

Tipps fürs Radfahren

- Radfahren macht mobil
- Ein sicheres Rad freut alt und jung
- Radfahren ist ein Ja zur Umwelt
- Radfahren schont den Geldbeutel
- Radfahren hält fit und gesund
- Mit dem Rad fahren – aber ohne Risiko



Entspannt mobil
Aufs Rad – aber sicher!



Entspannt mobil
Sichere Wege



Entspannt mobil
Besondere Wege



Entspannt mobil
Sicher abbiegen



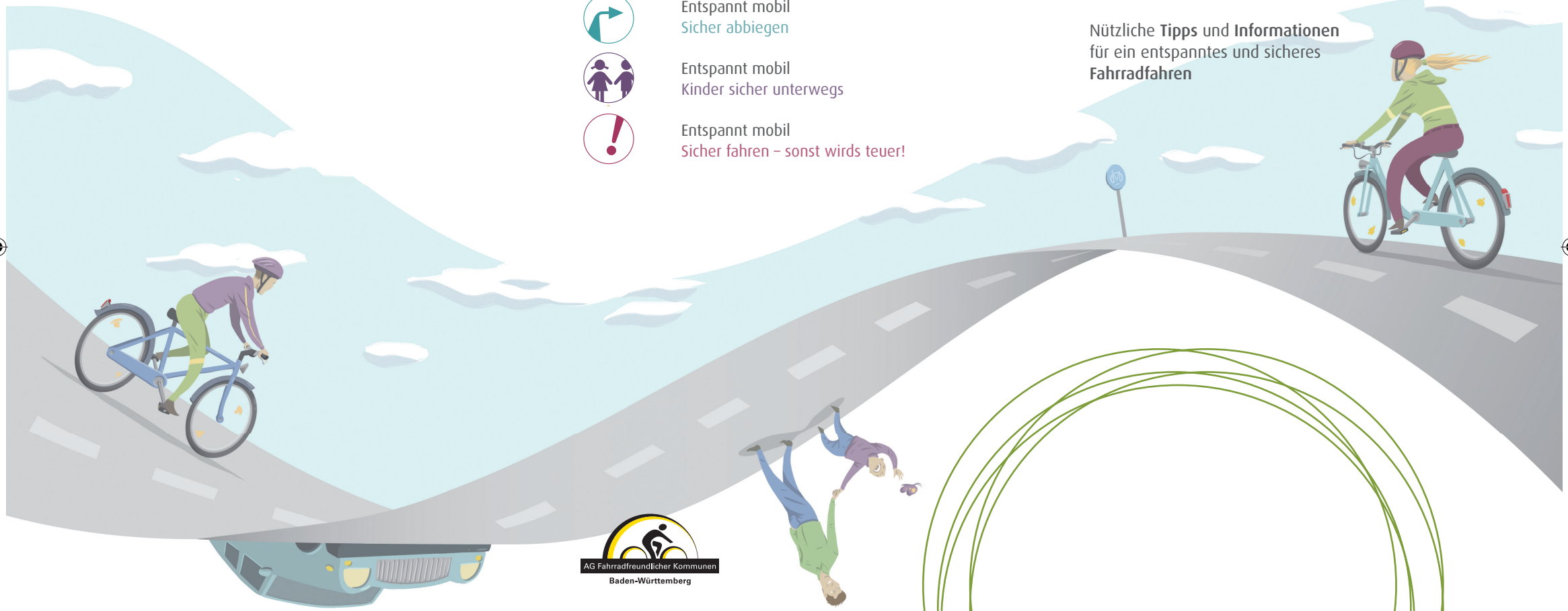
Entspannt mobil
Kinder sicher unterwegs



Entspannt mobil
Sicher fahren – sonst wirds teuer!

Entspannt mobil
Aufs Rad – aber sicher!

Nützliche Tipps und Informationen
für ein entspanntes und sicheres
Fahrradfahren



„Nichts ist vergleichbar mit der einfachen Freude,
Rad zu fahren.“



Herausgeber
Arbeitsgemeinschaft Fahrradfreundlicher
Kommunen in Baden-Württemberg e.V. (AGFK-BW)
c/o Nahverkehrsgesellschaft Baden-Württemberg mbH
Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart, www.agfk-bw.de

Gefördert durch das Land Baden-Württemberg

Cyclus print (100% recyceltes Papier)

helios.bz

Radfahren im Trend

Mit dem Rad zu fahren ist ein Stück Lebensqualität. Daher entscheiden sich immer mehr Menschen fürs Fahrrad – unabhängig vom Alter. Viele radeln, da es gesund ist. Radfahren bietet eine erfüllende Freiheit – sich im Freien zu bewegen, Spaß in der Gruppe zu erleben oder sich der Herausforderung einer Tour zu stellen.

Radfahren ist im Trend. Ein kluger Trend.

Manche sprechen dem Radfahren seinen ökologischen Sinn zu und leisten damit ihren Beitrag für die Umwelt. Manche rechnen und bemerken, dass das Rad eine günstige Form der Mobilität bietet, die den Geldbeutel schont.

Für die tägliche Fortbewegung wird das Auto immer häufiger durch das Rad ersetzt.

Wer Rad fährt weiß, wie viel schneller er in der Stadt unterwegs ist, auch wenn er langsamer fährt. Man verliert kaum Zeit auf der Suche nach einem Parkplatz, muss keinen Treibstoff und keine Parkgebühr bezahlen. Zudem belastet Radfahren die Fahrbahnen um einen Bruchteil im Vergleich zum Auto.

Mit dem Rad in der Stadt zu fahren ist schneller und günstiger als mit dem Auto.

Im Verkehr sind Autofahrer, Radfahrer und Fußgänger auf Straßen gemeinsam unterwegs. Radfahrer und Autofahrer fahren häufig im Mischverkehr auf Fahrbahnen nebeneinander, die am äußeren Rand von Gehwegen begrenzt werden. Auf manchen Straßen hingegen, auf Radwegen, Schnellstraßen oder in Fußgängerzonen, sind einzelne Mobilitätsformen „alleine unterwegs“.

Verkehr ist das Zusammenspiel der Mobilitätsformen.



Dieses Miteinander auf öffentlichen Wegen ist sinnvollerweise geregelt. Das Regelwerk, die Straßenverkehrsordnung (StVO), berücksichtigt jede Fortbewegungsart. Entgegen der Vorurteile gibt es nicht DIE Radfahrer, DIE Autofahrer oder DIE Fußgänger. Denn die meisten von uns sind mal dies, mal jenes.

Jeder nimmt je nach Fortbewegungsmittel eine andere Rolle im Verkehr ein.

In jeder Rolle gilt es, in das entsprechende „Regelkostüm“ zu schlüpfen, um sicher, effizient, ohne Stress und verantwortungsvoll den Verkehr mitzugestalten und sich darin rücksichtsvoll zu verhalten. Die Regeln der Radfahrer haben sich im Laufe der Jahrzehnte geändert oder genauer gesagt: verfeinert.

Niemals war Radfahren derart beliebt, derart sinnvoll und derart erwünscht.

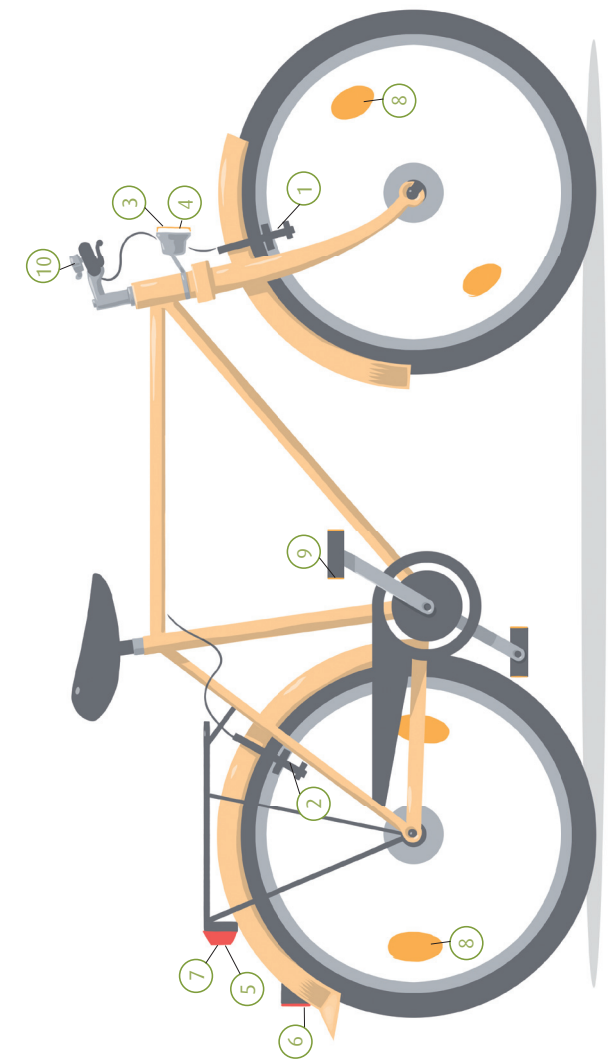
Die Zutaten für **sicheres Fahren mit dem Rad** sind der Inhalt dieser thematisch geordneten Faltblatt-Serie*. Das sichere Rad bildet die Grundlage.

Tipps und Details

zum Rad, zum Radfahren und zur eigenen Sicherheit finden Sie knapp und übersichtlich in der Serie der sechs illustrierten Faltblätter.



* In den Faltblättern wird die Form „Radfahrer“ – um die Textlängen knapp zu halten – geschlechtsneutral verwendet, sie richtet sich an Leserinnen und Leser.



Das verkehrssichere Rad

- 1 Vorderradbremse
- 2 Hinterradbremse
- 3 Scheinwerfer (weiß)
- 4 Rückstrahler (weiß)
- 5 Rücklicht (rot)
- 6 Rückstrahler (rot)
- 7 Großflächenrückstrahler
- 8 Reflexstreifen oder zwei Speicherrückstrahler je Laufrad
- 9 Zwei Rückstrahler (gelb) je Pedal
- 10 Wirkungsvolle Klingel

Tipps für das Radfahren mit Kindern

- Bleiben Sie nah beim radfahrenden Kind: nah dahinter oder nah daneben
- Das Kind sollte mit dem eigenen Rad nicht selbstständig die Fahrbahn überqueren: Bitte absteigen
- Geben Sie Fußgängern auf Gehwegen, die für das Rad frei gegeben sind, immer Vorrang
- Auch Kinder dürfen Fußgänger auf dem Gehweg nicht bedrängen
- Fahren Sie gegenüber Kindern besonders rücksichtsvoll



Entspannt mobil
Aufs Rad – aber sicher!



Entspannt mobil
Sichere Wege



Entspannt mobil
Besondere Wege



Entspannt mobil
Sicher abbiegen



Entspannt mobil
Kinder sicher unterwegs



Entspannt mobil
Sicher fahren – sonst wirds teuer!

Entspannt mobil
Kinder sicher unterwegs

Nützliche Tipps und Informationen
für ein entspanntes und sicheres
Fahrradfahren



Herausgeber
Arbeitsgemeinschaft Fahrradfreundlicher
Kommunen in Baden-Württemberg e.V. (AGFK-BW)
c/o Nahverkehrsgesellschaft Baden-Württemberg mbH
Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart, www.agfk-bw.de

Gefördert durch das Land Baden-Württemberg

Cyclus print (100% recyceltes Papier)

„Üben Sie mit Ihrem Kind das Radfahren
und spielen Sie Verkehrssituationen durch,
bevor Sie mit ihm auf das Rad steigen.“

Sicher für Kinder

Sehr viele Kinder nutzen das Rad täglich. Die Bewegung ist gesund und man sieht radelnden Kindern ihre Freude häufig an. Sie sind jedoch einem höheren Risiko im Verkehr ausgesetzt, da sie häufig übersehen werden, gerne spielerisch fahren und nicht alle Regeln beherrschen und verstehen. Nach der Straßenverkehrsordnung sind auch Kinder vollwertige Verkehrsteilnehmer, die allerdings einige besondere Regeln beachten müssen. Helfen Sie Ihrem Kind, damit es sicher Radfahren lernt. Nur wer sich sicher fühlt, hat Spaß.

Wo fahren Kinder?

Bis zum 7. Geburtstag dürfen Kinder bei Erwachsenen auf dem Rad im Kindersitz oder im Anhänger mitfahren.

Bis zum 8. Geburtstag müssen Kinder mit dem eigenen Rad auf Gehwegen fahren. Sie dürfen Fußgänger jedoch nicht behindern oder gar gefährden und müssen Vorsicht walten lassen.

Fahrbahnen müssen an Kreuzungen zu Fuß überquert werden. Bis zum 10. Geburtstag dürfen Kinder auf dem Gehweg fahren. Sie können aber auch Radwege und Fahrbahnen benutzen.

Keine Altersgrenze gilt für Kinder mit Behinderung. Sie dürfen auch nach dem 7. Geburtstag im Kindersitz oder im Anhänger mit Erwachsenen fahren. Das Mitnehmen von Kindern im Kindersitz oder im Anhänger ist erst ab 16 Jahren erlaubt. Ab dann gelten für Jugendliche alle Radregeln wie für Erwachsene.



Kinder begleiten

Erwachsene dürfen nicht auf Gehwegen fahren, selbst wenn sie ein Kind im Sitz oder im Anhänger transportieren, und auch nicht, wenn beide mit dem eigenen Rad fahren. Das gilt unabhängig vom Alter des Kindes. Erlaubt ist das Befahren des Gehwegs ausschließlich dann, wenn ein Zusatzschild das Radfahren freigibt. Diese Gehwege sind zumeist breiter, Fußgänger haben dennoch Vorrang.

Radfahrer, die Kinder auf dem Rad begleiten, fahren möglichst nah hinter dem Kind oder auch neben ihm auf der Fahrbahn.



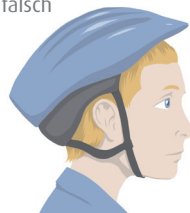
Kinder schützen

Bereiten Sie Ihr Kind auf das Radfahren auf der Straße vor, damit es

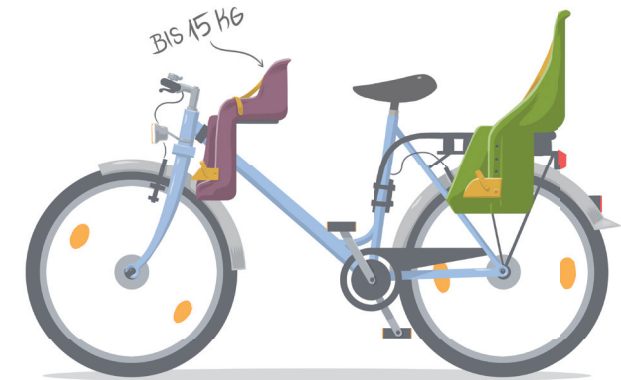
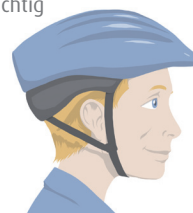
- Gefahrensituationen frühzeitig erkennt,
- weiß, wie es diese vermeiden kann,
- die Anderen, deren Bewegung und Geschwindigkeit, Entfernung und Annäherung, einschätzen lernt und
- sich nicht von anderen Reizen ablenken lässt.

Der Radhelm schützt vor bösen Verletzungen und vor mancher Platzwunde. Der Helm ist nicht Pflicht, aber eine gute Vorsichtsmaßnahme. Achten Sie darauf, dass der Helm richtig passt. Er darf nicht im Nacken sitzen und die Stirn freilassen. Vielmehr muss er gerade am Kopf liegen. Schützen Sie Ihr Kind.

falsch



richtig



Kinder mit auf dem Rad

Der Kindersitz kann vor oder hinter dem Fahrer montiert werden. Für Kinder mit über 15 kg Gewicht muss der Sitz am Hinterrad montiert werden. Da Hecksitze höhere Rückenlehnen ermöglichen und dem Kind mehr Bewegungsspielraum geben – schon deshalb, weil sie nicht das Sichtfeld des Radfahrers stören können –, werden sie für längere Fahrten empfohlen. Auch bei Sturz oder Unfall sind Kinder hinten geschützter. Der Radfahrer kann nicht auf das Kind fallen. Allerdings ist die Schwerpunktlage des Fahrrades mit vorn montiertem Kindersitz besser und stabiler. Hintersitze können den Rahmen zum Flattern bringen. Der Sitz muss direkt am Rohr des Rahmens befestigt sein, keinesfalls an der Sattelstütze oder am Gepäckträger. Setzen Sie Ihrem Kind einen Radhelm auf.

Mit dem Fahrradanhänger

Tests bescheinigen dem Anhänger eine höhere Sicherheit, aber das Fahrgefühl mit einem Radanhänger verändert sich. Ein sicherer Anhänger hat Gurte, die Kinder nicht selbst öffnen können. Die Innenausstattung ist auch bei Belastung stabil. Das Kind kann nicht in die Räder greifen. Verschließbare Anhänger schützen vor Insekten, vor Sonne und vor Regen. Der Rahmen ist seitlich höher, um bei einem Unfall als Überrollbügel zu dienen. Mit einem Wimpel zeigen Sie den Anhänger im Verkehr an. Schützen Sie Ihr Kind auch im Anhänger mit einem Radhelm.

Informationsblätter

Tipps für ein verantwortungsbewusstes Radfahren

- Halten Sie Ihr Rad „fit“. So sparen Sie
- Telefonieren ist auf dem Rad ebenso untersagt wie beim Autofahren – es lenkt ab
- Ein flüssiger Verkehr ist nur möglich, wenn ihn alle flüssig halten, indem sie regelkonform fahren
- Am Verkehr darf niemand alkoholisiert teilnehmen: Autofahrer nicht, Fußgänger nicht – und Radfahrer auch nicht



Entspannt mobil
Aufs Rad – aber sicher!



Entspannt mobil
Sichere Wege



Entspannt mobil
Besondere Wege



Entspannt mobil
Sicher abbiegen



Entspannt mobil
Kinder sicher unterwegs



Entspannt mobil
Sicher fahren – sonst wirts teuer!

Entspannt mobil Sicher fahren – sonst wirts teuer!

Nützliche **Tipps** und **Informationen**
für ein entspanntes und sicheres
Fahrradfahren



Herausgeber
Arbeitsgemeinschaft Fahrradfreundlicher
Kommunen in Baden-Württemberg e.V. (AGFK-BW)
c/o Nahverkehrsgesellschaft Baden-Württemberg mbH
Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart, www.agfk-bw.de

Gefördert durch das Land Baden-Württemberg

Cyclus print (100% recyceltes Papier)

„Schuld sind immer die Anderen.
Haben die Anderen immer Schuld?“

Fehler mit Konsequenzen

Manche Radler halten unterschwellig eigene Regelverstöße für weniger relevant und sind sich auch der dadurch für sie selbst entstehenden Gefahren kaum bewusst. Mit dem Fahrrad sind Sie beweglicher, wendiger und flexibler als Autos. Was eigentlich ein Vorteil ist, kann zum Risiko werden, wenn es zu einer Fahrweise führt, die für andere – egal ob Autofahrer, Radfahrer oder Fußgänger – nicht berechenbar ist. Sie zeigen dadurch auch, dass Sie das Radfahren nicht als „richtiges“ Verkehrsmittel ernst nehmen. Auch Radfahrende Regelbrecher verursachen Stress auf der Straße. Und eben auch Unfälle.



Geisterfahrer – nein danke!

Wer Radwege in der falschen Richtung benutzt, gefährdet die in richtiger Richtung fahrenden Radfahrer, aber vor allem auch sich selbst: An Grundstückszufahrten und Straßeneinmündungen rechnen ab- und einbiegende Autofahrer nicht mit Radfahrern aus der falschen Richtung. In solchen Situationen passieren häufig Unfälle! Bußgeld Schutzstreifen: 10–25 Euro, Bußgeld Radweg: 15–30 Euro.



Ich kann's mir leisten zu warten!

Viele Radfahrer meinen, sie haben alles im Blick und können die Verkehrssituation jeder Zeit überschauen. Unfälle auf Grund von Rotlichtmissachtung sind aber oft besonders folgenschwer – manchmal sogar tödlich. Hinzu kommt die Gefährdung anderer durch die Gefahr der Nachahmung – z. B. durch Kinder – oder des „Mitziehens“ anderer Radfahrer.



Die Haltung „Rot gilt nur für die andern“ provoziert und trägt nicht zu einem lockeren Verkehrsklima bei. Entspannte Radler können es sich leisten bei Rot zu warten. Bußgeld: 45–120 Euro, bei länger als einer Sekunde angezeigtem Rot: 100–180 Euro. Auch für Radler gibt es Punkte in Flensburg.



Der Gehweg ist gefährlich!

Das Radeln auf dem Gehweg ist nicht nur wegen der Belästigung und Gefährdung der Fußgänger eine Unsitte. Es ist auch für Radfahrer selbst gefährlich, weil sie dort sehr nah an Grundstücksausfahrten vorbei fahren und von Autofahrern schlecht gesehen werden. Beim Ausfahren und Abbiegen kann es hierdurch zu gefährlichen Situationen und folgenschweren Unfällen kommen. Die beste Unfallvorsorge ist also, sich im Sichtfeld der anderen Verkehrsteilnehmer und nicht etwa verdeckt hinter parkenden Autos oder Bäumen zu bewegen. Bußgeld 10–25 Euro.



Kein Alkohol – auch auf dem Rad!

Wer betrunken das Auto stehen lässt und stattdessen aufs Rad umsteigt, bringt sich und andere trotzdem in Gefahr. Viele Radler verunglücken dann auch allein, durch eigene Fahrfehler und Fehleinschätzungen. Bei 1,6 Promille ist auch auf dem Rad der Führerschein weg.

Regeln ändern sich Eine Grundvoraussetzung für die Befolgung von Verkehrsregeln ist deren Bekanntheit. Bei vielen liegt die Führerscheinprüfung schon länger zurück. Kennen Sie die aktuellen Regeln, die Radlern in Gegenrichtung teilweise neue Rechte einräumen? Nicht jeder Radweg ist heute benutzungspflichtig. Viele Einbahnstraßen sind heute für Radler geöffnet. An roten Ampeln dürfen Radler rechts vorbei bis zur Haltlinie fahren. Für mehr Gelassenheit im Verkehr kann es auch hilfreich sein, einfach mal die Perspektive des Anderen einzunehmen und selber zu erfahren, was es bedeutet, ohne Knautschzone und Airbag unterwegs zu sein.



Zweimal hinschauen beim Abbiegen und Einbiegen!

Die meisten Unfälle mit Radfahrern verursachen Autofahrer beim Abbiegen und Einbiegen. Hier gilt nicht das Recht des Stärkeren: Radfahrer auf parallelen Wegen haben Vorfahrt! Deshalb: Lieber zweimal hinschauen – auch beim Linksabbiegen, wenn endlich die Lücke im Gegenverkehr da ist. Bußgeld: 30–35 Euro bei Ausfahren aus dem Grundstück oder 100–120 Euro bei Missachtung der Vorfahrt.



Wenn sich Türen öffnen Gefährlich ist es, wenn man beim Aussteigen aus dem Auto die Tür öffnet, ohne sich vorher zu vergewissern, dass sich auf der Straße oder auf dem benachbarten Radweg kein Radler befindet. Der Blick in den Rückspiegel reicht dabei nicht, erst mit einem zusätzlichen Schulterblick kann man sich sicher sein, dass man auch den toten Winkel im Auge hat. Bußgeld: 10–20 Euro.



Runter vom Radweg!

Auf Radwegen, Radfahrstreifen und Fußwegen haben haltende oder parkende Autos nichts verloren – auch nicht für „schnell mal zum Bäcker rein“ oder „nur eben an den Geldautomat“. Wer dort hält, zwingt Radfahrer zum Ausweichen in den Verkehr und gefährdet damit andere. Bußgeld: 10–35 Euro



Runter vom Gas!

Zu hohe Fahrgeschwindigkeit ist einer der größten Unfallrisiken. Unabhängig von der erlaubten Geschwindigkeit gilt daher immer die Grundregel: Den Fahrstil an die Situation vor Ort anpassen und auf Sicht fahren. Bußgeld: 100–145 Euro