

Radtouren Oldenburg
Juli bis Dezember 2020

KOSTENLOS



Bild: © Roman Eichler

Stadtradeln 2020
Kinder und Radfahren
StVO-Novellierung
Radeln nach Zahlen
u. v. a. m.

Auf Grund der aktuellen Situation mit Corona / Covid-19 ist zur Zeit der Drucklegung keine verbindliche Terminplanung möglich. Daher bitte die Tagespresse beachten!

Stadtführung

12€

pro Person

Stadtführung „Grünes Oldenburg“

Sattelfest durchs grüne Oldenburg

Entlang schöner Grünanlagen geht es bei dieser Fahrradtour auf der Route „Grünes Oldenburg“ durch den erweiterten Innenstadtbereich zu Sehenswürdigkeiten abseits der Fußgängerzone. An verschiedenen Haltepunkten erzählt ein Gästeführer Geschichte und Geschichten. Steigen Sie auf das Lieblingsfortbewegungsmittel der Oldenburger und radeln Sie mit.

Streckenlänge: ca. 19 km
 Dauer: ca. 2,5 Stunden bei gemächlichem Tempo
 jeden 2. Montag und jeden 4. Sonntag im Monat
 (Mai – August)
 Start: 14 Uhr, Schlossinnenhof
 Preis: 12 Euro pro Person
 individuelle Termine für Gruppen auf Anfrage:
 110 Euro pro Gruppe (1 Gruppe = max. 16 Personen)

- Bei einem Ticketkauf oder Buchung einer Gruppenführung für die Stadtführung „Grünes Oldenburg“ und Vorlage dieser Anzeige in der Oldenburg-Info im Lappan (Lange Straße 3) erhalten Sie einen Radliebe-Stoffrucksack mit Radkarte des Stadtgebietes gratis dazu.



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

in der Zeit der Corona Pandemie hat sich das Verkehrsverhalten vieler Bürger in klimafreundlicher Weise verändert. Der Fahrradhandel verzeichnet einen Zuwachs, das Fahrrad wird mehr für Alltag und Freizeit genutzt. Viele Städte nutzen die Chance, die Infrastruktur darauf einzustellen und geben ganze Straßenzüge für den Radverkehr frei. Kaum gab es eine bessere Zeit, die Verkehrsströme durch gezielte Maßnahmen auf den Verkehrswandel einzustimmen.

Und Oldenburg? Hier erfahren die Radfahrenden in diesen Tagen eine rückwärts-gewandte Verkehrspolitik. Die schon beschlossene Einrichtung der Fahrradstraße Quellenweg wird im Politikgeschacher wieder zurück genommen. An Baustellen sieht man wieder ein Hinweisschild „Radfahrer absteigen“, ein Umleitungsschild für den Autoverkehr wird mittig auf einem Radweg platziert. Die Cäcilien-Ersatzbrücke über die Hunte wurde als Behelf für den Fuß- und Radverkehr angekündigt. Nach der jetzigen Beschilderung ist sie ausschließlich eine Fußgängerbrücke geworden. Eine gewollte Verkehrswende sieht anders aus. Hat sich die Verwaltung auf eine gegen den Radverkehr gewandte Strategie eingelassen?

Auch dem ADFC und den vielen Menschen, die unser Angebot von Touren lieb-gewonnen haben, hat die Pandemie einen

Strich durch die Rechnung gemacht. Ein erneutes Angebot an Touren für das zweite Halbjahr 2020 und weitere Lockerungen im Reise- und Veranstaltungsrecht lassen uns alle hoffen, dass wir wieder gemeinsam in der Natur unterwegs sein können.

Im September soll zum dritten Mal das Stadtradeln der Stadt Oldenburg stattfinden. Wir werden auch dieses Mal wieder mit einem eigenen Team dabei sein. Zum Mitmachen heißen wir Sie herzlich willkommen.

Die Corona Zeit hat uns nicht untätig werden lassen. Auch ohne persönliche Treffen hat das Redaktionsteam eine lesenswerte Ausgabe erstellt. Zusammen mit den Tourenleitern ist wieder ein umfangreiches Programm entstanden. Den Aktiven gilt dafür ein ganz besonderer Dank.

Herzliche Grüße
 Heinrich Book
 Vorsitzender



Find us on 
www.facebook.com/Oldenburg.ADFC

Sattelfest zum download:
<https://www.adfc-oldenburg.de/>



Wir sorgen für urbane Mobilität

**LEIDENSCHAFT,
INDIVIDUALITÄT,
PERFEKTION**



**CUSTOM MADE
IN HOYA/WESER**

Ammerländer Heerstr. 6
26129 Oldenburg

Tel: 0441 – 72853

www.bikes-oldenburg.de

info@bikes-oldenburg.de

Inhalt

Editorial	3
Termine & Infos	5
PORTRÄT	
Fördermitglied vorgestellt: Rakelmann Optik	14
AUS DEM AKTIVENKREIS	
Neuer Vorstand im KV Oldenburg	6
Aktiv im ADFC Kreisverband Oldenburg	12
Aktivitäten ADFC Cloppenburg	59
VERKEHR / POLITIK	
Fahrradunfallstatistik 2019	18
Novellierung der StVO	20
Plus / Minus	47
KINDER UND RADFAHREN	
Mit Kindern unterwegs in der Stadt	8
Teilnahme v. Kindern am Straßenverkehr	10
Nur Mut zur Radreise mit Kindern!	42
So muss mein Fahrrad ausgerüstet sein	44
Kidical Mass	45
FahrRad! Fürs Klima auf Tour	46
LOKALES	
Radeln nach Zahlen	16
Gemeinnützige Einrichtungen helfen ...	54
Stadtradeln Oldenburg / Gute Taten ...	56
TOURENBERICHTE	
Nachhaltig unterwegs	48
TOURENPROGRAMM	
Radtouren März bis Juli 2020	22
Schlemmertouren	38
Touren in Cloppenburg	40
RADKULTUR	
#schokofahrt – eine Idee ...	50
Großes Oldenburger Liegeradtreffen	52
„PEDALWELT“	53
Liegeradsitze zum Chillen	59
MITGLIEDSCHAFT / FÖRDERER	
Fördermitglieder	61
Mitgliedsantrag	62
Impressum	61

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Infoladen

Kulturzentrum PFL Peterstr. 3 (Seitenflügel Hintereingang), 26121 Oldenburg

Wir bieten Alltagsradler*innen freundliche und kompetente Beratung »Rund ums Rad«. Wir geben praktische Tipps weiter und bieten Karten, Literatur und Accessoires an.

Bei uns finden Sie

- ADFC-Radtourenkarten
- Zubehör (sicher und praktisch)
- ADFC-Regionalkarten
- Präsenzbibliothek zu Fahrradthemen
- Bücher (Technik, Reisen, etc.)
- Tipps zu Touren und Technik
- Infobroschüren zu Fahrradthemen

Unsere Öffnungszeiten

Donnerstag 18–20 Uhr vom 1. Februar bis 23. Dezember
Samstag 10–12 Uhr vom 1. Februar bis 30. Oktober

Kontaktmöglichkeiten

Telefon: (0441) 1 37 81 | Email: infoladen@adfc-oldenburg.de

Termine 2020 – 2. Halbjahr

12. Juli	Zweite große Fahrrad-Demo in Oldenburg
01. September	Start bundesweiter ADFC-Fahrradklima-Test
11.-13. September	Großes Oldenburger Liegeradtreffen
09.-15. Oktober	#schokofahrt Oldenburg-Amsterdam
17. Oktober	Landesversammlung ADFC
14-15. November	ADFC Bundeshauptversammlung in Bremen
24.-26. November	Eurobike-Messe in Friedrichshafen
Verkehrsausschuss- Sitzungen 21.09., 16.11., 14.12.	
Jeden letzten Freitag im Monat startet die Critical Mass Oldenburg. Los geht es um 18:30 Uhr am Hbf oder um 19:30 Uhr am Julius-Mosen-Platz.	

Auf Grund der Situation mit Corona / Covid-19 ist zur Zeit der Drucklegung keine verbindliche Terminplanung möglich. Bitte Tagespresse beachten!

AG's mit festen Terminen:

Verkehr	Jeden Dienstag vor der Verkehrsausschusssitzung der Stadt Oldenburg. Ab 19 Uhr »Bei Beppo«, Auguststr. 57
Aktiventreffen	Jeden 4. Montag im Monat 19 Uhr; »Zur Brückenwirtin« (Cäcilienbrücke)
Codierung	Februar bis Oktober: im Innenhof beim PFL, Peterstr. 3 Samstag 27.06. / 25.07. / 22.08. / 26.09. / 24.10. / jeweils 10-12 Uhr

Neuer Vorstand im KV Oldenburg / Oldenburger Land



Der neue Vorstand: Ewald Schütte, Heinrich Book, Birgit Schnirring, Michael Michel, Christian Lüdke und Wilke Brüning / Foto: ADFC Oldenburg

Auf der sehr gut besuchten Mitgliederversammlung am 7. Februar 2020 sind

Ewald Schütte, Heinrich Book, Birgit Schnirring, Michael Michel, Christian Lüdke und Wilke Brüning

als Vorstand des ADFC Oldenburg gewählt worden. Zum Vorstandsvorsitzenden wurde Heinrich Book gewählt, Kassenwartin ist Birgit Schnirring.

Einige Schwerpunkte unserer zukünftigen Arbeit sollen hier eine kurze Erwähnung finden: Ausbau der ADFC Präsenz und Arbeit im Landkreis, Überarbeitung der Satzung, Intensivierung der Arbeit im Bereich Umwelt, Aufbau eines Newsletters, Forcierung

der Aktivitäten in der Verkehrspolitik sowie weiterhin solide Finanzplanung.

Die Corona-Epidemie hat auch uns arge Probleme in der Kommunikation beschert, auch Projekte haben sich in den vergangenen Monaten gar nicht oder nur schwer realisieren lassen und wir wissen auch noch nicht, welchen Einfluss die Entwicklungen der nächsten Zeit auf unsere Arbeit und den ADFC haben werden. Wir hoffen und wünschen jedoch, dass wir in absehbarer Zeit wieder zu „normaler“ Arbeit für den ADFC zurückkehren können.

Irgendwann werden wir wieder mit und für Sie / Euch Touren anbieten, den Laden

öffnen, codieren, am Verkehrsausschuss teilnehmen, Aktiventreffen abhalten etc. Bis dahin lassen sich Touren planen, Reparaturarbeiten vornehmen oder auch Artikel für unsere Sattelfestausgaben schreiben.

Zum Schluss möchte ich an dieser Stelle nochmals den ausgeschiedenen Vorstandskollegen für ihren vielfältigen Einsatz in den

vergangenen Jahren danken: Anke Wiechmann, Markus Nindel und Klaus Kiebusch. Schön, dass Ihr so viel in den vergangenen Jahren für den Verein geleistet habt und vielen Dank auch dafür, dass Ihr weiterhin aktiv am Vereinsgeschehen teilnehmt!

Wilke Brüning



Alexanderstr. 388
26127 Oldenburg

Ole Sinning
Telefon: 0441 - 43098
mail@huckepack.net

GESCHÄFTSZEITEN
Mo.-Fr.: 09⁰⁰-12³⁰ Uhr
14³⁰-18⁰⁰ Uhr
Sa.: 09⁰⁰-12³⁰ Uhr

www.huckepack.net



VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
DACHBOXEN

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
DACHTRÄGER

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
HECKTRÄGER

Mit Kindern unterwegs in der Stadt

Die SattelFest-Redaktion war mit Peter Zenner im Gespräch. Peter Zenner ist aktiv bei „verkehrswandel.de“, einer Initiative, deren Name Programm ist. Sie setzt sich für einen Wandel ein, von dem vor allem der nicht-motorisierte Verkehr profitieren soll.

Mit seiner Familie lebt Peter in einer der kleinen schmalen Straßen, die Oldenburg so liebenswert und lebenswert machen: Kleinere Ein- und Mehrfamilienhäuser, bunt bepflanzte Vorgärten, zentrumsnah und mit guter (Einkaufs)Infrastruktur.

Die Familie erledigt geschätzte 98% ihrer Wege mit dem Fahrrad, ein PKW gehört nicht zu ihrem Fortbewegungsequipment. „Wie leihen manchmal ein Auto – da gibt es eine Art privates Carsharing, wenn das Lastenrad für einen Transport nicht ausreicht, aber das ist selten der Fall.“ sagt Peter. „Für unseren Alltag: Schule, KiTa, Arbeit, Einkäufen schwingen wir uns aufs Rad“.

Mit welchen Rädern bist du/seid ihr unterwegs?

Nehmen wir den klassischen Anhänger: Bezüglich Sicherheit und Wetterschutz sind spezielle Hänger für Kinder unschlagbar vorteilhaft. Der Nachteil ist, dass es keinen Sichtkontakt zu den Kindern ermöglicht. Für Komfort und Kommunikation sind das Lastenrad und beim normalen Solo-Bike der Kindersitz vorn sehr gut geeignet. Aus Holland ist der Sitz am Lenker oder der Sattel auf dem Mittelrohr bekannt. Wenn Kinder auf diese Weise auf dem Rad dabei sind, können sie zugleich auch „mitfahren“. Sie sind mehr beteiligt und können besser einbezogen werden. Demgegenüber sind Anhänger und Kindersitz hinten eher bloße Transportmittel.

Wir haben uns verschiedene Optionen geschaffen, weil wir die Möglichkeit haben

wollen, je nach Erfordernis und Lust entscheiden zu können.

Peters Kinder sind mittlerweile im frühen Fahrradalter: die älteren radeln mit 7 und 8 Jahren auf dem Gehweg oder auch auf der Fahrbahn. Die Große ist auch schon mal allein unterwegs. Die Kleinste lernt mit 3 Jahren das Radfahren gerade. Peter ist begeistert von ihren erfolgreichen Fahrversuchen. „Es gibt tolle Entwicklungen: Wir konnten für sie ein Rad leihen, das erstaunlich gut auf den Körperbau kleiner Kinder ausgerichtet ist. Damit konnte sie quasi gleich losfahren“.

Was fällt dir auf, wenn du mit deinen Kindern in der Stadt radelst?

Wenn du mit Kindern im Straßenverkehr unterwegs bist, musst du permanent aus der Perspektive kleiner Menschen vorausschauen, um potentiell gefährliche Situationen zu erkennen. Der oft schlechte Zustand der Geh- und Radwege verunsichert die Kinder. Um Bordsteinkanten, auch abgesenkte Borde zu bewältigen, braucht man schon fahrtechnische Kompetenzen, die die Kinder noch gar nicht haben.

Ich fahre am liebsten neben den Kindern, dann habe ich besseren Kontakt zu ihnen. Die Gehwege sind häufig zu schmal, um nebeneinander zu fahren. Wenn ich auf der Straße fahre, habe ich die Kinder jedoch nicht gut im Blick, weil der Straßenrand als Parkraum für PKW genutzt wird. Und die Kinder selbst sehen nichts. Gefahrenpunkte sind z. B. auch Einmündungen oder Grundstücksausfahrten, die die Kinder noch nicht selbstverständlich als Ausfahrt erkennen können. Sie werden hier oft übersehen.

Die Sichtachsen von Straßenzügen und Kreuzungen sind also einfach nicht für kleine Menschen gestaltet – die Infrastruktur



Mit Kindern unterwegs / Foto: Peter Zenner

ist auf Erwachsene ausgelegt. Situationen, die für Erwachsene völlig unauffällig sind, können für Kinder unverständlich und u. U. auch gefährlich sein. „Deshalb musst du als Eltern für deine Kinder aufpassen und immer wieder erklären und üben“, sagt Peter. „Noch ein Beispiel: Ampeln! Die Grünphasen sind oft zu kurz. Springt die Ampel auf Rot, führt dies zu Verunsicherung. Gerade weil die Kleinen manchmal etwas Zeit brauchen, um loszufahren.“

Was muss sich aus Kinderperspektive betrachtet ändern?

In der auf Autos fokussierten Infrastruktur kommen leider all jene nicht vor, die anders unterwegs sind: Radfahrer*innen, Fußgänger*innen mit oder ohne Rollator, mit oder ohne Kinderwagen, Menschen mit oder ohne Rollstuhl. Insofern kommt eine kinderfreundliche Perspektive allen zu Gute, die sich einen sicheren und lebenswerten Verkehrsraum wünschen.

Ihr habt mit einigen Akteuren eine Petition an die Stadt Oldenburg auf

den Weg gebracht, in der Ihr konkrete Vorschläge macht.

Zum Beispiel schlagen wir von verkehrswandel.de mit dem Bündnis „kidical mass“ eine neue Aufteilung des Verkehrsraums vor, die mehr Platz für den Rad- und Fußverkehr schafft. Außerdem sollten vor allem in Schulumnähe Fahrradstraßen ohne motorisierten Durchgangsverkehr eingerichtet werden. Dazu gibt es ein sehr gutes Beispiel aus Wien. Und nicht zuletzt sollten Kinder und Jugendliche an diesen Veränderungsprozessen teilhaben und dazu gehört werden. Unsere Vorschläge greifen also die erwähnten Aspekte auf – wir glauben, es ist gut für Oldenburg, noch mehr Fahrradstadt zu werden. Kinder und ihre Familien brauchen das.

Im Gespräch mit Peter Zenner war
Frauke Sterwerf

Weitere Infos:

verkehrswandel.de

Oldenburger Petition für Kindermobilität:

verkehrswandel.de/kinder

kinderaufsrad.org



Teilnahme von Kindern am Straßenverkehr

Lauftrad, Foto: Jiricek72 auf pixabay

Entwicklungsstand – Lernen, Üben — Straßenverkehrsordnung

Kinder sind im Straßenverkehr die ungeübtesten und damit gefährdetsten Teilnehmer. Das hat entwicklungspsychologische Gründe, die sich besonders in den eingeschränkten Wahrnehmungsfähigkeiten von Kindern verschiedenartig in bestimmten Altersstufen zeigen.

Sehvermögen

Mit etwa fünf Jahren können Kinder Farben unterscheiden, also die Ampelfarben deuten, Sie können aber noch nicht Geschwindigkeiten und Entfernungen abschätzen. Kinder haben ein deutlich engeres Blickfeld, weil sie wie durch Scheuklappen sehen. Durch ihre geringe Größe haben Kinder einen deutlich ungünstigeren Blickwinkel als Erwachsene und sind außerdem von anderen Verkehrsteilnehmern hinter Pkws, Hecken, Zäunen u. a. nicht zu sehen.

Hörvermögen

Kinder können aus vielen Geräuschen nicht die für die Situation relevanten herausfiltern. Richtungshören können Kindergartenkinder noch nicht. Im Mittelpunkt der Sinneswahrnehmung von Kindern steht das Sehen, auf das Hören verlassen sie sich nicht. Sowohl für das Sehen als auch das Hören gilt, dass Sinneseindrücke von Kindern deutlich langsamer verarbeitet werden. Das heißt Reaktionszeiten sind gegenüber Erwachsenen deutlich länger.

Gefahrenwahrnehmung

Sechsjährige können gelernte Verhaltensregeln noch nicht auf andere Situationen übertragen. Sie verknüpfen das Gelernte immer mit konkreten Situationen (einer Kreuzung, einer Ausfahrt, einer Straße usw.).

Erst im Grundschulalter sind Kinder nach und nach in der Lage, Gefahrensituationen einzuschätzen.

Die Perspektive anderer Verkehrsteilnehmer können Kinder nicht einnehmen. Erst mit neun bis zehn Jahren ist die Entwicklung der Daueraufmerksamkeit und von selektiver Aufmerksamkeit abgeschlossen.

Quelle: Deutsche Verkehrswacht Medien- und Servicecenter

Vorbereitung auf den Straßenverkehr

- Roller und Laufräder sind gut geeignet, um den Gleichgewichtssinn, das Abschätzen von Geschwindigkeiten und die Beherrschung des Gefährtes wie Lenken, Bremsen, Anhalten, Auf- und Absteigen zu trainieren. Von Stützrädern wird abgeraten.
- Als „Schonraum“ sollten auch mit dem Fahrrad Orte ohne Verkehr gewählt werden. Unter Aufsicht von Erwachsenen sollte dort unter Berücksichtigung der Individualität des Kindes bis zu einem ausreichenden „Ausbildungsstand“ geübt werden.
- Beim Anfahren ist es besser, leicht anzuschubsen, damit das Kind aus dem bekannten Rollen heraus die Pedalen erfasst und tritt.
- Auch Fallen muss gelernt werden. Bei geringen Geschwindigkeiten ist das Verletzungsrisiko überschaubar.
- Der Oberkörper, der Kopf und der Blick des Kindes sollten in Fahrtrichtung weisen. Impulse von hinten stören dabei. Rückwärts vor dem Kind zu laufen, ist ein geeignetes Verhalten.



Foto: Mircea Iancu auf Pixabay

Das Vorbildverhalten der Eltern ist besonders wichtig. Kleine Kinder machen alles (!) nach.

Quelle: „So lernen Kinder richtig Radfahren“ ADFC Baden-Württemberg

Straßenverkehrsordnung

StVO § 2 Straßenbenutzung durch Fahrzeuge

(5) Kinder bis zum vollendeten 8. Lebensjahr müssen, ältere Kinder bis zum vollendeten 10. Lebensjahr dürfen mit Fahrrädern Gehwege benutzen.

Auf Fußgänger ist besondere Rücksicht zu nehmen. Beim Überqueren einer Fahrbahn müssen die Kinder absteigen. Seit Dezember 2016 gilt folgende Erweiterung: „Ist ein baulich von der Fahrbahn getrennter Radweg vorhanden, so dürfen [...] Kinder bis zum vollendeten achten Lebensjahr auch diesen Radweg benutzen.“

Erwachsene dürfen mit Rad fahrenden Kindern auf dem Gehweg fahren.

Seit Dezember 2016 dürfen Erwachsene gemeinsam mit jüngeren Kindern auf dem Gehweg fahren. Die Änderung des § 2 Abs. 5 StVO sieht vor, dass die Aufsichtsperson ebenfalls den Gehweg auch mit dem Rad benutzen darf, wenn sie Kinder bis 8 Jahren begleitet. Das erhöht die Sicherheit der Kinder. Die Aufsichtsperson muss über 16 Jahre alt sein. Auf den Fußgängerverkehr müssen beide Rücksicht nehmen.

Hubertus Lobers

Aktiv im ADFC Kreisverband Oldenburg / Oldenburger Land e.V.

In den kommenden Ausgaben von SattelFest wollen wir die einzelnen Arbeitsgruppen innerhalb des ADFC Kreisverbandes Oldenburg vorstellen. Alle AG-Mitglieder arbeiten ehrenamtlich und gehören zu dem sogenannten „Aktivenkreis“ des ADFC. Es ist ein Kreis von Radfahrbegeisterten, die sich alle mit ihrem Spaß am Radfahren und mit ihrem Interesse an der Verkehrs- und Radpolitik in der Stadt und im Landkreis, ehrenamtlich in verschiedenen Arbeitsgrup-

pen engagieren. Sie beleben und nehmen im Besonderen Einfluss auf das Verbands-geschehen.

Arbeitsgruppen sind:

- der Vorstand des ADFC;
- die Gruppe Infoladen und Öffentlichkeitsarbeit;
- die Gruppe der Tourenleiter*innen;
- die Kodiergruppe;
- das Redaktionsteam „Sattelfest“.

Das Infoladen-Team

Infoladen und Geschäftsstelle

Der Infoladen befindet sich im Umwelthaus im Kulturzentrum PFL in der Peterstraße 3 in Oldenburg.

Ganz so leicht sind wir nicht zu finden, so Elke, eine der ehrenamtlich Aktiven, die eine der Ansprechpartner*innen in der Geschäftsstelle ist. Der Laden befindet sich im dritten Stock und der Eingang zum Umwelthaus befindet sich auf der Rückseite des

PFL.

Jeden Donnerstag (18-20 Uhr) und Sonnabend (10-12 Uhr) ist die Geschäftsstelle besetzt. In dieser Zeit können Fragen im persönlichen Gespräch geklärt und das umfangreiche Karten- und Informationsmaterial unter fachkundiger Beratung gesichtet und gekauft werden. Der Infoladen bietet ein großes Sortiment an regionalen Karten.



Der Infoladen des ADFC Oldenburg / Foto: ADFC Oldenburg

Falls mal die eine oder andere Karte nicht vorrätig ist, wird diese ohne großen Aufwand in kürzester Zeit zur Verfügung gestellt.

Im Infoladen beraten und informieren rad-sportbegeisterte und ortskundige ehrenamtlich Aktive des ADFC Oldenburg zu Themen rund ums Radfahren in Oldenburg und über die Grenzen Oldenburgs hinaus.

Selbstverständlich kann auch über eine Emailanfrage oder den Anrufbeantworter Kontakt aufgenommen werden. Das Team des Infoladens sichtet und hört regelmäßig die Eingänge ab und nimmt Kontakt auf. Fragen zu Fahrradtouren, zur Mitgliedschaft oder zu den vielen Aktionen des Verbandes, beispielsweise dem Kodieren oder dem Tourenangebot, werden persönlich beantwortet.

Anke L., Anke W. Elke, Dieter, Doreen, Frank, Helmut, Rolf und Werner sind das „Infoladenteam“. Ein Monatsplan strukturiert und organisiert ihre Zusammenarbeit.

Leider kann aus aktuellen Anlass kein Foto des Teams eingestellt werden, dies wird in der nächsten Ausgabe nachgeholt.

Die Besucherzahlen im Infoladen sind in den Zeiten des Internethandels geringer geworden, der Erwerb von Kartenmaterial leicht von zuhause aus möglich. Doch das persönliche Gespräch, die persönliche Beratung zur richtigen und zielgerichteten Auswahl des Kartenmaterials ist nicht zu ersetzen. Darüber hinaus gibt es immer noch Zeit für das Fachsimpeln rund ums Fahrrad.

Birgit Burkhardt

Sorgloser Fahrradurlaub, umweltfreundlich und aktiv

Sonne im Herbst genießen, z.B. Normandie	19.09.-27.09.20	ab 1580 €
Provence	03.10.-11.10.20	ab 1380 €
Sardinien	10.10.-19.10.20	ab 998 €
Auf alten Bahntrassen durch Bayern	30.08.-04.09.20	ab 698 €

Ifd. aktualisierte Homepage

„Da geht's mir gut“ **Sausewind**

Meeschweg 9 | 26127 Oldenburg | Fon: 04 41 / 93 56 50 | Fax: 04 41 / 3 04 71 09
E-Mail: info@sausewind.de | Web: www.sausewind.de



Fördermitglied vorgestellt

Rakelmann Optik in der Bremer Straße

Rakelmann Optik in Oldenburg - Osternburg

Ein klein wenig versteckt, in einer Kurve der Bremer Straße 37 in Oldenburg, befindet sich Rakelmann Optik. Das Augenoptikgeschäft - mit Sportoptik-Abteilung, das von Stephan Rakelmann (Augenoptikermeister) und seinem Sohn Florian (Augenoptiker) geleitet wird, gibt es schon seit 30 Jahren in Oldenburg.

Seit 28 Jahren zählt Rakelmann Optik zu den bundesweit führenden Fachgeschäften auf dem Gebiet der Sportoptik. Stephan Rakelmann ist der einzige zertifizierte Sportbrillenspezialist in Niedersachsen.

Im Geschäft wird ein großes Sortiment an Sportbrillen verschiedenster Hersteller angeboten (Evil Eye, Rudy Project, Gloryfy, Swiss Eye u.v.m). Hier findet jeder seine op-

timale Funktionsbrille. Egal ob zum Laufen oder Walken, zum Radfahren, Skifahren, oder ganz allgemein zum Outdoor-Sport. Auf verschiedene Weise lassen sich fast alle Modelle auf die erforderliche optische Korrektur (Sehstärke) erweitern, denn:

NUR WER SEIN ZIEL ERKENNT, WIRD ES ERREICHEN

Was bieten Sportbrillen?

- rundum Schutz
- maximales Blickfeld durch gute Belüftung, können nicht beschlagen
- Sicherheit für die Augen durch Kontrastfilter für Licht und Schatten
- beste Sicht in allen Situationen
- individuelle Passform
- sicherer, druckfreier Sitz

Im Windkanal zeigt sich die Qualität einer Sportbrille: Im Geschäft können Sie das ausgewählte Modell testen!

Vereinbaren Sie einen Termin zur individuellen Sportbrillen-Beratung, und profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung.

Herr Rakelmann und sein Team sind:

Montag-Freitag von 08:30-13:00 Uhr

und 14:30-18:00 Uhr

samstags von 09:00-13:00 Uhr

und nach Vereinbarung erreichbar.

Ein erster Eindruck kann auch über www.rakelmann-optik.de gewonnen werden.

Birgit Burkhardt

Fotos: Rakelmann Optik



Rakelmann Optik

www.rakelmann-optik.de

.....mit großer SPORT-OPTIK Abteilung!

Oldenburg-Osternburg
Bremer Str. 37 · ☎ 0441 - 255 88





Radeln nach Zahlen

Jetzt auch im Oldenburger Land

Text und Fotos: Manfred Terhardt



Niederländischer Wegweisungsknoten mit Zwischenwegweisern des Knotenpunktsystems

Radeln nach Zahlen wird immer beliebter. Das aus den Niederlanden und Belgien stammende so genannte Knotenpunktsystem erobert nun auch das Oldenburger Land. Mit dem Knotenpunktsystem kann eine Radtour von Knotenpunkt zu Knotenpunkt geplant werden. Die Kilometerangaben zwischen den Knotenpunkten helfen dabei, die Streckenlänge zu bestimmen. Anschließend schreibt man sich nur noch die Reihenfolge der Knotenpunktzahlen auf. Karte, Kompass und Navi sind unnötig.

Soweit, so gut? Leider haben sich im nordwestlichen Niedersachsen in der Vergangenheit im Detail verschiedene Systeme etabliert. In den Niederlanden ist das gesamte Land mit einem einheitlichen Knotenpunktnetz überzogen, das bis in die deutschen Grenzregionen hineinreicht. Daneben gibt es aber in den Niederlanden auch ein Wegweisungssystem mit Zielen und Kilometerangaben. Beide Systeme stehen im

Optimalfall nebeneinander, meistens aber an verschiedenen Stellen. Daher hat der ADFC-Bundesverband 2013 eine Empfehlung für Deutschland herausgegeben, die beide Systeme (Knotenpunkt- und Zielwegweisungssystem) miteinander zu verknüpfen, sodass man sich an Knotenpunkten nur an einer Stelle orientieren muss.

Der Empfehlung des ADFC folgt inzwischen



Knotenpunktsystem, das in Ostfriesland üblich ist

Das Land Nordrhein-Westfalen und ergänzt das vorhandene Zielwegweisungssystem im gesamten Land mit Knotenpunkten. Diese sind erkennbar an einem roten "Hütchen" oberhalb des Wegweisungspfostens, das die Nummer des Knotenpunktes trägt. In Teilen des Landkreises Friesland, in Wilhelmshaven und Wittmund ist dieses System mit meiner Unterstützung ebenfalls vor zwei Jahren etabliert worden. Auch im Landkreis Vechta und nunmehr im Landkreis Oldenburg findet sich dieses System ebenfalls wieder, allerdings mit grünen Knotenpunkthütchen. Während in großen Teilen Ostfrieslands vor Jahren das niederländi-

sche System eingerichtet wurde, obwohl es die Empfehlung des ADFC damals bereits gab.

Ob das Knotenpunkthütchen grün oder rot ist, ist letztlich nicht entscheidend. Wichtig ist, dass es ein einheitliches Radroutennetz gibt, das einem die Möglichkeit bietet, sich entweder nach Zahlen oder nach Zielen zu orientieren.



Ein neuer Knotenpunkt im Landkreis Oldenburg

**STELL DIR VOR
ES IST KLIMAWANDEL UND
DIE VERKEHRSWENDE
STEHT IM STAU.**

#MEHRPLATZFÜRSRAD

adfc



1,5 m Abstand - Poolnudel-Aktion / Foto ADFC Thüringen

Novellierung der StVO

Eine kurze Zusammenfassung

Am 28. April trat die neue Straßenverkehrs-Ordnung (StVO) in Kraft. Das Bundesverkehrsministerium hatte sich vorgenommen, durch die Novelle Sicherheit und Komfort für Radfahrende deutlich zu erhöhen. Nach Einschätzung des ADFC ist das zum Teil gelungen, eine grundlegende Reform des Straßenverkehrsrechts steht allerdings noch aus.

Das ändert sich für Autofahrende – in Bezug auf den Radverkehr

Mindestüberholabstand 1,5 m ist Pflicht

Autofahrende müssen Radfahrende mit mindestens 1,5 Metern Sicherheitsabstand überholen. Außerorts sind es sogar zwei Meter. Das galt zuvor schon durch Gerichtsentscheidungen, steht jetzt aber ausdrücklich in der StVO. Die Regelung gilt nach der Gesetzesbegründung unabhängig davon, ob Radfahrende auf der Fahrbahn, auf „Schutzstreifen“, Radfahrstreifen oder geschützten Radfahrstreifen („Protected Bikelanes“) unterwegs sind. Faktisch bedeutet diese Regel ein Überholverbot an Stellen,

die nicht die notwendige Breite haben. Das wissen die meisten Autofahrenden nicht, deshalb fordert der ADFC eine Aufklärungskampagne zur neuen StVO und die schnelle Entwicklung von geeigneter Verkehrsüberwachungstechnik.

Auf Radwegen parken wird teurer

Für das Parken auf Geh- und Radwegen gelten höhere Bußgelder. Die bisherigen Bußgelder von 15 bis 30 Euro werden auf 55 bis 100 Euro erhöht. Erstmals gibt es für Parkverstöße bei Gefährdung zusätzlich einen Punkt in Flensburg. Auch andere Parkverstöße werden teurer, beispielsweise in zweiter Reihe und auf Straßenbahnschienen. Weil das Zuparken von Radwegen ein gefährliches Massenphänomen ist, fordert der ADFC eine deutlich höhere Kontrolldichte der Behörden bis hin zur Bereitschaft, behindernde Falschparker konsequent abschleppen zu lassen.

Gedankenloses Abbiegen und Tür-Aufreißen wird teurer

Wenn Autofahrende ohne Schulterblick

abbiegen oder die Tür aufreißen, kann das für Radfahrende tödlich enden. Deshalb werden die Bußgelder deutlich erhöht. Wer als Autofahrender beim Abbiegen eine Person auf dem Rad gefährdet, muss mit einem Bußgeld von 140 Euro statt wie bisher 70 Euro rechnen – und einem Monat Fahrverbot. Wer beim Aussteigen unaufmerksam die Autotür öffnet und damit eine Radfahlerin oder einen Radfahrer gefährdet, zahlt ebenfalls mehr: 40 statt 20 Euro.

Halten auf „Schutzstreifen“ ist verboten

Bisher durften Kraftfahrzeuge auf sogenannten „Schutzstreifen“ bis zu drei Minuten halten. Gemeint sind Fahrbahnmarkierungen für den Radverkehr mit gestrichelter Linie und Fahrradsymbol. Das Halten auf diesen Streifen ist mit der neuen StVO jetzt verboten.

Schrittgeschwindigkeit beim Abbiegen für Lkw

Um Abbiegeunfälle zu vermeiden, dürfen Lastkraftwagen über 3,5 Tonnen nur noch mit Schrittgeschwindigkeit rechts abbiegen. Das Schrittempo von 4 bis 7 km/h gibt dem Lkw-Führenden mehr Zeit, die Abbiegesituation zu überblicken. Das Bußgeld für die Missachtung beträgt 70 Euro, dazu kommt ein Punkt im Fahreignungsregister. Der ADFC hat sich für diese Regelung stark gemacht, weil Unfälle mit rechtsabbiegenden Lkw häufig sind und besonders schwere Folgen haben.

Das ändert sich für Radfahrende

Nebeneinander Fahren ist erlaubt

Mit der StVO-Novelle ist es jetzt ausdrücklich erlaubt, dass man zu zweit nebeneinander mit dem Rad fahren darf. Anderer Verkehr darf dadurch zwar nicht behindert werden, aber solange genug Platz zum Überholen ist, ist keine Behinderung gegeben. Bislang lautete die Grundregel: Mit Fahrrädern muss einzeln hintereinander gefahren werden.

Grünpfeil für den Radverkehr

Mit der neuen StVO kommt als neues Verkehrszeichen der Grünpfeil für den Radverkehr. Es erlaubt das Rechtsabbiegen bei roter Ampel für Radfahrende nach vorherigem Anhalten. Entsprechende Verkehrszeichen sind bereits in Frankreich, Belgien und den Niederlanden zur Beschleunigung des Radverkehrs erfolgreich im Einsatz, dort sogar ohne Anhaltepflicht. Der schon bekannte Grünpfeil für den Autoverkehr gilt auch für den begleitenden Radweg, stellt die neue StVO klar.

Auch Jugendliche und Erwachsene dürfen im Lastenrad mitfahren

Bisher durften in Deutschland nur Kinder bis sieben Jahre im Lastenrad mitgenommen werden. Ab sofort dürfen auch Menschen jenseits des Kindesalters auf Fahrrädern mitgenommen werden, die zur Personenbeförderung gebaut und entsprechend eingerichtet sind.

Radeln auf dem Gehweg wird teuer

Zum Schutz von Fußgängern wird das Bußgeld für regelwidriges Radfahren auf Gehwegen von 10 bis 25 Euro auf 55 bis 100 Euro erhöht. Der ADFC weist seit Langem darauf hin, dass das Radfahren auf Gehwegen rücksichtslos und gefährlich ist. Gleichzeitig bekräftigt er die Forderung nach durchgängigen Qualitätsradwegenetzen, denn wenn Radfahrende auf Gehwege ausweichen, ist das oft auf fehlende oder schlechte Radinfrastruktur zurückzuführen.

Pressemitteilung des
ADFC-Bundesverbandes
Redaktionsteam SattelFest

Neue Straßenverkehrsordnung ab 28. April:

<p style="font-size: 8px;">Beim Überholen von Fahrrädern:</p>  <p style="font-weight: bold; font-size: 12px;">FESTER MINDESTABSTAND!</p> <p style="font-size: 8px;">1,50 Meter innerorts, 2 Meter außerorts</p>	<p style="font-size: 8px;">Auf allen Radwegen:</p>  <p style="font-weight: bold; font-size: 12px;">ABSOLUTES HALTEVERBOT!</p> <p style="font-size: 8px;">Jetzt auch auf Schutzstreifen</p>	<p style="font-size: 8px;">Gefährliches Abbiegen:</p>  <p style="font-weight: bold; font-size: 12px;">BUSSGELD VERDOPPELT!</p> <p style="font-size: 8px;">Gilt auch beim Öffnen der Autotür</p>
--	---	--

www.adfc.de/stvo-novelle





Radtouren Oldenburg

Juli bis Dezember 2020

Nicht nur für Mitglieder ...

- Touren von 20 bis ca. 100 km
- Vormittags- und Feierabendtouren

Kontakt

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club
Kreisverband Oldenburg e.V.
Infoladen und Geschäftsstelle
Umwelthaus im Kulturzentrum PFL
Peterstraße 3 (Hintereingang)
Postfach 1126
26001 Oldenburg
Koordinaten: 53.142970, 8.207779

Öffnungszeiten

Do 18–20 Uhr / Sa 10–12 Uhr
(im Winter reduzierte Öffnungszeiten!)
Telefon (0441) 1 37 81
Email:
radtouren@adfc-oldenburg.de (Radtouren)
infoladen@adfc-oldenburg.de (Allgemein)

Allgemeine Hinweise

Jede/r Teilnehmer*in an den Touren ist für die **Verkehrssicherheit** seines/ihreres Fahrrades und die Einhaltung der **Straßenverkehrsordnung** (StVO) selbst verantwortlich. Der ADFC übernimmt **keine Haftung** für unterwegs auftretende Schäden, Pannen oder Unfälle. Jede/r Teilnehmer*in fährt auf eigenes Risiko.

Wir appellieren an die Eigenverantwortung der Teilnehmer*innen. Darüber hinaus empfehlen wir aber für Kinder und ältere Teilnehmende das Tragen eines passenden Fahrradhelms.

Kinder/Jugendliche (bis 14 Jahre) nehmen wir aus Haftungsgründen nur in Begleitung Erwachsener mit.

Für größere Fahrradgruppen gibt es Sonderregeln im Straßenverkehr. Orientieren Sie sich bitte an dem/der Tourenleiter*in und beachten Sie, dass ein reibungsloser Tourenverlauf in einer größeren Gruppe von allen etwas Disziplin erfordert. Übrigens sind ADFC-Mitglieder als Radfahrende haftpflicht- und rechtschutzversichert.

Denken Sie bitte an Flickzeug und Proviant!

Selber Radtouren leiten ...

... ist gar nicht so schwer. Wir bieten allen Interessierten gerne unsere Unterstützung an. Was alles dazu gehört, können Sie auch bei einem Radtourenleiterseminar des ADFC erfahren.

ren. Diese werden jährlich u.a. vom ADFC Niedersachsen veranstaltet. Weitere Informationen darüber im ADFC-Infoladen oder unter www.adfc-niedersachsen.de, ADFC-TourGuide.

Wenn wir keinen anderen Abfahrtsort angegeben haben, beginnen alle Sonntags-Radtouren vor dem PFL in Oldenburg, Peterstraße 3, sozusagen auf den Stufen des ADFC-Infoladens im Umwelthaus.

Teilnahmegebühren: Für unsere Touren erheben wir keine Teilnahmegebühren. Der ADFC Oldenburg ist ein gemeinnütziger Verein, der Spenden gut gebrauchen kann - wir freuen uns über finanzielle Unterstützung. Daher lassen wir auf jeder Tour eine Spendendose herumgehen.

Kosten bei besonderen Veranstaltungen, wie z. B. Bahnfahrten, sind bei den Touren vermerkt.

Unsere Touren finden ab einer MindestteilnehmerInnenzahl von 3 Personen statt (4 Personen inkl. Tourenleiter*in). Bei geringerer Beteiligung liegt es im Ermessen der Tourenleiterin/des Tourenleiters, die Durchführung der Tour abzusagen.

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen und auf unserer Website bekannt gegeben. Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.

Einstufung der Touren:

- Sehr gemütlich – Tempo ca. 12 bis 15 km/h.
- Gemütlich – Tempo ca. 14 bis 18 km/h, für regelmäßige Alltagsradelnde geeignet.
- | Flotte Tour – Tempo ca. 17 bis 21 km/h. Übung und Kondition erforderlich.
- Schnelle Tour – Tempo ca. 20 bis 24 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.

Die Tempoangaben sind Fahrgeschwindigkeit, nicht Durchschnittsgeschwindigkeit.



25 Stationen. 58 Fahrzeuge. Auch mit 9-Sitzer.



**CarSharing.
Soviel Auto macht Sinn.**

Telefon 0441-93 66-810
www.cambio-CarSharing.de/oldenburg

Vormittags- und Feierabendtouren

Dienstags im 14-tägigen Rhythmus ●●

Donnerstags unregelmäßig, Kalender beachten ●●

Abfahrt pünktlich um 18:30 Uhr am Stautorkreisel (Hafenseite). Die Touren führen in die nähere Umgebung Oldenburgs und dauern etwa 2 bis 2 ½ Stunden. Die Streckenlänge beträgt ca. 30 km, Tempo gemütlich ca. 14 – 18 km/h. Auf dem Fahrrad nach Feierabend in gemütlichem Tempo frische Luft schnappen: wer Lust darauf hat, kann an diesen Touren teilnehmen, die mit wechselnden Tourenleiter*innen stattfinden.

Donnerstags, alle 14 Tage (in ungerader Woche) ●●●

Wer es gern etwas sportlicher hätte, ist bei dieser flotten Tour an der richtigen Adresse. Innerhalb von ca. 2 ½ Stunden geht es ca. 40 km in die nähere Umgebung, Tempo flott ca. 17 – 21 km/h. Die Touren finden mit wechselnden Tourenleiter*innen statt. Abfahrt jeweils pünktlich 18:30 Uhr am Stautorkreisel (Hafenseite).

Gemütliche Vormittagstour:

Dienstags, alle 14 Tage (in gerader Woche) ●●

Wer sich dienstags zum Mittagessen den richtigen Appetit holen will, ist bei dieser Tour goldrichtig: es geht im gemütlichem Tempo von 14 – 18 km/h in etwa 2 bis 2 ½ Stunden ca. 30 km durch das schöne Umland – und vielleicht haben die wechselnden TourenleiterInnen ja noch eine kleine Überraschung in petto ... Diese Touren starten pünktlich um 10:00 Uhr am Stautorkreisel (Hafenseite).

Tourenleiter und Tourenleiterinnen im ADFC Oldenburg

ALi – Almuth Lindena	DHu – Dieter Husmann	JA – Jutta Alisch
ALü – Anke Lükens	DT – Doreen Träger	KK – Klaus-Gerd Klusmann
AW – Anke Wiechmann	ES – Ewald Schütte	MB – Maria Behrens
BB – Birgit Burkhardt	FC – Friedhelm Cordes	MK – Martin Klostermann
BC – Birgitt Capaldi	GB – Gerd Bruning	MN – Markus Nindel
BW – Burkhard Wild	HB – Heinrich Book	TG – Thomas Geitner
CL – Cornelia Liebeskind	HD – Helga Drieling	TR – Traute Rosenbusch
DA – Dierk Ahnepohl	HL – Hubertus Lobers	WB – Wilke Brüning
DHa – Dieter Hannemann	HPa – Helmut Pawlitzak	

Kalender Vormittags- und Feierabendtouren

Wochentag	Tempo	Juli	August	September	Oktober
Dienstag 10:00 Uhr	vormittags	vormittags	vormittags	vormittags	vormittags
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	07.07.20. 21.07.20.	04.08.20 18.08.20	01.09.20 15.09.20 29.09.20	13.10.20 27.10.20
Dienstag 18:30 Uhr	abends	14.07.20.	11.08.20	08.09.20	
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	28.07.20	25.08.20	22.09.20	
Donnerstag 18:30 Uhr	abends	09.07.20	06.08.20	03.09.20	
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	23.07.20	20.08.20	17.09.20	
Donnerstag 18:30 Uhr	abends	02.07.20	13.08.20	10.09.20	
	flott 17 – 21 km/h ●●●	16.07.20 30.07.20	27.08.20		

Unsere spontanen Touren außerhalb dieses Programms finden Sie unter:

www.adfc-oldenburg.de ➔ Radtouren ➔ Spontane Touren

Oder melden Sie sich mit einer Email an adfc.ol.touren@gmail.com bei unserem Email-Verteiler an. Sie werden dann über alle aktuellen spontanen Touren außerhalb dieses Tourenprogramms per E-Mail informiert.



Die
Fahrrad
Werkstatt

Hauptstraße 73 · 26122 Oldenburg
Telefon 0441/ 18 01 75 93
www.die-fahrrad-werkstatt.com

Touren am Wochenende

Liebe Radfahrbegeisterte!

Zur Zeit (Stand Ende Mai) wissen wir nicht, ob wir die angebotenen Touren durchführen dürfen. Wir kennen auch noch nicht die Bedingungen, unter denen und ab welchem Zeitpunkt dies wieder möglich sein wird.

Trotzdem möchten wir nicht auf unsere Angebote verzichten, um auf mögliche Lockerungen vorbereitet zu sein und um ein wenig Zuversicht zu vermitteln. Außerdem bieten wir, wenn erlaubt, spontane Touren an, Achten Sie deswegen auf Ankündigungen in der Zeitung oder besuchen Sie unsere homepage.

Wir sind auf jeden Fall bereit, unsere Touren auch mit ggf. geringerer Teilnehmer*innenzahl durchzuführen.

Bleiben Sie gesund und erhalten Sie sich die Freude am Radfahren!

Bis bald,
Ihre Tourenleiter*innen

SA 18.07. 09:30 75 km ●●● (KK)

Dötlingen zum Honighof

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

Wir fahren in Richtung Süden über Tungen und Sandkrug durch das Barneführer Holz in die Wildeshäuser Geest. Dabei bewegen wir uns streckenweise auf der Route um Oldenburg (RUOL), dem Hunteweg und dem Meerweg.

Unser Ziel ist der Honighof in Dötlingen (<https://honighof.wixsite.com/honighof>). Der Honighof ist in erster Linie ein Imkereibetrieb. Es werden in „De Hexenstuu“ Honige und andere Produkte aus dem Bienenolk sowie viele Kräutertees angeboten. Zu unserer Entspannung können wir auf dem „Dötlinger Thingügel“ des Honighofs unser mitgebrachtes Picknick genießen. Wir können eigene Getränke und Speisen verzehren. (Es besteht kein Gastronomiezwang). Der Rückweg führt uns über Huntlosen wieder zum Startpunkt zurück. Es besteht die Möglichkeit ab Huntlosen mit dem Zug zurück nach Oldenburg zu fahren.

SO 19.07. 09:00 75 km ●● (ALü)

Rhabarberkuchen in Dangast

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten ca. 12 € (Bahn)
Anmeldung bis 08.07., max. 12 Personen
0441 14742 oder 0157 757 46 837 oder
anke.lueken@adfc-oldenburg.de

Wir fahren immer nach Norden bis wir am Meer sind. In Dangast können wir ins alte Kurhaus einkehren. Ab Wilhelmshaven geht es mit dem Zug zurück. Bitte bei der Anmeldung angeben, wer keine Zugfahrkarte braucht.

SA 25.07. 11:00 50 km ●● (BB)

Ein mal im Kreis

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 15:30 Uhr
Tempo gemütlich

Die Tour führt uns um Oldenburg herum, lässt Euch überraschen, von wo nach wo wir fahren. Bitte packt Euch Proviant ein, eine



Picknickpause ist eingeplant.

SO 26.07. 07:30 50 km ●● (TR)

Die Ruhe am frühen Sonntagmorgen auf dem Rad genießen

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:30 Uhr
Tempo gemütlich

Auf ruhigen Straßen und Wegen lassen wir uns gemütlich treiben: durch die Stadt und gen Norden aus der Stadt heraus durch Feld, Wald und Flur. Unterwegs ist eine Einkehr geplant. Gegen Nachmittag kehren wir entspannt in die Stadt zurück.

SO 26.07. 10:30 85 km ●●● (DA)

Ahlhorner Fischteiche

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott

Unsere Fahrt führt uns über Halenhorst und Bissel zu den Teichen. Zurück über Ahlhorn, Großenkneten und Hegelerwald. Die Kaffeepause wird nicht vergessen.

SO 02.08. 10:30 85 km ●●● (DA)

Klauhörn

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott

Über Edeweicht und Godensholt nach Klauhörn. Zurück am Zwischenahner Meer vorbei nach Oldenburg. Die großen Tortenstücke werden vorbestellt.

SO 02.08. 12:00 50 km ●● (ES)

Zum Bauergarten nach Jeddelloh

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 01.08., max. 25 Personen
0441 73 105 oder
ewald.schuetter@adfc-oldenburg.de

Über den Stadtwesten verlassen wir das Stadtgebiet und durchqueren in gemütlichem Tempo Ammerländer Landschaften. Hauptziel ist ein kleiner, noch ursprünglich bewirtschafteter Bauernhof in Jeddelloh, mit einem großen Zier- und Nutzgarten. Wir dürfen das große Areal entdecken, können uns bei Kaffee / Tee und von der Bäue-

rin selbstgebackenem Stuten / Kuchen stärken sowie Produkte des Hofes erwerben.

SO 09.08. 09:00 85 km ●●● (CL)

Auf in den Sommer

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott

Auf einer Tour durch das walddreiche südöstliche Oldenburger Land wollen wir den Sommer genießen und uns zwischendurch bei einer Einkehr stärken. Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen und hoffentlich guten Forstwegen.

SO 09.08. 09:10 60 km ●●● (BB)

Leer – Petkum - Ditzum - Leer

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 18 € (Bahn)
Anmeldung bis 02.08., max. 10 Personen
birgit.burkhardt@adfc-oldenburg.de

Wir fahren mit dem Zug nach Leer (40 Minuten) und von dort aus wieder zurück. Bei dieser Rundfahrt setzen wir mit der Fähre von Petkum nach Ditzum über.

Wenn es die Zeit erlaubt kehren wir in einem Melkus ein, oder erst am Bahnhof in Leer und stärken uns bei Kaffee und Kuchen.

SA 15.08. 08:40 80 km ●●● (MB)

Dem Teufelsmoor nahe kommen

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 19:00 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 14 € (Bahn)
Anmeldung bis 11.08., max. 15 Personen
0172 931 1336 oder

maria.behrens@adfc-oldenburg.de

Mit der Bahn von Oldenburg nach Bremen und zurück.

Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Hauptbahnhof Bremen/Bürgerweide.

Zu Beginn dieser Radtour fahren wir durch den idyllischen Bürgerpark, über den Kuhdamm entlang der Wümme und der Wörpe nach Lilienthal. Von hier aus radeln wir weiter ins gespenstische Teufelsmoor zum Künstlerort Worpsswede. Wir umfahren großzügig die naheliegenden Städte Osterholz-Scharmbeck und Ritterhude. Entlang der kleinen Wümme steuern wir wieder auf Bremen zu. Eine Kaffee- u. Kuchenpause ist beabsichtigt.

SO 16.08. 10:00 60 km ●● (MB)

Lethe - Hunte Ziel Sandhatten

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

Entlang des Küstenkanals gelangen wir zur Alten Ziegelei Westerholt und zum 3 Milchkanen Rastplatz. Bald darauf überqueren wir die Lethe und fahren durch den Hegele Wald zum Mammutbaum. In Sandhatten wird es gemütlich bei Kaffee-Tee und Kuchen. Weiter durch das Barneführer Holz erreichen wir das Hunte-Tal. Über den Hunte-Radweg steuern wir auf Oldenburg zu.

SO 16.08. 11:00 60 km ●● (HL)

Rund um Rastede

Treffpunkt Stautorkreisler
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 12.08., max. 25 Personen
0441 502188 oder hubertus.lobers@adfc-oldenburg.de

Wir fahren Richtung Nordosten vorbei an

den Bornhorster Seen über Ipweger Moor im Bogen nach Rastede. Über Neuenkrüge kommen wir von Westen nach Oldenburg zurück.

Eine Einkehrmöglichkeit ist vorgesehen.

SA 22.08. 10:00 40 km ●●● (KK)

Vorstellung der geplanten Fahrradstraße „Bad Z’ahn-Oldbg“

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 15:30 Uhr
Tempo flott

Die Gemeinde Bad Zwischenahn plant den Bau einer neuen Fahrradstraße, die Bad Zwischenahn mit den Bauerschaften Specken, Kayhausen, Kayhauserfeld, Petersfehn I /II, Bloh, Kleefeld, Friedrichsfehn und Wildenloh sowie der Stadt Oldenburg auf direktem Weg verbinden soll.

Wir fahren auf kurzem Weg entlang der Bahnlinie zum Startpunkt der Fahrradstraße in Bad Zwischenahn. Von dort geht es auf der geplanten Strecke zurück nach Oldenburg. Auf dem Wege werden Informationen zum Ausbau, Nutzung durch PKW, Fahrbahnoberfläche etc. gegeben. Einkehr zu Kaffee und Kuchen nach der Tour.

SO 23.08. 08:40 85 km ●●● (GB)

Bremen im Grünen umrunden

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 19:00 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 14 € (Bahn)
Anmeldung bis 19.08., max. 15 Personen
gerd.bruning@adfc-oldenburg.de

Mit der Bahn von Oldenburg nach Bremen und zurück.

2. Treffpunkt Bremen Hbf. möglich.

Wir starten am Hbf. Bremen und fahren durch den Park „Links der Weser“ parallel zur Ochtum Richtung Flughafen. Von dort aus weiter Richtung Achim. Wir überqueren die Weser und schauen von oben auf Orte, die wir sonst nur mit dem Auto befahren. Dann geht es weiter nach Fischerhude, um von hier aus durch die Wümme-Niederung wieder zurück zum Hbf. Bremen zu fahren. Diese Tour ist sehr vielseitig. Einzigartige Dörfer an Flüssen, eine wechselnde Landschaft mit ausgedehnten Feldern, weitem Rundblick sowie herrlich von Bäumen/Wäldern gesäumte gut zu befahrende Straßen und Wege.

Eine Einkehrmöglichkeit mit Kaffee und Kuchen ist geplant.



E-BIKES
Große Auswahl +
Inzahlungnahme.

- Riesige Auswahl an Fahrrädern, Bekleidung und Zubehör
- Professionelle Beratung
- Probefahrt vor Ort möglich
- Meisterwerkstatt mit Hol- und Bringservice

Stüeckemann
Aus Freude am Fahrrad.

Oldenburger Straße 76 · 26180 Rastede
T 04402 925 00 · stueeckemann.de

SO 23.08. 12:00 60 km ●● (ES)

Auf verschlungenen Wegen zu den Mansholter Büschen

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo gemütlich

Auf teils unbefestigten Wegen gehen wir in den Gemeinden Bad Zwischenahn und Wiefelstede auf Entdeckungsreise. Bei mehreren kleineren Zwischenstopps entdecken wir Besonderheiten der Region. In den Mansholter Büschen gewinnen wir einen Eindruck von der Unberührtheit eines Naturschutzgebietes.

Nach einer kleinen Stärkung in einem Café geht es weiter auf Nebenwegen zurück nach Oldenburg.

SO 30.08. 08:45 85 km ●● (ALü)

Zur Seefelder Mühle

Treffpunkt Bahnhof Südseite
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo flott
 Kosten ca. 15 € (Bahn)
 Anmeldung bis 26.08., max. 12 Personen
 0441 14742 oder 0157 757 46 837 oder
 anke.lueken@adfc-oldenburg.de

Es geht über Blexen, Burhave und Eckwarden streckenweise an der Küste entlang, dann durch Budjadingen zur Seefelder Mühle, wo der Kuchen gut sein soll. Zurück geht es Richtung Rastede, wo wir wieder in den Zug steigen. Die Harten unter uns können die 100 km voll machen und ganz nach Hause zurück radeln.

Hinfahrt mit der Bahn nach Nordenham; Rückfahrt mit der Bahn ab Rastede.

SA 05.09. 09:10 80 km ●●● (MB)

Sehenswertes in und um Vechta

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
 Rückkehr ca. 18:30 Uhr
 Tempo flott
 Kosten ca. 12 € (Bahn)
 Anmeldung bis 01.09., max. 15 Personen
 0172 931 1336 oder
 maria.behrens@adfc-oldenburg.de

Mit der Bahn von Oldenburg nach Ahlhorn und zurück.

Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Ahlhorn Bahnhof.

Diese Radtour führt uns zu einer Vielfalt von sehenswerten Plätzen wie z B: Dorfteich in Bühren, Dom zu Langförden, Bahndamm, informative Gebäude in und um Vechta usw., wo kurze Pausen vorgesehen sind. Auf dem Weg zurück lassen wir uns in einem ländlichen, gemütlichen Kaffee verwöhnen.

SA 05.09. 12:00 30 km ●● (ES/FC)

Hofbesichtigung beim Bauernhof Meyer in Neuenkrüge

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung erforderlich, max. 20 Personen
 0441 73 105 oder
 ewald.schuette@adfc-oldenburg.de

Im Rahmen des Kooperationsprojekts Ernährungsrat Oldenburg und ADFC Oldenburg besuchen wir den Meyer Hof in Neuenkrüge. Nach einer gemütlichen Fahrradtour ins Ammerland erreichen wir gegen 14:00 Uhr den Bauernhof Meyer in Neuenkrüge. Familie Meyer hat sich auf die Produktion von Kartoffeln, Eiern und Milch spezialisiert und vermarktet einen Teil der Produktion im eigenen Hofladen. Wir diskutieren mit dem Landwirt über die Situation der Landwirtschaft für kleinere Betriebe, die für den regionalen Markt produzieren. Geplant ist eine kleine Aktion, bei der Alle praktisch mitwirken.

Fahrrad-Vollkaskoversicherung

Es ist Dein Rad. Wir versichern es.

Der **beste** und **preiswerteste** Rundum-Schutz für
 Pedelecs / E-Bikes und hochwertige Fahrräder

Mehr Informationen unter: www.ammerlaender-versicherung.de

... einfach eine gute Wahl!

AV seit 1923 **Ammerländer
Versicherung**
 Versicherungsverein auf Gegenseitigkeit VVaG

Bei Fragen erreichen Sie uns unter: **Telefon 04488-53737-800**

Touren von Juli bis Dezember 2020

● 12 bis 15 km/h | ●● 14 bis 18 km/h | ●●● 17 bis 21 km/h | ●●●● 20 bis 24 km/h

Tag	Beschreibung	km		Leitung	Treff	Anm. bis	Zeit
Juli							
Sa 18.	Dötlingen zum Honighof	75	●●●	KK	PFL		09:30
So 19.	Rhabarberkuchen in Dangast	75	●●	ALü	PFL	08.07.	09:00
Sa 25.	Ein mal im Kreis	50	●●	BB	Stautorkreisel		11:00
So 26.	Die Ruhe am frühen Sonntagmorgen ...	50	●●	TR	PFL		07:30
So 26.	Ahlhorner Fischteiche	85	●●●	DA	PFL		10:30
August							
So 02.	Klauhörn	85	●●●	DA	PFL		10:30
So 02.	Zum Bauergarten nach Jeddelloh	50	●●	ES	PFL		12:00
So 09.	Auf in den Sommer	85	●●●	CL	PFL		09:00
So 09.	Leer – Petkum - Ditzum - Leer	60	●●●	BB	Bahnhof OL Südseite	02.08.	09:10
Sa 15.	Dem Teufelsmoor nahe kommen	80	●●●	MB	Bahnhof OL Südseite		08:40
So 19.	Lethe - Hunte Ziel Sandhatten	60	●●	MB	PFL		10:00
So 16.	Rund um Rastede	60	●●	HL	Stautorkreisel	12.08.	11:00
Sa 22.	Vorstellung der geplanten Fahrradstraße ...	40	●●●	KK	PFL		10:00
So 23.	Bremen im Grünen umrunden	85	●●●	GB	Bahnhof OL Südseite	19.08.	08:40
So 23.	Auf verschlungenen Wegen ...	60	●●	ES	PFL		12:00
So 30.	Zur Seefelder Mühle	85	●●	ALü	Bahnhof OL Südseite	26.08.	08:45
September							
Sa 05.	Sehenswertes in und um Vechta	85	●●●	MB	Bahnhof OL Südseite	01.09.	09:10
Sa 05.	Hofbesichtigung beim Bauernhof Meyer ...	30	●●	ES/FC	PFL		12:00
So 06.	Bremen - Oldenburg	70	●●●	HPa	Bahnhof OL Südseite	03.09.	08:45
So 06.	Elsfleth an der Hunte	60	●●	MB	PFL		10:00
So 06.	Um Wardenburg und das Barneführer Holz	60	●●	HL	Stautorkreisel	02.09.	11:00
So 13.	Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs	60	●●	TR	PFL		10:00
So 20.	Schönes Ammerland	65	●●	ALü	PFL	16.09.	10:00
So 20.	Zum Hohen Berg	100	●●●	CL	PFL	17.09.	09:00
So 20.	Tandem-Treff	45	●●	DHa	Pferdemarkt		13:00
Sa 26.	Hofbesichtigung beim Bauernhof Boltes ...	30	●●	ES	PFL	ja	12:00
So 27.	Käsepicknick	50	●●	AW/BC	PFL	20.09.	10:00
So 27.	Leer - Oldenburg	70	●●●	HPa	Bahnhof OL Südseite	24.09.	09:10
Oktober							
So 04.	Altweibersommer in versch. Landschaften	60	●●	ES	PFL		12:00
Dezember							
Fr 11.	Adventstreffen						19:00
So 13.	Weihnachtsmarkt in Neuenburg	85	●●●	HPa	PFL		09:15

Vorschau auf 2021

	Wanderung zum traditionellen Kohlessen				noch ohne Datum		
So	21.02. Kohlwanderung zur Schalotte				Bahnhof OL Südseite	10.02.	09:10

Liebe Radfahrbegeisterte!

Zur Zeit (Stand Ende Mai) wissen wir nicht, ob wir die angebotenen Touren durchführen dürfen. Wir kennen auch noch nicht die Bedingungen, unter denen und ab welchem Zeitpunkt dies wieder möglich sein wird.

Trotzdem möchten wir nicht auf unsere Angebote verzichten, um auf mögliche Lockerungen vorbereitet zu sein und um ein wenig Zuversicht zu vermitteln. Außerdem bieten wir, wenn erlaubt, spontane Touren an, Achten Sie deswegen auf Ankündigungen in der Zeitung oder besuchen Sie unsere homepage.

Wir sind auf jeden Fall bereit, unsere Touren auch mit ggf. geringerer Teilnehmer*innenzahl durchzuführen.

Blieben Sie gesund und erhalten Sie sich die Freude am Radfahren!

Bis bald,

Ihre Tourenleiter*innen



Outdoor Trekking Bergsport Freizeit

www.unterwegs.biz



UNTERWEGS in Oldenburg

Gaststraße 27

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 9:30 - 19:00 Uhr

Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

Outlet

Gaststraße 4

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 9:30 - 19:00 Uhr

Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

....und auch online:

www.unterwegs.biz



SO 06.09. 08:45 70 km ●●● (HPa)

Bremen - Oldenburg

Treffpunkt Bahnhof Südseite
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 14 €
Anmeldung bis 03.09., max. 12 Personen
0441 885137 oder
helmut.pawlizak@adfc-oldenburg.de

Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen von Bremen nach Oldenburg. Aus Bremen heraus an die Wümme, dann entlang Wümme und Lesum nach Vegesack. Auf dem weiteren Weg Kaffeepause in Hude, anschließend zurück nach Oldenburg.

SO 06.09. 10:00 60 km ●● (MB)

Elsfleth an der Hunte

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

Um den Bornhorster See, durch die Hunteiederung zum sonnigen Rastplatz, nach Elsfleth zum Hunteesperwerk mit Klappbrücke. In Orth kehren wir zum Kaffee-Tee-usw. ein. Der Rückweg führt uns über Huntebrück, auf dem Hunte-Radweg zum Holler Siel und zum Ruheplatz vieler Wasservögel. Von hier aus sind es nur noch ein paar Km nach Oldenburg.

SO 06.09. 11:00 60 km ●● (HL)

Um Wardenburg und das Barneführer Holz

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 02.09., max. 25 Personen
0441 502188 oder

hubertus.lobers@adfc-oldenburg.de

Wir fahren über Tungenl auf Feldwegen an Wardenburg vorbei Richtung Huntlosen. Es geht weiter nach Kirchhatten und zurück mit verzweigter Streckenführung nach Oldenburg. Eine Einkehrmöglichkeit ist vorgehen.

SO 13.09. 10:00 60 km ●● (TR)

Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

Auf alten Kirchwegen radeln wir gemütlich durch verschiedene Ammerländer Gemeinden und steuern dabei zum Teil auch die alten Kirchen an. Eine gemütliche Kaffeepause ist eingeplant.



im Kreyen-Centrum

Harweg 153b

26133 Oldenburg

Tel.: 0441 - 361 981 50

Fax: 0441 - 361 981 51

info@radwerk-oldenburg.de

SO 20.09. 10:00 65 km ●● (ALü)

Schönes Ammerland

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich

Anmeldung bis 16.09., max. 30 Personen
0441 14742 oder 0157 757 46 837
oder anke.lueken@adfc-oldenburg.de

Wir drehen eine Runde durch schöne Orte und Wege des Ammerlands. Unterwegs gibt es Tee und Kuchen.

SO 20.09. 09:00 100 km ●●● (CL)

Zum Hohen Berg

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 10 €



Der modische Outdoor-Laden

Haarenstraße 55 • 26122 Oldenburg



Anmeldung bis 17.09., max. 15 Personen
04481 937 98 77 oder
cornelia.liebeskind@adfc-oldenburg.de

Der Tourentitel ist Programm! Kondition sollte vorhanden sein für etliche Hügel in der abwechslungsreichen Landschaft der Wildeshauser Geest. Über Huntlosen, Dötlingen und Harpstedt gelangen wir zum Hohen Berg und weiter zu einer Café-Einkehr, bevor wir über Groß-Ippener nach Delmenhorst fahren zur Heimreise mit der Bahn.

SO 20.09. 13:00 45 km ●● (DHä)

Tandem-Treff

Treffpunkt Pferdemarkt
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Tandem fahren macht Spaß, zusammen Tandem fahren sollte noch mehr Spaß machen!

Wir (ADFC Oldenburg und Liegeradgruppe Oldenburg) wollen uns mit unseren Tandems, Gesellschaftsrädern oder Mehrpersonenfahrrädern auf dem Pferdemarkt treffen. Alle sind herzlich willkommen. Es soll Zeit sein, uns und unsere verschiedenen Räder kennenzulernen und eine gemeinsame Ausfahrt zu starten zu einem Melkhus oder Café in der Nähe von Oldenburg. Unterwegs wollen wir uns Zeit nehmen für eine spielerische Pause oder uns etwas anzuschauen (z.B. zum Thema Fahrrad).

Wer kein Tandem hat oder eine Mitfahrgelegenheit sucht, kann sich gerne bei dieter.hannemann@adfc-oldenburg.de melden. Auch Nicht-Mitglieder sind willkommen, um den Spaß beim Tandem fahren zu entdecken.

SA 26.09. 12:00 30 km ●● (ES/FC)

Hofbesichtigung beim Bauernhof Boltes im Everstener Moor

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung erforderlich, max. 20 Personen
0441 73 105 oder
ewald.schuette@adfc-oldenburg.de

Im Rahmen des Kooperationsprojekts Ernährungsrat Oldenburg und ADFC Oldenburg besuchen wir den Boltes Hof im Everstener Moor. Nach einer gemütlichen Fahrradtour ins Ammerland erreichen wir gegen 14:00 Uhr den Betrieb. Dort können wir die Milchproduktion in einem modernen Betrieb besichtigen. Wir diskutieren mit zwei jungen Landwirtinnen, die mit viel Engagement und kreativen Ideen den elterlichen Hof weiter führen. Geplant ist eine kleine Aktion, bei der Alle praktisch mitwirken.

SO 27.09. 10:00 50 km ●● (AW/BC)

Käsepicknick

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 20.09.

Näheres siehe unter „Schlemmertouren“ auf Seite 38

SO 27.09. 09:10 70 km ●●● (HPa)

Leer - Oldenburg

Treffpunkt Bahnhof Südseite
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 14 €
Anmeldung bis 24.09., max. 12 Personen
0441 885137 oder
helmut.pawliszak@adfc-oldenburg.de

Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen und Feldwegen von Leer nach Oldenburg. Entlang von Flüssen und Kanälen wollen wir die herbstliche Stimmung genießen.

SO 04.10. 12:00 60 km ●● (ES)

Altweibersommer in verschiedenen Landschaften

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

Bei hoffentlich strahlendem Sonnenschein wollen wir noch mal die Schönheit des Spätherbstes einfangen. Im Landkreis Oldenburg suchen wir Orte mit jeweils typischen Natureindrücken auf. Nach getaner „Arbeit“ belohnen wir uns mit leckerem Kuchen und gleiten gemütlich zurück nach Oldenburg.

FR 13.12. 19:00 unter Vorbehalt

Adventstreffen

Da zur Zeit keine Planung möglich ist, werden Datum, Ort und Zeit ggf. noch geändert und zu gegebener Zeit über die Internetseite des ADFC Oldenburg bekannt gegeben.

Ein Adventstreffen für alle Tourenteilnehmer: mit Keksen, Kuchen, Glühwein, Tee ... Ein Rückblick auf die Radtouren des vergangenen Jahres: wir freuen uns, wenn Fotos von den Radtouren mitgebracht werden.

SO 13.12. 09:15 85 km ●●● (HPa)

Weihnachtsmarkt in Neuenburg

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

Wir hoffen auf gutes Fahrradwetter und akzeptable Temperaturen. Da die Tage jetzt schon recht kurz sind, sollte die Lichtenlage am Fahrrad für die Rückfahrt auf jeden Fall in Ordnung sein! Überwiegend ruhige Nebenstraßen.

Schlemmertouren

Getreu dem Motto »der Mensch lebt nicht von Brot allein« lassen wir Oldenburger ADFC'ler es uns ein paar Mal im Jahr so richtig gut gehen – und wie alles bei uns, ist dies nicht nur Mitgliedern vorbehalten.

Es wird sicher jeder verstehen, dass die lange im voraus gebuchten Lokale nicht erst im letzten Moment erfahren wollen, mit welcher »Horde« sie rechnen müssen, daher brauchen wir eine etwas längere Anmeldefrist sowie Verlässlichkeit der Anmeldung.

SO 27.09. 10:00 50 km ●● (AW / BC)

Käsepicknick

Treffpunkt	PFL
Rückkehr	ca. 16:00 Uhr
Tempo	gemütlich
Kosten	7 €

Anmeldung bis 20.09, max. 25 Teilnehmer nach Reihenfolge der Anmeldung und Eingang der Vorauszahlung bis 22. Sept. direkt bei Anke Wiechmann, entweder 0171 45 17 403 oder anke.wiechmann@adfc-oldenburg.de

Während dieser „Fahrt ins Blaue“ können wir es uns bei dem allseits gelobten und reichhaltigen Picknick mit Käse, Brot und anderen Köstlichkeiten von Birgitt wieder richtig gut gehen lassen!

Vorschau auf 2021

ohne Datum

Wanderung zum traditionellen Kohl-essen

Zur Zeit keine Planung möglich. Wir informieren zu gegebener Zeit über die Internetseite des ADFC Oldenburg.

SO 21.02. 09:10 13 km CL/JA

Kohlwanderung zur Schalotte

Treffpunkt	Bahnhof Südseite
Rückkehr	ca. 16:00 Uhr
Anmeldung	bis 10.02.21, 0151 260 77573 oder jutta.alisch@adfc-oldenburg.de

Ankunft Großenkneten 09:49 Uhr, Essen um ca. 13 Uhr, Kosten für Bahnfahrt je nach Gruppengröße max. ca. € 8,--.

Dieses ist die Tour für die Freunde des „alternativen“ Kohlgenußes, wobei insbesondere an die Vegetarier gedacht ist – aber auch die Liebhaber der „klassischen“ Variante kommen auf ihre Kosten. Die Kohl-Speisekarte steht noch nicht fest; sie wird rechtzeitig den angemeldeten Teilnehmern bekannt gegeben.

Die Wanderung zum Appetitholen führt diesmal zur Abwechslung wieder über ca. 13 km von Großenkneten nach Huntlosen, von wo es per Bahn zurück nach Oldenburg geht



Erhalten Sie mit uns Ihre Gesundheit...
... und Freude am Radfahren durch unsere wirksamen Trainings- und Therapieprogramme im Rahmen der Prävention, aber auch bei:

- chronischen Wirbelsäulenbeschwerden
- Osteoporose
- degenerativen Gelenkerkrankungen (Arthrose, Gelenkersatz u.a.)
- Bluthochdruck
- Stoffwechselstörungen (Diabetes mellitus u.a.)
- Tumorerkrankungen
- u.v.a
- oder um einfach fit und gesund zu bleiben

Sie erhalten **immer** eine ärztliche und physiotherapeutische Einzelberatung und individuelle Anleitung. Auch krankengymnastische Einzelbehandlungen, Manualtherapie u. a. für Selbstzahler und PKV-Versicherte bieten wir Ihnen gerne an.

Vereinbaren Sie bitte unter der o.g. Telefonnummer einen kostenfreien Beratungs- oder Probetermin.

Ärztliche Leitung: **Dr. med. Wolfgang Oschkenat**

Cloppenburg

Diese Touren starten und enden (sofern nicht anders angegeben) in Cloppenburg – sind aber natürlich auch offen für Mitradler*innen aus Oldenburg.

Für alle Teilnehmer gilt:

- Start und Ziel: siehe Tourenbeschreibung
- Startzeit: 11:00 Uhr, Rückkehr dort ca. 16 / 17 Uhr
- Fahrttempo: gemütlich = ca. 14 – 17 km/h Tachogeschwindigkeit
- Kosten: kostenlos – aber Spendendose geht rum ...
- Tourenleiter: Michael Bertschik (MBe) oder Franz Böckmann (FB)
michael.bertschik@adfc-oldenburg.de, franzboeckmann@ewetel.net

Sonstiges:

- ohne Anmeldung
- verkehrssicheres Fahrrad + passender Ersatzschlauch
- Regenbekleidung (wir fahren auch bei Regen)
- Proviant und Getränke für Pausen unterwegs

Touränderungen vorbehalten.

Diese ADFC-Touren sind offen und kostenlos für alle, auch für Nichtmitglieder.

SA 11.07. 11:00 65 km ●● (MBe / FB)

Eleonorenwald

Treffpunkt CLP Alter Eingang Museumsdorf
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Unsere Fahrt verläuft über Vahren und Molbergen-Peheim nach Vrees mit kurzer Rast beim Wisentdenkmal Richtung Markhausen. Zurück geht's an der Thülsfelder Talsperre vorbei mit Einkehr in Dwergte nach Cloppenburg.

SA 25.07. 11:00 65 km ●● (MBe / FB)

Industriemuseum

Treffpunkt CLP Alter Eingang Museumsdorf
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Wir starten in Richtung Sevelten nach Vestrup und weiter über Harme und Märschendorf nach Lohne. Im Industriemuseum gibt es eine

Rast mit Besuchsmöglichkeit des Museums und Kaffeepause. Die Rückfahrt verläuft über Bokern, Bakum, Vestrup und Cappelh nach Cloppenburg.

SA 22.08. 11:00 55 km ●● (MBe / FB)

Visbek - Casinowald

Treffpunkt CLP Alter Eingang Museumsdorf
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Wir fahren über Westeremstek - Halen Richtung Garther Heide nach Halter und Visbek bis Engelmansbäke. Weiter-fahrt nach Ahlhorn mit Einkehr und über Lethe – Halen und Höltinghausen zurück zum Ausgangspunkt.

Eventuell wird unsere Stadtradel-Auftakttour, die am 2. Mai verschoben wurde, im Herbst nachgeholt.

Näheres bitte auf unserer Homepage entnehmen: www.adfc-cloppenburg.de



Schon einmal über einen **kostengünstigen, nachhaltigen und gesundheitsfördernden** Transport deiner Lasten an der frischen Luft nachgedacht?

Teste die **große Auswahl** unterschiedlicher Lastenräder direkt **bei Tretlaster vor Ort!**



FINANCE
A BIKE

Ob für Familien oder Unternehmen;
jetzt günstige
Jobrad- und Finanzierungsmodelle sichern!

JOBRAD

www.tretlaster.de

Bremer Heerstrasse 400
(Einfahrt über Rhodenweg)
26135 Oldenburg

Montag, Mittwoch und Freitag
14 Uhr bis 18 Uhr
Samstag
10 Uhr bis 15 Uhr

Individuelle Terminvereinbarung
außerhalb der Öffnungszeiten möglich

+ 49 (0) 4407 / 328 30 89
+ 49 (0) 176 / 2197 783 1
nord@tretlaster.de



Alle Bilder des Berichtes: Kristin Irsig und Thomas Klose

Nur Mut zur Radreise mit Kindern!

Kristin und Thomas nutzten ihre Elternzeit, um gemeinsam zu reisen. Ob Radreisen mit Kindern überhaupt eine Option sei, diese Frage stellte sich beiden nicht. Für sie ist das Fahrrad ein Alltagsgegenstand und das Transportmittel überhaupt.

Die erste große Fahrradreise mit Kind führte die Familie mit ihrem 9 Monate alten Sohn in dreieinhalb Wochen auf knapp 600 km zuerst durch das Altmühltal und im Anschluss weiter auf dem Fünf-Flüsse-Radweg.

Vor dieser großen Reise sind sie bereits mit befreundeten Familien an Wochenenden Tagestouren um die 50 km gefahren. Die Tagestouren waren auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt, denn nur dann sind diese Fahrten nicht nur für die Kinder, sondern auch für die Erwachsenen erholsam und entspannt, so Kristin. Etappenziele bei diesen Ausfahrten sind dann konsequenterweise Spielplätze, ein Schwimmbad, eine Wiese oder Parkanlage, da wo Kinder gefahrlos spielen und toben können oder wo es für sie etwas zu staunen gibt. Ziele sind

auch Picknickplätze, so dass auch die Erwachsenen gemütlich beisammen sitzen können. Radreisen mit mehreren Familien können aber auch stressig werden, wenn man den Anspruch hat, alles gemeinsam zu erleben. Jedes Kind gibt seinen eigenen Rhythmus vor, und wenn dann die anderen immer warten müssen, kann eine Tour trotz schönstem Wetter anstrengend sein. Hier kann es hilfreich sein, Treffpunkte zu vereinbaren, die jede Familie in ihrem eigenen Tempo erreicht.

Auch der Anspruch, Etappenziele von 80-100 km am Tag zu erreichen, täglich zur gleichen Zeit um 9 Uhr loszufahren, die strategisch sinnvoll abgestimmte Pause, ggf. kombiniert mit einer Besichtigung einzuhalten, ist mit Kindern sicherlich machbar, aber nicht für alle der erholsame Urlaubstag. Viel entspannter ist es, morgens in Ruhe zu frühstücken und zu packen, vielleicht erst gegen 11 Uhr loszufahren (das war am Anfang ganz schön gewöhnungsbedürftig, so Kristin), sobald der Kleine sein erstes Nickerchen oder seinen Mittagsschlaf im Anhänger hält. Die-



Nachmittagsschlaf

se Zeit wird genutzt, um gut voranzukommen und Strecke zu fahren. Sich darauf einzustellen, dass kurze Pausen mal klappen können, in der Regel aber aus 10 Minuten vielleicht zwei Stunden werden, trägt enorm zum Entspannen bei. Manchmal findet der erste Stopp schon nach 2 km statt, vielleicht müssen unbedingt Schafe beobachtet und gestreichelt werden. Sich darauf einzulassen ist wichtig, da die Aussicht auf einen neuen interessanten Stopp die Kinder zum Weiterfahren animiert. In der Regel lag das Tagesziel der Familie bei 30-40 km.

Genügend Zeit einplanen, „weniger ist mehr“, sich auf den Rhythmus der Kinder einstellen, das sind wichtige Tipps, um als Familie entspannt zu reisen. Und wenn die Anreise wenig Stress verursacht, gelingt der Start in den Urlaub, davon ist Thomas überzeugt: Fahrradstellplätze für Räder und Anhänger reservieren, lieber mit dem IC reisen, um häufiges Umsteigen zu vermeiden und stressfreier zu reisen, oder sogar die Fahrräder mit dem Gepäckservice vorschicken.

Diese Reise war für die Familie so erholsam, dass auch weitere Radreisen mit Zelt stattfinden. Für den nächsten Urlaub, diesmal mit einem Einjährigen und einem Dreijährigen, war das Programm klar: Es gibt nichts Schöneres, als im Sommer von einem See zum nächsten zu fahren. Dazu eine abwechslungsreiche Route, eine gute Zeltplatzdichte – und so fuhren die Vier auf

MADE FOR YOU

BROMPTON



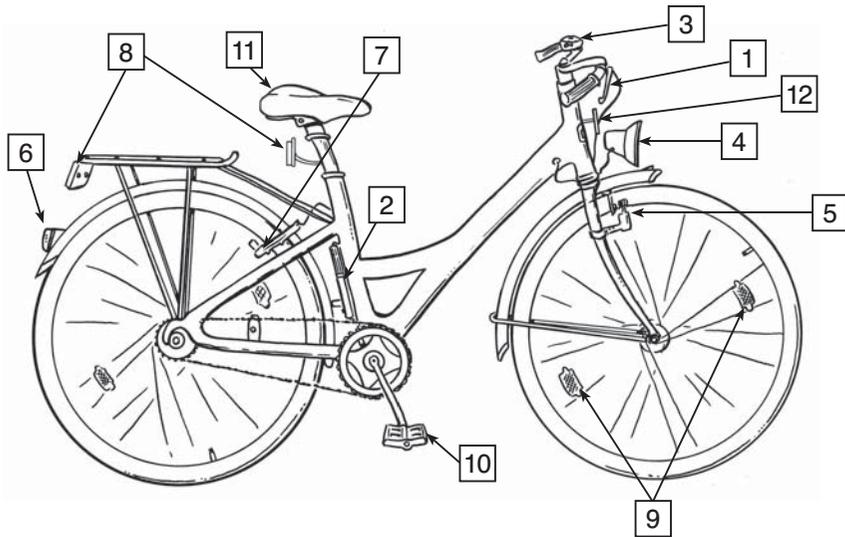
Nadorster Str. 60
26123 Oldenburg
Tel. 0441 / 84123
www.speiche-ol.de

dem Radweg Berlin–Kopenhagen die Teilstrecke von Rostock über die Mecklenburgische Seenplatte bis nach Berlin. In dreieinhalb Wochen kamen wieder fast 600 km zusammen. Über Langeweile haben sich die Kinder im Anhänger nie beschwert, sie finden es gemütlich, beschäftigen sich miteinander, blättern in ihren Büchern oder schauen in die Natur.

Heute fährt der inzwischen Vierjährige mit seinem eigenen Fahrrad auch schon mal Tagestouren von 18 km selbst. Falls er doch mal müde wird, wird das Kinderfahrrad mit einer Tandemkupplung an ein Erwachsenenrad gekoppelt, und er kann sich ziehen lassen und ausruhen. Die Planungen für den Urlaub in diesem Jahr sind noch nicht abgeschlossen, aber eines steht fest: es wird wieder ein Urlaub auf dem Rad und im Zelt.

Kristin Irsig und Thomas Klose
Interview von Birgit Burkhardt

So muss mein Fahrrad ausgerüstet sein



- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Dynamo | <input type="checkbox"/> rote Schlussleuchte | <input type="checkbox"/> weißer Frontreflektor |
| <input type="checkbox"/> Handbremse | <input type="checkbox"/> Speichenreflektoren | <input type="checkbox"/> Sattel |
| <input type="checkbox"/> Hinterradbremse | <input type="checkbox"/> rote Rückstrahler | <input type="checkbox"/> Klingel |
| <input type="checkbox"/> gelbe Pedalrückstrahler | <input type="checkbox"/> weißer Scheinwerfer | <input type="checkbox"/> Luftpumpe |

Aufgaben

- Wie heißen die Teile des Fahrrades?
 Trage die richtigen Zahlen in die Kästchen ein.
 Finde die elf Teile heraus, die zu einem verkehrssicheren Fahrrad gehören.
- Male diese Kästchen grün aus.



Platz da für die nächste Generation!

Das Aktionsbündnis KIDICAL MASS setzt sich für kinderfreundliche und lebenswerte Städte ein, damit sich auch Kinder sicher und selbständig mit dem Fahrrad in unseren Städten bewegen können.

Unter dem Motto „Platz da für die nächste Generation!“ lauten die Forderungen des Aktionsbündnisses:

- Alle Kinder und Jugendlichen können sich sicher und selbständig mit dem Fahrrad in der Stadt bewegen;
- angstfreies Radfahren für alle Menschen;
- ein sicheres Schulradwege-Netz;
- Tempo 30 für sicheren Strassenverkehr innerorts.

Zehntausende Kinder, Jugendliche und Familien hätten am 21./22. März 2020 mit KIDICAL MASS auf dem Fahrrad die großen Straßen der Städte in Deutschland und der Schweiz erobert. Aufgrund der Entwicklun-



Bild: Kidical Mass, Stefan Flach

gen rund um die Ausbreitung des Coronavirus wurde das Wochenende natürlich auch abgesagt.

Ein neuer Termin wird abgestimmt.

Hinter der KIDICAL MASS steckt viel ehrenamtliches Engagement und die Unterstützung zahlreicher Vereine, Organisationen und Initiativen.

Hierzu zählen u.a. ADFC, Campact, Changing Cities, VCD sowie diverse Radentscheide und Mobilitäts/Nachhaltigkeitsinitiativen.

Quelle: <https://kinderaufsrad.org>

Redaktionsteam SattelFest/

Hier noch ein Hinweis auf die Oldenburger Petition zur Kindermobilität:

www.verkehrswandel.de/kinder



Symbolischer Startschuss des Wettbewerbs in Oldenburg mit der Klasse 8a des NGO. Foto: Stadt Oldenburg

FahRad! Fürs Klima auf Tour

Eltern-Taxis - nein danke!

An den Staus vor Unterrichtsbeginn ist zu sehen, dass viele Schülerinnen und Schüler von ihren Eltern mit dem Auto zur Schule gefahren werden. Wer stattdessen mit dem Fahrrad fährt ist unabhängig vom „Eltern-Taxi“, verbessert die eigene Fitness und schützt ganz nebenbei das Klima.

Der ADFC Oldenburg möchte Schülerinnen und Schülern das Fahrrad und dessen Vorteile bereits frühzeitig näher bringen und unterstützt deshalb den Fahrradwettbewerb „FahRad! Fürs Klima auf Tour“, der vom Regionalen Umweltbildungszentrum Oldenburg (RUZ) zusätzlich zum bundesweit stattfindenden Wettbewerb des Verkehrsclubs Deutschland (VCD) veranstaltet wird (Infos zum Oldenburger Wettbewerb: www.oldenburg.de/ruz-fahrrad).

Jugendliche der Sekundarstufe I sagen NEIN zum Elterntaxi und schwingen sich aufs klimafreundliche Fahrrad. Auf ihren Schul- und Freizeitwegen sammeln sie im Klassenverbund Kilometer für eine virtuelle Radtour durch Deutschland und Europa

(www.klima-tour.de). Mit der Verlosung von Preisen sollen die Schülerinnen und Schüler für den Umstieg auf das Fahrrad motiviert und belohnt werden.

Dafür stellt der ADFC Oldenburg einen Preis für eine Oldenburger Schulklasse zur Verfügung. Im letzten Jahr gab es eine Draisinenfahrt zu gewinnen. Auch durch diesen Anreiz belegte Oldenburg 2019 bundesweit Platz 2 bei der Anzahl der teilnehmenden Klassen.

Aber die Preise von VCD und ADFC stehen nicht im Vordergrund, sondern die Schülerinnen und Schüler können durch den Spaß am Radfahren lernen, sich kritisch mit ihrer Verkehrsmittelwahl und deren Folgen auseinanderzusetzen. Das Sammeln der Kilometer macht den eigenen Beitrag zu einem umweltverträglichen Mobilitätsverhalten (be) greifbar und auch Klimaschutz und Bewegungsförderung kommen nicht zu kurz.

Durch den Umstieg auf das Fahrrad ist der Wettbewerb eine Aktion, die der ADFC Oldenburg gerne unterstützt.

Redaktionsteam SattelFest

Plus  / Minus 



Bild: Peter Zenner

Soll man da noch durchpassen?



Bild: Dieter Hannemann

Bundesbahnweg - Am Stadtmuseum
Sehr gefährlich, nicht einsehbar
Wie soll man hier abbiegen?.



Bild: Hubertus Lobers

Behelfsbrücke (Cäcilienbrücke)

Für Lastenräder, Anhänger etc. nur bedingt geeignet

An dieser Stelle sollte eigentlich ein Foto abgebildet sein, das eine Verkehrsführung und/oder -regelung zeigt, die der Sicherheit und Übersichtlichkeit für Radfahrer*innen Rechnung trägt. Leider haben wir in Oldenburg nichts dergleichen gefunden.

Vielleicht kennen Sie in Oldenburg eine Verkehrssituation, die obige Anforderungen erfüllt. 

Schicken Sie uns bitte ein Foto davon an redaktion@adfc-oldenburg.de. Positive Beispiele regen zur Nachahmung an.



Rinder auf der Weide. Foto: Meyers Hofladen

Nachhaltig unterwegs

Der ADFC Oldenburg bietet ein vielfältiges und vielseitiges Tourenprogramm an und erweitert dieses mit einem neuen Angebot.

Mit dem Fahrrad sind wir in mehrfacher Hinsicht nachhaltig unterwegs. Wir sind klimaneutral mobil, sind aktiv und fördern dadurch unsere Gesundheit und nicht zuletzt sind wir in netter Gesellschaft unterwegs, was uns ebenfalls guttut. Nachhaltigkeit bedeutet aber auch, sein Handeln und Verhalten zu prüfen und ggf. zu korrigieren. Wir laden alle ein, mit dem Fahrrad landwirtschaftliche Betriebe in der Region in und um Oldenburg herum zu besuchen. Im Gespräch mit den Landwirt*innen vor Ort kann sich jeder über deren Probleme und Sachzwänge informieren, aber auch über die bestehenden regionalen Projekte zur nachhaltigen Produktion und Konsum. Die Landwirtschaft erlebt aktuell einen rasanten Strukturwandel. Es entstehen immer größere Betriebseinheiten, bei der möglichst kostengünstig die Lebensmittelprodukte (- Roh-

stoffe) für die industrielle Weiterverarbeitung produziert werden. Viele Höfe werden diesen Sachzwängen erliegen.

Die aktuelle Klimadebatte hat viele Verbraucher*innen für einen nachhaltigen Lebensmittelkonsum sensibilisiert. Mehr saisonale Produkte aus der Region konsumieren wäre ein Schritt in die richtige Richtung.

Im zweiten Halbjahr sind in Zusammenarbeit mit dem Ernährungsrat zwei Fahrten zu landwirtschaftlichen Betrieben in der Region geplant. Wir unterstützen so den Ernährungsrat Oldenburg „Auf dem Weg zu einem nachhaltigen Ernährungswandel“. Vielleicht bewirken wir, dass noch mehr Menschen vorrangig Lebensmittel aus Oldenburg und Umgebung bevorzugen. Bei der Regio Challenge, die der Ernährungsrat im vergangenen Jahr initiierte, ist es ja



Kartoffeln verladen. Foto: Meyers Hofladen

schon mal gelungen. Fünfzig Menschen aus Oldenburg haben sich sieben Tage lang ausschließlich von Lebensmittel ernährt, die

in einer Entfernung von 50 km produziert worden sind.

Lesetipp: <https://ernaehrungsrat-oldenburg.de/neues/#news-region-1225>

- Pünktlich zur Kartoffelerntezeit möchten wir Anfang September einen Betrieb mit Ackerbau, Milcherzeugung und Eierproduktion in Neuenkrüge besichtigen.
- Ende September steht ein Milchviehbetrieb im Everstener Moor auf unserer Besuchliste.

Näheres ist dem Tourenprogramm zu entnehmen.

Ewald Schütte

VHS | Kompass

Ideen für unsere Zukunft
Vorträge und Diskussionen



Zukunft beginnt heute
Weiterdenken. Neudenken. Umdenken.
www.vhs-ol.de/kompass2020

Wirtschaft der Zukunft
Die Stunde der Optimisten
16. April 2020

Räume zum Wohnen
Verbietet das Bauen
26. Mai 2020

Naturschutz und Gesundheit
Auf dem Teller ...
3. Juni 2020



#schokofahrt – eine Idee, die vielschichtig ist und uns in Bewegung hält!

Nicht jede*r kann mit einer Segelyacht nach New York zur Weltklimakonferenz reisen – aber viele Menschen können mit dem Fahrrad nach Amsterdam fahren und den emissionsfreien Schokoladentransport vom Anfang bis zum Ende möglich machen! Es geht nicht nur um den emissionsfreien Transport und nachhaltige Mobilität, sondern um bewussten Genuss, bio-faire Lebensmittel und freie Lastenräder oder einfach um das Fahrradfahren.

Die Geschichte dahinter: Ostern 2017 fuhren in Münster vier Freunde mit ihren Fahrrädern nach Amsterdam, um dort Schokolade aus der kleinen Manufaktur „Chocolatemakers“ abzuholen. Der Kakao für die Schokolade ist unter biologischen, nachhaltigen und fairen Bedingungen angebaut, geerntet und gehandelt worden. Die Kakaobohnen werden mit dem Segelschiff „Tres



Das Logo der #schokofahrt Oldenburg

Hombres“ emissionsfrei über den Atlantik gebracht. Da lag es für die vier Münsteraner nahe, das letzte Stück des Weges mit Muskelkraft und in Pedalen zurück zu legen.

Diese Idee stieß bei vielen Menschen auf Begeisterung: Im Oktober 2017 startete die zweite Schokofahrt mit 25 Menschen, an Ostern 2018 waren es fast 120 Schokofahrer einschließlich den ersten sieben Fahrern aus Oldenburg.

Die Schokofahrt ist eine dezentral organisierte, private Fahrradtour für den emissionsfreien Transport von Schokolade, bei der jede*r mitmachen kann. Wir möchten



#schokofahrt Oldenburg 2020 / Foto Dieter Hannemann

für nachhaltige Mobilität, CO2-neutralen Transport und bewussten Genuss werben. Eine Idee, ein Ziel. Es werden dabei keine kommerziellen Zwecke verfolgt und keine Werbung für bestimmte Produkte, außer für die Schokolade.

„Wir haben neben den Schokofahrern viele Freunde, die mit dem Herzen dabei sind – Liebhaber von guter Schokolade, die auf unsere Schokolade warten, sie kaufen und verzehren - Unterstützer, die unsere Schokolade teilen und die Geschichte dazu erzählen usw. Die Möglichkeiten, dieses Projekt zu unterstützen, sind mindestens genauso vielfältig wie dieses Projekt selber!“ sagt der Oldenburger Organisator und Schokofahrer Dieter Hannemann.

„Schokolade ist ein Luxusgut und hat eine besondere Wertschätzung verdient. Der Herstellungs- und Transportaufwand ist groß. Wir machen beides wieder erfahrbar und steigern damit auch den Genuss“, so bringt es Schokofahrerin Hanna Brunkhorst auf den Punkt.

Auf den #schokofahrten Oldenburg entwickelt sich immer ein Leitsatz, den die Schokofahrer*innen mit nach Oldenburg bringen. Bisher sind folgende Leitsätze entstanden:

Ostern 2018 – „Das haben wir noch nie probiert, darum wird es schon gut gehen!“

Herbst 2018 – „Deine #schokofahrt, ein jeder nach seinen Möglichkeiten!“

Ostern 2019 – „Ihr seid die #schokofahrt, teilt die Schokolade und erzählt die Geschichte!“

Herbst 2019 – „Aktiv umdenken und vernetzen mit anderen positiven Strömungen!“

Die 5. #schokofahrt war anders. Wir durchleb(t)en eine besondere Zeit, die einmalig für uns ist und die mit vielen Fragen und einer unbefriedigenden Anzahl von Antworten einhergeht. Wir entwickelten immer mehr eine Unsicherheitskompetenz. Trotz der widrigen Umstände kam die Rekordmenge von 104 Kg emissionsarme Schokolade in Oldenburg an und ging nach Ostern in den Verkauf. Den Weg von Amsterdam nach Oldenburg legte die Schokolade per CO2 neutralen Versand zurück.

Ostern 2020 – „Wir bleiben zuhause! Die Initiative lebt - #schokofahrt auf Ausnahmewegen!“

Es gibt in der Regel fünf Verkaufsstellen in Oldenburg, ab Ostern 2020 sogar sieben Verkaufsstellen. Der Verkauf der Schokolade in Oldenburg wurde in der Regel immer im Rahmen eines kleinen Events eröffnet. Auch diese Regel wurde Ostern 2020 nicht eingehalten. Und das Beste zuletzt: Im Herbst 2020 können wieder viele Menschen mit dem Fahrrad aus unterschiedlichen Beweggründen nach Amsterdam fahren und ein Teil der #schokofahrt werden!

Text: Dieter Hannemann



fahrräder
zubehör • service • ersatzteile

kasernenstr. 36 • 26123 oldenburg
☎ **04 41 / 3 8014 83**
ecke kranbergstr. donnerschwee/ohmstede

mo- do 14.00-18.00 uhr • fr 10.00-14.00 uhr

Großes Oldenburger Liegeradtreffen



Gruppenfoto beim GOL 2012. Foto Hans Mayer

Die Oldenburger Liegeradgruppe plant vom 11. bis 13. September 2020 das 3. Große Oldenburger Liegeradtreffen (GOL). Dieses Treffen findet alle vier Jahre statt und ist nicht nur für Teilnehmer*innen aus dem Nordwesten interessant. Eingeladen sind alle Liegerad-, Trike- und Velomobilfahrer*innen aus Deutschland sowie den angrenzenden Nachbarländern. Das GOL gehört national und international mit zu den größten Veranstaltungen für Liegeradfahrer*innen.

Geplant sind gemeinsame Ausfahrten in die nähere Umgebung. Im Vordergrund bei allen diesen Aktivitäten stehen immer wieder der Austausch, die Fachsimpelei und das gemütliche Beisammensein.

Eine Teilnahme ist von Fr. bis So, Sa. bis So. oder als Tagesgast am Samstag möglich. Weitere Informationen und Anmeldung: <http://www.oldenburger-liegeradgruppe.de>

Text: Dieter Hannemann

de
fietsenmakers



Bewährter
Standard:
26 ZOLL
kommt
immer an!

de fietsenmakers
Ziegelhofstr. 14
26121 Oldenburg
www.fietsenmakers.de

„PEDALWELT“ - nicht nur eine Fahrrad- ausstellung



Die Ausstellungshalle der „Pedalwelt“ (links) und der Spaßparcours (rechts vorne). Foto Ulli Teige

Seit dem 19.5.2019 gibt es die „PEDALWELT“ in Heimbuchenthal. Damit hat die Fahrradsammlung von Ulli Teige endlich wieder eine Heimat gefunden.

Die vier bis fünf Meter hohe Ausstellungshalle beherbergt die Pedalwelt. Wir sehen dort 105 exotische Fahrräder; diese sind in 14 Kategorien (z.B. Antrieb, Fahrradtyp...) von A bis N eingeteilt.

Detailliertere Informationen und Hintergründe zu jedem Exponat stehen zur Verfügung. Wer diese abrufen möchte, kann mit seinem Smartphone den jeweiligen QR Code scannen und bekommt die weitergehende Beschreibung angezeigt. Auch interessante technische Details werden als Nahaufnahme angezeigt oder ein Film des Fahrrades in Bewegung kann u. U. abgespielt werden. Das ist oft sehr sinnvoll, da zum Beispiel der notwendige Bewegungsablauf für den Vortrieb einzelner Exponate vielen Betrachtern rätselhaft erscheint. Das trifft besonders auf Reit- und Ruderfahrräder usw. zu. Der Besucher ohne Scanmöglichkeit kann einen kleinen Druckkatalog mit

den Beschreibungen bekommen.

Die „PEDALWELT“ versucht aktuell zu bleiben. Auf verschiedenen Messen (z.B. der SPEZI, Bike & Co, Eurobike) wird immer wieder nach neuen Ausstellungsstücken geschaut. Aus Platzgründen werden meist nur 2-3 Exemplare der jeweiligen Fahrradart möglichst mit unterschiedlicher Technik gezeigt.

Ein weiteres Highlight der „PEDALWELT“ ist der Spaßparcours, auf dem eine große Anzahl „Fahrräder“ mit verrückten Fahreigenschaften und ungewöhnlichen Antrieben zur Verfügung stehen. So kann man einiges testen, was man vorher nur anschauen durfte.

Heimbuchenthal ist ein schönes Reiseziel im Spessart, nicht weit vom Mainradweg entfernt. Städte wie Aschaffenburg oder Miltenberg sind im Rahmen einer Tagestour gut mit dem Fahrrad zu erreichen. Da packt Eine*n doch gleich das Fernweh!

Text: Dieter Hannemann

Gemeinnützige Einrichtungen helfen Menschen durch Gemeinsinn und Engagement

Obwohl „Hallo Fahrrad“ auf dem Marktplatz aus bekannten Gründen abgesagt werden musste, möchten wir trotzdem zwei Einrichtungen und Initiativen vorstellen, die an dieser Veranstaltung mit einem Informationsstand teilnehmen wollten.



Hotel »Villa Stern« und »Café Schnuppe« Foto: Baumhaus

Baumhaus, Stedinger Str. 26 / 28 und Alteneschstr. 3a, Tel.: 0441-21985-0

Vier gemeinnützige Gesellschaften (gGmbHs) Werkstatt, Wohnheim, betreutes Wohnen und Integrationsunternehmen sind aus einem 2005 gegründeten Verein und einer 2006 gegründeten Stiftung Baumhaus hervorgegangen, deren Zweck es war und ist, Einrichtungen aufzubauen, die Wohn- und Arbeitsplätze für Menschen mit Beeinträchtigungen schaffen.

Die **Werkstatt** bietet berufliche Bildung und Arbeitsplätze in den Bereichen Küche und Café, Fahrradwerkstatt, Gartenservice, Seifenmanufaktur und -laden, Wollegruppe, Wäscherei und Holzwerkstatt. Auf diese Weise wird den Menschen mit Beeinträchtigungen eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglicht.

Das **Wohnhaus** ist seit 2007 bezugsfertig, umfasst 31 Zimmer in drei Gruppen, in denen sich jeweils ein Wohn- und Küchenbereich befindet. Zwei Bewohner*innen haben einen Flur und ein Bad gemeinsam. Auf gemeinschaftliches Leben wird großer Wert gelegt.

Die **Wohnassistenz** bietet den Mieter*innen der neun Wohnungen im Wohnhaus stundenweise individuelle Unterstützung durch Hilfe von Fachkräften bei der notwendigen Bewältigung der Herausforderungen des täglichen Lebens.



Rollstuhltransportfahrrad (ausleihbar bei Stiftung Hospizdienst) / Foto: Stiftung Hospizdienst

Stiftung Hospizdienst Oldenburg, Haareneschstr. 62, 26121 Oldenburg, Tel.: 0441-770346-0

150 Menschen im Alter zwischen 16 und 81 Jahren arbeiten unterstützt von zwölf hauptamtlichen Mitarbeiter*innen in den vier Bereichen des Hospizdienstes.

Der **Ambulante Erwachsenen hospizdienst** bietet Begleitung beim Abschiednehmen an, indem Ehrenamtliche nach Hause, ins Altenpflegeheim oder ins Krankenhaus kommen. Dies geschieht unabhängig von der Religionszugehörigkeit, der Weltanschauung, der Nationalität oder der Art der Erkrankung. Fachkräfte unterstützen durch Palliativberatung und psychosoziale Beratung.

Der **Ambulante Kinder- und Jugend hospizdienst** begleitet die Betroffenen durch besonders vorbereitete und qualifizierte Fachkräfte u. a. zu Hause, im Kindergarten, in der Schule, im Krankenhaus.

Auch die Bedürfnisse von Geschwisterkindern werden in den Blick genommen.

Die **Jugend-Onlineberatung** bietet über die Plattform da-sein.de bundesweite Beratung und Begleitung für Jugendliche und junge Erwachsene an. Die Mailkontakte erfolgen durch intensiv geschulte Ehrenamtliche zwischen 16 und 26 Jahren.

Die **Trauerbegleitung** wendet sich an Angehörige und Freunde, die für kurze Zeit Orientierung bis zur Begleitung über Jahre zur Stärkung der eigenen Kraft benötigen. Dies geschieht individuell, in Gruppen oder mit speziellen Angeboten an Wochenenden.

Ausführlichere Informationen über diese beiden kurz vorgestellten Einrichtungen sind zu finden unter www.baumhaus-ol.de und www.hospizdienst-oldenburg.de. Weitergehende Beratungen erfolgen sicherlich unter den angegebenen Telefonnummern.

Auf jeden Fall verdienen diese Einrichtungen mit ihren hochgeschätzten ehrenamtlichen und angestellten Mitarbeitern unsere Aufmerksamkeit und Wertschätzung.

Hubertus Lobers



Gute Taten bewegen

STADTRADELN 2020. Grafik: OTM/Verena Brandt

STADTRADELN in Oldenburg

Wir alle wissen, dass Radfahren leise ist und nicht die Luft verschmutzt. Aber beim diesjährigen STADTRADELN in Oldenburg können Radelnde nicht nur der Umwelt und sich selbst etwas Gutes tun, sondern auch gemeinnützige Organisationen unterstützen.

Bei der dritten Teilnahme der Stadt Oldenburg am Fahrradwettbewerb STADTRADELN treten Teams für gute Taten, Klimaschutz und Lebensqualität in die Pedale. Unter dem Motto „Gute Taten bewegen“ sollen vom 06. bis 26. September möglichst viele Kilometer – egal ob beruflich oder privat - mit dem Fahrrad zurückgelegt werden.

Die gesammelten Kilometer bringen die Teilnehmenden auf einer virtuellen Radtour

zu den Partnerstädten der Stadt Oldenburg voran. Die „Radtour“ ist in fünf Etappen aufgeteilt und für jedes erreichte Etappenziel stellen Sponsoren eine Spende für gemeinnützige Organisationen zur Verfügung. Die fünf Empfänger werden von der Stadt Oldenburg ausgewählt, um die ganze Bandbreite an gesellschaftlichen Themen abzudecken.

„In diesem Jahr sammeln alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer Kilometer nicht nur für eine saubere Umwelt, sondern auch für einen guten Zweck“, freut sich Oberbürgermeister Jürgen Krogmann. „Ich hoffe, dass möglichst viele Bürgerinnen und Bürger dabei sein werden, um mit den geradelten Kilometern die Etappenziele zu erreichen und die verschiedenen Organisationen zu unterstützen. Es geht nicht nur darum, sich zu bewegen, sondern darum, mit Fahrradfahren etwas zu bewegen.“

Das Radeln für den guten Zweck bietet einen Anreiz für die Teilnehmenden, einen Beitrag für gute Taten zu leisten und das mit dem Spaß am Radfahren zu verbinden. Als zusätzlicher Ansporn ist die Strecke so ge-

wählt, dass damit das Ergebnis vom letzten Jahr verbessert wird. Die virtuellen Etappen werden von zehn fiktiven Radelnden zurückgelegt, um eine angemessene Kilometerleistung zu erzeugen:

- Etappe 1:** Oldenburg – Cholet – Kingston upon Thames – Groningen – Høje-Taastrup – Landkreis Vorpommern-Rügen – Machatschkala = **63.400 km**
 - Etappe 2:** Machatschkala – Xi'an – Qingdao = **88.200 km**
 - Etappe 3:** Qingdao – Landkreis Mateh Asher = **94.000 km**
 - Etappe 4:** Landkreis Mateh Asher – Buffalo City = **97.600 km**
 - Etappe 5:** Buffalo City – Oldenburg = **130.000 km**
- insgesamt 473.200 km**

2019 beteiligten sich in Oldenburg 1.815 Radelnde, darunter 19 Mitglieder des Stadtrates, sammelten 343.766 km und konnten im Vergleich zur Autofahrt rund 49 Tonnen CO2 vermeiden.

Zur Unterstützung gemeinnütziger Organisationen können alle mitradeln, die in Oldenburg wohnen, arbeiten, einem Verein angehören oder eine (Hoch-) Schule besuchen. Kommunalpolitikerinnen und Kommunalpolitiker, Schulklassen, Vereine, Unternehmen und Bürgerinnen und Bürger melden sich kostenlos auf der Kampagnen-Website www.stadtradeln.de/oldenburg an. Die erradelten Kilometer werden einfach

in den Online-Radelkalender eingetragen oder können über die STADTRADELN-App erfasst werden.

Wer gute Taten bewegen möchte, findet Informationen auf Facebook unter [oldenburg.de](https://www.facebook.com/oldenburg.de) in der Gruppe „STADTRADELN Oldenburg – Gute Taten bewegen“ und unter www.oldenburg.de/stadtradeln.

Kooperationspartner sind der ADFC Oldenburg und die Oldenburg Tourismus und Marketing GmbH.

Kerstin Goroncy und Andreas Brosig
STADTRADELN-Koordinationsteam der Stadt Oldenburg



Hundsmühler Str. 48
DE-26131 Oldenburg
Telefon: 0441 503 135

Alexander Straße 97
26123 Oldenburg
Telefon: 0441 885 33 23

info@zweiradbunjes.de | www.zweiradbunjes.de

ADFC Cloppenburg

ADFC CLOPPENBURG fordert kürzere Ampelphasen für Radfahrer

Bei meiner Anfrage während einer Ratsitzung an die Verantwortlichen für Straßenbau und Verkehr, warum die Ampeln im Cloppenburger Stadtgebiet speziell für Radfahrer so schlecht (lange Wartezeiten) geschaltet sind, kam die Antwort: Die Stadt Cloppenburg hat nur auf zwei Ampelanlagen einen direkten Zugriff.

Meine Idee war es, die Ampel für Radfahrer so zu schalten, dass sich während der Grünphase für die Radfahrer*innen kein anderes Fahrzeug bewegen darf, dann gibt es auch keine Probleme mit Unfällen beim Abbiegen der PKW.

Man versprach mir, in der Verkehrskommission das Thema anzusprechen und dann auch zu reagieren.

Was die Falschfahrer auf dem Rad im Stadtgebiet anbetrifft, hat man sehr viele Kontrollen durchgeführt. Ergebnis: innerhalb von ca. 45 min. wurden fast 100 Personen auf der falschen Seite erwischt. Die Ausreden waren typisch: "Hier fahre ich schon immer!". Für den ADFC KV Cloppenburg ein Armutszeugnis für die Verantwortlichen.

Man hat jetzt viele Schilder aufgestellt mit der Aufschrift: Sie sind ein Geisterfahrer!! Es hilft - so weit ich das überblicken kann - einigermaßen.

Die Stadt bemüht sich wirklich, aber die Versäumnisse der Vergangenheit lassen sich nicht so schnell beheben. Und genau da wird der ADFC KV Cloppenburg sein Augenmerk darauflegen, dass sich hier in der nahen Zukunft Verbesserungen einstellen.

Text und Bild: Michael Bertschick



Geisterradler-Schild in Cloppenburg



VOSGERAU AM DAMM GMBH
DAMM 25 - 26135 OLDENBURG
TELEFON: 0441 27 27 9
VOSGERAUAMDAMM@EWE.NET
WWW.VOSGERAU-AM-DAMM.DE

TRADITION SEIT 125 JAHREN!
Zuverlässiger Service in der Werkstatt
und im Verkauf. Kommen Sie vorbei!

Fahrräder
E-Bikes
Meister-
Fachwerkstatt
Zubehör
uvm.

Liegeradsitze zum Chillen



Alles fertig, dann ist auch mal Zeit zum Chillen! Foto Dieter Hannemann

Wir Liegeradfahrer*innen wissen, wie bequem unsere Sitze sind. Auf dem Liegerad, auf dem Trike oder im Velomobil: Gutes und bequemes Sitzen ist uns wichtig. Diese Erfahrung wollen wir den Messebesucher*innen nicht vorenthalten. So entstand die Idee zu dem Sitzkreis mit Liegeradsitzen, einfach mal nur zum Chillen und Sammeln von neuen Sitzerfahrungen. Auf dem Oldenburger Fahrradtag „Hallo Fahrrad“ und auf der SPEZI im April sind die Gäste ja oft dankbar über jede Art von Sitzgelegenheit. Wieviel Freude müssen da unsere Sitze wohl verbreiten?

Beim Bauen von Kuppeln und einem Felgenhimmel haben wir schon gute Erfahrungen mit alten Trampolinuntergestellen

gesammelt. So sollte ein kleines Trampolingestänge mit einem Durchmesser von zwei Metern die Grundlage für unsere Sitzkreise mit sechs Plätzen sein.

Eine Anfrage bei einigen Liegeradherstellern wurde mit einer guten Anzahl an 2. Wahl- oder gebrauchten Sitzen beantwortet, und so hatten wir das Material schnell

zusammen. Vielen Dank nochmals dafür an die Spender*innen! An zwei Nachmittagen entstanden zwei verschiedene Sitzkreise. Einmal mit bunten federnden Sperrholzsitzen im Biergartenstil und zum anderen mit Schalen- und Netzsitzen, abgestützt von einer Fahrradgabel im Upcycling-Look. So warten hier zwei mal sechs Sitze zum Testen, Probieren oder einfach nur zum Chillen.

Wir zeigen unsere Sitzkreise auf der August SPEZI in Germersheim, auf dem GOL 2020 (Großes Oldenburger Liegeradtreffen) und auch bestimmt bei „Hallo Fahrrad“ 2021.

Text: Dieter Hannemann

Wussten Sie schon, dass ...

- 43 % der Grundschüler*innen mit dem Auto zur Schule gefahren werden;
- nur 34 % zu Fuß und 13 % mit dem Fahrrad zur Schule kommen;
- in den 1970er-Jahren **90 % (!)** zu Fuß zur Schule liefen;
- die Gründe für das Elterntaxi zu 50-60 % Schutz vor Belästigung, Witterung, Verkehrsunfällen (Gefährlichkeit von Fuß- und Radwegen) sowie „liegt auf dem Weg zur Arbeit“ sind;
- die Zahl verunglückter Kinder und Jugendlicher bis 15 Jahren von 2007 bis 2017 um 17,6 % (Radfahrer*innen) und um 22,6 % (Fußgänger*innen) zurückgegangen sind

Zahlen aus fairkehr 2019/3, Magazin des Verkehrsclub Deutschland, weitere Infos: www.fairkehr-magazin.de

Das Radmagazin 4/2020

28. Jahrgang

Draht Eesel



Erscheint monatlich

Neuigkeiten rund ums Rad

Aktuelle Trends

Radkleidung und Outdoor

Touren und Termine für
Bremen und Oldenburg

www.draht-esel.de



Kostenlos mitnehmen!

Vielen Dank an unsere Fördermitglieder

baron mobility service gmbh
Bikes - Das Fahrradgeschäft
BIWAK Outdoor Equipment OHG
cambio Oldenburg
Corpus GmbH
Die Speiche
de Fietsenmakers
Dynamo Schneider
Externum Fahrrad und Gesundheit
Fahrradzentrum Oldenburg
Fahrrad Munderloh
Radstudio Wohltmann
Rakelmann-Optik
Sausewind GmbH
TRETMASTER - der Lastenradshop
Unterwegs AG
Vosgerau am Damm
Zweirad Stückemann

Wickenweg 52, 26125 Oldenburg
Ammerländer Heerstr. 6, 26129 Oldenburg
Lange Str. 91, 26122 Oldenburg
Staulinie 1, 26122 Oldenburg
Giesenweg 19, 26133 Oldenburg
Nadorster Str. 60, 26123 Oldenburg
Ziegelhofstr. 14, 26121 Oldenburg
Kasernenstraße 36, 26123 Oldenburg
Mühlenstr. 20, 26160 Bad Zwischenahn
Willy-Brandt-Platz 1, 26123 Oldenburg
Lange Straße 73, 26122 Oldenburg
Hauptstraße 66, 26122 Oldenburg
Bremer Straße 37, 26135 Oldenburg
Meeschweg 9, 26127 Oldenburg
Bremer Heerstraße 400, 26135 Oldenburg
Gaststraße 27, 26122 Oldenburg
Damm 25, 26135 Oldenburg
Oldenburger Str. 76, 26180 Rastede

Wir empfehlen Ihrer Aufmerksamkeit die oben genannten Firmen, die die Arbeit des ADFC unterstützen! Sie erkennen diese Firmen u. a. am ADFC-Emblem, das Sie im Eingangsbereich des jeweiligen Geschäfts wiederfinden.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

ADFC Kreisverband Oldenburg
Peterstraße 3
26121 Oldenburg
Telefon: (0441) 1 37 81
infoladen@adfc-oldenburg.de

V.I.S.D.P.

Heinrich Book, Vorsitzender des Kreisverbandes Oldenburg

REDAKTION

Birgit Burkhard, Dieter Hannemann, Hubertus Lobers, Helmut Pawliszak, Helmut Röben, Frauke Sterwerf, Burkhard Wild

REDAKTIONSANSCHRIFT

ADFC Kreisverband Oldenburg
Peterstraße 3
26121 Oldenburg
redaktion@adfc-oldenburg.de

GESTALTUNG & SATZ

ADFC Kreisverband Oldenburg |
Helmut Pawliszak

DRUCK

printzipia.de | klimaneutral gedruckt auf
Papier aus nachhaltigem Anbau.

MEDIADATEN

SattelFest erscheint zweimal jährlich
jeweils im Frühjahr und Sommer.

Auflage: 5.500

Verbreitungsgebiet: Oldenburg und
Oldenburger Land
Versand an ca. 860 ADFC-Haushalte;
Auslage in Geschäften und öffentlichen
Einrichtungen.

SattelFest zum download:
<https://www.adfc-oldenburg.de/>

TECHNISCHE DATEN

Umfang: 36-68 Seiten
Format: DIN A5 (148 x 210 mm)
Satzspiegel: 128 x 190 mm
Spaltenbreite: 61,5 mm

ANZEIGEN

Bitte erfragen Sie Informationen zu
Anzeigengrößen und Preisen unter
redaktion@adfc-oldenburg.de.

HINWEISE

Namentlich gekennzeichnete Beiträge
spiegeln nicht unbedingt die Meinung
der Redaktion wieder. Keine Haftung für
unverlangt eingesandte Manuskripte und
Fotos sowie Leserbriefe. Eine Veröffentlichung
kann nicht garantiert werden.
Die Redaktion behält sich das Recht zu
sinnwahrer Kürzung vor.

BEITRAGSEINSENDUNGEN

Beiträge bitte als Datei einsenden! Texte
z. B. in Word oder OpenOffice erstellt,
Bilder in möglichst hoher Qualität als
jpg- oder tif-Dateien. Fotoauflösung: Die
lange Seite des Bildes sollte mindestens
2000 Pixel betragen.

FOTOS

Die Foto- und Bildrechte liegen, wenn
nicht anders angegeben, beim ADFC
Oldenburg.
Titelbild: Roman Eichler

Redaktions- und Anzeigenschluss für
Ausgabe 1 / 2021 ist der 15.11.2020.



Ecocion bringt's

Obst- und Gemüse-Abokisten
Bioladen mit Onlineshop

Regional, inhabergeführt,
natürlich Bio und fair



www.ecocion.de
Tel: 0441 - 20 94 69 14
bestellung@ecocion.de
Biokontrollnummer: DE-ÖKO-006



Der neue
Nachrichten-Service
in Ihrer NWZ-App

#moin

MORGENS. MITTAGS. ABENDS.



- Kurz und knapp das Wichtigste aus der Region.
- 3 Mal am Tag als Push-Nachricht auf Ihr Smartphone.
- Einfach die NWZ-App herunterladen und los geht's!
- Auch ohne Abo nutzbar!

MEHR INFOS AUF NWZONLINE.DE/APP



NWZ

Weil Heimat uns verbindet.

adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club



Bitte einschicken an ADFC e. V.,
Postfach 10 77 47, 28077 Bremen,
oder per Fax an 0421/346 29 50,
oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de

Beitritt
auch auf www.adfc.de

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Geburtsjahr Beruf (freiwillig)

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Ich erteile dem ADFC hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf:

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847 | Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit
Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber

DE
IBAN BIC

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

Einzelmitglied ab 27 J. (56 €) 18 – 26 J. (33 €)

Familien-/Haushalts-
mitgliedschaft ab 27 J. (68 €) 18 – 26 J. (33 €)

Jugendmitglied unter 18 J. (16 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

Zusätzliche jährliche Spende:

€

Datum Unterschrift

Gesundheit erleben



Service und Beratung für die ganze Familie

Vorbestellung unter www.hankens-apotheken.de oder per QR-Code-Scan
und Abholung in Ihrer nächsten Hankens Apotheke



Apotheken

WIR SIND IN IHRER NÄHE