Fax 02 11/99 22 56  
<http://www.adfc-duesseldorf.de>

ADFC Infoladen Krefeld, Dreikönigenstr. 38.  
Geöffnet: Sa 10.30 bis 13.00 Uhr.  
Tel 0 21 51/6 91 21

YOU SEE

**2007**  
**Mehr Licht.**

Lumotec und Toplight. Mit neuer Technik und neuem Design. Wir setzen die Erfolgsserien fort.

Ixon Speed und Big Bang. Die neue Sportsline. Wir durchbrechen die 100 Lux Lichtmauer.



Busch & Müller KG  
D-58540 Meinerzhagen  
Tel. 0 23 54-91 5-6  
[www.bumm.de](http://www.bumm.de)

Made in Germany

**bm**  
BUSCH + MÜLLER

## Fahrradfahrschule für Erwachsene

„Du kannst nicht Fahrrad fahren? Das gibt's doch nicht!“

**Die Fahrradfahrschule des ADFC jetzt als Wochenendveranstaltung**

Fahrrad fahren ist „kinderleicht“. Dennoch gibt es Erwachsene, die das Fahrradfahren nie gelernt haben. Zumeist werden sie belächelt oder stoßen sogar auf Unverständnis. Letzter Ausweg seit Jahren: Die Radfahrschule für Erwachsene des ADFC Düsseldorf e.V. Seit mehr als 10 Jahren bietet der ADFC Kreisverband jährlich einen Kurs an, in dem Erwachsene das Radfahren lernen können. Für die Anmeldung zum Fahrrakurs muss sich mancher Teilnehmer überwinden, denn in unserer mobilen



Gesellschaft gilt Fahrrad fahren als selbstverständlich. Der Drahtesel dient als Verkehrsmittel und als Sport- und Freizeitgerät, dessen Beherrschung schon bei Kindern stillschweigend vorausgesetzt wird. Kann ein Bekannter nicht Fahrrad fahren, zieht man eher verwundert die Augenbrauen hoch als wenn er keinen Führerschein hat oder nicht schwimmen kann. Es gibt Schätzungen, die davon ausgehen, dass 2 % aller Erwachsenen nicht Radfahren können.

Den „Nicht-Radlern“ ist es manchmal peinlich, ihre fehlenden Fertigkeiten offen zuzugeben, doch bei den meisten überwiegt der Wunsch, nachzuholen, was sie als Kinder aus den verschiedensten Gründen nicht gelernt haben. Andere wiederum sind im Gebirge aufgewachsen, und da „ist man halt zu Fuß gegangen, zum Radeln war das viel zu steil“.

In der Fahrradfahrschule lernen Sie folgendes: Aufsteigen, Absteigen, Bremsen, Kurvenfahren bis zum Slalom. Dazu ein wenig Theorie: Gesundheitliche Aspekte, Grundwissen der Verkehrsregeln für Radfahrer.

Mit dem Fahrradfahren verhält es sich eben genauso wie mit den meisten anderen Dingen im Leben auch: Übung macht den Meister. Aus diesem Grunde gibt es traditionell eine Abschlussfahrt unter realen Bedingungen, wenn auch ausschließlich verkehrsarme Wege benutzt werden. Aber diese Abschlussfahrt ist zugleich auch Anstoß für die

Schüler, ihr erworbenes Können weiter zu vervollkommen und vielleicht begeistert Rad zu fahren. Auch im Jahr 2007 ist ein Kurs geplant. Diesmal treffen wir uns kompakt an einem Wochenende! Donnerstag, den 3. Mai von 19 bis 20.30 Uhr, Freitag, den 4. Mai von 19 bis 21 Uhr, Samstag, den 5. Mai von 10 bis 18 Uhr und Sonntag, den 6. Mai von 10 bis 16 Uhr. Die Abschlussfahrt für die Fahrradfahrschule (und für andere Anfänger) ist am Mittwoch, den 9. Mai um 16 Uhr, Treffpunkt Zeitfeld am S-Bahnhof Volksgarten, (Dauer 3h).

Eine weitere Anfängertour findet am Mittwoch, 29.8. statt.

Insgesamt 14 Std. plus Pausen. Anmeldungen sind möglich per E-Mail unter [m.willke@arcor.de](mailto:m.willke@arcor.de) oder telefonisch 0211 - 498 33 28. Ein Kurs kostet ca. 138 Euro inklusive Mietrad. Alternativ können Sie bei Martin Willke auch private Stunden buchen, die dann unabhängig von den Terminen des Gruppenkurses sind.

Martin Willke



**Fahrrad und Freizeit GMBH**  
**Vennhauser Allee 15 - 17**  
**D - 40229 Düsseldorf**  
**Telefax (49) 0211 - 212090**  
**Telefon 212045**  
**[www.fahrradundfreizeit.de](http://www.fahrradundfreizeit.de)**