

Nicht alle Erwachsenen können Fahrradfahren

Uns bitten viele Menschen um Hilfestellung dabei, sich auf einem Fahrrad halten und dabei auch noch wohl fühlen zu können. Darum bieten wir Fahrradfahrschul-Kurse speziell für Erwachsene aller Altersstufen an, die entweder noch nie auf einem Fahrrad gesessen haben oder seit etlichen Jahren nicht mehr gefahren sind. Die eigens für den Schulungsbetrieb hergestellten Fahrräder sind so entworfen, dass sich Personen jeder Körpergröße sicher auf dem Gefährt fühlen und entspannt an allen Übungen teilnehmen können. Das Kennenlernen des Fahrrades sowie das Erlernen des Radelns erfolgt in vielen kleinen Lernschritten, so dass niemand überfordert wird. Dabei werden weder der Kursteilnehmer noch das Fahrrad von den Übungsleitern festgehalten oder angeschoben. Die Anzahl der Wiederholungen einzelner Übungen bestimmen die Teilnehmer selbst. Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage des ADFC Düsseldorf www.adfc-duesseldorf.de.



schiebende Füße



vier mit Daumen hoch

Beantwortung von Fragen und Anmeldungen unter kv.duesseldorf@adfc-nrw.de oder unter der Tel.: 59824939 (AB oder abends).
Die Kurse finden zum einen in der Zeit von Freitag, 13. Mai bis Sonntag, 15. Mai, zum anderen von Freitag, 17. Juni bis Sonntag, 19. Juni statt. Sie beginnen freitags abends mit Theorie (19 bis 20.30 Uhr), samstags und sonntags wird von 11 bis 16 Uhr das Fahrradfahren praktisch geübt.

Text: Stefanie Schardt, Foto: Ulrich Pegelow



vier im Kreis

CITI BIKES
VERKAUF VERMIETUNG WARTUNG SERVICE



Schonwaschgang.

Ab 04.10.2010, die Revolution in Düsseldorf!
Es kommt die Fahrradwäsche: Shampoowäschre mit Trocknen & fachgerechtem Abschmieren.
Poliere und Konserviere: Nanoversiegelung mit Lotusblüteneffekt. Wassertropfen perlen einfach ab, Schmutzpartikel können nicht haften.
Fahrradaufbereitung: Entrostung und Fahrradlackierung. Smart-Repair.

Birkenstr. 100, 40233 Düsseldorf, Fon 0211-69990602, Öffnungszeiten: Mo-Sa 10.00 bis 19.00 Uhr