



RADGEBER

Das Fahrradmagazin des ÖAMTC | 2022

**Radfahren
im Alltag,
als Hobby,
Sport &
Leidenschaft**

www.oeamtc.at/fahrrad



**Infos, Tipps und
Wissenswertes
rund ums Radfahren**

**Fahrradtypen
Die Vielfalt im Überblick**

**Kind & Fahrrad
Rund um die Sicherheit
der Kleinsten**

**Appsolut hilfreich
ÖAMTC Apps für Reisen
und im Alltag**

**Radrouten
Zusatzbroschüre
mit Österreichs
schönsten Radrouten**

INHALT

Vorwort	3
Fahrradtypen im Überblick	4
Das Rad als Verkehrsmittel in der Corona-Krise	8
Radfahren als Aktivsport	10
In Velo Veritas	12
Von See zu See	14
Fahrrad-Check nach der Winterpause	16
Die Schattenseiten des E-Bike-Booms	18
Mountainbiken in Österreich	20
Damit Langfinger keine Chance haben	22
Wer Köpfchen hat, der schützt es	24
Fahrradfahren mit Kindern	30
Kompakte Vielfalt	32
INTERSPORT Rent	35
Digital & vernetzt – smartes Biken	36
ÖAMTC Fahrrad-Stützpunkte	39
Technik und Sicherheit	42
Info-Service online	44
Literaturempfehlungen	46
Der ÖAMTC in Ihrem Bundesland	47

Medieninhaber/Verleger:

Österreichischer Automobil-, Motorrad- und Touring Club (ÖAMTC), 1030 Wien, Baumgasse 129, ZVR 730335108

Konzept und Redaktion: ÖAMTC, Produkt-Marketing. Stand: März 2022

Alle Angaben wurden mit größter Sorgfalt recherchiert, erfolgen jedoch ohne Gewähr

Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler

Druck: Medienfabrik Graz Ges.m.b.H., Dreihackengasse 20, 8020 Graz

Verlagsort: Wien, Herstellort Graz

Gestaltung: ÖAMTC Grafik & Mediendesign

Bildnachweise:

Coverphoto: © Severin Wurnig; Seite 3: © Christian Postl; Seite 4: © istock; Seite 5–6: © KTM, © Pure Cycles, © BMC, © istock; Seite 7: © istock; Seite 8: © Severin Wurnig; Seite 9: © istock; Seite 10: © istock; Seite 12–13: © Bengt Stiller, Peter Provaznik, Martin Granadia; Seite 14–15: © Roland Fibich; Seite 16–17: © istock; Seite 18–19: © istock, Lukas Lorenz; Seite 20–21: © STMG, © Dennis Stratmann, © Mühlviertel Marken, © Martin Steintaler, © Lukas Lorenz; © Roland Fibich, © istock; Seite 22–23: © istock, ast+nebel; Seite 24–25: © Severin Wurnig, © istock, © KTM, © POC, © ÖAMTC Archiv; Seite 26: © istock; Seite 27: © KTM; Seite 29: © Hörmandinger; Seite 30–31: © Severin Wurnig, © istock; Seite 32–34: © auto touring, © Sebastian Weissinger; Seite 36–38: © istock, © COBI GmbH und CONNECTED CYCLE SAS; Seite 39: © Christian Postl, © Willy Bauer; Seite 40–42: © istock, © Dagmar Halwachs, © Ulrich Leth – Agenda Josefstadt © ÖAMTC Archiv; Seite 43: © istock; Seite 44: © istock © ÖAMTC Archiv; Seite 47: © Toni Rappersberger

Herzlichen Dank an KTM Fahrrad GmbH

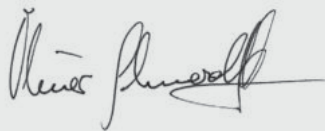
Liebe Mitglieder,

abseits aller negativen Auswirkungen lässt sich der Pandemie doch auch ein positiver Aspekt abgewinnen. Sie hatte und hat durchaus nachhaltige Auswirkungen auf unsere Mobilität. So ist im vergangenen Jahr der Stellenwert des Fahrrads erneut gestiegen. Das Rad ist nicht nur wichtig für Arbeits- und Einkaufswege, sondern auch für Sport und Bewegung an der frischen Luft.

Auch in meiner Mobilität hat das Rad einen fixen Platz. Denn für manche Wege – beruflich wie privat – ist das Fahrrad das schnellste Verkehrsmittel und dabei eine der gesündesten sowie umweltverträglichsten Mobilitätsarten. Innovationen wie E-Bikes und Transporträder haben ihren Teil dazu beigetragen, dass das Fahrrad immer vielfältiger und attraktiver wird. Als Mobilitätsclub begleitet der ÖAMTC seine Mitglieder schon immer verlässlich durch ihren Alltag, ganz gleich womit sie unterwegs sind. Egal, ob Sie häufig oder gelegentlich mit dem Rad fahren: Der ÖAMTC steht Ihnen mit seinem Fachwissen sowie einem vielfältigen Potpourri an Services mit Rat und Tat zur Seite.

Unser „Radgeber“ soll Sie, gemeinsam mit den Radrouten, auf spannend-unterhaltsame sowie informativ-relevante Weise begleiten: ein eigens aufgelegtes Magazin für alle, die mit dem Rad fahren. Damit wollen wir Ihnen unsere Kompetenz und Leidenschaft für die Thematik mit auf die Fahrt geben – mit Wissenswerten über Elektrofahrräder, Neuheiten am Fahrradsektor, Infos zu hilfreichen Apps sowie zahlreichen Sicherheitstipps. Aber auch wichtige Aspekte wie die Straßenverkehrsordnung, Infos zur richtigen Ausstattung und besseren Sichtbarkeit. Das fördert das gute und sichere Miteinander aller Mobilitätsformen – das ist uns als Mobilitätsclub besonders wichtig.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine gute Fahrt und viel Vergnügen beim Schmökern in unserem „Radgeber“.



Ihr
Oliver Schmerold
ÖAMTC Direktor





Fahrradtypen im Überblick

Die Vielfalt an Fahrradarten und deren Einsatzgebiete sind in den letzten Jahren fast unüberschaubar geworden. Eine kleine Übersicht über die gängigsten Fahrradtypen finden Sie hier.

Neue, teils ungewöhnlich anmutende Fahrradtypen bereichern das Verkehrsgeschehen und sind oftmals die Hingucker im Straßenbild. Nischenprodukte bieten die Geschäftsgrundlage für zahlreiche Start-ups, Individualisierung und Kundenbedürfnisse stehen im Vordergrund. Eine Kategorisierung kann auf mehreren Ebenen stattfinden.

Unterschiedliche Rahmenformen

Die Vielfalt beginnt bei den unzähligen Rahmenformen, die, vereinfacht formuliert, von den persönlichen, mechanischen und materialtechnischen Anforderungen und nicht zuletzt von der Mode bestimmt werden. Die Bauart und die verwendeten Komponenten nehmen neben der Bruchsicherheit wesentlichen Einfluss auf die Laufruhe und Lenkbarkeit.

Unterschiedliche Einsatzgebiete

Ein **Faltrad** wird nie die Eleganz einer aerodynamischen **Zeitfahrmachine** erreichen, ein **Rennrad** aber auch nie so praktisch sein wie ein **Damenrad** mit Trapezrahmen und Einkaufskorb am Lenker. Was zählt, sind der persönliche Anspruch und das geplante Einsatzgebiet.

Alltagsräder

Das Alltagsrad ist der praktische Allrounder und Alleskönner. Ob zur Arbeit, zum Einkaufen oder zum Vereinstaining – mit diesen Fahrrädern gelangt man vor allem im städtischen Gebiet schnell, umweltfreundlich und – gutes Wetter vorausgesetzt – unkompliziert ans Ziel. In dieser Kategorie sind in erster Linie **Trekking-Bikes**, **City-** und **Lifestyle-Bikes** zu nennen.

Das **Trekking-Rad** schließt die Lücke zwischen **City-** und **Mountainbike** und ist Generalist und Alleskönner für Stadt und Land. Kotflügel, Gepäckträger und Lichtanlage sind meist serienmäßig montiert. Mit einem gut ausgestatteten Trekking-Rad kann man nichts falsch machen und ist auch für die Familienradtour bestens gerüstet.

Durch die breitere, komfortorientierte Bereifung und den meist breiteren Sattel ist das **City-Bike** – nomen est omen – der bequeme Drahtesel für die innerstädtische Kurzstrecke und oftmals auch Ausdruck eines modernen, urbanen Lebensgefühls. Wartungsarme Rücktrittbremsen, Nabendynamo und Nabenschaltung machen dieses Teil zu einem über viele Jahre verlässlichen Partner auf allen Grätzeltouren. Aber auch spezielle Modelle wie das praktische **Klapprad** – auf den einfachen Transport in Bus, Bahn und Auto ausgelegt – oder das **Fixie** – ein Rad ohne Freilauf, d.h. mit starrem Gang und oft nur mit einer Vorderradbremse – gehören in die Gruppe der Alltagsräder. Stark an Beliebtheit gewonnen haben auch diverse Retro-Designs, die sich weniger an Sportlichkeit als am Nostalgiefaktor orientieren.

Für Sportliche

Bei **Renn-** und **Sporträdern** für die Straße zählen nur Performance und Geschwindigkeit. Daher wird besonders auf eine leichte Bauweise Wert gelegt. Anbauteile wie Gepäckträger, Kotflügel oder Beleuchtung finden keine Verwendung. Für den Einsatz abseits befestigter Straßen sind sie aber nicht konstruiert – die schmale, auf geringen Rollwiderstand ausgelegte und profilfreie Bereifung ist für weichen, unebenen Untergrund ungeeignet.

Als Rahmenmaterial kommt meist Aluminium oder das teure Karbon zum Einsatz, gebremst wird noch immer überwiegend mit klassischen Leichtbau-Felgenbremsen. Rennradanfänger sollten allerdings darauf achten, dass die Übersetzung der Schaltung ausreichend und elastisch genug ist. Ohne die passenden Gänge sind längere Anstiege kaum zu „erradeln“, und Gelegenheitsradlern geht schnell die Puste aus. Auch die Sitzergonomie und der damit verbundene stark nach vorne gebeugte Rücken sind gewöhnungsbedürftig. Alles jedoch zum Vorteil der Aerodynamik und Geschwindigkeit, denn hier ist das Rennrad auf der Straße absolut die Nummer eins.

Die innovative Speerspitze dieser Kategorie stellen zweifellos die **Triathlon- und Zeitmaschinen** dar. Ob Mitteldistanz, Ironman oder Einzelzeitfahren – die Timemachine ist das absolute Must-have bei jedem Rennen gegen die Uhr.

Offroad

Zunehmend differenziert zeigt sich auch die Modellpalette der Sporträder für Gelände und Offroad. War das Angebot bis vor Kurzem von **Hardtail** und **Fully** ohne E-Unterstützung dominiert, so kamen in den letzten Jahren immer wieder neue Modelle für unterschiedlichste Einsatzzwecke auf den Markt.

Das Hardtail-Mountainbike ermöglicht den günstigen Einstieg in die Offroad-Welt. Das Fully wiederum ist der Spezialist für wirklich schweres Gelände und bietet



Trekking-Onroad-Bike Stadt-Land-Fluss: Die Universallösung macht fast alles mit



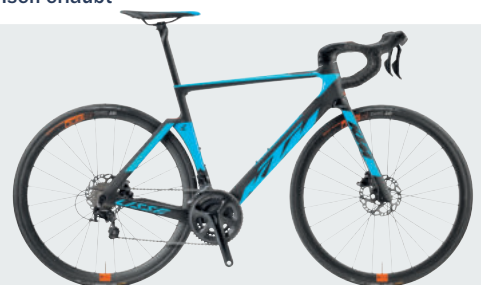
City-Bike Robuster Generalist für die Stadt



Falt- und Klapprad Die Kunst des Komprimierens



Das **Fixie** – Schnörkellos und schlicht, im Straßenverkehr nur mit zwei voneinander unabhängigen Bremsen erlaubt



Rennrad Leicht und elegant für den sportlichen Straßeneinsatz



Cross- und Gravelbikes Rennrad trifft Mountainbike



Fully-Mountainbike Für anspruchsvolles Gelände und Downhill



Fatbike Spezialist für tiefe Böden



Hardtail-Mountainbike Der Einstieg in die Offroad-Welt



BMX-Bike Vom Racing bis zum akrobatischen Freestyle



E-Bikes & Pedelecs Voll im Trend



Lastenfahrrad Ideal für den Transport von Kindern, Gegenständen und Waren

das Optimum für schnelles Bergauffahren, strapaziösen Downhill und enge Kehren.

Cyclocross z.B. steht für das Querfeldeinfahren als eine Disziplin des Radsports. Das Fahrrad dafür vereint die Leichtigkeit eines Rennrads mit der Robustheit eines Mountainbikes. Oder **Fatbikes**, eine Untergruppe der **Hardtails**, die mit ihrer extrem breiten („fetten“) Bereifung immer populärer werden und die Hingucker abseits befestigter Wege sind.

Die Funsportart **Dirt Jump** wiederum bezeichnet z.B. das Springen über Erdhügel mit einem sogenannten **Dirtbike** oder **BMX**, einem auf diese spezielle Anforderung zugeschnittenen Produkt mit ganz spezieller Rahmengeometrie, meist ohne Schaltung und oft nur mit Hinterradbremse. Empfehlenswert ist dieses Rad in erster Linie für Downhill- und Freeride-Einsätze, aber weniger für die „normale“ Fortbewegung.

Erwähnt sei an dieser Stelle aber, dass mit der Spezialisierung oft die Einsatzmöglichkeiten eingeschränkt sind und der Radkeller bald mit einem halben Dutzend Hightech-Geräten für unterschiedlichste Zwecke gefüllt sein kann. Für die Einsteigerin/den Einsteiger sind universell nutzbare Räder sicher eine Empfehlung.

Elektrofahrräder

E-Bikes für Pendelnde, Pedelecs, E-MTBs, E-Rennräder oder Elektrofahrräder als Lastenräder – es gibt für jede Radfahrerin und jeden Radfahrer das perfekte E-Bike. Und die Elektroräder entwickeln sich immer weiter. E-Bike-Fahren ist nicht nur bei älteren Menschen en vogue, und die Kundschaft wird immer anspruchsvoller. Ausgestattet mit einer aufladbaren wie abnehmbaren Akku-Einheit, wird der Drahtesel zum Wunderrad.

Ein Tipp zum Akku: Nicht fix verbaute, sondern entnehmbare Akkus machen das Laden und den Batterietausch im Fall eines Defekts wesentlich einfacher. Wichtig ist auch, immer das Original-Ladegerät zu verwenden! Die Lebensdauer einer Batterie liegt zwischen 700 und 1.000 Ladezyklen. In 3 bis 6 Stunden sollte sie wieder vollständig aufgeladen sein.

Unterschiedliche Materialien

Der **Stahlrahmen** – üblicherweise eine Chrom-Molybdän-Legierung – zählt nach wie vor zu den stabilsten, aber zugleich schwersten Konstruktionen. Stahl wird als günstiger und leicht zu verarbeitender Werkstoff überwiegend bei Einstiegsrädern eingesetzt, und wer ein paar Kilo mehr nicht scheut und ein günstiges Fahrrad sucht, ist mit Stahl richtig beraten. Um Korrosion vorzubeugen, ist darauf zu achten, dass der Rahmen ausreichend stark ist (regelmäßige Kontrolle auf Steinschläge nicht vergessen).

Mit **Aluminium** steht der „alten Schule“ eine ebenbürtige Alternative gegenüber. Aluminium-Legierungen sind für Endverbraucherinnen und Endverbraucher in den letzten Jahren deutlich günstiger geworden und haben Stahl in weiten Bereichen komplett abgelöst, auch wenn die Meinungen zu Vor- und Nachteilen des Werkstoffs auseinandergehen. Entgegen der landläufigen Ansicht ist auch bei Aluminium ein Korrosionsschutz nötig, auch ist der oft als Argument ins Feld geführte Gewichtsvorteil bei Weitem nicht so groß wie durch die Werbung suggeriert wird. Im Materialvergleich ist die Vibrationsdämpfung bei Aluminium am schlechtesten. Alurahmen müssen deutlich stärker dimensioniert werden, um die gleiche Festigkeit wie Stahl zu erreichen, das Bruchverhalten wird bisweilen kritisch beurteilt, und die Verarbeitung des Werkstoffs ist darüber hinaus deutlich schwieriger als die von Stahl.

Der **Carbonrahmen** findet aufgrund der hervorragenden Gewichtseigenschaft und der hohen Festigkeit speziell im Leichtbau- und Rennradbereich Verwendung. Allerdings ist das Material nach wie vor teuer, aufwendig in der Verarbeitung und bei Stürzen und Steinschlägen deutlich empfindlicher und bruchanfälliger, weil spröde. Carbonfaser hat keine Verformungsreserve wie metallische Rahmenmaterialien. Wer allerdings ein leichtes Hightech-Fahrrad sucht, liegt mit Carbon vollkommen richtig.

Darüber hinaus sind zuletzt zahlreiche alternative Materialien auch im Rahmenbau auf den Markt gekommen. In erster Linie ökologischen Überlegungen Rechnung tragend, ist an dieser Stelle der Werkstoff **Holz** zu nennen. Mit entsprechenden konstruktiven Kunstgriffen steht Holz in puncto Stabilität und Haltbarkeit anderen Materialien in nichts nach.

Auch **Bambus** wird heute im Rahmenbau verwendet, aber vorwiegend in Handarbeit zu individuellen, hochwertigen Produkten verarbeitet.

Andere **exotische Materialien** wie z.B. Titanlegierungen oder Composite-Werkstoffe fristen als Rahmenmaterial ein teures Nischendasein für Spezialanwendungen und sind für den Breitensport nicht relevant.

In jedem Fall gilt: Gute Beratung durch den Fachhandel ist durch nichts zu ersetzen!

Bike-Trends 2022

Die großen Trendthemen 2022 drehen sich, wie im Vorjahr, vor allem um urbane Mobilität und E-Mobilität. Aufgrund der Pandemie findet in diesen Bereichen aktuell ein Umdenken statt, von dem der Fahrradmarkt stark profitiert.

E-Bikes, der Boom hält an – leichter statt weiter

Elektrofahrräder entwickeln sich immer mehr zu einem geeigneten Ersatz für einen Teil der Autonutzung, besonders was den innerstädtischen Verkehr betrifft. Die Nachfrage wird verstärkt auf alltagstauglichen E-Bikes liegen, die den täglichen Weg zur Arbeit oder zum Einkaufen erleichtern.

Light ist die neue Reichweite. Nachdem in den letzten Jahren die Reichweitenangst grassierte, besinnt sich die Branche und geht weg von großen Akkus und schwergewichtigen Kapazitätsmonstern – hin zu agileren Light-E-MTBs.

Am Markt findet man eine Vielzahl unterschiedlicher Modelle für jeden Fahrer und Einsatzzweck. Radfahrende können 2022 aus dem Vollen schöpfen: innovative E-Falträder, Hightech-E-Mountainbikes, individuelle E-Lastenräder für Kinder und Gepäck in allen Varianten, elegante E-Bikes, denen man den integrierten Akku und Motor kaum noch ansieht.

Lastenfahrräder

Egal, ob für Familien, Kleingewerbe oder Lieferdienste – die Nachfrage nach Lastenfahrrädern nimmt europaweit zu. Der Hauptanteil der hierzulande verkauften Lastenfahrräder bzw. Cargobikes wird im Antrieb durch einen Elektromotor unterstützt. Lastenfahrräder zeichnen sich insbesondere durch ihr vielseitiges Einsatzgebiet aus.

Geländegängige Rennräder hoch im Kurs

Ebenfalls im Trend liegen Gravel-Bikes, geländegängige Rennräder, die von reinen Rennrad- bis zu anspruchsvollen Bikepackingtouren alles möglich machen. Mit den „Breitreifen-Rennrädern“ machen all die vielen Strecken Spaß, die mit einem normalen Rennrad unfahrbar und mit einem Mountainbike langweilig wären.

Smart und digital

Wenn es um die eigene Sicherheit geht, sind smarte Helme mit unterschiedlichen Funktionen, wie z.B. Blink und Bremslichtfunktion, definitiv im Kommen. Auch Track & Protect – eine smarte Integration von Trackingsystemen, um gestohlene oder verloren gegangene Fahrräder zu orten – wird immer wichtiger.



Das Rad als Verkehrsmittel in der Corona-Krise

Europäerinnen und Europäer fahren mehr Fahrrad und Auto. Außerdem gehen sie öfter zu Fuß. Das Rad erweist sich als krisenfestes Verkehrsmittel.



Das Rad als krisenfestes Transportmittel

Vor allem in Zeiten von Corona hat sich das Fahrrad als krisenfestes Verkehrsmittel erwiesen. Abstand halten zu anderen ist in Zeiten von Corona sehr wichtig. Das Coronavirus wird hauptsächlich über Tröpfcheninfektion auf kurze Distanz übertragen – damit wird das Ansteckungsrisiko beim Radfahren automatisch geringer. Denn Radfahrende halten nicht nur automatisch Abstand zu anderen, sondern sind zudem einem geringeren Risiko ausgesetzt, sich durch das Berühren von Oberflächen zu infizieren. Wer also mit dem Fahrrad fährt, schützt nicht nur sich selbst, sondern auch andere.

E-Bike-Verkaufszahlen steigen

Was sich auch in der Corona-Krise gezeigt hat: Der Trend zum E-Bike ist ungebrochen und hat sich sogar noch verstärkt. „Der E-Bike-Anteil wird bei den Verkaufszahlen aufgrund von Corona noch einmal nach oben gehen, und zwar stärker und schneller als erwartet“, so Michael Nendwich, Obmann des Sportartikelhandels in der Wirtschaftskammer Österreich (WKO) und Geschäftsführer des Verbands der Sportartikelherzeuger und Sportausrüster Österreichs (VSSÖ). Nach Angaben von Händlerinnen und Händlern betrug der Anteil an E-Bikes in der Zeit vom Ausbruch der Corona-Krise bis zum Sommer 2020 mehr als die Hälfte der Verkäufe. Der Gesundheitsaspekt spielt dabei eine große Rolle: Abgesehen davon, dass mit Motorunterstützung auch Strecken zu schaffen sind, die man mit einem normalen Fahrrad nicht oder nur schwer bewältigen kann, wollen viele nicht auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen sein.

Wie hat sich das Mobilitätsverhalten in Zeiten von Corona verändert?

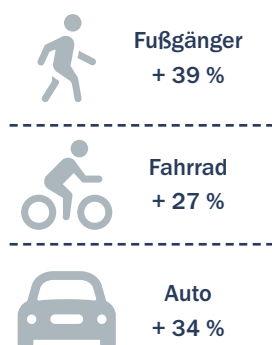
Das wollte der europaweit größte Online-Automarkt von seinen Nutzerinnen und Nutzern wissen. Laut einer Umfrage unter knapp 6.000 Nutzerinnen und Nutzern* zählt das Auto in Österreich, Deutschland, Italien, Belgien und den Niederlanden zu den Gewinnern in der Corona-Krise. Neben dem Auto hat aber auch das Fahrrad an Beliebtheit gewonnen. 27 Prozent treten stärker in die Pedale als zuvor. Noch mehr als das Auto oder das Rad nutzen die Befragten allerdings die eigene Muskelkraft: Europaweit wird gerade deutlich mehr zu Fuß gegangen als vor der Krise.

Niederlande setzen auf Rad und Gehen

Zwar wird das Auto von vielen Befragten häufiger genutzt, das machen die Zahlen deutlich. Doch es gibt auch Gruppen, die es gerade in der Corona-Krise verstärkt in der Garage stehen lassen. So geben 17 Prozent der österreichischen teilnehmenden Personen an, im Rahmen der Pandemie weniger Auto zu fahren. Anders sieht es in den Niederlanden aus: Hier verzichtet jeder Dritte (33 Prozent) verstärkt auf Autofahrten – damit ist die Gruppe jener, die seltener fahren, größer als die jener, die es häufiger tun (27 Prozent). Auch beim Fahrradfahren liegen die Niederländerinnen und Niederländer sportlich vorne, denn stolze 35 Prozent radeln zurzeit mehr als in der jüngeren Vergangenheit.

Top-3-Krisengewinner

Welche Transportmittel in Österreich jetzt häufiger genutzt werden.



*Quelle: www.autoscout24.at/Umfrage unter 5.783 AutoScout24-Nutzern, davon 1.207 aus Deutschland, 1.663 aus Italien, 672 aus Österreich, 1.147 aus Belgien und 1.094 aus den Niederlanden; Befragungszeitraum: Oktober 2020

Vorschriften, Regeln und rechtliche Grundlagen

Sicherheit geht vor

Die wichtigsten Tipps rund um Verkehrsregeln, Vorschriften und Sicherheit sowie die Neuerungen der 30. StVO-Novelle finden Sie unter www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften.



Kostenlos für ÖAMTC Mitglieder

JURISTISCHE NOTHILFE

Die erfahrenen Juristinnen und Juristen des ÖAMTC helfen Ihnen partnerschaftlich und wirkungsvoll. So erhalten Sie als Mitglied unter der Rufnummer Ihres Landesclubs (Seite 47) kostenlose und kompetente Hilfe in allen Rechtsfragen rund um Auto und Fahrrad, Verkehr, Reise und Freizeit, z.B. nach einem Unfall.

In unaufschiebbaren Fällen erreichen Sie die Club-Juristinnen und Juristen auch rund um die Uhr und am Wochenende unter +43 1 25 120 00.

Es lohnt sich, Club-Mitglied zu sein!
Näheres unter www.oeamtc.at/recht

Wo liegt hier der Unterschied?

E-Bikes und Pedelecs

Sogenannte Pedelecs unterscheiden sich von tretunabhängigen E-Bikes dahingehend, dass die Zusatzenergie über den Elektromotor nur während des Tretens angefordert werden kann. Tritt man nicht, gibt es auch keine Extra-Power.

Sowohl bei Pedelecs als auch bei E-Bike darf die maximale Antriebsleistung des E-Motors 600 Watt nicht übersteigen und die Bauartgeschwindigkeit nicht höher als 25 km/h sein. Ansonsten gelten diese nicht mehr als Fahrräder.



bezahlte Werbung

wutscher.com

ÖAMTC Vorteilspartner

Fragen Sie nach
Ihrem Clubvorteil!



sehen!
wutscher

-15%

AUF SPORTSONNENBRILLEN*

mit dem Code ÖAMTC15

*Gültig für alle ÖAMTC-Mitglieder. Nur auf lagernde Produkte. Ausgenommen Aktionsangebote. Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinen. Gültig in allen sehen!wutscher-Filialen und online auf wutscher.com bis 31.05.2022.

J. ATHLETICS

gloryfy
BY VORBEREITUNG

evil eye

Red Bull
SPECT
EYEWEAR

Polaroid

OAKLEY



Radfahren als Aktivsport

Dr. Heimo Vedernjak, Sportarzt und Verkehrsmediziner des ÖAMTC: „Radfahren ist durch seinen runden Bewegungsablauf die richtige Sportart für fast jeden.“



Die zyklischen, wiederkehrenden Bewegungen beim Radfahren sind das optimale Training für Ihre Fitness und Gesundheit bis ins hohe Alter. Radfahren ist selbst für Herz-Kreislauf-Patientinnen und -Patienten oder zur Rehabilitation empfehlenswert, wenn zuvor mit ärztlicher Beratung ein (sport-)medizinischer Trainingsplan erstellt wurde. Radfahren kann man nicht früh genug beginnen und bis ins Alter ausüben, wenn Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-System, Augen und Ohren, Gleichgewichtssinn und Reaktionsvermögen gut funktionieren und daran gewöhnt sind. Das regelmäßige Radfahren verbessert Ihre Fitness und erhält einen guten Allgemeinzustand.

Vor allem für ältere Personen gilt: Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt, bevor Sie nach längerer Pause wieder mit dem Radfahren beginnen. Machen Sie einen sportmedizinischen Check, bevor Sie regelmäßige Kreislauf-

training oder sportliche Ausfahrten machen wollen. Dieser Check sollte neben einer üblichen Vorsorgeuntersuchung unbedingt ein Ruhe- und Belastungs-EKG am Fahrradergometer sowie Wirbelsäulen- und Gelenktests umfassen. Gegebenenfalls sind Gleichgewichtskontrollen und Hör- bzw. Sehtest sinnvoll.

Die richtige Ausrüstung ist beim Radfahren sehr wichtig

Bei Wirbelsäulenbeschwerden ist eine aufrechte Sitzposition am Rad wichtig. Mountainbikes sind für das Gelände gedacht und vom Aufbau her speziell gebaut. Geländefahrten belasten vor allem die Handgelenke und die Halswirbelsäule. Wer also nicht topfit ist, sollte eher auf sicheren Wegen bleiben und aufrecht sitzend radeln. Tragen Sie stets leichte, schweißableitende Funktionskleidung und immer Helm und Handschuhe. Auch das Schuhwerk ist wichtig. Sandalen oder Flipflops sind auch für kurze Wege am Fahrrad völlig ungeeignet!

Fit, fitter

Für eine gezielte Verbesserung Ihrer Konstitution kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt zu Ihrem Trainingsziel passend die entsprechenden Pulszonen empfehlen und gemeinsam mit Ihnen einen Trainingsplan erstellen. Wenn Sie dann bei Strecken ab einer Stunde auch für die ausreichende Flüssigkeitszufuhr während der Ausfahrt sorgen, steht dem gesunden Radfahrvergnügen nichts mehr im Wege.

Welche gesundheitlichen Vorteile bringt regelmäßiges Radfahren?

Beim Radfahren werden die Atmungsorgane tief mit Luft gefüllt, die Atemmuskulatur wird gekräftigt und die Funktion der Lunge verbessert. Regelmäßiges Radfahren kann vor Atemwegsinfekten schützen. Für Menschen mit chronischen Atemwegserkrankungen wie etwa Asthma kann Radfahren mit geringer Belastung eine wichtige Therapie-Ergänzung sein.

Radfahren unterstützt die Gewichtsregulation

Bei einer moderaten Radtour, bei der man noch ungehindert durch die Nase atmet, werden die Fettdepots verringert. Außerdem wird Cholesterin, das die Blutgefäße verfettet und verkalken lässt, abgebaut, die Arterien bleiben gesund.

Radfahren sorgt nach langer sitzender Tätigkeit für einen Bewegungsausgleich für Knie, Hüften, Sprunggelenke und Schultern. Schon Belastungszeiten ab zehn Minuten nützen Ihnen. Weil das Gewicht des Körpers beim Radfahren bis zu 80 Prozent am Sattel liegt, werden vor allem die Kniegelenke und Sprunggelenke viel weniger belastet als etwa beim Joggen. Die Gelenksknorpel werden durch die kreisförmige, regelmäßige Beinbewegung optimal mit Sauerstoff und Nahrungsstoffen versorgt – das schützt vor Arthrose. Sogar für eine bereits vorhandene Arthrose an Hüft- oder Kniegelenken ist regelmäßiges Radeln nützlich.

Radfahren ist Herz-Kreislauf-Training

Regelmäßiges Radeln vergrößert das Schlagvolumen des Herzens. Gleichzeitig wird die Herzschlagfrequenz reduziert. Das Herz arbeitet so ökonomischer und wird selbst besser durchblutet und weniger belastet. Wer mäßig, aber regelmäßig radelt, senkt sein Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Herzinfarkt circa um die Hälfte.

Radfahren stärkt die Muskeln und das Gleichgewichtsgefühl

Schon nach 20 Minuten Radeln zeigen sich positive Effekte auf die Muskeln des gesamten Körpers. Es profitieren die für das Treten zuständige Beinmuskulatur, die den Körper stabilisierende Rumpfmuskulatur an Bauch und Rücken sowie die Schulter-Arm-Muskulatur, die den Körper am Lenker abstützt. Muskelverspannungen lösen sich oft.

Radfahren macht den Kopf frei und entspannt

Geschieht es nicht am Heimfahrrad, sondern draußen, werden auch Balancegefühl und Koordinationsfähigkeit trainiert. Wer häufig radelt, ist resistenter gegen Stress. Ausdaueraktivitäten wie Radfahren fördern schon nach 30 bis 40 Minuten die Ausschüttung von Endorphinen, also von Glückshormonen. Das entspannt und wirkt sogar depressiven Zuständen entgegen.

Zahlen und Fakten zum Radverkehr in Österreich

13 %

angestrebter Radverkehrsanteil in Österreich für 2025¹⁾

48

bei Straßenverkehrsunfällen getötete Radfahrende 2021, 23 davon mit dem E-Bike²⁾

41 %

der verkauften Fahrräder 2020 entfielen auf E-Bikes, E-MTBs und sonstige E-Bikes, z.B. Lastenräder³⁾

62 %

der verletzten Radfahrenden bei Straßenverkehrsunfällen der letzten 5 Jahre waren Männer, nur 38 % der Verletzten waren Frauen²⁾

52 %

der 2021 bei Straßenverkehrsunfällen getöteten Radfahrenden kamen aus der Altersklasse 65+, bei E-Bikes sogar 70 %²⁾

2 %

Zuwachs im Jahr 2021 an Radfahrenden in Wien gegenüber 2020⁴⁾

Quellen: 1) BNT & BMVIT – #mission 2030 – Die österreichische Klima- und Energiestrategie
2) Statistik Austria, Auswertung ÖAMTC Unfallforschung 3) Verband der Sportartikelhersteller und Sportausrüster Österreichs 4) automatische Dauerzählstellen, MA 46 – Stadt Wien
Anmerkung: E-Scooter werden von der Statistik Austria in der Kategorie E-Bike erfasst und sind somit in den Unfallzahlen mit enthalten.

Nur noch mit Freisprecheinrichtung!

Telefonieren beim Radfahren

Telefonieren, Mailen, SMSen und Radfahren vertragen sich nicht gut. Daher ist das auch verboten.

Ausnahme:

Telefonieren mit Freisprecheinrichtung.

Bei Verstoß droht eine Strafe von € 50,- bis € 72,-.

In Velo Veritas

Der Radklassik-Treffpunkt im Weinviertel



Vorneweg: In Velo Veritas ist kein Radrennen! In Velo Veritas betitelt sich eine eintägige Rundfahrt auf klassischen Rennrädern. Schauplatz ist seit nunmehr 10 Jahren das Weinviertel nördlich von Wien.

Von Ellen Dehnert,
Horst Watzl & Marco
Sabatnig

Im Zentrum steht die Fahrt

In Velo Veritas führt über drei sorgsam ausgewählte Strecken abseits der Hauptstraßen. Genussreiche 70 km können im Weinviertler Wellental auch auf leichten Rädern zur Herausforderung werden. Für die anspruchsvollen 140 km oder gar die epische 210 km-Runde braucht es vorab schon einige Trainingsfahrten. Die Strecken wechseln von Jahr zu Jahr. Für Abwechslung ist also gesorgt.

Jubiläum in Wolkersdorf

Am 11./12. Juni 2022 ist zum dritten Mal Wolkersdorf im Weinviertel der Start- und Zielort. Das Wolkersdorfer Schloss samt Schlosspark bietet die eindrucksvolle Kulisse für das 10-jährige Jubiläum. Erstmals startete In Velo Veritas 2013 in der radfreundlichen Stadt, die von Wien aus auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht erreichbar ist.

Stahl und Wolle

Bei In Velo Veritas steht das klassische Rennrad als Symbol für das Verbindende und die sanfte und umweltfreundliche Fortbewegung auf zwei Rädern. Zugehört sind ausschließlich Räder bis 1986, die vorwie-

gend aus Stahl gefertigt wurden. Zudem befanden sich damals die Schalthebel noch am Rahmen. Gleichzeitig ist die Veranstaltung die Würdigung einer Radkultur, welche gerade in den letzten Jahren wieder zu neuem Leben erweckt wurde. Vintage-Rennräder sind nach wie vor auch begehrte Sammlerobjekte. Schließlich steht In Velo Veritas auch für eine bewusste Abkehr vom „Schneller, Weiter, Höher“.



Genussfaktor

In den letzten 10 Jahren entwickelte sich die Veranstaltung zu einem wahren Treffpunkt für Freundinnen und Freunde des Radsports. Schon am Vortag herrscht große Wiedersehensfreude, wenn beim sogenannten „Get Together“ bei Musik, Speis und Trank Geschichten über die vergangene Saison ausgetauscht werden. Neben den selektiven Strecken sind sicherlich die einzelnen Labestationen eine Attraktion für sich. Hier findet sich nicht das übliche isotonische „Müsliriegelbuffet“, sondern Weinviertler Spezialitäten, die eine Weiterfahrt mitunter nicht unbedingt erleichtern. Nicht umsonst wählte das Weinviertel ein Leitmotiv, das auch In Velo Veritas auszeichnet: „Genussvolle Gelassenheit“.

Im Ziel

Doch das Ziel ist nahe. Alle wollen es erreichen. Aufgeben gibt es nur in Ausnahmefällen bei unbehebbar mechanischen Defekten. Alle, die eine der Strecken bewältigt haben, haben gewonnen. Siegerinnen und Sieger über sich selbst und um eine neue Erfahrung reicher. Wie formulierte es die österreichische Radsportlegende Rudi Mitteregger so treffend: „Mit einem Lächeln am Start, einem Lächeln während der Fahrt und einem Lächeln im Ziel.“ Wenn das kein Ziel ist?

www.inveloveritas.at

www.weinviertel.at

ÖAMTC App Meine Reise

Der nächste Radurlaub kann kommen!

- Umfassende Infos – auf Ihren Urlaub zugeschnitten
- Offline nutzbar
- Kostenlos für iOS und Android

Ihr Plus

- Inklusive ÖAMTC Nothilfe-Assistent

Einfach downloaden! www.oeamtc.at/meinereise



Reise-Infoset

Ihr praktischer Urlaubsbegleiter im handlichen Format!

- Alle Sehenswürdigkeiten auf einen Blick
- Übersichtliche Faltkarten und Reise-Infos
- Umfassende Infos zu Verkehrsregeln im Urlaubsland

Ihr Plus

- Exklusiv und gratis für Mitglieder an jedem Stützpunkt erhältlich

Einfach mitnehmen! www.oeamtc.at/reiseservice



Reise-Checkliste

Ihre Packliste, die mitdenkt und an wichtige Aufgaben erinnert!

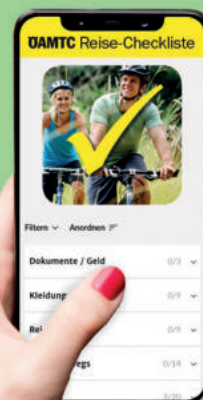
- Individuelle oder fertige Packlisten für Radreisen, Wanderausflüge, Städtetrips & Co.
- Ihre persönliche Checkliste, die sich an Ihren Urlaub anpasst und mitdenkt
- Mit Bekannten & Familie teilen und gemeinsam bearbeiten

Ihr Plus

- Die praktische Packliste „Radreise“ erinnert an Ersatzschlauch, Kettenschloss, Pumpe und Co.

Einfach online packen!

www.oeamtc.at/reisecheckliste



Von See zu See



Wie wir Pause von der Pandemie machten und uns schon 2021 zwischen Weißensee und Klopeiner See ein Stück Normalität erradelten.

**Text & Fotos
Roland Fibich**

Als die Infektionszahlen im vergangenen Sommer deutlich zurückgingen, stand für viele der Urlaub im eigenen Land auf dem Programm. Hotels, Gasthäuser und Cafés konnten wieder öffnen, auch die Bäder sperrten auf. Auch wir wollten das Beste aus der Lage machen, daher zog es uns zuerst einmal nach Kärnten.

Eine Reise mit dem Fahrrad sollte es sein – diesmal eher auf die bequeme Tour, mit dem E-Bike also und mit dem praktischen Transport des Gepäcks von Hotel zu Hotel durch hilfreiche Geister. Gut also, dass ein neues Angebot zu finden war: „Kärntner Seebiken“ quer durchs Land.

Und so laden wir an einem milden Morgen im August 2020 unsere E-Bikes auf 930 Metern Seehöhe aus dem Transporter, verabschieden uns von dem freundlichen Fahrer und entern gleich unser nächstes Transportmittel, die „Alpenperle“, die auf dem türkisfarbenen Wasser des Weißensees schaukelt. Bis zu unserem Ziel, der Station „Ronacherfels“, sind die Ufer naturbelassen, erst dort beginnen Rad- und Fußweg. Schon diese ersten Radkilometer lassen den Erholungseffekt in Richtung Höchstpunktezahl steigen. Den See zur Linken, gleiten wir im sanften Morgenwind durch Blumenwiesen, das Gebirgs Panorama immer im Blick. Rasch ist der geschäftige Ort Techendorf erreicht. Jetzt verläuft der Radweg entlang der Bundesstraße in Richtung Greifenburg. Vorsichtig sein, heißt es während der Abfahrt auf der steilen, viel befahrenen Straße hinunter ins Drautal, aber diese Herausforderung ist auch für weniger Geübte gut zu meistern. Es ist dies einer der ganz wenigen Abschnitte der Tour, die

nicht auf einem Radweg bewältigt werden können. Gemütlich und eben geht es dann meist entlang der Drau weiter bis nach Sachsenburg und Spittal an der Drau, von wo wir nach Bewältigung einiger kleiner Steigungen und Abfahrten Seeboden am Millstätter See erreichen. Unser erstes Nachtquartier ist das angenehme Hotel „Nikolasch“ in Millstatt. Der Weg dorthin führt über einen Radweg, der parallel zum Nordufer entlang der Bundesstraße verläuft. Den späten Nachmittag und Abend verschönern wir uns mit einem Besuch im „Badehaus“, einem luxuriösen Wellnesstempel direkt am See samt Restaurant, in dem man inklusive Romantik-Sonnenuntergang auf der Terrasse speisen kann.

Von Döbriach zum Millstätter See

Unser nächstes Ziel, den Ferienort Döbriach, könnten wir am folgenden Tag recht rasch erreichen, indem wir dem Radweg am Nordufer weiter folgen würden. Doch wir entscheiden uns für den Rückweg nach Seeboden. Denn von hier gelangen wir zu einem anderen Radweg, der entlang des naturbelassenen Südufers des Millstätter Sees führt: Für den Umweg belohnt werden wir mit einer herrlichen Fahrt durch Wälder und Wiesen, den See immer zur Linken. An vielen Stellen ist es ganz einfach möglich, zu baden oder auch nur die Beine im glasklaren Wasser abzukühlen.

In Döbriach legen wir in der „Seelounge“ eine kleine Pause ein, bevor wir die nächste Herausforderung angehen. Nach Radenthein folgt der Radweg der viel befahrenen Bundesstraße 98. Zunächst geht es bergauf, später Richtung Feld am See und Afritzer See wieder



Der Klopeiner See ist der wärmste Badesee Europas.



bergab. Kilometerlang kann man hier ohne Treten das Rad einfach laufen lassen, Teile dieser Etappe müssen wir auf der Straße zurücklegen.

Doch schon bald ist der Ossiacher See erreicht. Entlang des Nordufers geht es jetzt zwischen Bahntrasse und Seeufer bis nach Sattendorf, wo wir nach einer letzten kurzen Steigungsstrecke im Hotel „Sonnenhügel“ erwartet werden. Hier wie in allen anderen vorgebuchten Unterkünften ist man auf Radfahrende eingerichtet, die E-Biker können die Akkus ihrer Gefährte entweder in der Garage oder auch am Zimmer aufladen.

Ab Sattendorf könnten wir am nächsten Tag zunächst einmal den Ossiacher See umrunden. Wieder wählen wir eine Alternative, nehmen gleich Kurs auf Villach, dessen Zentrum wir aber auf einer Radroute entlang des Seebachs meiden. Östlich der Stadt stoßen wir dann wieder auf den viel befahrenen Drauradweg, den beliebten Klassiker der Kärntner Radtouren.

Auch hier hat man durchaus den Eindruck, einem Seeufer zu folgen, denn der Fluss ist auf weiten Strecken aufgestaut. Das ausgezeichnete Kartenmaterial, das uns mitgegeben wurde, sowie die tolle Beschreibung lassen keinen Zweifel daran, dass wir den Drauradweg schon bei Förderlach wieder verlassen und dem Radweg R4 entlang der Südbahnstrecke nach Velden folgen sollten.

Eine Etappe per Schiff

Hier geht es auch im Pandemiesommer turbulent zu. An der Einstiegstelle zur Wörthersee-Schiffahrt herrscht ein großes Gedränge, Abstandsregeln sind hier offenbar unbekannt, und Ordnungspersonal ist keines zu sehen. An Bord der „Thalia“ ist man für den Transport von E-Bikes auch nicht wirklich gerüstet. Die schweren Räder müssen über eine schmale Holzstiege mühsam unter Deck gehievt werden.

Doch insgesamt ist es eine gute Idee, die Etappe Wörthersee mit einer Schifffahrt abzukürzen. Hat man einmal ein Plätzchen an Bord gefunden, lassen Ambiente und Panorama rasch die Illusion aufkommen, man sei in einem ganz normalen Sommer auf einem ganz normalen Urlaub im legendär schönen Ferienland Kärnten. Am frühen Nachmittag erreichen wir Klap-

genfurt. Ab der Anlegestelle folgen wir dem Radweg entlang der Glan und erreichen – vorbei am Wörthersee-Stadion – die Bundesstraße 91.

Teils auf einem Radweg, teils auf Nebenstraßen nehmen wir Kurs auf Maria Rain, wo es durch eine Waldroute steil bergab wieder hinunter zur Drau geht. Den Fluss überquert man auf einer Staumauer, abwechselnd an Süd- und Nordufer radeln wir dann auf einem schönen Naturweg durch die ruhige Flusslandschaft. Schlagartig sind hier im Rosental Ferientrubel und Urlaubsrummel verschwunden, die uns eben noch am Wörthersee beschäftigt haben. Selbst eine Sperre des Radwegs samt Umleitung aufgrund von Bauarbeiten an einer Staustufe kann uns nicht aus der neu gewonnenen Ruhe bringen, ist doch auch die Ausweichstrecke gut beschildert.

Ziel am Klopeiner See

Der wärmste Badesee Europas: Mit diesem Prädikat wirbt der Klopeiner See um Besucher/-innen: Aber bevor wir unser letztes Etappenziel erreicht haben, müssen wir eine abschließende Steigungsstrecke aus dem Drautal hinaus hinter uns bringen. Dann ist das eigentliche Ziel erreicht, das Hotel „Marko“ am Ortsrand von St. Kanzian. Der Klopeiner See mag rekordverdächtig warm sein, dennoch ist ein Sprung hinein nach einer ausgiebigen Radtour ein erfrischendes Vergnügen. Den passenden Platz dafür finden wir am eigenen Strandzugang des Hotels „Marko“, den wir nach einer letzten Kurzetappe erreichen.

Was wir in den vergangenen drei Tagen geschafft haben, ist sozusagen eine Kurzversion des buchbaren Angebots fürs „Kärntner Seenbiken“. Diese Tour dauert samt An- und Abreise acht Tage (sieben Nächte) und führt in einer Runde von Spittal an der Drau bis zum Klopeiner See und wieder retour. Die Tagesetappen sind dann naturgemäß meist kürzer und können auch von weniger Geübten mit einem Rad ohne elektrische Verstärkung gut bewältigt werden, da nirgendwo größere Anstiege und Anstrengungen warten. Nähere Informationen dazu und passende Angebote gibt es übrigens beim ÖAMTC Reisebüro unter www.oeamt.at/reisen.



Fahrrad-Check nach der Winterpause

Wer seinen Drahtesel nach einigen Monaten Pause wieder aktiviert, der sollte die wichtigsten Komponenten überprüfen. Auch bei E-Bikes. Einfach aufpumpen und losradeln kann auch schiefgehen.

Reifen, Bremsen, Kette und Beleuchtung sollte man bei allen Rädern checken. Mängel wie abgefahrene Bremsklötze können die Sicherheit gefährden, eine nicht geölte Kette verursacht eine stärkere Abnutzung. Eine fehlende Beleuchtung ist strafbar, erklärt ÖAMTC Techniker Steffan Kerbl. Auch beim Fahrradhelm lohnt sich eine Sichtkontrolle, z.B. von Verschluss und Riemen.

Reifen-Check

Nach dem Aufpumpen sollte man den Mantel auf Beschädigungen prüfen. Ist er brüchig, sollten Mantel und Schlauch gemeinsam getauscht werden.

Antriebskomponenten

Kette, Pedale, Schaltung und Zahnkränze sollten laufend gepflegt werden. Der Einsatz eines Öls sorgt für längere Lebensdauer und höheren Fahrkomfort. „Besonders bei E-Bikes wird die Kette stärker belastet und muss regelmäßig geölt werden“, betont der ÖAMTC Techniker.

Bremsen

Die Bremsklötze müssen ausreichend dick sein und satt auf der Felge aufliegen. „Sieht man bei den Bremsklötzen keine Rillen mehr, sind sie abgefahren und sollten getauscht werden“, so Kerbl. Auch quietschende Geräusche beim Bremsen sind ein Hinweis, dass die Klötze alt oder abgefahren sind. Ist der Bremshebel schwergängig, hilft ein Tropfen Öl an den Seilzügen.

Beleuchtung

Jedes Fahrrad, das bei Dämmerung, Dunkelheit oder Nebel unterwegs ist, muss ordnungsgemäß beleuchtet sein. Gesetzlich vorgeschrieben sind je eine Beleuchtung nach vorne, diese muss mit dem Fahrrad fest verbunden sein, und hinten sowie mehrere Reflektoren: weiße nach vorne, gelbe in den Speichen und an den Pedalen, rote nach hinten. Statt Speichenreflektoren sind auch reflektierende Reifen erlaubt.



Kein eigener Pkw und trotzdem ÖAMTC Mitglied? Ja, das geht!

Die Touring-Mitgliedschaft

Die Touring-Mitgliedschaft ist ein attraktives Leistungspaket für alle, die mit dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln mobil sind. Und wenn Sie oft und gerne verreisen, sind Sie mit einem zusätzlichen Touring-Schutzbrief bestens geschützt, ganz egal, ob Sie mit Bus, Bahn, Flugzeug, Schiff oder auch als Mitfahrer in einem Pkw unterwegs sind.

Alle Infos zur Touring-Mitgliedschaft und zum Touring-Schutzbrief finden Sie unter **www.oeamtc.at**, Stichwortsuche „Touring-Mitgliedschaft“.



E-Bike-Akku-Check nach dem Winter, ein Tausch kann teuer werden

Bei E-Bikes muss zusätzlich der Akku einsatzbereit sein. Wurde der Akku nicht ausgebaut, muss man prüfen, ob er mit einem herkömmlichen Ladegerät noch geladen werden kann. „Ist der Akku tiefenentladen, kann man ihn eventuell mit einem Spezialladegerät, das nur Fachwerkstätten haben, aktivieren. Funktionierte das nicht, muss er ersetzt werden. Für einen neuen Akku muss man zwischen 250 und 700 Euro hinblättern“, weiß der ÖAMTC Techniker. Am Rad sollte man noch die elektrischen Kontakte reinigen und mit Kontaktspray pflegen.

Kostenloser ÖAMTC Fahrrad-Check

Der ÖAMTC empfiehlt eine regelmäßige Überprüfung des Fahrrads. Funktionieren beide Bremsen einwandfrei? Wie sieht es mit der Bereifung aus? Beim ÖAMTC Fahrrad-Check wird Ihr Fahrrad auf Grundlage der Fahrradverordnung auf Funktionstüchtigkeit und Verkehrssicherheit überprüft. Nach erfolgter Überprüfung bekommt man einen Fahrradpass ausgestellt, in dem die Vorschriftsmäßigkeit des Bikes bestätigt wird bzw. allfällige Mängel aufgelistet werden.

Für Mitglieder ist der Fahrrad-Check kostenlos. Eine Liste der teilnehmenden Stützpunkte finden Sie unter www.oeamtc.at/mitgliedschaft/pruefdienstleistungen/oeamtc-gratis-fahrrad-check/

Wie fit ist Ihr E-Bike-Akku?

NEU: E-Bike-Akku-Check

Elektrofahrräder werden immer beliebter. Damit Sie einem lange Freude bereiten, gehören E-Bikes und vor allem der Akku entsprechend gepflegt und gewartet.

Eine Liste der teilnehmenden Stützpunkte finden Sie auf www.oeamtc.at/ebike-akkucheck.

10 Minuten für einen guten Start in die Saison

Vorteile des Fahrrad-Checks

- Keine Terminvereinbarung notwendig
- Vorbereitung des Rads auf die Fahrradsaison
- Damit Sie sicher und vorschriftsmäßig mit Ihrem Rad unterwegs sind
- Rechtzeitiges Erkennen von Mängeln

Diese technische Dienstleistung wird exklusiv für ÖAMTC Mitglieder durchgeführt. In rund 10 Minuten wird Ihr Fahrrad auf Grundlage der Fahrradverordnung durchgecheckt.

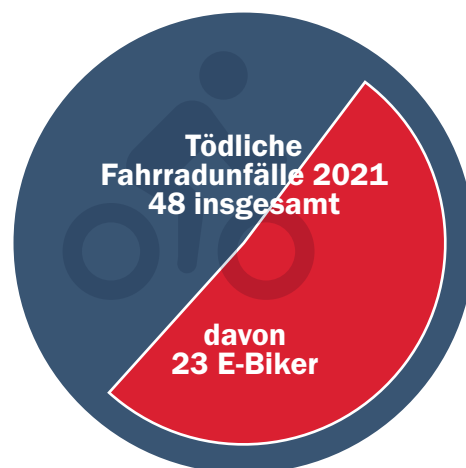


Die Schattenseiten des E-Bike-Booms

Rund 41% der in Österreich verkauften Fahrräder sind mittlerweile E-Bikes. Mit dem Boom gehen aber auch Gefahren einher. 2021 sind 23 Menschen bei Unfällen mit E-Bikes gestorben.

Laut Statistik Austria verunfallten 2020 österreichweit 1.991 E-Bike Fahrer, davon 21 tödlich. Im letzten Jahr ist diese Zahl noch gestiegen. Laut vorläufigen Daten des BMI starben 2021 23 Fahrer an den Folgen eines E-Bike-Unfalls. Fast jeder zweite tödlich verunglückte Radfahrende im Jahr 2021 fuhr mit einem E-Bike.

E-Bikes sind weiterhin auf dem Vormarsch, das beweisen die Verkaufszahlen. Von 496.435 im Jahr 2020 in Österreich verkauften Fahrrädern waren laut dem Verband der Sportartikelhersteller und Sportausrüster Österreichs 203.516 E-Bikes. Der Marktanteil der „Pedelecs“ stieg von 39 Prozent auf 41 Prozent. Dies hatte jedoch auch Auswirkungen auf die Unfallzahlen.



„Auffällig ist, dass fast die Hälfte der getöteten Radfahrenden mit einem E-Bike verunglückte. Das Durchschnittsalter der getöteten E-Biker lag bei 67 Jahren. Wichtig ist, dass E-Biker ihr Fahrzeug beherrschen. Denn ein mit Elektromotor unterstütztes Fahrrad zu lenken, unterscheidet sich durchaus vom normalen Radfahren. Durch die Hilfe des Elektromotors ist man viel schneller unterwegs, was zu Kontrollverlust und Stürzen führen kann – mit zum Teil schweren Folgen“, gibt der ÖAMTC Verkehrstechniker David Nosé zu bedenken.



Finanzieller Schutz für Radfahrer, mit weltweiter Deckung!

ÖAMTC Fahrrad Unfall- und Haftpflichtversicherung

Eine entsprechende Versicherung kann bei Unfällen auf zwei Rädern sehr hilfreich sein. Mit der ÖAMTC Fahrrad Unfall- und Haftpflichtversicherung wird im Ernstfall alles gut. Sie schützt Sie vor hohen Kosten.

Exklusiv für Club-Mitglieder bietet sie finanziellen Schutz bei der Benützung von Fahrrädern, E-Bikes, Pedelecs, Scootern und E-Scootern ohne Zulassung bzw. Kennzeichen. Und das weltweit, egal, wo Sie unterwegs sind.

Ihre Vorteile

- 🚲 Wahlweise Einzel- oder Familienvariante
- 🚲 Haftpflichtversicherung bis zu € 5.000.000,-
- 🚲 Weltweite Deckung, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr
- 🚲 Viele Leistungen nach einem Unfall – ab 50 % Dauerinvalidität
- 🚲 Gruppenversicherung gültig für ein Kalenderjahr mit automatischem Ablauf

Infos und Abschluss unter: www.oeamtc.at/fahrradunfall

Kollektiv-Unfall- und Haftpflichtversicherung (Gruppenversicherung)
 Versicherungsnehmer: Österreichischer Automobil-, Motorrad- und Touringclub (ÖAMTC)
 Versicherer: UNIQA Österreich Versicherungen AG



Gratis E-Bike-Kurse

Mit seinem Angebot von gratis E-Bike-Kursen will der ÖAMTC den steigenden Unfallzahlen in Verbindung mit dem Trendgerät entgegenwirken. In einigen Bundesländern bietet der Club daher Kurse für Umsteigende, Wiedereinsteigende und Kaufinteressierte an. Eine einmalige Gelegenheit, sich im geschützten Bereich besser mit dem E-Bike vertraut zu machen.

Infos und Termine finden Sie unter www.oeamtc.at/fahrrad unter dem Stichwort „E-Bike Kurs“.

Die 2-in-1 Clubkarte

Die neue ÖAMTC Kreditkarte



Entscheiden Sie sich für eine ÖAMTC Clubkarte mit Kreditkarten-Funktion und genießen Sie neben Ihrer ÖAMTC Mitgliedschaft zusätzliche Vorteile im Alltag und auf Reisen. Mit den starken Partnern card complete und Eni. Ein Jahr gratis!!

Weitere Infos und Beantragung unter www.oeamtc.at/kreditkarte

Mountainbiken in Österreich – die schönsten Touren

Mountainbiken ist ein beliebter Natur- und Gesundheitssport und bietet vielfältige Erlebnisse – für alle Leistungsniveaus und Altersgruppen. Als Gesundheits- und Natursport bietet Mountainbiken vielfältige Trainingseffekte.



Dachsteinrunde – Alpinkür für Mountainbiker

Quer durch Oberösterreich, die Steiermark und Salzburg. Viele Höhenmeter, 4 Varianten – ideal auch für Hobby-Biker.



Bike-Region Achensee – 250 heiße Alpenkilometer

Zwischen Karwendel- und Rofangebirge. Sanfte Seetappen und anspruchsvolle Mountainbike-Trails.



Stoneman Taurista im SalzburgerLand

Anspruchsvolle Alpen-Rundtour über Berg und Tal mit 123 km, 4.500 hm und 8 Gipfeln.



Trail-Etikette

Fairness und gegenseitige Rücksichtnahme bilden die Grundlage für ein gemeinsames Miteinander und die Wahrung der vielfältigen Interessen im Wald.

Spielregeln für Mountainbiker:

- 🚲 Handle risikobewusst und selbstverantwortlich.
- 🚲 Fair Play für Natur und Mensch.
- 🚲 Zu Fuß Gehende haben Vorrang.
- 🚲 Bleibe am Weg.
- 🚲 Beachte Forst- und Jagdsperrgebiete.
- 🚲 Fahre nur bei Tageslicht.
- 🚲 Halte dein Rad unter Kontrolle.
- 🚲 Selbstcheck ist Pflicht.

Die Qual der Streckenwahl

Eine Auswahl an Mountainbike-Strecken in Österreich finden Sie unter www.oeamtc.at/mountainbike und www.austria.info.





ÖAMTC Mobilitäts-Unfallschutz

Finanzielle Sicherheit auf allen Wegen. Ihr weltweiter Schutz nach einem Mobilitätsunfall, z.B. mit einem Fahrrad oder E-Bike.

Details und weitere Varianten: www.oeamtc.at/unfallschutz

Die ideale Ergänzung: ÖAMTC Sonderklasse nach Unfall

Bei Spitalsaufenthalt nach einem Unfall: wahlweise „Privatpatientin und Privatpatient“ in der Sonderklasse oder Ersatztagegeld. Gilt pro Spitalsaufenthalt und Tag.

Diese ÖAMTC Versicherungsprodukte werden wie folgt vermittelt:
Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl 23409217
Versicherer: UNIQA Österreich Versicherungen AG

Radreisen mit dem Club

Alpe-Adria, Donau, Drau & Co. mit Gepäcktransport

Touren mit dem Fahrrad, bei denen das schwere Gepäck von Hotel zu Hotel voraustransportiert werden, erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Das ÖAMTC Reisebüro hat sie alle im Programm: den Donau-Radweg zwischen Passau und Wien (wer möchte, auch bis zum Eisernen Tor). Die klassische Tour am Drau-Radweg von Sillian über Villach bis zum Klopeiner See (auch mit einem Kanu-Schnuppertag buchbar). Oder das Kärntner Seenbiken entlang der schönsten Seen in Österreichs südlichem Bundesland. Die achttägige Tour auf dem Alpe-Adria-Trail von Villach nach Triest etwa verläuft im italienischen Kanaltal auf einer alten Bahntrasse. Mit Nächtigung im Drei-Sterne-Hotel samt Frühstück, Gepäcktransport sowie Transfer und Info-Material kostet sie ab 719 Euro p.P./DZ.

Details und Buchungen der ÖAMTC-Radreisen unter der Hotline Tel. 01 71 19 93 40 00, den Reisebüro-Filialen sowie auf oeamtc.at/radreisen

Urlaubsservice

Ihre tagesaktuellen Coronavirus- Reiseinfos

- Überblick über aktuelle Reisebeschränkungen und neueste Maßnahmen vor Ort
- Details zu Ein- und Rückreisebestimmungen und erforderlichen Nachweisen
- Für Österreich und ganz Europa

Ihr Plus

- Mit Sicherheit und topinformiert in den Urlaub starten

Einfach informiert bleiben!

www.oeamtc.at/urlaubsservice





Damit Langfinger keine Chance haben

Rund 28.000 Fahrräder werden jährlich in Österreich gestohlen. Unter Beachtung einiger Punkte können Sie einem Diebstahl vorbeugen und im Schadensfall die Chancen erhöhen, Ihr Fahrrad wiederzubekommen.

Beim Absperren darauf achten, dass der Rahmen mit dem Schloss an einem Fahrradbügel befestigt wird. Wird nur das Vorderrad am Fahrradständer angehängt, besteht die Gefahr, dass das Rad abmontiert und der Rest des Fahrrads gestohlen wird. Leicht entfernbare Komponenten wie Sattel oder Licht sollten am besten jedes Mal abgenommen werden.

Einen hundertprozentigen Schutz vor Fahrraddiebstahl gibt es nicht, doch mithilfe von hochwertigen Absperrvorrichtungen lässt sich das Risiko deutlich reduzieren. Zu den stärksten und sichersten Schlöss-

ern zählen **Bügelschlösser**. Flexibel und trotzdem sicher sind sogenannte **Panzerkabelschlösser**. Man nimmt sie am besten in einer Länge, die es erlaubt, das Fahrrad z.B. auch an einem Laternenpfahl festzumachen. Einfache **Kabelschlösser** sind einfach in der Handhabung, aber auch leichte Beute für Diebe.

Für alle Fälle empfiehlt sich ein Fahrradpass, der am besten direkt nach dem Fahrradkauf ausgefüllt werden sollte. Darin werden Hersteller, Modell, Rahmennummer und wichtige Merkmale vermerkt. Zusätzlich erleichtern Fotos im Notfall die Identifizierung deutlich. Ein Fahrradpass steht auf der Seite des Bundeskriminalamts zum Download zur Verfügung.

Fahrrad registrieren und Versicherungsvorteil nutzen:

Club-Mitglieder können ihr Fahrrad bei jedem ÖAMTC Stützpunkt zum Vorteilspreis von € 7,- registrieren lassen. Dabei wird ganz einfach die Rahmennummer samt Fahrradaten (Marke, Farbe etc.) in Zusammenarbeit mit der Plattform „fase24“ im Internet registriert. Wiedergefundene (gestohlene oder widerrechtlich entlehnte) Fahrräder können so dem Besitzer zugeordnet und rückgestellt werden.

Versicherungsvorteil: Für registrierte Fahrräder gibt es 10% Rabatt auf die ÖAMTC Fahrrad-Diebstahl-Versicherung (ebenfalls nur für Mitglieder).

Dieses ÖAMTC Versicherungsprodukt wird wie folgt vermittelt:
Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217, Versicherer: Generali Versicherung AG
Stand: 01/2022. Änderungen vorbehalten



Fahrrad gestohlen? Wichtige Schritte nach dem Diebstahl

1. Meldung bei der Polizei

Erstatten Sie Anzeige bei der Polizei. Sobald Fahrräder gefunden werden, werden diese mit den aufgenommenen Diebstahlanzeigen verglichen.

2. Meldung bei der Versicherung

Falls Ihr Fahrrad im Rahmen einer Haftpflichtversicherung geschützt ist oder Sie eine Zusatzversicherung, wie zum Beispiel die ÖAMTC Fahrrad-Diebstahl-Versicherung, abgeschlossen haben, müssen Sie den Diebstahl der Versicherung melden. Taucht Ihr Fahrrad innerhalb einer bestimmten Frist nicht auf, kann die Versicherung die Kosten übernehmen.

3. Suche im Umkreis

Viele Fahrräder werden spontan gestohlen. Oftmals wird ein Diebstahl als Scherz oder als Chance gesehen, schneller von A nach B zu gelangen. In diesen Fällen werden die Räder oft schon nach einigen Metern wieder abgestellt.

4. Datenbankabfrage für registrierte Fahrräder

Ist Ihr Fahrrad registriert? Bei Datenbanken wie fase24.eu können Fahrräder mit der Rahmennummer und anderen wichtigen Details registriert werden. Wird Ihr Rad gestohlen, können Sie eigenständig die Datenbank nach gefundenen Rädern durchsuchen.

5. Abfrage Fundamt

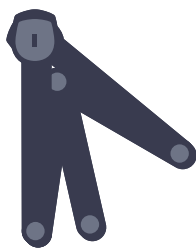
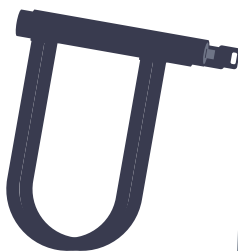
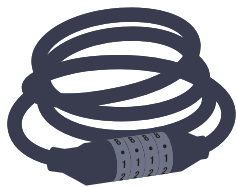
Erkundigen Sie sich in regelmäßigen Abständen auf dem Fundamt, ob Ihr Rad gefunden wurde.

6. eBay und Kleinanzeigen

Diebinnen und Diebe bieten gestohlene Ware kurze Zeit später oftmals auf eBay oder anderen Online-Flohmärkten an.

7. GPS-Ortung

Versteckte Peilsender für Fahrräder erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Gestohlene Fahrräder lassen sich so ganz praktisch über das Smartphone orten.



ÖAMTC Fahrrad-Diebstahl-Versicherung

Für Fahrräder und Elektrofahrräder (E-Bikes)

Ihre Vorteile

- Ersetzt den Neuwert für bis zu 5 Jahre alte Fahrräder bzw. E-Bikes (danach 50 % des Neuwerts)
 - Fahrrad-Neuwert von € 160,- bis max. € 7.500,-
 - E-Bike-Neuwert von € 500,- bis max. € 7.500,-
 - 10 % Prämiensparnis nach durchgeführter Fahrrad-Registrierung – um nur € 7,- (System „fase24“).
- Registrierung und Versicherung bei jedem ÖAMTC Stützpunkt!

Prämie

Die Jahresprämie ist abhängig vom Neuwert Ihres Fahrrads. Die Mindestprämie beträgt für Fahrräder € 30,- und für E-Bikes € 60,-.

Ersatz bei Beschädigung oder Verlust des versicherten Fahrrads bzw. E-Bikes (Total- oder Teilverlust) durch Diebstahl, Einbruchdiebstahl und Raub, für den Kauf eines Ersatzrads bzw. Reparatur

Geltungsbereich

Europa im geografischen Sinn bzw. alle Mittelmeer-Anrainerstaaten

Vertragsdauer

5 Jahre – jährlich kündbar

Weitere Infos und Online-Abschluss:

www.oeamtc.at/fahrraddiebstahl

Dieses ÖAMTC Versicherungsprodukt wird wie folgt vermittelt:
Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl 23409217
Versicherer: Generali Versicherung AG
Stand: 03/2022. Änderungen vorbehalten

Fahrrad-Kaufvertrag

Sie wollen ein Fahrrad von einem Privaten kaufen oder an einen Privaten verkaufen? Der ÖAMTC bietet dazu einen standardisierten Fahrrad-Kaufvertrag zum Download. Plus wichtige Tipps für Käufer und Verkäufer von den ÖAMTC Juristinnen und Juristen.

Einfach runterladen unter

www.oeamtc.at/fahrrad

Stichwortsuche „Fahrrad Kaufvertrag“



Wer Köpfchen hat, der schützt es

Die Vielfalt an Fahrradhelmen entwickelt sich mit der Vielfalt an verschiedenen Fahrradtypen und Einsatzarten. Vom maximal durchlüfteten Rennradhelm über in den Nacken gezogene City-E-Bike-Helme bis zum schweren mit Kinnschutz gerüsteten Downhill-Helm hat sich das Angebot in den letzten Jahren erweitert.



Kaum geändert haben sich die Gepflogenheiten auf der Straße: Immer noch tragen zu wenige Erwachsene Helme, wenn sie Räder im Alltag einsetzen. Immerhin gibt es für Kinder bis zum 12. Lebensjahr eine Tragepflicht geeigneter Fahrradhelme nicht nur am Rad, sondern auch, wenn sie auf Radsitzen oder in Anhängern befördert werden.

Kleinkind-Helme

Form und Eigenschaften dieser Helme sind speziell auf ein vielfältiges Einsatzspektrum des Unfallschutzes kleinerer Kinder abgestimmt. Die Helme können neben den ersten Radfahrten auch auf Spielplätzen, beim Rollerfahren, Rodeln etc. eingesetzt werden, müssen daher auch andere normative Anforderungen erfüllen (das Helmschloss muss etwa wegen der Strangulationsgefahr ab einer geringen Kraft öffnen).

Hardshell-Helme (BMX, Skateboard)

Diese Helme erfüllen zwar auch gültige Fahrradhelmnormen, sind aber weniger auf Unfallschutz, sondern eher auf Verletzungsschutz bei Freestyle-Sportarten ausgerichtet. Der Helm kann also durchaus öfters heftige Stöße und Abschürfungen wegstecken, hat dafür aber Nachteile bei der Dämpfung heftiger Aufprallenergie, wie etwa bei Kollisionen mit anderen Verkehrsteilnehmern oder Stürzen bei höherer Geschwindigkeit.

Softshell-Helme

Die meisten Fahrradhelme werden heute im sogenannten In-Mold-Verfahren hergestellt, eine relativ harte dünne Außenschale wird in einem Arbeitsgang mit der Innenschale ausgeschäumt. So entsteht eine kompakte, feste, in vielfältigen Formen herstellbare Helmschale, die guten Unfallschutz bieten kann.

Freizeit- & City-Helme

Diese Helme verfügen über ausreichend dimensionierte Lüftungsöffnungen, großzügig verstellbare Innenschalen und bieten speziell als City-Helme (erkennbar an der tiefer in den Nacken reichenden Helmschale) noch besseren Schutz. Oft sind auch serienmäßig schon Reflexionssticker angebracht. Es gibt hier günstige Produkte, die trotzdem sicher sind.

Mountainbike-Helme

Die Helmschale ist hier etwas robuster, oft trotzdem leichter ausgeführt. Der sonst nur aufgesteckte Spritzschutz ist hier in die Helmschale integriert, die Lüftungsöffnungen oft großflächig, dafür nur an wenigen Stellen des Helms anzutreffen. Der Nacken ist grundsätzlich besser geschützt. Diese Helme sind auch gut für E-Biker geeignet.

Rennrad-Helme

Sie sehen auf den ersten Blick aus wie schlanke Sporthelme, und der Übergang bis zum „Braincap“, das nur mehr die Schädelkuppe schützt, ist fließend. Fakt ist: Je weniger Schale, desto weniger Sicherheit, beim Rennradhelm wird ja versucht, mit möglichst wenig Berührungspunkten zum Kopf auszukommen und maximale Belüftung und Aerodynamik zu erzeugen. Solche Helme sollten also nur von ernsthaft am Radsport Interessierten in Erwägung gezogen werden.

Downhill-Helme

In Sicherheit, Material und Gestaltung schon näher am Enduro-Helm angelehnte Variante des Fahrradhelms. Dies ist allerdings bei den hohen Geschwindigkeiten im Downhill-Sport und dem Sturzrisiko auch gerechtfertigt. Die Helme verfügen über Kinnschutz, harte Außenschalen, kaum Lüftungsöffnungen und robuste Verschlüsse.



Kleinkind-Helme



Hardshell-Helme



Freizeit- & City-Helme



Mountainbike-Helme



Rennrad-Helme



Downhill-Helme



So sitzt der Fahrradhelm richtig

- Der Helm schützt Stirnbereich, Schläfen, Schädeldecke und Hinterkopf.
- Der Helm muss gut sitzen und darf weder zu weit hinten, noch zu weit vorne aufliegen.
- Der Helm soll so eng sitzen, wie es der Tragekomfort noch erlaubt.
- Der Kinnriemen soll nicht zu fest am Unterkiefer anliegen – darf weder einschnüren noch drücken.

So pflegen Sie Ihren Radhelm

- Zur Reinigung genügen in der Regel Seifenlauge oder klares Wasser.
- Bei speziellen Reinigungsmitteln auf die Herstellerfreigabe achten.
- Den Helm nie mit Benzin oder anderen Lösungsmitteln reinigen.
- Den Helm nicht in der prallen Sonne oder unter hohen Temperaturen lagern.

Nach einem Sturz soll ein Radhelm ausgetauscht werden.

ÖAMTC Test

Radhelm-Test

In regelmäßigen Abständen führt der ÖAMTC Fahrradhelm-Tests durch. Dabei werden verschiedene Modelle für Erwachsene bezüglich der Kriterien Unfallschutz, Komfort und Handhabung, Hitzebeständigkeit sowie Schadstoffe überprüft. Immer mehr Modelle verfügen über ein zusätzliches Sicherheitssystem für Helme. „Das Multidirectional Impact Protection System (MIPS) bietet Schutz bei Aufschlägen mit unterschiedlichen Bewegungsrichtungen“, erläutert der ÖAMTC Techniker. Details sowie Ergebnisse samt Empfehlungen finden Sie unter www.oeamtc.at/tests.



Worauf beim Helmkauf zu achten ist

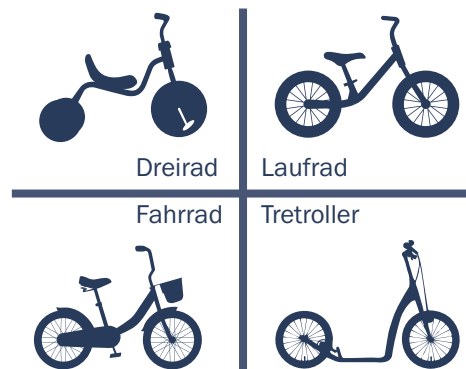
- Der Helm entspricht der Norm EN1078, die CE-Kennzeichnung ist vorhanden.
- Dem Helm liegt eine ausführliche Gebrauchsanweisung bei.
- Lüftungsschlitze für einen kühlen Kopf sind durch Insektengitter abgedeckt.
- Das Riemensystem ist fix mit dem Helm verbunden.
- Ein Riemen verläuft vor, einer hinter dem Ohr (die Ohren liegen frei).
- Der Kinnriemen ist leicht zu verstellen bzw. leicht zu öffnen und zu schließen.
- Am Helm sind reflektierende Materialien angebracht.
- Helmkauf nur mit der Person, die den Radhelm später tragen soll.
- Der Helm passt perfekt, wenn man sich mit geöffnetem Verschluss nach vorne beugen kann, ohne den Helm zu verlieren.

CE EN1078

Kind und Fahrrad – früh übt sich



Sicherheit für unsere Kleinsten: Meist schon im Kindergartenalter entsteht der Wunsch nach einem eigenen Fahrrad oder Roller. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind optimal ausrüsten und vorbereiten.



Papa und Mama haben ihr Fahrrad, ihren Roller oder ein Auto, der Nachwuchs will auch „sein“ eigenes Fahrzeug. Meist beginnt man mit einem Laufrad oder Tretroller, dann muss auch ein Fahrrad ins Haus. Was soll es können? Worauf sollten Sie achten? Welche Sicherheitsvorkehrungen müssen getroffen werden? Wie geht's auf die erste Tour? Welche Infos brauche ich vor dem Kauf, wer hilft mir bei Problemen?

Tipps, wie man Kinder auf das Radfahren vorbereitet

Kinderträume wachsen mit bunten Bildern – die Prospekte mit Angeboten für Kinderfahrräder flattern vor allem im Frühling verstärkt ins Haus. Eltern sollten aber bedenken, dass der Umstieg vom Dreirad, Roller oder Laufrad auf das Fahrrad neben dem Spaß und der Freude an der neuen Art der Fortbewegung auch Herausforderungen oder Gefahren birgt.

Ein Fahrrad „kann“ mehr als ein Laufrad, Dreirad oder Roller. Es macht naturgemäß viel mehr Spaß, kräftig zu strampeln und damit schneller voranzukommen. Manche Kinder benötigen viel Zuwendung und Geduld, bis sie die nötige Übung, die Fertigkeiten und das

Vertrauen haben, um richtig damit umzugehen und richtig loszufahren. Vor allem aber bringt ein Fahrrad mit Kette, Bremsen und sonstigen „Anbauten“ auch eine ganze Reihe neuer Situationen mit sich, auf die sich Eltern und Kinder richtig einstellen sollten, um ein falsches Handling zu vermeiden.

Insgesamt verunglücken pro Jahr über 600 Kinder mit dem Fahrrad im Straßenverkehr. Weit mehr Fahrradunfälle mit Kindern ereignen sich bei Sport und Freizeit. Die richtige Sicherheitsausrüstung am Körper, z.B. Handschuhe oder ein Helm, können zur Verringerung der Verletzungsschwere beitragen, viele schwere Kopfverletzungen könnten durch das Tragen eines Fahrradhelms vermieden oder gemildert werden. Vor allem bei Kindern ist das Risiko eines Sturzes und damit das Verletzungsrisiko besonders hoch. Bevor man sich für den Kauf eines Fahrrads entscheidet, gilt es, einiges zu beachten, um sein Kind optimal auszurüsten und mit Freude an die neue Mobilitätsform heranzuführen.

Wer „Köpfchen“ hat, sichert ihn mit einem Radhelm – und zwar mit dem richtigen. Und das funktioniert

Auf www.oeamtc.at/fahrrad/kinder können Sie alle Infos zum Thema nachlesen.

natürlich nur, wenn auch Papa und Mama einen Helm tragen – so wie sich auch im Auto alle immer selbstverständlich angurten.

Dreirad und Roller

Dreirad und Tretroller sind eine ideale Vorbereitung für sicheres Fahrradfahren. All dies soll anfangs in geschützten, sicheren Umgebungen (in eingezäunten Parkanlagen, auf Spiel- und Sportplätzen oder Grundstücken) geübt werden. Ein luftbereifter Tretroller mit kindgerechten Bremsen kann als wertvoller Begleiter dienen.

Auch mit Dreirad, Roller und Ähnlichem werden Bewegungsabläufe trainiert, das Kind „erfährt“ neue Geschwindigkeiten und lernt, damit umzugehen. Das Lenken und Anhalten wird geübt, Gleichgewichtssinn, Koordinationsvermögen und Geschicklichkeit werden gefördert. Wichtig ist es, Kinder mit einem zu frühen Fahrradkauf nicht zu überfordern – die Freude der Kinder aufs Fahrrad soll im Vordergrund stehen, nicht der „Zwang“ durch Eltern. Bei kleinen Kindern sind die motorischen Fähigkeiten oft noch nicht ausreichend entwickelt. Man muss sie langsam, ihrem Entwicklungsstand entsprechend, an neue Arten der Fortbewegung heranführen. Erst wenn das Kind den Roller beherrscht, ist es ratsam, mit dem Fahrradfahren zu beginnen. Anzeichen dafür: Das Kind kann dort hinlenken, wo es hin möchte, Kurven fahren und den Roller auf Zuruf sicher abbremsen, ohne sich dabei in Gefahr zu begeben.

Lauftrad, das Fahrrad ohne Pedale

Laufräder erleben in den letzten Jahren einen regelrechten Boom. Für das Halten des Gleichgewichts auf zwei Rädern leisten sie sicherlich ihren Beitrag. Viele Modelle besitzen jedoch keine Bremse oder nur eine, die Kinder ergonomisch bzw. aufgrund ihrer Handkraft nicht bedienen können. Dadurch ist zu beobachten, dass Kinder sich als erste Prägung das Bremsen mit den Füßen aneignen. Auch von der Mühe, den Fahrradsattel später auf eine ergonomisch sinnvolle Höhe einzustellen, können viele Eltern ein Lied singen.

E-Bike fahren wie die Großen

Die perfekte Geschenksidee für Kinder!

Die Husqvarna Factory Replica Stacycs in 12" oder 16" sind da.

Das 12" Stacyc Modell ist optimal für Kinder zwischen 3-5 Jahren geeignet Sitzhöhe 33 cm. Gewicht inkl. Akku: 7,7kg. 3 Fahrmodi. Akkuleistung 2 Ah. Laufzeit bis zu 60 Minuten. Die Ladezeit beträgt 30-60 Minuten.

Das 16" Stacyc Modell ist optimal für Kinder zwischen 4-8 Jahren geeignet Sitzhöhe 43 cm. Gewicht inkl. Akku: 9kg. 3 Fahrmodi. Akkuleistung 4 Ah. Laufzeit bis zu 60 Minuten. Die Ladezeit beträgt 45 - 60 Minuten.

Noch nie hat der Sonntags-Spaziergang soviel Spaß gemacht! Rauf setzen und los düsen!

Mehr Infos unter www.2radhelden.at/stacycs oder +43 1 929 66 90.

Tipps für den Kinderradhelm-Kauf



- 🚲 Das Kind zum Kauf unbedingt mitnehmen. Trotz vieler Einstellmöglichkeiten passt nicht jeder Helm zu jedem Kopf.
- 🚲 Auf das Prüfzeichen EN1078 achten, dann ist ein gewisses Sicherheitsniveau bereits gegeben.
- 🚲 Der Helm soll mit reflektierenden Aufklebern versehen sein. Helles Farbdesign ist wegen der besseren Sichtbarkeit zu bevorzugen.
- 🚲 Helmschlösser sollten durch Laschen so abgedeckt oder gestaltet sein, dass beim Schließen die Haut nicht eingezwickelt wird.
- 🚲 Die Optik spielt für die Kleinen eine große Rolle. Der Helm muss dem Kind gefallen, nur dann setzt es die neue „coole“ Kopfbedeckung auch gerne und freiwillig auf.
- 🚲 Der Helm muss passen, er darf nicht verrutschen oder wackeln. Stirn, Ober- und Hinterkopf und die Schläfen müssen geschützt sein. Ohren und Gesicht müssen frei bleiben, die Sicht darf nicht beeinträchtigt sein.
- 🚲 Mit dem Kind das richtige Aufsetzen des Fahrradhelms üben.
- 🚲 Als Erwachsener selbst mit gutem Beispiel vorangehen und einen Fahrradhelm tragen – Vorbildwirkung!

Der ÖAMTC testet in regelmäßigen Abständen in Zusammenarbeit mit seinen Partnerclubs mehrere Kinder- und Kleinkinder-Fahrradhelme. „Ein guter Helm bietet nicht nur Schutz, sondern auch Tragekomfort und eine einfache Handhabung“, erklärt ÖAMTC Techniker Steffan Kerbl.

Die Ergebnisse im Detail samt Video finden Sie unter www.oeamtc.at/tests.

bezahlte Werbung



Freiwillige Radfahrprüfung

Kinder, die das 10. Lebensjahr vollendet haben bzw. das 9. Lebensjahr und die 4. Schulstufe besuchen, können die freiwillige Radfahrprüfung ablegen.

www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/radfahrpruefung

Nach bestandener Prüfung dürfen sie ohne Begleitperson im öffentlichen Straßenverkehr mit dem Fahrrad unterwegs sein. Die Anmeldung zur Prüfung sowie die praktischen und theoretischen Übungen werden meist über die Volksschullehrenden im Rahmen des Verkehrserziehungsprogramms bei der Behörde/Polizei organisiert. Die Prüfung ist kostenlos, die Ausstellung des Radfahrausweises kostet nur wenige Euros.

Fahrrad

Jedenfalls sollte man die Anschaffung eines Fahrrads erst überlegen, wenn das Kind von sich aus den Wunsch äußert. Es liegt natürlich im Ermessen der Eltern, ob der Sprössling schon die dafür nötigen körperlichen und persönlichen Voraussetzungen mitbringt. Vor allem, wenn das Kind noch sehr spontan reagiert und leicht abzulenken ist, sollte man den Fahrradkauf noch etwas hinausschieben. Kinder tun sich mit zunehmendem Alter leichter, ihren Körper, ihre Gedanken und Gefühle unter Kontrolle zu halten. Damit beherrschen sie ihr Fahrrad besser und sind insgesamt sicherer unterwegs.

Die passende Rahmenhöhe

Innenbeinlänge minus 25 cm = Rahmenhöhe

Bei Fahrrädern mit Sattelfederung zieht man von der Schrittlänge 30 cm ab.

Grundsätzlich gilt, dass die Rahmenhöhe so gewählt werden sollte, dass das Kind mit beiden Füßen sicher auf den Boden kommt, wenn es auf dem Rad sitzt. Auch die Rahmenlänge beeinflusst die Sitzposition. Deshalb soll die Entfernung von der Sattelspitze bis zur Lenkermittte ungefähr drei Finger breit länger sein, als der Unterarm vom Ellbogen bis zur Fingerspitze misst.

Fahrradkauf

Das erste Fahrrad ist in der Regel ein Spiel- und Lerngerät. Das Fahrrad muss dem Kind passen, d.h. die Größe muss stimmen. Ist das Fahrrad für das Kind zu groß, wird das Erlernen des Radfahrens und die sichere Beherrschung des Fahrrads erschwert – sicheres Radfahren ist nicht möglich. Am besten, das Kind ist beim Kauf dabei und kann einmal probesitzen.

Alle Teile des Fahrrads müssen gut befestigt und festgeschraubt sein. Es darf keine spitzen und scharfen Teile aufweisen und sollte mit Reflektoren ausgestattet sein.

Um die Prüfung ablegen zu dürfen, ist ein Antrag des gesetzlichen Vertreters bei der zuständigen Behörde erforderlich.

Dies ist die Bezirkshauptmannschaft, in Städten mit eigenem Statut der Magistrat (z.B. in Wien die MA 46). Das Kind muss geistig und körperlich zum Lenken von Fahrrädern geeignet sein. Vor Erteilung der Bewilligung muss das Kind seine Kenntnisse der straßenpolizeilichen Vorschriften im Zuge der Prüfung unter Beweis stellen. Das Österreichische Jugendrotkreuz gibt in Zusammenarbeit mit den Experten des ÖAMTC die Lernbroschüre „Freiwillige Radfahrprüfung – ich mach mit!“ heraus.

Übung und Aufsichtspflicht

Ist das Fahrrad erst gekauft, verhilft gemeinsames Üben auf verkehrsfreien – am besten umzäunten – Flächen zur nötigen Sicherheit. Unter 12 Jahren dürfen Kinder nur unter Aufsicht einer Begleitperson (Mindestalter 16 Jahre) auf öffentlichen Straßen Rad fahren. Kinder, die erfolgreich die Radfahrprüfung abgelegt haben, dürfen aber bereits ab zehn bzw. neun Jahren, wenn sie die 4. Schulstufe besuchen, alleine fahren. In jedem Fall gilt: Eltern haften für ihre Kinder. Einerseits bewirkt eine Verletzung der Aufsichtspflicht, dass Eltern für die Schäden, die ihre Kinder bei Verkehrsunfällen verursachen, haften. Andererseits ist es sogar denkbar, dass ein Kind wegen eines „Mitverschuldens“ eigene Schadenersatzansprüche verliert.

Mit Kindern gemeinsam unterwegs

Fahrradfahren im Straßenverkehr setzt voraus, dass mehrere Aufgaben gleichzeitig gemeistert werden können. Kinder sind je nach Entwicklungsstand mit komplexen Situationen und Mehrfachaufgaben rasch überfordert. Zudem sind sie schneller abgelenkt und reagieren oft noch spontan. Auch aufgrund ihrer Größe haben sie nicht den Überblick im Straßenverkehr wie Erwachsene. Bevor es das erste Mal gemeinsam auf die Straße geht, müssen Kinder das Radfahren gut beherrschen, etwa alleine aufsteigen, zurückschauen und losfahren, lenken, bremsen und anhalten oder ausweichen können. Sobald das Kind über die wichtigsten Verkehrsvorschriften informiert ist und das Rad sicher lenkt, auch „Abbiegeabsichten“ für beide Richtungen sicher anzeigen kann, kann es losgehen. Begleitet nur ein Elternteil, fährt der Erwachsene am besten hinter dem Kind und bei schwierigen Stellen vorne. Bei einem gemeinsamen Radausflug sollte man immer die „Energiereserven“ der Jüngsten im Auge haben – die Kraft und Ausdauer für das Heimradeln einkalkulieren – und sie nicht überfordern.



Unser Tipp:

Wenn Ihr Kind Fahrrad fahren lernen möchte, verzichten Sie lieber von Beginn an auf Stützräder. Den Bewegungsablauf des Treuens und gleichzeitigen Gleichgewichthaltens wird Ihr Kind auch ohne sie rasch erlernen.

Hat das Kind das Radfahren erst einmal mit Stützrädern verinnerlicht, so muss es sich das falsch programmierte Verhalten wieder abgewöhnen und das dynamische Ausbalancieren und das „sich in die Kurve legen“ mühsam neu erlernen.



Faustregel zur passenden Rahmenhöhe:

Zoll > Körpergröße

- | | | |
|----|---|---------------|
| 12 | > | ab ca. 95 cm |
| 16 | > | ab ca. 108 cm |
| 18 | > | 112–125 cm |
| 20 | > | 125–140 cm |
| 24 | > | 140–160 cm |
| 26 | > | ab 160 cm |
| 28 | > | ab 170 cm |



Verkehrserziehung mit dem ÖAMTC

**Lernen, wie man im Straßenverkehr
sicher unterwegs ist.**

Die Anzahl an ÖAMTC Mobilitätsparks steigt. Erst im Herbst 2020 wurde wieder ein Kompetenzzentrum für Verkehrssicherheit fertiggestellt. In Wien, Graz sowie nun auch in Warmbad Villach können Kinder im geschützten Raum Radfahren trainieren. Ausgestattet mit Ampelanlage, Bahnübergang, unterschiedlichen Fahrbahnuntergründen und Verkehrssituationen bietet er ideale Anforderungen, um das richtige Verhalten im Straßenverkehr zu trainieren und unter Regie der Abteilung Verkehrserziehung der Polizei für die freiwillige Radfahrprüfung zu üben.

Außerhalb des regulären Betriebs für Kurse sind die Mobilitätsparks in Wien und Graz auch öffentlich und kostenlos für Eltern und Kinder zugänglich. Die Kurse für Kindergärten und Volksschulen im Mobilitätspark Kärnten sind ebenfalls kostenlos.

ÖAMTC Mobilitätspark Wien

Baumgasse 131, 1030 Wien

Kurse für Schulklassen: Mo–Fr 8.00–15.00 Uhr

Öffentliche Nutzung: Mo–Fr 15.00–20.00 Uhr, in den Schulferien sowie Sa, So und Fei 8.00–20.00 Uhr

Nähere Infos unter www.oeamtc.at/wien

ÖAMTC Verkehrserziehungsgarten Graz

Alte Poststraße 161, 8020 Graz

Fahrradprüfungen Mai bis Juli: Mo–Fr 8.00–13.00 Uhr

Öffentliche Nutzung: Mo–Fr ab 13.00 Uhr sowie Sa, So und Fei

Nähere Infos unter www.oeamtc.at/steiermark

ÖAMTC Mobilitätspark Kärnten

Kumpfallee 77, 9504 Warmbad Villach

Nähere Infos unter www.oeamtc-kaernten.at/mpk

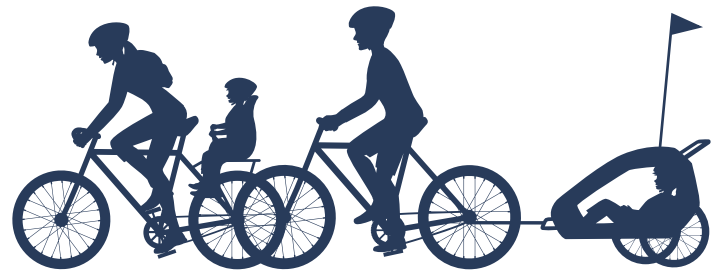


Erlebe die Bike-Revolution von woom. NOW.
woom.com



Fahrradfahren mit Kindern

Was ist die beste Lösung für das Kind – Fahrradanhänger, Kindersitz oder doch Transportkiste?



Der Markt hält viele Lösungen bereit

Die Herstellerfirma von Radanhängern bieten ein umfassendes Angebot an Variationen, die wahlweise als Anhänger, Kinderwagen oder Jogger eingesetzt werden können. Kindersitze für Fahrräder sind hierzulande ausschließlich hinter dem Sattel direkt am Rahmen des Fahrrads zu montieren, so schreibt das die Fahrradverordnung vor. Für größere Kinder kann das unangenehm werden, vor allem wenn der Vordermann einen Rucksack trägt. Besonders auf längeren Strecken bietet also der Anhänger deutlich mehr Komfort für das Kind und auch die Möglichkeit, einmal ein Nickerchen zu machen.

In der Stadt und für Kurzstrecken wird ein Radkindersitz trotzdem erste Wahl bleiben, das Rad nimmt

weniger Platz ein, und das Kurven durch enge Wege und Gassen gelingt besser und auch sicherer als mit dem Hänger. Um Platzproblemen beim Verstauen eines Hängers aus dem Weg zu gehen, werden auch hochwertige faltbare Anhänger angeboten, die mit etwas Aufwand sogar im kleinsten Keller Platz finden. Abgesehen von den Vor- und Nachteilen der beiden Systeme kann jedoch auch der wesentlich höhere Preis des Anhängers die Wahl im Vorfeld entscheiden.

Wie komfortabel soll es sein?

Die Anpassung des Komforts ist für die Eltern ein Gesichtspunkt, der im Alltag über Spaß oder Frust mit dem Anhänger oder dem Kinderfahrradsitz entscheidet. Die Möglichkeiten beim Anhänger sind vielfältiger. Durch das Öffnen und Schließen des



Verdecks, das Verstellen eines Sonnenschutzes oder der Gurte kann der Transportplatz mit wenigen Handgriffen angepasst und der Komfort entscheidend beeinflusst werden, um nervige Fummelei zu vermeiden. Faktoren wie Sitzkomfort, Wetter- und Insektenschutz sowie eine gute Stoßdämpfung während der Fahrt sind dabei entscheidend.

Sicher unterwegs!

Kinder müssen sowohl im Anhänger als auch im Kindersitz Helme tragen. Das Fahren mit dem Anhänger wie auch mit dem Fahrradkindersitz muss geübt werden. Die Bremsen am Fahrrad müssen leistungsfähig sein und sich immer in einem guten Zustand befinden, die Hänger selbst sind ungebremst, und auch der Fahrradsitz mit Kind bedeutet mehr Last für die Bremsen.

Der Anhänger erfordert erhöhte Aufmerksamkeit auf schmalen Wegen, in engen Kurven und beim Bremsen. Um den Überblick nach hinten nicht zu verlieren, kann ein Rückspiegel Abhilfe schaffen. Um auch bei Dunkelheit wahrgenommen zu werden, ist eine aktive Beleuchtung am Anhänger vorgeschrieben, da durch den Anhänger die Beleuchtung am Fahrrad verdeckt wird. Beim Personentransport muss der Anhänger immer mit einer mindestens 1,5 m hohen biegsamen Fahnenstange mit leuchtfarbenem Wimpel ausgerüstet sein.

Beim Kinderfahrradsitz macht der hohe Schwerpunkt des Kindes das Fahren in manchen Situationen zur Geschicklichkeitsprüfung. Der Fahrstil muss dem veränderten dynamischen Verhalten angepasst werden. Ein stabiler Zweibeinständer mit einer breiten Standfläche zusammen mit einem Lenkungs-dämpfer, der das Einschlagen des Lenkers verhindert, kann das Anschnallen des Kindes erleichtern. Abstellen darf man ein Fahrrad mit Kind im Kindersitz aber auf keinen Fall. Fällt es um – und das passiert mit Sicherheit –, kann es zu unangenehmen Verletzungen kommen.

Lastenfahrräder für den Kindertransport

Seit einigen Jahren ist es auch erlaubt, eines oder mehrere Kinder mit Fahrrädern, die über eine Transportkiste verfügen, mitzunehmen. Diese muss laut Hersteller für den Transport von Kindern geeignet und mit einem Gurtsystem ausgerüstet sein. Die Transportkiste darf vor oder hinter dem Lenker angebracht werden. Auch bei dieser Lösung müssen Kinder Helme tragen.

Worauf Sie bei Lastenfahrrädern für den Alltag achten sollten, lesen Sie unter www.oeamtc.at, Stichwortsuche „Lastenfahrrad“.



Schon gewusst?

Für Kinder von Mitgliedern GRATIS!

ÖAMTC Mitglieder haben es gut: Die Touring-Mitgliedschaft ist für ihre Kinder von 0 bis 14 Jahren gratis! Derzeit nützen bereits mehr als 750.000 Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, gratis Club-Mitglied zu sein.

Alle Infos zur kostenlosen ÖAMTC Touring-Mitgliedschaft für Ihre Kinder finden Sie unter www.oeamtc.at, Stichwortsuche „Kindermitgliedschaft“.

In Kooperation mit der AUVA und Suzuki Austria

ÖAMTC Verkehrssicherheitsaktionen für Kinder

Unsere bewährten Programme sind: „Das kleine Straßen 1x1“ für das verpflichtende Kindergartenjahr mit einer ersten Vorbereitung auf den künftigen Schulweg; bei „Blick und Klick“ lernen Schulkinder der 1. und 2. Schulstufe mögliche Gefahren aus verschiedenen Perspektiven kennen; „Hallo Auto!“ ermöglicht Kindern der 3. und 4. Klasse, ein Auto selbst abzubremesen, und „Top Rider“ für 10- bis 14-jährige Schülerinnen und Schüler setzt Schwerpunkte beim „toten Winkel“ und bei der Fortbewegung mit Fahrrad und Co.

Mehr Infos unter: www.oeamtc.at/verkehrserziehung

ÖAMTC Fahrrad-Champion-App

Aufgebaut wie ein Quiz mit mehreren Antwortmöglichkeiten, soll die App mit über 120 Fragen spielerisch die Themen Verkehrszeichen, Vorrangregeln und viele weitere Infos zum Thema Fahrrad näherbringen.

Erhältlich im App Store bzw. im Google Play Store.





Kompakte Vielfalt

Erstens: Sattelfest zu sein, wenn es um die Begriffe Klapp- und Faltrad geht, fällt schwer. Zweitens: Falten ist nicht schwer, will aber gelernt sein. Drittens: Das Fahrgefühl ist gut. Vor allem mit E-Motor.

Von Alexander Fischer
Fotos Sebastian Weissinger

Wie lautet denn nun die korrekte Bezeichnung für diese Art von Fahrrad? Klapprad? Oder doch Faltrad? Eine eindeutige Antwort ist schwierig. Der Duden, eine Instanz in puncto Begriffsdefinitionen im deutschen Sprachraum, lässt einen diesbezüglich etwas ratlos zurück. Unter Klapprad steht da nämlich geschrieben: „Fahrrad, das zusammengeklappt werden kann.“ Und bei Faltrad: „zusammenklappbares Fahrrad“ – ah ja.

Wesentlich eindeutiger ist da schon der Standpunkt der Herstellerfirmen. Sie produzieren Falträder, ganz klar; moderne, praktische und technisch ausgefeilte Falträder. Klappräder dagegen sind (ihrer Meinung nach) jene einfachen und wenig verwindungssteifen Billigräder mit Rücktritt, mit denen unsere (Ur-)(Groß-)Eltern unterwegs waren. Um sogleich mit ein wenig Augenzwinkern zu ergänzen: Der Begriff Klapprad leite sich folglich nicht von der Tätigkeit des Faltens, sondern der Eigenschaft instabilen Verhaltens ab (klapprig).

Wer mit Falträdern bisher nichts zu tun hatte, dem sei vorab noch Grundlegendes verraten: Riemenantrieb und Nabenschaltung mögen angenehm sauber und wartungsfreundlich sein, bedeuten gleichzeitig aber auch einen saftigen Aufpreis (rund 500 Euro) und zusätzliches Gewicht (im Vergleich zu einer Kettenschaltung). Davon abgesehen, sollte man sich vor dem Kauf das eigene Anforderungsprofil bewusst machen: Fahre ich hauptsächlich in der Ebene und sind deswegen zwei Gänge vielleicht genug? Muss es unbedingt der starke E-Antrieb sein – oder ist ein schwächerer günstiger mit weniger Reichweite nicht ebenso ausreichend? Und, wichtig, die eigene Körpergröße mitdenken: Speziell bei Falträdern bieten die Hersteller oft größen-spezifische Ausrüstung an, kann mit anderen Lenkern, Vorbauten und Sattelstützen individuell nachgebessert werden.

Brompton Electric 2L

Brompton ist die Kultmarke schlechthin, wenn es um Falträder geht. Die Rahmenform ist Kult, der Faltmechanismus ist Kult, beides wurde seit Beginn der Achtzigerjahre nur marginal verändert. Der Elektroantrieb allerdings ist noch relativ neu. Ihm fehlt ein wenig Feintuning: Einerseits könnte die Unterstützung ein wenig geschmeidiger erfolgen, andererseits sorgt der Vorderradmotor auf stärkster Stufe fallweise für ein durchdrehendes Vorderrad. Das mag im ersten Moment noch lustig klingen (bei kontrolliert ablaufender Eskalation ist es das auch), birgt aber ein gewisses Sturzrisiko. Speziell bei Nässe ist angesichts der rutschigen Vielfalt von z.B. Wiener Straßenoberflächen mit all ihren Pflastersteinen, Schienen usw. besondere Vorsicht geboten. Super klein gemacht oder aufgeklappt ist das 16,6 Kilo schwere Brompton in etwa 15 Sekunden, sofern man die entsprechenden Handgriffe intus hat. Aus Gründen der besseren Fahrbarkeit würden wir außerdem die 6-Gang-Variante empfehlen.

Victoria eFolding 7.6

In seinen Fahreigenschaften, seinen Abmessungen und seinem Gewicht (rund 23 Kilogramm) erinnert uns das Victoria beinahe schon an ein klassisch großes City-Pedelec. Im Hinblick auf den Faltmechanismus kommen uns jedoch die alten Klappräder in den Sinn – Rahmen einmal in der Mitte knicken, Lenker nach unten klappen, fertig. Herrlich unkompliziert und schnell geht das. In dieser (mäßig kompakten) Form passt es in die meisten Koffer- oder Abstellräume. Längere Tragepassagen wird man sich wegen des Gewichts wohl eher verkneifen, leicht angehoben und ausbalanciert kann es zusammengefaltet allerdings recht gut geschoben werden.



Brompton Electric 2L Premium Laqueur

Preis	ab € 3.320,-
Motor	Brompton (by Williams)
Unterstützungsstufen	3
Gänge	2
Leistung	250 Watt
Drehmoment	k. A.
Batterie-Kapazität	300 Wh
Antrieb	Kette
Gewicht	16,6 kg
Räder	16 Zoll
zulässiges Gesamtgewicht	110 kg

- + Faltmechanismus; Fahrkomfort; kräftige Motorunterstützung**
- Ansprechverhalten des E-Motors; Kabelführung; Kette**



02

- 01 Das zierliche Brompton überrascht positiv in puncto Fahrkomfort. Ein Software-Update soll demnächst das Ansprechverhalten des Elektromotors verbessern (hoffentlich).
- 02 Die Batterie steckt in der kleinen Tasche, wiegt 3 Kilo. Links die Taste für das Licht (ein/aus), rechts für die E-Unterstützung.



01

Victoria eFolding 7.6

Preis	€ 3.699,-
Motor	Bosch Active Line Plus
Unterstützungsstufen	4
Gänge	8 (Shimano Nexus)
Leistung	250 Watt
Drehmoment	35–50 Nm
Batterie-Kapazität	500 Wh
Antrieb	Riemen
Gewicht	23,3 kg
Räder	20 Zoll
zulässiges Gesamtgewicht	120 kg

- + Fährt sich wie ein normales Fahrrad; sehr simpler Faltmechanismus; Nabenschaltung, Riemenantrieb**
- Hohes Gewicht (23 Kilo) erschwert die Mitnahme z.B. im Auto; Preis**



02

- 01 Absolut stabiles Fahrverhalten, tiefer Durchstieg, kräftiger Bosch-Motor, gut dosierbare hydraulische Scheibenbremsen.
- 02 Gute, wartungsarme und vor allem saubere Kombination: Shimano Nexus 8-Gang-Nabenschaltung plus Riemenantrieb. Kostet mit Kettenantrieb rund 400 Euro weniger.



01



01



02

- 01 Nur wer das Vello zügig bewegt, wird mit Fahrspaß belohnt. Bummlern hingegen könnte es zu sportlich sein.
- 02 Beim Zehus-Antrieb befinden sich Motor und Batterie in einem Gehäuse. Durch Zurücktreten kann Energie rückgewonnen werden.

Vello Bike+

Preis	€ 3.590,-
Motor	Zehus
Unterstützungsstufen	3
Gänge	2 (Schlumpf)
Leistung	250 Watt
Drehmoment	40 Nm
Batterie-Kapazität	173 Wh
Antrieb	Riemen
Gewicht	13,9 kg
Räder	20 Zoll
zulässiges Gesamtgewicht	125 kg

- +** Quirliges Fahrverhalten; viele durchdachte Details; kann gefaltet geschoben werden
- Für Bummler zu resch; geringer Fahrkomfort; App mit Verbindungsschwierigkeiten



01



02

- 01 Tolle Alltagstauglichkeit dank vielfältiger Gepäckmitnahme-Möglichkeiten. Absolut sicheres Fahrverhalten.
- 02 Der Vorbau des Vektron kann herrlich leicht und schnell stufenlos verstellt werden.

Tern Vektron S10

Preis	€ 4.099,-
Motor	Bosch Perf. Line CX
Unterstützungsstufen	4
Gänge	10 (Shimano Deore)
Leistung	250 Watt
Drehmoment	65 Nm
Batterie-Kapazität	500 Wh
Antrieb	Kette
Gewicht	22,1 kg
Räder	20 Zoll
zulässiges Gesamtgewicht	125 kg

- +** Kindersitztauglich; Lastesel; Faltechnik
- Preis und Kette (Riemen wäre uns lieber)

Wer rund 400 Euro beim Kauf einsparen will, greift zur Variante mit Kettenantrieb (das Testrad verfügte über einen Riemen). Tadellos: der Bosch Active Line-Antrieb. Praktisch: der mit bis 25 Kilo belastbare Gepäckträger.

Vello Bike+

Das Vello Bike+ kommt aus Österreich, ist quasi Lokalmatador und der Racer in diesem Quartett. Es ist leicht, schnell und ein Gustostückerl für technikaffine Radfahrende. Das beginnt bei der aufwendigen Faltechnik, die (mit ein wenig Schwung und Übung) ein Zusammenfallen innerhalb weniger Sekunden ermöglicht, und endet beim Zehus-Antrieb, der Akku und Motor in demselben Gehäuse in der Hinterradnabe beherbergt. Das spart Gewicht, kostet aber Platz und somit Reichweite (liegt bei rund 50 Kilometern). Witzig: Durch Zurücktreten kann Energie zurückgewonnen und gleichzeitig die Geschwindigkeit spürbar verzögert werden (eine völlige Blockade à la Rücktritt ist allerdings nicht möglich). Gesteuert wird der Antrieb übrigens via App oder Remote Controller am Lenker.

Tern Vektron S10

Eigentlich ist das Vektron ein superkompaktes Lastenrad. Am serienmäßigen Gepäckträger etwa kann ein Kindersitz (!) montiert werden (maximale Last: 27 Kilo), das ist nahezu einzigartig. Zusätzlich lässt sich vor dem Lenker eine Tasche oder ein weiterer Gepäckträger mittels Klick-Fix-Systems befestigen, auch sehr praktisch. Das hohe Eigengewicht von rund 22 Kilogramm ist unterwegs dank Bosch Performance Line-Antrieb und 10-Gang-Schaltung kaum spürbar, insgesamt betrachtet fühlt sich das Vektron schon fast wie ein herkömmliches City-Pedelec an. Für den Fall, dass es kurzfristig getragen werden muss, begeistert uns ein anderes Detail: Der Sattel, der auch an der Unterseite gepolstert ist, so kann das Vektron nämlich selbst mit zusätzlichem Gepäck schmerzfrei geschultert werden. Was das Falten betrifft, können wir uns nur einmal mehr wiederholen: Klappt in wenigen Sekunden, ein wenig Übung vorausgesetzt.

INTERSPORT Rent - Ihr Fahrradverleih in Österreich

Kein eigenes Fahrrad – kein Problem! Als ÖAMTC Mitglied genießen Sie besondere Vorteile.

Vom Citybike über das E-Mountainbike bis hin zum Fully finden Sie bei INTERSPORT Rent die besten Fahrräder und E-Bikes im Bikeverleih. INTERSPORT Rent bietet Ihnen in den schönsten Sommersportorten Österreichs das neueste Material, beste Serviceleistungen und fachkundige Beratung vor Ort, sodass jeder das passende Fahrrad findet.

Vorteile für ÖAMTC Mitglieder

Für alle ÖAMTC Mitglieder gibt es sowohl online als auch in allen teilnehmenden INTERSPORT-Filialen in Österreich 10 % Rabatt. Dieser Rabatt ist für den Verleih von Sportausrüstung wie Fahrräder, Klettersteigset und Wandierzubehör gültig. Das Angebot ist nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinen und Aktionen. Die Ausleihe kann jederzeit kostenlos storniert werden. Einfach ÖAMTC Clubkarte vorweisen und **10 % Rabatt** erhalten.

Test and buy – teste dein Fahrrad, bevor du es kaufst

Wer noch unentschlossen beim künftigen Fahrradkauf ist, für den ist Test and buy besonders interessant. Bei INTERSPORT Rent haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Fahrräder vor dem Kauf zu testen. Sollten Sie sich anschließend für den Kauf entscheiden, wird Ihnen die Mietgebühr von bis zu zwei Tagen vom Verkaufspreis abgezogen.

Tipp

Damit das favorisierte Sportequipment bei Ihrer Ankunft auch bereitsteht und der Rabatt direkt hinterlegt ist, reservieren Sie gleich online die gewünschte Ausrüstung und sparen Sie dadurch Zeit im Urlaub.



**Jetzt online reservieren und
10 % Rabatt erhalten.**



RENT HAPPINESS

DEIN BIKEVERLEIH IN ÖSTERREICH.



Kostenlos
stornieren



Hochwertige
Fahrräder &
E-Bikes



7 Tage fahren
und nur 6
Tage zahlen



Bestens
geschulte
RENTertainer

BIKES ONLINE RESERVIEREN
UND IM GEWÜNSCHTEN
INTERSPORT RENT SHOP ABHOLEN.
www.intersportrent.at



INTERSPORT[®]
RENT





Digital & vernetzt – smartes Biken

Gadgets – Die digitale Vernetzung ist seit vielen Jahren auch für die Fahrzeugindustrie ein wichtiges Thema. Während der automatisierte Notruf für neu typisierte Pkws bereits gesetzlich vorgeschrieben ist, werden auch unsere Zweiräder immer vernetzter.



Waren es zu Beginn vor allem E-Bikes, werden zunehmend auch nicht motorisierte Fahrräder smarter und mit innovativer Technik und Zubehör ausgerüstet. Im Fokus steht, das Fahrradfahren leichter und sicherer zu machen.

Die nahe Zukunft

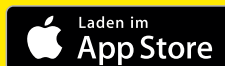
Das Fahrrad, früher liebevoll „Drahtesel“ genannt, fährt geradewegs in die digitalisierte Zukunft. Dank digitaler Technologie wird das Fahrradfahren zwar leichter, sicherer und smarter, die Art der Fortbewegung bleibt jedoch dieselbe wie noch vor 200 Jahren. Um zum Ziel zu gelangen, bleibt der Tritt in die Pedale unverzichtbar. Das natürliche Fahrgefühl soll selbstverständlich trotz technischer Raffinessen weitestgehend erhalten bleiben. Die mechanischen Basisfunktionen und Bauteile werden in Zukunft weiter digitalisiert, und so wird das „Connected Bike“ voraussichtlich schon bald erkennen, wenn bei einer der Komponenten ein Fehler, wie zum Beispiel zu wenig Reifendruck oder beeinträchtigte Bremsleistung, auftritt.



Die ÖAMTC App

Gerade wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind, kann sich die ÖAMTC App auf Ihrem Smartphone als besonders nützlich erweisen! Nothilfe anfordern, die kürzeste Route oder die nächste Tankstelle finden – alles ist mit wenigen Klicks abrufbar.

Außerdem haben Sie in der App Ihre digitale Clubkarte immer dabei und können sich sofort als ÖAMTC Mitglied ausweisen.



Das digitale Bike

Durch getrackte Daten via App werden Fahrerprofile erstellt, Routen ideal geplant oder eine Pannenhilfe in der Nähe gefunden. Im digitalen Fokus der Fahrradindustrie steht jedoch klar das Fahrrad mit Elektromotor. Dabei koordiniert ein Bordcomputer oder ein an das Bike angeschlossenes Smartphone die Funktionen des E-Bikes und gibt Auskunft über Akkuladestand, Geschwindigkeit und die Route. Damit entwickelt sich der Bordcomputer zum Alleskönner. Zum Beispiel ist Abstandsmessung in der Automobilbranche schon so gut wie Standardausrüstung und wird bei Fahrrädern mit entsprechendem Bordcomputer nun auch möglich. Dieser erkennt aufgrund des Android-Betriebssystems andere am Verkehr Teilnehmende und warnt vor Fahrzeugen, die sich im toten Winkel befinden.

Bei E-Bikes schon länger Realität, werden nun auch Mountainbikes und andere Modelle ohne Elektromotor kabellos. Die eigentliche Verkabelung der Schaltteile mit den Bedienelementen läuft nun über Funk. Neben einer schnelleren und präziseren Schaltung wird der Verschleiß durch die genaue Ansteuerung des Gangs minimiert. Zudem lässt sich beim E-Bike der steuerbare Sattel per Funk innerhalb weniger Sekunden und ohne Absteigen auf die gewünschte Höhe einstellen.

Radrouten gut geplant

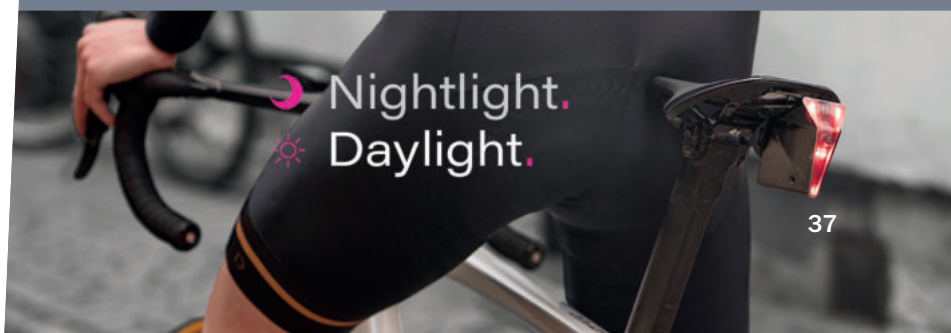
Die optimale Fahrradrouten

Egal, ob für den täglichen Arbeitsweg, für die Freizeit oder für den Urlaub in Österreich: Mit dem neuen ÖAMTC Routenplaner lassen sich Fahrradstrecken auch unterwegs auf dem Handy einfach berechnen:
www.oeamtc.at/routenplaner



Dashcam fürs Fahrrad

Für mehr Sicherheit – Dashbike dient nicht nur als Rücklicht, sondern misst auch automatisch Überholabstände und speichert bei Unfällen Kameraaufnahmen inklusive Metadaten datenschutzkonform, sodass diese als Beweismittel dienen können.
Mehr Infos unter: www.dashbike.de



Auch die Federgabel und die Federelemente können dank neuester digitaler Innovationen automatisch angepasst werden. Mithilfe von Sensoren wird der Untergrund analysiert, und je nach Geländebedingungen wechselt das E-Bike in den dafür passenden Modus. Das wiederum erhöht auch die Sicherheit beim Fahren und verhindert Unfälle.

Derartige Entwicklungen werden in Zukunft noch weitere Kreise ziehen. Interessant wird in absehbarer Zeit sicherlich auch die stärkere Verknüpfung mit dem Kundendienst, wie Informationen zu Inspektionsintervallen. Wie es bereits von Autos bekannt ist.

So könnte es in naher Zukunft möglich sein, dass sich das Fahrrad quasi selbst in der Werkstatt anmeldet.

Sicherheit

Mit dem vernetzten Fahrrad soll das Radfahren zunehmend sicherer werden. Neben Innovationen, die einen Unfall verhindern sollen, gibt es auch bereits Lösungen, die im Falle eines Sturzes diesen registrieren und wenn notwendig für Hilfe sorgen. Die Sensoren von Bordcomputern bzw. der Smartphone-App reagieren bei Erschütterung oder bei einem abrupten Abbruch der Geschwindigkeit. Reagiert der Fahrende innerhalb einer gewissen Zeit nicht auf diese Meldung, können automatisch festgelegte Notrufnummern, inklusive genauer GPS-Daten, informiert werden. Dies lässt sich mittlerweile auch zum Beispiel über Sturzsensoren am Helm lösen. Diese analysieren bei einem Sturz die Aufprallstärke und das Bewegungsmuster und senden eine Nachricht an das Smartphone. Auch bei Nichtreagieren der fahrenden Person wird ein Notruf abgesetzt.

Betrifft es die Sicherheit des abgestellten Bikes, gibt es ebenfalls innovative Lösungen. Sowohl Fahrräder als auch E-Bikes werden zunehmend teurer. Neben

integrierten Lösungen, die das Fahrrad mittels GPS-Ortung vor Diebstahl schützen sollen, wird das klassische Fahrradschloss immer digitaler. Ein Schlüssel für das Schloss wird nur noch selten benötigt. Die Schlösser werden meist per Bluetooth oder NFC am Smartphone verschlossen und wieder geöffnet. Einige dieser digitalen Schlösser sind auch mit einem GPS-Tracker ausgestattet und senden ein Signal, sobald das Bike an einen anderen Standort gebracht wird. Der niederländische Fahrradhersteller VanMoof ist in diesem Bereich ein Vorreiter.

Was passiert mit meinen Daten?

Parallel zur immer digitaler werdenden Fahrradwelt entwickelt sich um die verschiedenen Lösungen eine dynamische Community. Bekanntschaften, die online gemacht werden, führen zu gemeinsamen Ausfahrten und Events im wahren Leben. Diese Verschmelzung von On- und Offline-Welt gehört derzeit zu den großen Trends im Bereich Connected Bike. So reizvoll ein Teilen und Veröffentlichen von Trainingsergebnissen auf Facebook und Co. auch sein mag, so muss sich die Nutzerin und der Nutzer doch stets über die Konsequenzen einer Verwendung und Sammlung seiner Daten im Klaren sein. Anbieter smarter Gadgets können aus den erhaltenen Daten Rückschlüsse auf Gewohnheiten, den Gesundheitszustand und Präferenzen ziehen. Diese Analysen dienen häufig zum Versand maßgeschneiderter Werbeangebote und sind eine wesentliche Einkommensquelle der Anbieterinnen und Anbieter. Für Nutzerinnen und Nutzer lohnt sich somit ein Blick in die Datenschutz- und Nutzungsbestimmungen der unterschiedlichen Services.



ÖAMTC Mobilitäts-Rechtsschutz

Egal, wie man im Straßenverkehr unterwegs ist – ob mit dem Auto, Fahrrad, zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Vor Ärger ist man nicht gefeit. Schützen Sie sich im Falle des Falles vor Anwalts- und Gerichtskosten.

Ihre Vorteile

- 🚲 Versicherungsschutz für die ganze Familie
- 🚲 Freie Wahl Ihres Vertreters vor Gericht
- 🚲 und vieles mehr

Details zu den Varianten, Zusatzbausteinen und Prämienvorteilen erhalten Sie unter www.oamtc.at/rechtsschutz und bei jedem ÖAMTC Stützpunkt.

Dieses ÖAMTC Versicherungsprodukt wird wie folgt vermittelt:
Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl 23409217
Versicherer: Generali Versicherung AG





ÖAMTC Fahrrad-Stützpunkte SelfService-Stationen

Viele Menschen nutzen für ihre täglichen Wege in die Arbeit und in ihrer Freizeit das Fahrrad. Wenn einmal die Luft ausgeht oder nicht mehr alles rundläuft, schaffen ÖAMTC Fahrrad-Stützpunkte Abhilfe.

Es handelt sich dabei um 1,4 Meter hohe SelfService-Stationen, die mit Aufhängevorrichtung für Fahrräder, mit Druckluft und Werkzeug wie Inbus- oder Schraubenschlüssel ausgestattet sind und an denen kleinere Gebrechen am Fahrrad bequem und kostenlos selbst behoben werden können.

Die Fahrrad-Stützpunkt-Offensive des Mobilitätsclubs startete im Jahr 2019 als ÖAMTC Initiative mit Land und Gemeinden. Die SelfService-Stationen werden vorwiegend an stark frequentierten Plätzen bzw. entlang von Fahrradwegen installiert und werden auch 2022 laufend erweitert. Aktuell sind ca. 50 dieser Fahrrad-Stationen österreichweit installiert. Wo sich die nächste Fahrrad-Station in Ihrer Nähe befindet, sehen Sie ganz einfach in der **ÖAMTC App** oder im **ÖAMTC Routenplaner**.

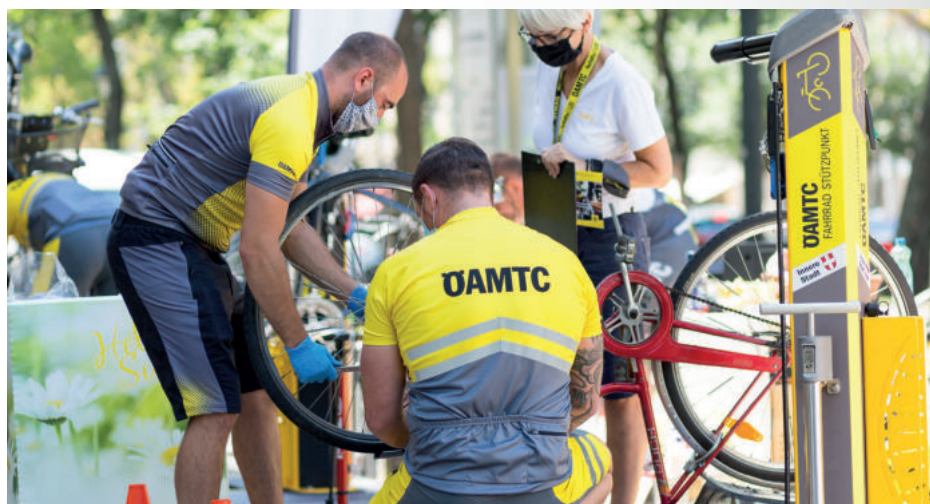
Aus dem Archiv: Schon 1897 gab es ÖAMTC Service-Stationen

Ganz neu ist die Idee derartiger SelfService-Stationen für Radfahrende übrigens nicht: Bereits 1897 – also vor 125 Jahren – wurden vom Club im Wiener Prater und im Wienerwald Reparaturkästchen zur Selbsthilfe bei Fahrradpannen aufgestellt. „Beim ÖAMTC gilt das als erste ‚Pannenhilfe‘ der Clubgeschichte“, so Ernst Kloboucnik,

Landesdirektor Wien, NÖ, Burgenland. Das ist gelebte Tradition und Mobilität.

Pop-up-Fahrrad-Stützpunkte

Zusätzlich zu den fix installierten Fahrrad-Stationen tourte letztes Jahr auch der ÖAMTC Pop-up-Fahrrad-Stützpunkt und machte mehrere Stopps in Wien, Podersdorf, Wels und Linz. Hier dienten zwei mobile SelfService-Stationen ÖAMTC Technikerinnen und Technikern als Arbeitsplatz für kostenlose Fahrrad-Checks. Aufgrund des großen Erfolgs wird es die Pop-up-Stützpunkte auch heuer wieder geben. Termine und Standorte unter **www.oeamtc.at**



Technik und Sicherheit



So kann es dann entspannt losgehen. Und der Etappensieg gehört Ihrer Gesundheit, Ihren Gelenken und Ihrem Wohlbefinden.

Rahmen & Einstellung

Der Lenker sollte so eingestellt sein, dass die Arme beim Fahren locker vorgestreckt und die Handgelenke leicht angewinkelt sind. Günstig für entspanntes Fahren sind Lenker, die unterschiedliche Griffmöglichkeiten zulassen.

Der Bremshebel sollte so eingestellt werden, dass „Unterarm – Handrücken – gestreckte Finger“ eine Linie bilden, wenn die Finger am Bremshebel und der Handballen am Lenkergriff aufliegen.

Der Sattel entlastet die Wirbelsäule besonders, wenn er breit und weich ist – probieren Sie vielleicht auch einmal einen Gel-Sattel. Zusätzliche Wirbelsäulen-Entlastung erreichen Sie durch eine gefederte Sattelstütze oder auch einen hinteren Stoßdämpfer.

Die Einstellung von Lenker und Sattel ist entscheidend. Auf dem Fahrrad sitzend stellen Sie die Ferse auf ein unten stehendes Pedal – wenn das Bein dabei fast gestreckt ist, stimmt die Höhe des Sattels. Bei der Lenkerhöhe setzt der Hobbyfahrer weniger auf Aerodynamik als auf eine etwas aufrechtere Haltung zur Vorbeugung gegen Verspannungen und Schmerzen in Schultern, Nacken und Rücken.

Achten Sie bitte besonders auf die richtige Rahmenhöhe.

Grundsätzlich geht man von folgender Rahmenhöhe je nach Körpergröße aus:

Körpergröße	Rahmenhöhe
150–155 cm	47–49 cm
155–160 cm	49–51 cm
160–165 cm	51–53 cm
165–170 cm	53–55 cm
170–175 cm	55–57 cm
175–180 cm	57–59 cm
180–185 cm	59–61 cm



Symbolbild

Reflektoren

Vorne: Weiß, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche, darf mit dem Scheinwerfer verbunden sein

Hinten: Rot, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche, darf mit dem Rücklicht verbunden sein

Seitlich: Weiß oder gelb reflektierende Radreifen (ununterbrochener Ring) oder

Speichenreflektoren: Gelb, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche oder andere seitliche Reflexeinrichtungen, die gleichwertig sind

Pedalreflektoren: Keine Größenangaben; Reflektoren auf den Schuhen oder auf den Tretkurbeln

Ausnahme: Nur Rennfahräder brauchen bei Tageslicht und guter Sicht keine Reflektoren, alle anderen Fahrräder immer (auch Mountainbikes!).



Dynamo

Prüfen Sie, ob der Dynamo „satt“ am Reifen anliegt und die Kabelverbindungen in Ordnung sind. Prüfen Sie, ob der Dynamo in „Aus-Stellung“ bleibt, wenn Sie ohne Licht fahren wollen. Kann bei Radnaben-Dynamos entfallen.

Warneinrichtung

Jedes Fahrrad muss eine Vorrichtung zur Abgabe akustischer Warnzeichen haben. Meist ist das natürlich eine „hell tönende“ Glocke. Aber auch eine Hupe z.B. ist zulässig.

Ausnahme: Rennräder brauchen bei Tageslicht und guter Sicht keine akustische Warneinrichtung.

Beleuchtungswerte

Vorne: Weißes oder hellgelbes Dauerlicht 100 cd („Candela“) muss die Fahrbahn nach vorne ausleuchten. Grüne oder andersfarbige Leuchtdioden-Blinkies sind verboten!

Hinten: Rotes (evtl. auch blinkendes) Rücklicht, mindestens 1 cd. Nach hinten sind daher rote Leuchtdioden-Blinkies erlaubt.

Bei Stromversorgung mit Dynamo müssen mindestens diese Leuchtwerte bei 15 km/h Fahrgeschwindigkeit erreicht werden.

Die Beleuchtungseinrichtung darf bei Tag und guter Sicht entfallen.

Durch Verunreinigung oder auch altersbedingt kann es zu einer Verminderung der Leuchtkraft kommen. Es muss daher durch Reinigung, gegebenenfalls durch Austausch, für ausreichende Leuchtkraft gesorgt werden.



Bremswerte

Auf ebener Fahrbahn muss ein Verzögerungswert von 4 m/s^2 bei einer Ausgangsgeschwindigkeit von 20 km/h erreicht werden. Bei Mountainbikes ist ein entsprechend höherer (aber nicht genau bezifferter) Wert erforderlich, damit man auch im Offroad-Bereich sicher bremsen kann. Moderne Fahrräder, insbesondere Mountainbikes, verfügen mittlerweile sehr oft über mechanische bzw. hydraulische Scheibenbremsen, die besonders bei Nässe ganze Arbeit leisten und hervorragend zugreifen. Ungeübte Anfängerinnen und Anfänger sollten daher vor der ersten Ausfahrt die Handhabung ausreichend üben und die Bremskraftdosierung im flachen Gelände vorsichtig testen. Es muss natürlich darauf geachtet werden, dass die Bremswirkung (durch Pflege, Austausch) erhalten bleibt.

So testen Sie Ihre Bremsen

Hintere Bremsen: Fahren Sie auf ebener, glatt asphaltierter Fahrbahn mit durchschnittlichem Lauftempo (ca. 12 bis 15 km/h), aber aus Sicherheitsgründen nicht schneller! Betätigen Sie stark (nur) die hintere Bremse. Das Hinterrad sollte blockieren. Lösen Sie nach der Blockierung sofort wieder die Bremse, damit Sie nicht zu Sturz kommen und den Reifen schonen.

Vordere Bremse: Steigen Sie vom Rad ab und stellen Sie sich direkt hinter den Lenker. Schieben Sie das Rad in langsamem Schrittempo vor sich her und betätigen Sie die vordere Bremse. Diese sollte nun sofort blockieren und dazu führen, dass sich das Hinterrad kurz anhebt. Brechen Sie den Test sofort ab, sobald sich das Hinterrad gehoben hat.

Tipps zur Anbringung von Reflexfolien Reflektoren können Leben retten!

- 🚲 Vor Anbringung der Folie sollte dafür gesorgt werden, dass die Klebeflächen glatt sowie staub- und fettfrei sind.
- 🚲 Falls erforderlich, ist der Aufkleber passgerecht zuzuschneiden.
- 🚲 Zerstörungsfreies Ablösen oder das Verschieben nach dem Aufkleben ist bei den reflektierenden Klebefolien nicht möglich!
- 🚲 Verwenden Sie zur Reinigung kein Lösungsmittel oder Schleifmaterial!
- 🚲 Lauwarmes Wasser mit etwas Geschirrspülmittel ist ideal für die Reinigung.



Nothilfe für alle – auch für Radfahrer

Die ÖAMTC Pannenhelferinnen und -helfer leisten auch Nothilfe für Radfahrer, sofern die Zufahrt für das Pannenzugfahrzeug auf Straßen mit öffentlichem Verkehr möglich ist.

Unter der Rufnummer 120 steht die umfassende Nothilfe des Clubs für jede Art von Panne, Unfall oder sonstigem Notfall auf öffentlichen Straßen rund um die Uhr zur Verfügung. Also auch mit Nothilfe für Radfahrende. Umfassende Nothilfe heißt, dass sich der Club nicht nur um das Fahrzeug kümmert, sondern auch persönliche Hilfe für das Mitglied leistet, je nach Bedarf und Möglichkeit z.B. den Transport zum nächsten öffentlichen Verkehrsmittel.

Alle Infos zur ÖAMTC Mitgliedschaft und zum Schutzbrief finden Sie unter www.oeamtc.at/mitgliedschaft.



Radfahren im Straßenverkehr

Nicht benützbare Verkehrsflächen

Das Befahren mit Fahrrädern ist auf folgenden Verkehrsflächen verboten

Gehsteig – Ein für den zu Fuß Gehenden bestimmter Weg

Gehweg – Ein für den zu Fuß Gehenden bestimmter und als solcher gekennzeichnet Weg

Zebrastreifen – Für die Überquerung der Fahrbahn durch den zu Fuß Gehenden bestimmter Fahrbahnteil

Nutzbare Verkehrsflächen

Das Benützen von Fahrrädern ist auf den folgenden Verkehrsflächen zulässig

Fahrbahn – Der für den Fahrzeugverkehr bestimmte Teil der Straße. Ein Radfahrender ist ein Fahrzeuglenker. Er darf daher auch die Fahrbahn benützen. Dabei muss man in der Regel hintereinander fahren. Überholen ist aber erlaubt. Ist allerdings eine Radfahranlage vorhanden, muss diese benutzt werden

Radfahranlagen – Diese stehen nur oder überwiegend Radfahrenden zur Verfügung. Als solche gelten:

🚲 **Radfahrstreifen**, die mit Sperrlinien gegen die Fahrbahn abgegrenzt sind.

🚲 **Mehrzweckstreifen**, die mit einer Leitlinie mit kurzen Strichen von der Fahrbahn abgegrenzt sind und auch von anderen Fahrzeugen mitbenutzt werden dürfen.

Auch baulich eigenständige Radwege sowie gemischte oder getrennte Geh- & Radwege sowie Radfahrerüberfahrten sind Radfahranlagen.

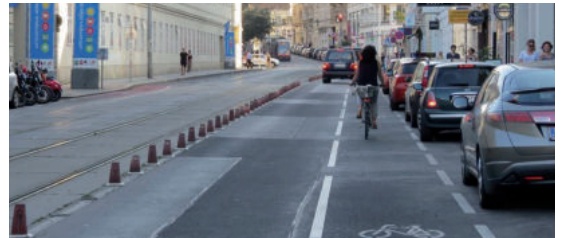
Wenn eine Radfahranlage für die entsprechende Fahrtrichtung vorhanden ist, muss diese grundsätzlich benützt werden.

Ausnahmen von der Benützungspflicht bestehen bei Fahrrädern, wenn der Abstand der Naben des Vorder- und des Hinterrads mehr als 1,7 m beträgt, bei Fahrrädern mit einem Anhänger, der nicht breiter als 100 cm ist, mit mehrspurigen Fahrrädern, die nicht breiter als 100 cm sind, sowie bei Rennfahrrädern bei Trainingsfahrten. Es darf sowohl die Fahrbahn als auch die Radfahranlage benützt werden, mit Fahrrädern mit einem sonstigen Anhänger oder mit sonstigen mehrspurigen Fahrrädern ist die für den übrigen Verkehr bestimmte Fahrbahn zu benützen.



Radfahrstreifen

Ein für den Fahrradverkehr bestimmter und besonders gekennzeichnet Teil der Fahrbahn



Mehrzweckstreifen

Ein Radfahrstreifen, der unter besonderer Rücksichtnahme auf den Radverkehr von anderen Fahrzeugen (in Ausnahmefällen) befahren werden darf



Radweg

Ein für den Verkehr mit Fahrrädern bestimmter und als solcher gekennzeichnet Weg



Geh- und Radweg

Ein für den Fußgänger- und Fahrradverkehr bestimmter und als solcher gekennzeichnet Weg. Je nach Markierung und Beschilderung ist er entweder als „gemischter“ oder „getrennter“ Geh- und Radweg ausgeführt.

Vorschlängeln

ist unter bestimmten Voraussetzungen erlaubt, und zwar

- wenn die Kolonne steht,
- wenn man sich vor einer Kreuzung, Straßenge, Baustelle, Eisenbahnkreuzung oder Ähnlichem befindet,
- wenn ausreichend Platz zur Verfügung ist,
- wenn Abbiegende nicht gefährdet oder behindert werden.

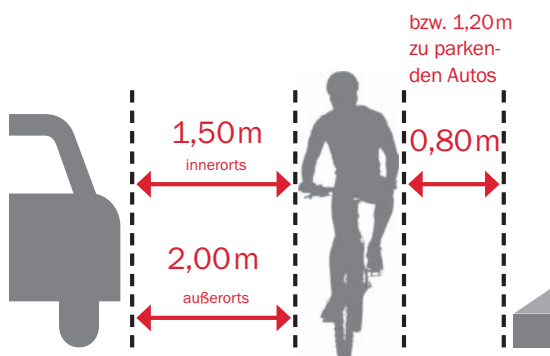


Radfahrerüberfahrt

Sie ist eine Art „Schutzweg“ für Radfahrende über die Fahrbahn und verbindet im Regelfall Radfahranlagen. Die Kennzeichnung erfolgt mit weißen Quadraten und Hinweiszeichen (im Freiland auch Gefahrenzeichen) für den Querverkehr.

Wahl des Seitenabstands

Das Rechtsfahrgebot gilt auch für Radfahrende. Es muss dabei so weit rechts gefahren werden, wie es der Verkehr bzw. sonstige Hindernisse ohne eigene Gefährdung und ohne Beschädigung von Sachen erlauben. Art und Umfang der Gefährdung hängen von den Umständen ab. Das sind bei Radfahrenden z.B. Straßenbelag, Schienen, Autotüren, Querverkehr, querende Fußgänger. Zu parkenden Fahrzeugen muss bzw. darf man mit dem Öffnen von Türen rechnen und braucht nicht unmittelbar neben den abgestellten Autos fahren, selbst wenn eine Bodenmarkierung dies verlangen würde. Beim Überholen gilt ebenfalls kein klarer Zahlenwert, es muss aber gefahrlos möglich sein. Dabei darf der Gegenverkehr nicht gefährdet oder behindert werden. Wenn zwischen Radfahrenden und Gegenverkehr oder dem linken Rand der eigenen verfügbaren Fahrfläche zu wenig Platz ist, darf nicht überholt werden.



Sogenanntes Dooring oder Dooring-Unfälle, bei denen Radfahrende mit einer sich plötzlich öffnenden Fahrzeugtür zusammenstoßen, sind leider nicht so selten. Aufmerksamkeit auf beiden Seiten sowie das Öffnen der Tür mit der türabgewandten Hand können derartige Unfälle vermeiden.

Alkohollimit

Auch Radfahrende unterliegen den Alkohol-Bestimmungen der StVO samt drohender Verwaltungsstrafe zwischen 800 und 5.900 Euro (je nach Alkoholisierungsgrad). Für Radfahrende gilt mit 0,8 Promille jedoch ein großzügigerer Grenzwert als für Autofahrende. Ein Alkotest darf nicht verweigert werden.

ÖAMTC Vorteilspartner

ÖAMTC Vorteilspartner

Es lohnt sich, ÖAMTC Mitglied zu sein!

Fragen Sie nach
Ihrem Clubvorteil!



Mit Ihrer gültigen Clubkarte profitieren Sie von zahlreichen Ermäßigungen in Österreich. Nutzen Sie die Vorteile für Mobilität, Freizeit, Einkauf und Sport auf zwei Rädern und machen Sie auch bei unseren regelmäßigen Gewinnspielen mit – es lohnt sich! Details finden Sie auf www.oeamtc.at/vorteilspartner.

ÖAMTC Gepäck- und Stornoschutz

Der passende Reisebegleiter mit weltweiter

Deckung. Gilt für alle Reisen im Jahr

bis max. 92 Tage mit mind. 1 Nächtigung.

Standard- oder Plusvariante wählbar.

Auch online abschließbar:

www.oeamtc.at/stornoschutz

Dieses ÖAMTC Versicherungsprodukt wird wie folgt vermittelt:

Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217

Versicherer: Europäische Reiseversicherung AG

Stand: 01/2022. Änderungen vorbehalten



ÖAMTC Freundschaftswerbung



Unitec Mini-Kompressor

Der tragbare Kompressor mit digitalem Display und einer praktischen Arbeitsleuchte ist leicht & kompakt und damit auch für den Einsatz unterwegs bestens geeignet. Er ermöglicht das problemlose Aufpumpen von Fahrrad-, Motorrad- und Autoreifen sowie z.B. von Bällen oder Luftmatratzen (Ventiladapter im Lieferumfang).

PRO Combi-Pack Fahrradset

Damit ist eine kleine Panne auf der Tour kein Problem mehr. Mit dem Set sind alle wichtigen Hilfsmittel wie Werkzeug und kleines Flickzeug mit an Bord.

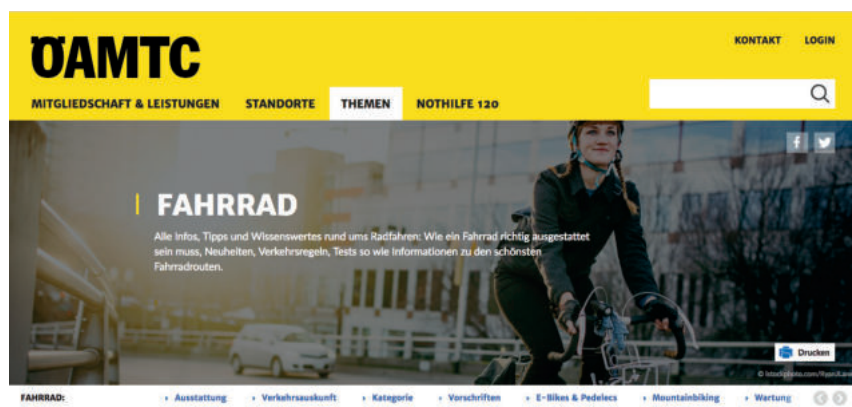


Beides ist im ÖAMTC Shop erhältlich. Im Rahmen der ÖAMTC Freundschaftswerbung sind diese Artikel außerdem als Gratisprämie wählbar! Näheres unter www.oeamtc.at/mitgliedschaft



Info-Service online – www.oeamtc.at/fahrrad

Der ÖAMTC Fahrrad-Channel stellt umfassende und aktuelle Informationen zu allen Fahrradthemen bereit. Übersichtlich in folgende Rubriken eingeteilt:



Ausstattung

Nur vorschriftsgemäß ausgestattete Fahrräder dürfen am Straßenverkehr teilnehmen. Unter www.oeamtc.at/fahrrad können Sie die wichtigsten Verordnungen nachlesen und erfahren, wie die richtige Fahrradausstattung laut Fahrradverordnung vom 1. Mai 2001 aussieht.

Fahrrad-Routenplaner

Egal, ob für den täglichen Arbeitsweg, die Freizeit oder für den Urlaub in Österreich: Mit dem neuen ÖAMTC Routenplaner lassen sich Fahrradstrecken auch unterwegs auf dem Handy einfach berechnen.

www.oeamtc.at/routenplaner

Rad-Packliste

Erstellen Sie Ihre persönliche Packliste, die sich Ihrem Urlaub anpasst und mitdenkt. Oder nutzen Sie die fertige Packvorlage für Ihre Radreise. Die ÖAMTC Reise-Checkliste berücksichtigt, wie, wohin und mit wem Sie reisen, informiert über länderspezifische Besonderheiten und erinnert an wichtige Aufgaben.

www.oeamtc.at/reisecheckliste

Kategorie

Jedem Radkauf geht die Entscheidung für den richtigen Fahrradtyp voraus. Trekking-Rad? City-Bike? Mountainbike? Nicht immer ist das Fahrrad, das am tollsten aussieht, auch das geeignetste für die individuellen Bedürfnisse. Eine erste Entscheidungshilfe vor dem Kauf finden Sie im Abschnitt Fahrradtypen.

www.oeamtc.at/fahrrad

Vorschriften

Ärgernisse zwischen Auto- und Radfahrenden entstehen häufig, weil sie die jeweiligen gesetzlichen Bestimmungen nicht genau kennen. Gewinnen Sie einen Einblick in die wichtigsten Vorschriften, Rechtsfragen, Regeln und rechtlichen Grundlagen.

www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften

Verkehrszeichen

Die wichtigsten Verkehrszeichen und Verkehrsflächen für Radfahrende finden Sie in dieser Rubrik erklärt.

Mountainbiken

Auch wenn man abseits der Straßen unterwegs ist, gilt es, einiges zu beachten, um sich und andere nicht zu gefährden. Tipps rund ums Mountainbiken und interessante Routentipps finden Sie hier zusammengestellt.

www.oeamtc.at/mountainbike

E-Bikes & Pedelecs

FAQs zum Thema S-Pedelec und E-Bike-Wartung und -Pflege werden hier beantwortet.

www.oeamtc.at/ebike

Wartung

Die jährliche Wartung dient dem Werterhalt des Fahrrads, aber in erster Linie natürlich der Sicherheit. Was zu beachten ist, können Sie hier nachlesen.

www.oeamtc.at/fahrrad

Transport

Holen Sie sich Tipps zum Fahrradtransport mit dem Auto.

www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften

Diebstahlschutz

Einen hundertprozentigen Schutz vor Fahrraddiebstahl gibt es leider nicht, doch mithilfe von Absperrvorrichtungen lässt sich das Risiko deutlich reduzieren. Aktuelles zum Thema Diebstahlprävention finden Sie hier!

www.oeamtc.at/fahrrad/tipps

Testberichte

Alle Testberichte rund ums Fahrrad können Sie unter

www.oeamtc.at/tests nachlesen.

Kind & Fahrrad

Meist schon im Kindergartenalter entsteht der Wunsch nach einem eigenen Fahrrad. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind optimal ausrüsten und vorbereiten sowie die wichtigsten Vorschriften.

www.oeamtc.at/fahrrad/kinder

ÖAMTC Radbroschüre

Den aktuellen Radgeber, die Radrouten 2021 und die ÖAMTC Sicherheitsbroschüre finden Sie online als PDF.

auto touring

Die Artikel der letzten Monate rund ums Fahrrad, Infos und Tipps aus der auto touring-Redaktion.

www.oeamtc.at/autotouring/zweirad

Fahrradreisen

Wir haben die richtigen Tipps für Gruppenreisen mit qualifizierter Radtourenführung, für Reisen in den Süden und auch für den etwas anderen Radurlaub.

www.oeamtc.at/reisebuero

E-BIKES FÜR DIE GANZE FAMILIE

BERATUNG | VERKAUF | SERVICE

SHOP

MO - SA 10:00 - 18:00

WERKSTATT

MO - DO 08:30 - 17:00

FR 08:30 - 13:00



**JETZT
BERATEN
LASSEN!**



Hadikgasse 192, 1140 Wien
(Im ÖAMTC Stützpunkt Wien West)
www.2radhelden.at | 01 929 6690

Literatur- empfehlungen

Lesenswertes rund um Mobilität und Radfahren



Volkswirtschaftliche Auswirkungen des Radverkehrs

Kurzstudie

Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie

Download: https://www.bmk.gv.at/themen/mobilitaet/fuss_radverkehr/publikationen/volkswirtschaft.html



Volk ohne Wagen

Streitschrift für eine neue Mobilität
Stefan Rammler – Verlag S. Fischer



1000/24: Christoph Strasser und die Jagd nach dem perfekten Tag

David Misch, Christoph Strasser – Covadonga Verlag, 2021

1.000 Kilometer in 24 Stunden – wird die magische Grenze fallen? Der Österreicher Christoph Strasser, Rekordsieger des legendären Race Across America und mehrfacher Weltrekordhalter im Ultracycling, steht vor seiner größten Herausforderung: Im 24-Stunden-Einzelzeitfahren will er die magische Grenze von 1.000 Kilometern durchbrechen – eine bisher unerreichte Schallmauer, durchaus vergleichbar mit dem „Unter zwei Stunden“-Traum im Marathonlauf. Gelänge ihm dies, begänne eine neue Zeitrechnung in seinem Sport. In „1000/24: Christoph Strasser und die Jagd nach dem perfekten Tag“ begleitet ihn der Autor David Misch durch das Jahr seines Lebens: die perfekte Vorbereitung, das perfekte Material, der perfekte Ort – um das Unmögliche möglich zu machen.

Bau dein eigenes Fahrrad

Christian Rindorf – Haupt Verlag, 2021

Der ultimative Guide für alle, die ein Fahrrad neu bauen, restaurieren oder reparieren wollen!



Fahrräder aus Meisterhand

Modelle, Macher, Manufakturen weltweit
Christine Elliott, David Jablonka –
Delius Klasing Verlag, 2018



Donau-Radtouren

Johannes Wilkes – Ars vivendi, 2021

In 4 Tagen mit dem Fahrrad von Ulm in den Schwarzwald. Vom Rande der Schwäbischen Alb über Ehingen, Sigmaringen, Beuron und Tuttlingen bis zur Quelle bei Donaueschingen. Der Fahrradfahrer zeichnet sich besonders aus durch:

- Unterhaltsame Streckenbeschreibungen und persönlich gestaltete Reiseerlebnisse
- Jede Menge Hintergrundstorys zu Kultur, Geschichte, regionalen Eigenheiten und Kulinarik

Mein Fahrrad und ich – 11.000 km von den Alpen bis zum Himalaya

David Niederkofler – Athesia-Tappeiner Verlag, 2021

David Niederkofler ist mit seinem Fahrrad von Italien bis nach Nepal gefahren. Nach langer Vorbereitungszeit beginnt seine Reise am 11.03.2019 in Luttach im Ahrntal, Südtirol, und endet nach 256 Tagen und 10.921 Kilometern am Everest-Base-Camp im Himalaya-Gebirge. David hat nur sein Fahrrad und ein paar Taschen dabei. Geschlafen wird im Zelt, gekocht am Feuer. Auf seiner Fahrrad-Weltreise bereist er 18 Länder, erlebt unvergessliche Momente, aus Bekanntschaften werden oft Freundschaften. Dabei kommt er auch an seine Grenzen. In diesem Buch lässt er uns an seiner Reise teilhaben, teilt mit uns seine Ängste, Hoffnungen, Sehnsüchte, Niederlagen und Erfolgserlebnisse ...





Der ÖAMTC

Ihr Club in Ihrem Bundesland

Wien, Niederösterreich, Burgenland

Baumgasse 129, 1030 Wien

Tel. 0810 120 120*, wnb@oeamtc.at

* Providerabhängig, max. 7,3 Cent/min

ZVR 730335108

Oberösterreich

Wankmüllerhofstraße 60, 4020 Linz

Tel. +43 732 33 33, ooe@oeamtc.at

ZVR 695613693

Salzburg

Alpenstraße 102–104, 5020 Salzburg

Tel. +43 662 639 99, salzburg@oeamtc.at

ZVR 926974014

Tirol

Andechsstraße 81, 6020 Innsbruck

Tel. +43 512 33 20, tirol@oeamtc.at

ZVR 281021446

Vorarlberg

Untere Roßmähder 2, 6850 Dornbirn

Tel. +43 5572 232 32, vorarlberg@oeamtc.at

ZVR 051061216

Steiermark

Alte Poststraße 161, 8020 Graz

Tel. +43 316 504, steiermark@oeamtc.at

ZVR 180053275

Kärnten

Alois-Schader-Straße 11, 9020 Klagenfurt

Tel. +43 463 325 23, kaernten@oeamtc.at

ZVR 479284817

Regionale Veranstaltungen

ÖAMTC Verkehrssicherheitsaktionen für Kinder und Eltern, wie „Hallo Auto!“, „Blick & Klick“, „Top Rider“ oder „Das kleine Straßen 1x1“.

Aktuelle Informationen zu diesen und vielen anderen Sicherheitsaktionen erhalten Sie bei Ihrem ÖAMTC Landesclub oder beim ÖAMTC Fahrtechnik-Zentrum in Ihrer Nähe.

Rechtshilfe im Notfall:

Die ÖAMTC Juristinnen und Juristen erreichen Sie tagsüber beim Club in Ihrem Bundesland. Nachts und am Wochenende rufen Sie in unaufschiebbaren Notfällen bitte die Schutzbrief-Nothilfe an.

Shop

Der ÖAMTC Shop hält auch für Radfahrer viele geprüfte und preisgünstige Angebote bereit, so z.B.:

- Fahrradhelme
- Reflektor-Sets
- Fahrrad-Kindersitze
- Atlanten
- Stadtpläne
- Absperrvorrichtungen

Vertrauen Sie auf beste Qualität und kompetente Beratung!

So werden Sie ÖAMTC Mitglied



Online unter
www.oeamtc.at/club



bei jedem Stützpunkt



0800 120 120

**Pannenhilfe, Abschleppung,
Clubmobil, Hilfe nach Unfall:**

 **120**

**ÖAMTC Notarzt-Hubschrauber
Christophorus:**

 **144**

**ÖAMTC Schutzbrief-Nothilfe
in Österreich und im Ausland:**

 **+43 1 25 120 00**



www.oeamtc.at/fahrrad