



Klaus Helmke,
Renate Donato,
Eric Donato vom
Radfahrerschulteam

BEWÄHRT GUT: Die Radfahrerschule für Erwachsene **Neue Mitstreiter gesucht**

Egal, ob Anfänger oder Wiedereinsteiger: Die Radfahrerschule für Erwachsene des ADFC Düsseldorf gibt seit nahezu zwanzig Jahren allen die Möglichkeit, das Radfahren (wieder) zu erlernen oder aufzufrischen. Auch in 2015 werden Wochenendkurse angeboten, die – weitestgehend blickgeschützt vor Schaulustigen – auf einem Schulhof in Düsseldorf-Friedrichstadt stattfinden. Jeder Teilnehmer kann sich hier in seinem Lerntempo bei viel Spaß und ausreichend Pausen seinem Radfahrziel nähern.

Der Kurs beginnt jeweils Freitagabend, 19 Uhr mit einer Einführung und theoretischen Grundlagen. Am Samstag und Sonntag, jeweils 11 bis 16 Uhr, folgen viele aufeinander aufbauende praktische Übungen mit eigens für die Radfahrerschule erworbenen Rädern. Als Abschluss dieses Wochenendes wird am Sonntag eine erste kleine Tour auf verkehrsarmen Wegen angeboten. Alternativ kann aber auch weiter auf dem Schulhof geübt werden.

Es ist möglich, das eigene Rad mitzubringen. Dies ist jedoch in der Regel erst am Sonntag sinnvoll, wenn zuvor auf den Radfahrerschulrädern einige Grundkenntnisse erworben wurden.

Die Kursgebühr für das Wochenende beträgt 150 €. Der erste Kurs in 2015 findet vom 17. April bis 19. April statt.

Nach Abschluss des Kurses ist es wichtig, regelmäßig weiter zu üben, um das Erlernen zu festigen und zu vertiefen. Wer dabei noch Unterstützung benötigt, kann beim ADFC Düsseldorf weitere Einzelstunden für individuelle Übungen erfragen.

Die Organisation und Durchführung der Radfahrerschule erfolgt vollständig durch Ehrenamtliche – angefangen bei der Teilnehmerverwaltung, die in 2015 erstmalig in den Händen von Heike Wiesmann ruht, bis hin zur Leitung der vier geplanten Kurse jeweils in Person von Eric Donato, Klaus Helmke, Andreas Schardt oder Daniel Tschernack, die alle vier die Radfahrerschule bereits in den letzten Jahren aktiv begleitet haben. Sie werden dabei am Samstag und Sonntag jeweils durch zwei Trainer unterstützt. So ist es möglich, auf jeden der maximal zehn Fahrschüler individuell einzugehen.

Um dieses gut angenommene Angebot der Radfahrerschule auch in Zukunft weiter aufrecht erhalten und ausbauen zu können, sucht das Radfahrerschulteam weitere Mitwirkende. Wer also Interesse hat, in diesem Team mitzumachen, ist herzlich willkom-

men. Erstes Reinschnuppern ist nach Absprache an den Radfahrerschulwochenenden möglich. Wer dabei Lunte gerochen hat, kann dann als Trainer oder später auch als Kursleiter ins Team einsteigen.

Alle Radfahrerschultermine und weitere Informationen sind unter www.adfc-duesseldorf.de zu finden. Hier können Anmeldungen, Fragen und Anregungen aller Art zum Kurs sowie zur Teamunterstützung über das entsprechende Formular oder direkt per Mail an fahrradfahrerschule@adfc-duesseldorf.de gesendet werden. Telefonisch ist die Radfahrerschule unter 0211/7882896 erreichbar. ■

Klaus Helmke



Das Radfahrerschulrad