

Fahrradfahrschule und Sicherheitstraining für Erwachsene in Düsseldorf

Fahrradfahren kann man lernen

Die Fahrradfahrschule für Erwachsene ist in Düsseldorf auch in 2008 wieder für die Anfänger da.

Auch als Erwachsener kann man Radfahren lernen. Das Team der Fahrradfahrschule hat Radfahren in kleine Schritte zerlegt: Aufsteigen, Absteigen, Balancieren, Kurvenfahren, Anhalten und vieles mehr: Alles wird in der Gruppe besprochen und einzeln geübt. Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin hat den Rückhalt der Gruppe, bekommt aber auch den benötigten Raum, um sich an die neue Bewegung zu gewöhnen. Zunächst üben wir auf einem verkehrsfreien Platz, später wird Straßenverkehr simuliert und ganz am Ende wagen wir uns sogar in die „richtige“ Welt - allerdings dem Können der Kursteilnehmer angepasst auf eine Strecke in einem Park. Anmelden können Sie sich im FIZ zu den gewohnten Öffnungszeiten (dienstags und donnerstags zwischen 17 und 19 Uhr) oder unter Tel. 0211-992255 (Anrufbeantworter außerhalb der Öffnungszeiten, wir rufen zurück).

Die Düsseldorfer Fahrradfahrschule 2008 findet kompakt an einem Wochenende statt, insgesamt 14 Stunden zuzüglich Pausen und zwar wie folgt:

Freitag, den 25. April 2008: 19:00 bis 21:00 , Samstag, den 26. April 2008: 10:00 bis 18:00, Sonntag, den 27. April 2008: 10:00 bis 16:00. Die Abschlusstour ist am Sonntag, 4. Mai 2008.

Preis 134,- € (inklusive Mietrad)



Martin Willke (stehend rechts im Bild) „on the job“

Auf Nachfrage sind während des ganzen Jahres Einzeltermine möglich: Kontakt M.Willke 0211-4983328, oder m.willke@arcor.de

Sicheres Fahren trainieren

Sie sind lange nicht mehr Rad gefahren? Und Sie trauen sich nicht mehr auf's Rad? Würden aber gern, wenn Sie begleitet würden? Ein Leben als Fahrradfahrer auf dem Fußweg ist gefährlich, illegal und macht zudem keinen Spaß! Oft ist es fehlende Praxis oder das mangelnde Wissen um die eigenen Fähigkeiten und um die Fahrradtechnik, die Radfahrer an der regelkonformen Verkehrsteilnahme hindert. Sprechen Sie das Team der Fahrradfahrschule an - gern können wir in wenigen Stunden in einer individuellen Schulung Ihre Fähigkeiten ausbauen und Ihnen damit wieder einen Weg in den Kreis der aktiven Fahrradfahrer zeigen. Selbstbewusst Radfahren macht mehr Spaß und ist ein Gewinn für alle Verkehrsteilnehmer!

Kontakt M.Willke 0211-4983328, oder m.willke@arcor.de
Stunde inkl. Übungsrad EUR 30,-

Martin Willke

ADFC

Erwachsenen-Radfahrtraining für Neulinge und Wiedereinsteiger in Mönchengladbach

Sie wollen (wieder) Fahrrad fahren? Doch vorher wollen Sie üben? Auf einem Platz in Mönchengladbach, abseits des Straßenverkehrs lernen Sie das Radfahren in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter. Sie erfahren einiges über das Fahrrad und werden zusätzlich informiert über Rechte und Verkehrsregeln für Fahrradfahrer. Im praktischen Teil üben Sie, was zum Fahrrad fahren gehört: Auf- und Absteigen, Anfahren und Bremsen, Fahrtrichtungsänderungen und Ausweichen vor Hindernissen. Fahrräder werden gestellt. Höchstteilnehmerzahl: 15 Personen

Kurs Nr. 1-470

Infoabend: Freitag, 04.04.2008
von 18.00 - 20.00 Uhr

Praxis an fünf aufeinander folgenden Samstagen, jeweils 10 bis 12 Uhr:
05.04.08, 12.04.08, 19.04.08, 26.04.08 und 03.05.08.

Kurs Nr. 2-470

Infoabend: Freitag, 08.08.2008
von 18.00 - 20.00 Uhr

Praxis an fünf aufeinander folgenden Samstagen, jeweils 10 bis 12 Uhr:
09.08.08, 16.08.08, 23.08.08, 30.08.08 und 06.09.08.

Ort: Jugendverkehrsschule Mönchengladbach Dessauer Str.

Leitung: H. Pöstges / Fünf Unterrichtseinheiten: EUR 85,-

Die Kurse sind nur über die Internetseite des Stadtsportbund Mönchengladbach <http://www.mg-sport.de/sportkurse/radfahrtraining.htm> zu buchen.

FREIZEIT

Entdecken Sie die schönsten Radtouren der Region!

mit GPS-Daten



März 2008
Norbert Schmidt
Mit dem Fahrrad am Wasser entlang
ISBN 978-3-7616-2173-8
12,95 Euro

mit GPS-Daten



Hrsg.: Wirtschaftsförderungsgesellschaft mbH
Rhein-Kreis Neuss
Mit dem Fahrrad durch den Rhein-Kreis Neuss
ISBN 978-3-7616-2067-0
12,95 Euro

mit GPS-Daten



Juni 2008
Maria A. Pfeifer,
Alfred Brüll, Gabriele Harzheim,
Hans-Georg Brunemann
Mit dem Fahrrad durch den Nationalpark Eifel
ISBN 978-3-7616-2179-0
12,95 Euro

J.P. BACHEM VERLAG
www.bachem.de