



10 Jahre SattelFest

Richtig - dieses Titelbild
hatten wir schon mal.
Und zwar im 1. Heft SattelFest 1-2016!

Radtouren Oldenburg: März bis Juli 2026

10 Jahre SattelFest | Neues aus dem Aktivenkreis | Oldenburger Fahrradwoche 2025 |
Reiseberichte | 1. Liegeradrennntag Oldenburg | u. v. a. m.

KOSTENLOS

Escape by Bike

Rätselreise per Rad. Lüfte das Geheimnis des Hofgärtners Julius Friedrich Wilhelm Bosse und begib dich auf eine spannende Suche nach dem Rezept für Glückseligkeit!



10 %
Rabatt

Gegen Vorlage dieser Anzeige in der Oldenburg-Info im Lappan erhältst du beim Kauf eines Forscherkästchens für Escape by Bike bis zum 31.07.2026 einmalig 10 % Rabatt auf dieses. Nur vor Ort einzulösen.



Mehr erfahren!



Tourismus & Marketing
Oldenburg i.O.

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitglieder,

10 Jahre Sattelfest!!! Das feiern wir und Sie / Ihr mit uns. Viele attraktive Preise, die über das Jubiläumsrätsel gewonnen werden können, liegen bereit. Danke an die Sponsoren, die zu diesen besonderen Aktion beigetragen haben.

Die ersten Redaktionsmitglieder und Namensgeber*innen unseres Magazins waren Alexander Hesse, Anke Wiechmann, Dieter Husmann und Axel Kassner. So löste Sattelfest den Tourenflyer ab und nahm in seiner inhaltlichen Gestaltung den Grundgedanken des ADFC-Magazins "Rabauke auf Rädern" auf. Die Konzeption des Teams war so gut, dass sowohl das Format, die Häufigkeit der Erscheinung (2x im Jahr mit einer Auflage heute bis zu 5500 Exemplaren), die inhaltlichen Schwerpunkte, das kostenlose Angebot (es trägt sich über die Anzeigekunden selbst) und der Anspruch, allen Mitgliedern das aktuelle Magazin zuzustellen (heute über das Sattelfest-Verteileteam organisiert) bis heute beibehalten wird, und das bei 2100 Mitgliedern.

Herzlichen Dank an unsere treuen Anzeigenkunden und das Sattelfest-Verteileteam.

Gestern wie heute greifen wir in unseren Ausgaben verkehrspolitische Themen auf. Wir informieren über Kulturelle, Rechtliches und Bedenkliches rund ums Radfahren und berichten über die vielfältigen Aktivitäten im Kreisverband. Wir problematisieren und kritisieren, wenn es um die Sicherheit der Radfahrenden geht.

Radfahrbegeisterte stellen ihre Radreiseerlebnisse und selbsterarbeitete Touren zum Nachradeln vor.

Dem Namen Sattelfest zur Ehre. Der Name steht für selbstbewusstes Radfahren und mit der Betonung auf „FEST“ auch für den Spaß, mit dem Rad unterwegs zu sein.

Gestern wie heute befindet sich in der Mitte des Magazins ein Übersichtsplan unserer Touren. 35 ehrenamtliche TourenGuides tragen dazu bei, dass wir dieses umfangreiche und vielfältige Programm anbieten können. Es dürfte für jede und jeden etwas dabei sein. Unser Ziel ist es, immer mehr Menschen aufs Fahrrad zu bringen. Denn Radfahren ist mehr als nur Bewegung. Es fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden, hält fit und macht gute Laune.

Der Leitantrag des Bundesvorstandes in diesem Jahr „Radfahren stärkt – Gesundheit, Gemeinschaft, Gesellschaft“ wurde von der Bundeshauptversammlung beschlossen. Er greift unser Bestreben auf, immer mehr Menschen aufs Rad zu bringen. Künftig soll verstärkt auf die gesundheitlichen Vorteile des Radfahrens aufmerksam gemacht werden. Denn: Wer Radverkehr stärkt, der stärkt auch die Menschen – körperlich, psychisch und sozial. Radfahren ist eine einfache und kostengünstige Möglichkeit, fit und gesund zu bleiben. Fahrradförderung ist deshalb nicht nur für die Verkehrs-, sondern auch Gesundheitspolitik relevant.

Neben dem Tourenangebot erwartet Euch in der aktuellen Ausgabe u.a.:

Radreisegeschichten und -berichte; Informationen zu den Themen: Sicher zur Schule und Dooring-unfälle, wie können sie vermieden werden; ein Rückblick auf die 1. Oldenburger Fahrradwoche und den 1. Liegeradrenten in Oldenburg.



Viel Freude und Spaß beim Lesen und Allseits Wind im Rücken,

Ihre / Eure Birgit Burkhardt,

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



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

Titelbild: Titelbild Sattelfest 1-2016
Foto: Maren Hesse



Qio



Ammerländer Heerstr. 6
26129 Oldenburg

Tel. 0441 72853

www.bikes-oldenburg.de
info@bikes-oldenburg.de

Unsere Marken:

Contoura, Stevens, Victoria,
6KU, Bakfiets, Puky, Eightshot,
Frog Bikes, Omnidium, Yuba,
Butchers & Bicycles

Custom-Made Aufbauten

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Editorial | 3 |
| Termine & Infos | 5 |
| JUBILÄUM | |
| 10 Jahre Sattelfest | 6 |
| Jubiläums-Rätsel Sattelfest | 9 |
| Zwanzig Sattelfest-Titelbilder | Heftmitte |
| AUS DEM AKTIVENKREIS | |
| Der ADFC Niedersachsen e.V. hat einen Arbeitskreis Mobilität eingerichtet | 10 |
| Aktivitäten und Angebote im Infoladen | 11 |
| Aktivitäten des ADFC Oldenburg 2025 | 12 |
| Andrang bei externen Codier-Terminen | 18 |
| Und tschüss.... | 20 |
| VERKEHR / POLITIK | |
| Die Fahrradwelt in Zahlen | 13 |
| Fahrradwoche September 2025 | 14 |
| Sicher zur Schule | 44 |
| Dooring-Unfälle vermeiden | 46 |
| STADTRADELN in Oldenburg | 60 |
| RADKULTUR | |
| Tourenleitung der ganz besonderen Art | 50 |
| 1. Liegeradrenntag in Oldenburg | 58 |
| REISE- UND TOURENBERICHTE | |
| Vom Deich in die Alpen | 52 |
| Deutschland im Uhrzeigersinn | 54 |
| TOURENPROGRAMM | |
| Radtouren März bis Juli 2026 | 22 |
| Tourenübersicht | Heftmitte |
| RADGESCHICHTEN / TIPPS | |
| Deutsche Speedcarving Meisterschaft | 48 |
| MITGLIEDSCHAFT / FÖRDERER | |
| Fördermitglieder | 61 |
| Mitgliedsantrag | 62 |
| Impressum | 61 |

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Infoladen

Ziegelhofstraße 97, 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
- ADFC-Regionalkarten
- Bücher (Technik, Reisen, etc.)
- Infobroschüren zu Fahrradthemen
- Zubehör (sicher und praktisch)
- Präsenzbibliothek zu Fahrradthemen
- Tipps zu Touren und Technik

Unsere Öffnungszeiten

Montag bis Mittwoch 10:00–13:00 Uhr
Donnerstag und Freitag 15:00–18:00 Uhr (1. und 3. Do. im Monat auch von 18–20 Uhr)
Samstag 10:00–13:00 Uhr (außer an gesetzlichen Feiertagen)
Im Winter teilweise reduzierte Öffnungszeiten, bitte Internetseite beachten!

Kontaktmöglichkeiten

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

Termine 2026 – 1. Halbjahr

Alle Termine des ADFC Oldenburg finden Sie aktuell auf unserer Internetseite <https://oldenburg.adfc.de> und unter: <https://touren-termine.adfc.de>

20.02.2026 18:00 Uhr, Mitgliederversammlung ADFC Oldenburg

12.04.2026 „Hallo Fahrrad“ auf dem Schlossplatz

25./26.04.2026 Internationale SPEZialrad-Messe in Freiburg i.Br.
<https://www.spezialradmesse.de/>

10.05.2026 21. Inklusives Oldenburger Tandem-Treffen um 13:00 am Pferdemarkt www.oldenburger-liegeradgruppe.de

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen, auf unserer Website <https://oldenburg.adfc.de> → Radtouren und im Tourenportal <https://touren-termine.adfc.de> bekannt gegeben. Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.

AG's mit festen Terminen: (siehe auch <https://oldenburg.adfc.de>)

| | |
|-----------|--|
| Verkehr | Jeden ersten Montag bzw. vor der Verkehrsausschusssitzung der Stadt Oldenburg. 19:00 Uhr im ADFC-Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| ADFC-TALK | Jeden 4. Montag im Monat 19:00 Uhr; ADFC-Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Codierung | Februar bis Oktober: beim Infoladen des ADFC Oldenburg, Ziegelhofstr. 97 Samstag 28.02., 28.03., 25.04., 30.05., 27.06., 25.07. jeweils 10:00 - 12:00 Uhr. |

Manche der Ausgaben ab 2019 hatten einen Schwerpunkt (z.B. Gesundheit, 1 / 2020, Kinder auf dem Rad, 2 / 2020). Immer wieder werden Fahrradmenschen porträtiert, darunter das langjährigste Mitglied Klaus Keppler (2 / 2025) oder auch Frank Glanert, der mit zwei temporären Radcafés in Varel und Oldenburg einen Ort für Radkultur geschaffen hatte (2 / 2023). Der jährliche Blick in die Unfallstatistik zu Beginn eines Jahres fehlt ebensowenig wie die Erwähnung des Engagements der Aktiven in konkreten Projekten. Die Rubrik Plus / Minus war hingegen irgendwann abhanden gekommen, weil die Beispiele unter „Plus“ aufgebraucht waren.

Die meisten Texte werden von Redaktionsmitgliedern geschrieben, aber für jede (!) Ausgabe werden tolle Artikel zur Verfügung gestellt. Vielen Dank dafür!!! Wir wollen auch

sichtbar machen, wer uns unterstützt – zum Beispiel treue Fördermitglieder – danke an dieser Stelle! Als Redaktion versuchen wir, die Radkultur in unserer Stadt und darüber hinaus sichtbar zu machen und zu zeigen, wie die Menschen diese Kultur prägen.

Oder wie es Alexander Hesse im Editorial der Erstausgabe so treffend formulierte „So ist es Lobbyarbeit für mehr Radfahren, Spaß bei Touren rund um Oldenburg, Klönen über die neueste Technik, aber auch über die schlichte Einfachheit einer genialen Erfindung“.

Text: Frauke Sterwerf

* Inzwischen sind weitere Ausgaben DRaR entdeckt, eingescannt und archiviert worden (nun insgesamt 34 Ausgaben von 1988 bis 1994). Danke dafür an Redaktionsmitglied Helmut.



Unsere Sponsoren für die Gewinne für das nebenstehende Rätsel:
 BIWAK Outdoor Equipment
 Büttmann und Gerrits
 Corpus Sport und Gesundheitszentrum
 de fietsenmakers
 Fitness im Ziegelhof
 HANKENS Apotheken
 Isensee – Verlag und Buchhandlung
 Kaffee & Kleid, Oldenburg
 mein Dienstrad GmbH
 Optik am Haarenufer
 OTM – Oldenburg Tourismus und Marketing
 Rakelmann Optik
 TvdH – Turnverein vor dem Haarentor
 UNTERWEGS Oldenburg

Jubiläums-Rätsel SattelFest

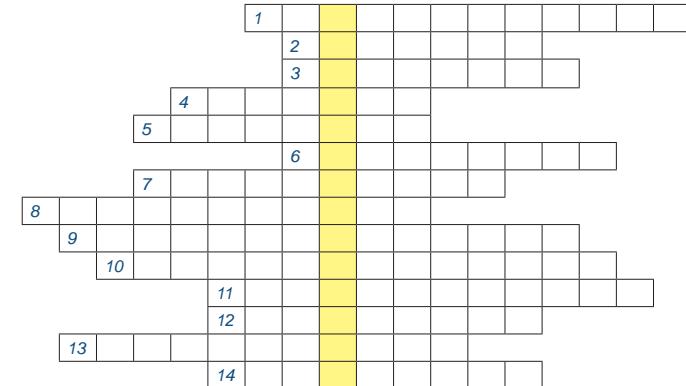
Tragen Sie die beschriebenen gesuchten Begriffe ein. Das Lösungswort ergibt sich senkrecht in den gelben Kästchen. Die Preise werden von unseren Sponsoren (siehe linke Seite) zur Verfügung erstellt. Die Verlosung unter den Einsendern mit dem richtigen Lösungswort wird von der nicht teilnehmenden Redaktion vorgenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Einsendeschluss ist der 30. April 2026

Senden Sie Ihr Lösungswort per Email an infoladen@adfc-oldenburg.de mit Angabe Ihres Namens.

Viel Spaß beim Rätseln!

- | | |
|----|--|
| 1 | Angehöriger eines Zweiradvereins |
| 2 | Fahrrad mit Unterstützung |
| 3 | Fortbewegungsmittel in nicht sitzender Position |
| 4 | Publikation des ADFC Deutschland |
| 5 | Eingravieren eines Kennzeichen ins Fahrrad |
| 6 | Beförderungsmittel auf zwei Rädern |
| 7 | Erste Seite einer Zeitung |
| 8 | Hält Wasserspritzer von Reifen ab. |
| 9 | Ort des erhöhten Unfallrisikos |
| 10 | Besonders ausgewiesene Strecke für Pedaltreter |
| 11 | Hilfe beim Erstellen einer Radtour |
| 12 | Abfahrtsort der meisten geführten Oldenburger Touren |
| 13 | Ausgebildeter Leiter einer Gruppenfahrt |
| 14 | Dort findet man Informationen über das SattelFest. |



Der ADFC Niedersachsen e.V. hat einen Arbeitskreis Mobilität eingerichtet

Der Arbeitskreis Mobilität (AK Mobi) dient der verbandsinternen Vernetzung der Mitglieder aus den verschiedensten Gliederungen. Durch den Austausch zu aktuellen Themen zur Radverkehrspolitik vor Ort und den Diskussionen hierüber können gemeinsame Lösungsvorschläge erarbeitet werden. Der AK Mobi konzentriert sich auf die Wissensverbreitung und den Informationsaustausch, insbesondere an die Orts- und Kreisverbände und unterstützt auf diese Weise die Lobbyarbeit vor Ort.

Der AK Mobi unterstützt darüber hinaus die verbandsinterne Meinungsbildung innerhalb des Landesverbandes. Er sammelt Fachwissen, kann Empfehlungen und Strategien entwickeln, um die verbandsmä-



ßigen Ziele der Förderung des Radverkehrs in den Gemeinden in Niedersachsen und im gesamten Land voran zu bringen.

Der AK Mobi tritt dabei nicht öffentlich nach außen auf, sondern unterstützt mit seinen Ergebnissen den Landesvorstand in seiner verkehrspolitischen Verbandsarbeit.

Die Treffen finden regelmäßig auf Einladung durch die Landesgeschäftsstelle online statt. Teilnehmen können (alle) interessierten Mitglieder des ADFC Niedersachsen e.V..

Text: Birgit Burkhardt

Wussten Sie schon, dass ...

- 80 % aller Haushalte in Deutschland mindestens ein Fahrrad besitzen? Das sind 60,6 Millionen ohne und 8,4 Millionen mit Elektromotor.
- regelmäßiges Radfahren die Lebenserwartung um 3 - 14 Monate verlängert?
- radfahrende Pendler ...
 - » die hohe Flexibilität bei der Wahl des Arbeitsweges und zuverlässige Ankunftszeiten schätzen?
 - » durch intensive Bewegung Wohlfühl-effekte wahrnehmen?
 - » mehr Möglichkeiten für soziale Kontakte als im Auto haben?

- 22% der Erwerbstägigen mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren?
- Radfahren Geld spart, denn die Nutzung eines Trekkingrades kostet nur 1,4 Cent pro Kilometer, und das Fahren mit einem E-Bike / Pedelec 4 Cent?
- in Großstädten das Pedelec auf Strecken bis 8 km und das Fahrrad bis 5 km schneller als die Fahrt mit dem Auto ist?

Quelle: fairkehr 01/20224
Magazin des Verkehrsclub Deutschland,
weitere Infos: www.fairkehr-magazin.de

Hubertus Lobers

Aktivitäten und Angebote im Infoladen

Im Infoladen in der Ziegelhofstraße 97 werden in den Herbst- und Wintermonaten wieder verschiedene Aktivitäten und Informationsveranstaltungen angeboten, u. a.:

- **Radreiseberichte, Buchlesungen uvm.:** Dieses Angebot fand auch 20024/25 wieder großes Interesse, so dass wir daran festhalten werden. Wer gerne eine individuelle Radtour in Bildern vorstellen möchte, melde sich bitte beim Infoladenteam: infoladen@adfc-oldenburg.de
- **Erfahrungsaustausch komoot:** Auch dieses Format werden wir ab November wieder im Angebot des Infoladens vorhalten.
- **GPS-Kurs für Garmin-Geräte:** Wenn sich mindestens fünf Teilnehmende finden, wird der Kurs erneut angeboten.
- **Beratung zu Individuellen Radtouren:** Der Infoladen wird auch in den Herbst- und Wintermonaten geöffnet sein (mit reduzierten Öffnungszeiten). Bei Bedarf kann ein Beratungsstermin vereinbart werden. Hierbei kann auf unser umfangreiches Kartenmaterial zur Veranschaulichung zurückgegriffen werden.
- **ADFC-TALK:** Immer am 4. Montag im Monat findet dieses Treffen statt. Ein Informationsabend zu Themen rund ums Radfahren.
- **Regelmäßige Treffen vieler Aktivengruppen, zu denen wir gerne Interessierte / Gäste begrüßen:** z. B: Verkehrsgruppe, immer am 1. Montag im Monat (19 - 20:30 Uhr); Sichere Wege für unsere Kinder, immer am 4. Dienstag im Monat von 17:30 - 19 Uhr; Codiergruppe, immer am 4. Samstag im Monat, uvm.

Alle Aktivitäten und Angebote werden im Veranstaltungs- und Tourenportal, auf unserer Homepage und im Veranstaltungskalender der NWZ veröffentlicht. Wir empfehlen Interessierten daher in den Herbst- und Wintermonaten eine regelmäßige Lektüre.

Das Ladendiensteam

39 Stationen. 101 Fahrzeuge. 10 E-Autos.

Cambio

CarSharing.
Weil es uns bewegt.

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

Aktivitäten des ADFC Oldenburg im Jahr 2025 – kurz notiert

- Der Infoladen ist sechsmal in der Woche (jeweils drei Stunden) geöffnet, genauere Öffnungszeiten und Angebote siehe Seite 5. Der Ladendienst beriet und bediente Kunden vor Ort und durch Telefongespräche und beantwortete Email-Anfragen.
- Die Mitgliederzahl ist von 2130 (Oktober 2024) auf 2198 (Mitte November 25) gestiegen.
- An 13 Terminen sind durch die Codiergruppe (9 Mitglieder) 403 Fahrräder codiert und außerdem 24 Neumitglieder geworben worden.
- Im Verkehrsausschuss des Rates der Stadt Oldenburg hat sich unser beratendes Mitglied an Vorhaben der Stadt Oldenburg durch fachkundigen Rat und Initiativvorschläge zur Verbesserung der Fahrradinfrastruktur beteiligt.
- Im letzten Jahr haben an von 33 ADFC-Tourenleiter*innen geleiteten 212 Touren 2752 Radfahrer*innen mit einer zurückgelegten Gesamtstreckenlänge von 9163 km teilgenommen. Neben den üblichen Ausflugstouren wurden auch thematische Touren, z. B. in Zusammenarbeit mit dem Ernährungsrat zu landwirtschaftlichen Betrieben, mit geschichtsbezogenen Themen und zu anderem interessanten Zielen des Oldenburger Landes durchgeführt. Ankündigungen von Touren können auch der Presse entnommen werden.
- In Zusammenarbeit mit der Gemeinwesenarbeit Bloherfelde und dem TuS Bloherfelde wurde 25 Personen in 3 Kursen über jeweils 20 Stunden das Radfahren beigebracht.
- Im Rahmen der Ferienpassaktion wurden zwei Aktionen durchgeführt. Eine 21 km lange Radtour zu einem Spielplatz mit 17 Kindern; ein Besuch bei der Hubschrauber- und Hundestaffel in Neusüdende mit 25 Kindern.
- Bei folgenden öffentlichen Aktionen war der ADFC Oldenburg federführend oder teilnehmend vertreten:
 - beim Aktionstag der Stadt „Hallo Fahrrad!“ mit einem Infostand und einem Angebot zur Codierung von Fahrrädern sowie der Durchführung von Radtouren für Interessierte; erstmals wurde der Fahrradparcours (Geschicklichkeitsparcours) für die Kinder aufgebaut. Dieser wurde von den Kindern gut angenommen.
 - An der Aktion „Stadtradeln“. Der ADFC spendete als Preise außerdem 300 €. Die Summe wurde an zwei Grundschulen (Eßkamp und Babenend) übergeben.
 - Zur Aktion FahrRad der Stadt gaben wir den 1. Preis aus: Einen Besuch auf dem Fußballgolfplatz für eine Schulklasse.
 - Ca. 250 Eltern und Kinder nahmen an der „Kidical Mass“ teil, einer Fahrraddemonstration mit Kindern für eine kinderfreundliche Verkehrsinfrastruktur, im September.
- Teilnahme am Kramermarktsumzug.
- Im Laufe des Jahres haben einige gut besuchte Informations- und Diskussionsver-



Aktion „Roter Teppich“ in der Fahrradwoche /
Bild: ADFC Oldenburg

anstaltungen im Infoladen stattgefunden, u. a. komoot-Erfahrungsaustausche, GPS-Kurs für Garmin-Geräte, Reiseberichte und eine Buchlesung.

• Erstmalig fand die 1. Oldenburger Fahrradwoche statt. Viele Aktionen („Roter Teppich für Rad“, ParkingDay, Fancy Women Bike Ride), Informations- und Diskussionsveranstaltungen und Radtouren standen auf dem Programm

.Text: Hubertus Lobers

Die Fahrradwelt in Zahlen

220.500: Anzahl der 2024 in Deutschland verkauften Lastenräder (ZIV)

184.000: Anzahl der 2024 in Deutschland verkauften E-Lastenräder (ZIV)

182.000: Anzahl der 2024 in Deutschland verkauften Fahrradanhänger (ZIV)

88.700.000: Gesamtanzahl der Fahrräder (inkl. E-Bikes) in Deutschland 2024, 2014: 72 Mio. (ZIV)

6.300.000.000: Gesamtumsatz mit Fahrrädern und E-Bikes 2024 in Deutschland, in Euro, 2022: 7,36 Mrd. (ZIV)

3.850.000: Anzahl der 2024 in Deutschland verkauften Fahrräder und E-Bikes (ZIV)

1.430.000: Anzahl der 2024 in Deutschland hergestellten E-Bikes, 2022: 1,7 Mio. (ZIV)

600.000: Anzahl der 2024 in Deutschland hergestellten Fahrräder, 2022: 900.000 (ZIV)

2.650: Durchschnittspreis eines E-Bikes in Deutschland 2024, in Euro (ZIV)

1.367: Durchschnittspreis eines Fahrrads (ohne E-Bikes) 2024 beim VSF, in

Euro, 2018: 1.232 Euro (VSF)

130: durchschnittliche Tagesausgaben von Rad(kurz)reisenden in Deutschland 2023, in Euro (ADFC_RRA)

15.700.000: Anzahl der E-Bikes in Deutschland Ende 2024, 2021: 9,7 Mio. (ZIV)

2.100.000: Anzahl der 2024 in Deutschland verkauften E-Bikes, seit 2023 mehr als Fahrräder, 2022: 2,2 Mio. (ZIV)

1.400.000: Anzahl der Anfang 2024 in Deutschland zugelassenen Elektroautos (KBA)

0,25: ungefährer Preis einer E-Bike-Koffer-Ladung 2023, in Euro (500 Wh Akku-Kapazität bei 0,40 Euro / kWh) (Ökotest)

160.000.000: Versicherungsleistungen für gestohlene Fahrräder in Deutschland 2024, in Euro, 2023: 150 Mio (GDV)

75,3: Anteil der Unfälle 2024 zwischen Fahrrad und Auto, bei denen Autofahrer:innen die Hauptschuld trugen, in Prozent (Destatis)

.Text: Hubertus Lobers

Quellenrläuterung

ZIV: Aussendungen des Zweirad-Industrie-Verbands zum Fahrrad- und E-Bike-Markt jährlich im März

VSF: Verbund Service und Fahrrad e. V.

ADFC RPA: Radreiseanalyse; FKT: Fahrrad-Klimatest

KBA: Kraftfahrtbundesamt

GDV: Gesamtverband der Versicherer

Destatis: Statistisches Bundesamt

Mitgliederversammlung ADFC-Kreisverband Oldenburg

Termin jetzt schon vormerken:

Freitag, 20.02.2026, 18:00 Uhr. (Mit Vorstandswahlen)

Fahrradwoche September 2025



Eröffnung der Diskussion „Wie aus einer Stadt eine Fahrradstadt wurde“ durch Birgit Burkhardt

Die 1. Oldenburger Fahrradwoche fand in der Zeit vom 13. - 21. September 2025 im Rahmen der Europäischen Mobilitätswoche statt – einer Kampagne für nachhaltige Mobilität.

Unter dem Motto „Roter Teppich für Rad“ wollten wir, der ADFC Oldenburg, aufmerksam machen auf:

- mehr Raum für klimafreundliche Mobilität,
- sichere Wege im Radverkehr mit dem Fokus auf alle Altersgruppen,
- mehr Platz für den nichtmotorisierten Verkehr.

Ein buntes vielfältiges Programm in der Rückschau!

Samstag, 13.09.2025, 11:00 - 17:00 Uhr

- ADFC Klimakinder zu Gast beim Markt der Zukunft.
- Geführte Radtour zu (ca. 35 km).



Sonntag, 14.09.2025, 13:30 Uhr

- Kidical Mass. Mehr als 250 Menschen waren dabei und demonstrierten für sichere und lebenswerte Straßen.



Montag, 15.09.2025, 18:30 Uhr

- Diskussionsrunde: „Wie aus einer Stadt eine Fahrradstadt wurde“ am Beispiel der Stadt Nordhorn.

Zu Gast: Milena Schauer, Stadtbaurätin

Stadt Nordhorn und Hans-Christian Friedrichs, VCD Landesverband Niedersachsen.

Dienstag, 16.09.2025, 10:00 Uhr

- ADFC Fahrradtour „Knotenpunkte Oldenburg: Fahren nach Zahlen“.



Unser Jahresthema



www.vhs-ol.de

vhs
oldenburg

Mittwoch, 17.09.2025, 17:30 Uhr

- Roter Teppich für Rad: Der Rote Teppich wurde an der Kreuzung Gartenstraße Ecke Meinardusstraße ausgerollt. „Mehr Platz fürs Rad“, so das Motto der Veranstaltung.

**Freitag, 19.09.2025, 14:00 Uhr**

- Parking Day Oldenburg: Mehr Platz fürs Rad



Der Parking Day ist ein Aktionstag, an dem Parkflächen im öffentlichen Raum umgewidmet werden können. Er findet bundesweit statt.
Aktionen von: ADFC Oldenburg, Liegeradgruppe Oldenburg, Atelier Blauschimmel e. V., Michael Olsen, OLSEN Kunstbauten, Oldenburg.

**Donnerstag, 18.09.2025, 19:00 Uhr**

- Informationsveranstaltung: „Schulstraßen sichern die Wege der Kinder“
Referentin Ragnhild Sørensen von „Changing Cities“ informierte über die Vorteile und Notwendigkeiten zur Errichtung von (temporären) Schulstraßen. In vielen Städten gibt es mittlerweile Schulstraßen, die den Verkehrsraum vor den Schulen für den motorisierten Verkehr einschränken, um den Schulweg sicherer zu machen.

Sonntag, 21.09.2025, 10:30 Uhr

- Oldenburger Fancy Women Bike Ride: Von Frauen für Frauen – gemeinsam treten wir für unsere Rechte in die Pedale.
- Radtour zu zukunftsmutigen Orten in Oldenburg, bau_werk e. V. Oldenburg.

Text: Birgit Burkhardt
Fotos: ADFC Oldenburg



Almut und Regina, die Organisatorinnen des Fancy Women Bike Ride



Rakelmann Optik

www.rakelmann-optik.de

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

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

Andrang bei externen Codier-Terminen

Neben den regulären Terminen hat der ADFC Oldenburg noch an weiteren externen Terminen codiert.

Den Anfang machte im April die Aktion der Stadt Oldenburg, Hallo Fahrrad.

Unterm Strich kamen wir auf 52 Codierungen innerhalb von drei Std.



Die Bilanz konnte sich mit insgesamt über 100 Codierungen sehen lassen..

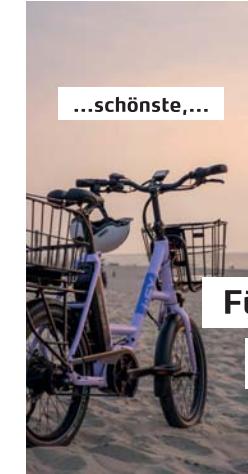
Text und Fotos: Wolfgang Dittmar



Auf Anfrage von „RÜCKENWIND“ kamen zum Tag der Offenen Tür des Reiseunternehmens ebenfalls im April 14 Kunden an unsere Station.

Nach der Einweihung des neuen Fahrrad-Abstellplatzes der Uni Oldenburg im vergangenen Jahr konnten wir im September 28 Räder der Uni-Angehörigen codieren.

Zu guter Letzt transportierten wir unser Equipment im Oktober zur Jade Hochschule, die einen Tag unter dem Thema der Nachhaltigkeit durchführte. Wir waren dort mit 15 Codierungen beteiligt.



...schönste,...



...flexibelste,...



Für uns das ...

... eBike der Welt!



...sicherste,...



...fahrspaßigste,...



...vielseitigste,...



...kompakteste,...

**Man besitzt es nicht einfach,
man liebt es!**

Jetzt testen und fette Winterrabatte mitnehmen!



i:SY
Ride it! Love it!

ole-bikes.de

Und tschüss....

Es war einmal ein junger Rentner, der vor circa 13 Jahren mit wachsamen Blick durch die Innenstadt von Oldenburg spazierte. An diesem Tag fand eine Fahrradcodierung des ADFC Oldenburg in der Fußgängerzone statt. Diese Aktion erweckte seine Aufmerksamkeit. Er beobachtete das Geschehen eine ganze Weile und kam zu dem Entschluss: Das ist doch was für mich! Heinrich, der Codierer an diesem Tag, war hocherfreut über das Interesse. Und so kam es, dass Hajo, von Heinrich angelernt, zum Codierer beim ADFC wurde.

Bei weit mehr als 1500 Fahrrädern hat Hajo nun bereits im Team codiert, mit äußerster Genauigkeit und Präzision, wie Wilke und Wolfgang zu berichten wissen. Das kommt ja auch nicht von ungefähr, meinte Wilke mit einem Schmunzeln. Als Kapitän auf See sind diese Eigenschaften ja von höchster Wichtigkeit.



Das Codierteam vor dem Infoladen

Hajo war der Mann fürs Handwerkliche, egal ob im Hinterhof des PFL, bei „Hallo Fahrrad“ oder vor dem Infoladen. Er war ein zuverlässiger und verantwortungsvoller Teamkollege und mit Freude und Spaß dabei. Doch nun soll Schluss sein. Künftig will er weiter mehr Fahrfahren mit seinem tollen Pedelec, solange das noch geht, und mehr Zeit mit seiner Frau verbringen.

Das Codierteam verabschiedet sich von Hajo und verspricht, das O und die O immer an den richtigen Platz zu sortieren.

Auch vom Vorstandsteam kommt ein herzlicher Dank für sein Engagement und seine Unterstützung.

Text: Birgit Burkhardt
Fotos: Wolfgang Dittmar



Hajo in Aktion beim Codieren



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



UNSER SERVICE

- ✓ Leasing mit BusinessBike, Company Bike, Deutsche Dienststrad, el Leasing, Jobrad, Kazenmeier Leasing, LEASE A BIKE, mein-dienststrad.de, MMV Leasing usw.
- ✓ 0% Finanzierung max. 12 Monate
- ✓ Probefahrt auf eigener Indoorstrecke
- ✓ Versicherungsservice
- ✓ Große Markenauswahl: Bulls, Cube, Riese & Müller, Gazelle, Kalkhoff, Stevens, Ridley, I:SY, Qio, Bakfiets, Conway & Pegasus



UNSERE AUSWAHL

- ⌚ E-Bike
- ⌚ Cargo-Bikes
- ⌚ Gravelbikes und Rennräder
- ⌚ City- und Trekkingräder
- ⌚ Jugend- und Kinderräder
- ⌚ Zubehör, Helme & Bekleidung





Radtouren Oldenburg

März bis Juli 2026

Kontakt

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club
Kreisverband Oldenburg e.V.
Infoladen
Ziegelhofstraße 97, 26121 Oldenburg
Koordinaten: 53.149217, 8.202218

Öffnungszeiten

Montag - Mittwoch 10:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag - Freitag 15:00 - 18:00 Uhr
(1. und 3. Do. im Monat auch von 18 - 20 Uhr)
Samstag 10:00 - 13:00 Uhr
(außer an gesetzlichen Feiertagen)
(Im Winter teilweise reduzierte Öffnungszei-
ten, bitte Internetseite beachten!)

Telefon (0441) 1 37 81
Email: infoladen@adfc-oldenburg.de
Internet: <https://oldenburg.adfc.de>
Tourenportal: <https://touren-termine.adfc.de>

Allgemeine Hinweise

Jede/r Teilnehmer*in an den Touren ist für die **Verkehrssicherheit** seines/ihres 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 rechtschutzversichert.

Denken Sie bitte an Flickzeug und Proviant!

Nicht nur für Mitglieder ...

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

Sonstiges

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. Wir empfehlen Nicht-Mitgliedern eine Spende von 5 €, Mitgliedern eine Spende von 2 €.

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

Unsere Touren finden ab einer Mindestteilnehmer*innenzahl 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.

Achten Sie bitte bei den Touren auf den Abfahrtsort!

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 TourGuide-Seminar des ADFC erfahren. Diese werden jährlich u.a. vom ADFC Niedersachsen veranstaltet. Weitere Informationen darüber bei ewald.schuette@adfc-oldenburg.de oder unter www.adfc-niedersachsen.de.

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen, auf unserer Website <https://oldenburg.adfc.de> → Radtouren und im Tourenportal <https://touren-termine.adfc.de> bekannt gegeben.
Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.



Auch zusätzliche spontane Touren finden Sie hier.

Einstufung der Touren:

- Sehr gemütlich – Tempo ca. 12 bis 15 km/h.
- ● Gemütlich – Tempo ca. 14 bis 18 km/h, für regelmäßig 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.
- ● ● ● Sportliche Tour – Tempo ab ca. 22 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.

Die Tempoangaben sind Fahrgeschwindigkeit, nicht Durchschnittsgeschwindigkeit.

Vormittags- und Feierabendtouren

Dienstags alle 14 Tage - gemütlich



Donnerstags alle 14 Tage - gemütlich



Auf dem Fahrrad in gemütlichem Tempo (14-18 km/h) den Feierabend einläuten, frische Luft schnappen und dabei die Stadt und die nahe Umgebung besser kennenlernen. Wechselnde TourGuides führen die Teilnehmer in 2 bis 2,5 Stunden auf Touren von ca. 30 km. Während der Tour gibt es 1 bis 2 kurze Pausen.

Donnerstags, alle 14 Tage - flott



Wer gerne nach Feierabend etwas flotter (17-21 km/h) auf dem Fahrrad unterwegs sein möchte, ist herzlich zu diesen Touren willkommen. Wechselnde TourGuides führen die Teilnehmer in 2,5 Stunden etwa 40 km in die nähere Umgebung und zurück. Während der Tour sind 1 bis 2 kurze Pausen eingeplant.

Dienstags, alle 14 Tage - Gemütliche Vormittagstour



Wer sich dienstags zum Mittagessen den richtigen Appetit holen will, ist bei dieser Tour goldrichtig: es geht im gemütlichen 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 TourGuides ja noch eine kleine Überraschung in petto ...

Mittwochs - Feierabendsport 20 - 25 km/h



Oldenburgs wunderschöne Umgebung genießen, nette Gespräche mit Gleichgesinnten führen, sich an der eigenen körperlichen Fitness erfreuen, bei dieser Mixtur lassen sich Glücksgefühle kaum vermeiden. Wer über ausreichende Fitness verfügt und sein Fahrrad sicher beherrscht ist bei der schnellen Feierabendtour des ADFC Oldenburg genau richtig. Wir TourGuides freuen uns über Ihre Teilnahme.

Freitags, einmal im Monat - gemütlich



Start ins Wochenende! Den Kopf frei bekommen, die zu Ende gehende Woche abschließen und Appetit holen für eine weitere Ausfahrt am Wochenende?

Die 35 Km langen Touren führen uns ins nähere Umland von Oldenburg. Kleine Kaffeepausen sind nicht ausgeschlossen; ein Picknick oder eine Einkehr sind immer geplant.

Ende ca. 17:30 Uhr.

Freitags, einmal im Monat - flott



„Radeln & mehr“: Radfahren hält fit, entspannt und ist gesund; was können wir uns zusätzlich noch Gutes tun? In themenbezogenen Pausen an besonderen Orten möchten wir euch Tipps geben. Achtsamkeit, Dehnung, Ernährung und vieles mehr – lasst euch überraschen. Dauer ca. 2,5 Stunden über etwa 30 km.

Montags, einmal im Monat- flott



Flotte Frauen Fahrt: Einmal im Monat bieten wir eine flotte Feierabendtour an für alle, die Bewegung, frische Luft und nette Gesellschaft suchen. Damit bieten wir erstmals eine Tour am Montag. Dauer ca. 2,5 Stunden über etwa 40 km.

Kalender Vormittags- und Feierabendtouren

| Wochentag | Tempo | April | Mai | Juni | Juli |
|----------------------------|---------------|------------|------------|------------|------------|
| Dienstag | vormittags | vormittags | vormittags | vormittags | vormittags |
| 10:00 Uhr | gemütlich | 07.04.26 | 05.05.26 | 02.06.26 | 14.07.26 |
| Stautorkreisel | 14–18 km/h | 21.04.26 | 19.05.26 | 16.06.26 | 28.07.26 |
| Hafenseite | ● ● | | | 30.06.26 | |
| Dienstag | abends | 07.04.26 | 05.05.26 | 02.06.26 | 14.07.26 |
| 18:00 Uhr | gemütlich | 21.04.26 | 19.05.26 | 16.06.26 | 28.07.26 |
| Stautorkreisel | 14–18 km/h | | | 30.06.26 | |
| Hafenseite | ● ● | | | | |
| Mittwoch | schnell: | 01.04.26 | 06.05.26 | 03.06.26 | 01.07.26 |
| 17:30 Uhr | 20 - 25 km/h | 08.04.26 | 13.05.26 | 10.06.26 | 08.07.26 |
| Stautorkreisel | ● ● ● | 15.04.26 | 20.05.26 | 17.06.26 | 15.07.26 |
| Hafenseite | | 22.04.26 | 27.05.26 | 24.06.26 | 22.07.26 |
| | | 29.04.26 | | | 29.07.26 |
| Donnerstag | abends | 02.04.26 | 14.05.26 | 11.06.26 | 09.07.26 |
| 18:00 Uhr | gemütlich | 16.04.26 | 28.05.26 | 25.06.26 | 23.06.26 |
| Stautorkreisel | 14–18 km/h | 30.04.26 | | | |
| Hafenseite | ● ● | | | | |
| Donnerstag | abends | 09.04.26 | 07.05.26 | 04.06.26 | 02.07.26 |
| 18:00 Uhr | flott | 23.04.26 | 21.05.26 | 18.06.26 | 16.07.26 |
| Stautorkreisel | 17–21 km/h | | | | 30.07.26 |
| Hafenseite | ● ● ● | | | | |
| Freitag | nachmittags | 17.04.26 | 01.05.26 | 05.06.26 | 17.07.26 |
| 14:00 Uhr | gemütlich | | | | |
| Stautorkreisel | 14–18 km/h | | | | |
| Hafenseite | ● ● | | | | |
| Freitag | Radeln + mehr | 10.04.26 | 08.05.26 | 12.06.26 | 10.07.26 |
| 17:00 Uhr | flott | | | | |
| Infoladen Ziegelhofstr. 97 | 17–21 km/h | | | | |
| | ● ● ● | | | | |
| Montag | Flotte Frauen | 20.04.26 | 18.05.26 | 15.06.26 | 06.07.26 |
| 17:30 Uhr | flott | | | | |
| Infoladen Ziegelhofstr. 97 | 17–21 km/h | | | | |
| | ● ● ● | | | | |

Anmeldung zu Touren bevorzugt über das ADFC-Tourenportal

<https://touren-termine.adfc.de> (ggf. über Suchmaschine *Touren Termine adfc* eingeben.

Anmeldeschritte über das Tourenportal (*Buttons kursiv*)

1. Danach *Touren* – Ortseingabe *Oldenburg* - gewünschte Tour anklicken - *anmelden* - Formular ausfüllen – *anmelden*.
2. Sie erhalten eine *Mail*, dass Ihre Anmeldung beim ADFC angekommen ist.
3. **Bestätigen** Sie ohne Zeitverzug diese Mitteilung. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.– erst mit dieser Bestätigung sind Sie angemeldet.

Alle unsere Touren, auch zusätzliche spontane Touren,

finden Sie sowohl auf unserer Internetseite:

<https://oldenburg.adfc.de> → Radtouren

als auch im Tourenportal:

<https://touren-termine.adfc.de>



TourGuides im ADFC Oldenburg

| | | | | | |
|-----|--------------------------|-----|--------------------|----|---------------------|
| AH | – Axel Hellmann | GBe | – Gerd Behrens | MN | – Markus Nindel |
| AS | – Almut Siems | HB | – Heinrich Book | MS | – Mario Sieghold |
| AWJ | – A. Weisgerber-Johannes | HK | – Heino Küpker | RK | – Regina Kruse |
| BB | – Birgit Burkhardt | HL | – Hubertus Lobers | RS | – Rolf Schumacher |
| CD | – Christine Dannhauer | HM | – Heinz Meyer | SK | – Stephan Kabasci |
| DA | – Dierk Ahnepohl | HP | – Helmut Pawliszak | TR | – Traute Rosenbusch |
| DG | – Doris Grote-Westrich | IM | – Ingrid Marcinak | UD | – Uwe Dannhauer |
| EB | – Eckard Blaeser | JG | – Jens Glave | UH | – Uwe Hellmers |
| ES | – Ewald Schütte | JS | – Jürgen Scheumer | US | – Uwe Schmid |
| FC | – Friedhelm Cordes | KF | – Klaus Führken | UW | – Uwe Wehmeyer |
| FM | – Frank Munderloh | KW | – Klaus Wloka | WB | – Wilke Brüning |
| GB | – Gerd Bruning | MB | – Maria Behrens | | |

Woche der Natur – der ADFC Oldenburg ist dabei

Gefördert von der Niedersächsischen Bingo-Umweltstiftung findet in Niedersachsen vom 13. bis 28. Juni 2026 die „Woche der Natur“ statt.

Unter dem Schwerpunkt „Natur erfahren, wahrnehmen, berühren und erleben“ bietet der ADFC KV Oldenburg geführte Touren an. Die Termine werden im ADFC Tourenportal angekündigt.



Touren am Wochenende

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen, auf unserer Website <https://oldenburg.adfc.de> → Radtouren und im Tourenportal <https://touren-termine.adfc.de> bekannt gegeben.

Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.

Auch zusätzliche spontane Touren finden Sie hier.

SA 14.03. 10:00 55km ●● (TR)

Tag der offenen Töpferei

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de>

Wir besuchen vier Ateliers und Werkstätten des Töpferhandwerks um Oldenburg, lassen uns von der Vielfalt handgearbeiteter keramischer Produkte begeistern und tauchen ein in ein uraltes, brandaktuelles Handwerk. Kaffeepause unterwegs ist eingeplant.

SO 15.03. 11:00 40 km ●● (DG)

Künstlerisches vor Ostern

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 15:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de>

Im Heinrich-Kunst-Haus gibt es vielfältiges Kunsthåndwerk: Keramik, Naturfloristik, Filzobjekte, Upcycling aus Treibholz und eine Kaffeerösterei. Wir können Künstlern bei der Arbeit zusehen. Für das leibliche Wohl mit Kaffee und Kuchen ist gesorgt. Eintritt frei.

SO 22.03. 10:00 45 km ●● (WB)

„Einrollen 2026“

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 14:30 Uhr

Tempo gemütlich

Rauf auf den Drahtesel und „einrollen“, damit im Laufe der Saison die Touren wieder länger werden können. Zuerst auf Schleichwegen aus der Stadt heraus, dann ein Stück durch die schöne Umgebung Oldenburgs und zum Abschluss wieder in die Stadt hinein. Eine Kaffeepause ist geplant!

SA 28.03. 09:00 71 km ●● (GBe)

WildeWälder-Tour von Oldenburg

Treffpunkt LzO Osterenburg
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de>

Auf verwunschenen Wegen führt uns der Weg durchs Barneführer und Hatter Holz. Von dort durch den Hasbruch, nach Hude. Am Reicherholz verlassen wir dann die Wälder und kehren nach Osterenburg zurück. Einkehrmöglichkeiten sind vorgesehen.

SA 28.03. 14:00 25 km ● (HK)

Über Bornhorst und Etzhorn

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Wir fahren in gemütlichem Tempo über Nebenwegen und am Bornhorster See vorbei nach Etzhorn. Zwischendurch machen wir eine Kaffeepause.

SO 29.03. 09:30 80 km ●● (BB)

Fischessen an der Ochtum

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wetterfest wie wir sind, starten wir zu unserer ersten kulinarischen Tour. Unbedingt anmelden.

SA 11.04. 09:00 72 km ●● (GBe)

WasserMühlen-Tour

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Kosten Bahn
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wassermühlen waren lange Zeit die Basis für Energiegewinnung in der Wildeshäuser



im Kreyen-Centrum

Harreweg 153b

26133 Oldenburg

Tel.: 0441 - 770 637 70

info@radwerk-oldenburg.de

Geest. Die historischen Wassermühlen führen uns bei dieser Radtour über Moorbeck, Heinefelde, Lohmühle nach Wildeshausen. Über Dötlingen und Sandkrug gelangen wir wieder nach Oldenburg.

SA 11.04. 10:00 45 km ●● (AWJ)

Frühlingstour nach Nethen

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren gemütlich mit angepasstem Tempo und Stopp beim Wasserlehrpfad Nethen sowie Stopps zum Wahrnehmen unserer Umgebung, denn der „Weg ist das Ziel“. Café-pause ist eingeplant.

SO 12.04. 10:00 35 km ●● (JG)

Achtsam Radeln im Oldenburger Land

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren Routen im alten Oldenburger Land: Kulturlandschaft bewusst wahrnehmen, Kurioses und eigene Empfindungen beachten. Für Pausen eigene Verpflegung mitbringen. Anmeldung erwünscht.

SO 12.04.

„Hallo Fahrrad“

Der ADFC bietet verschiedene Schnupper-touren an. Einzelheiten bitte der Presse entnehmen oder am ADFC-Stand erfragen.

SA 18.04. 09:30 50 km ●● (HP)

Nach Edewecht

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:30 Uhr
Tempo gemütlich

Wir fahren Richtung Küstenkanal, dann weiter auf den Reiherweg (ehemalige Kleinbahnenlinie) bis nach Edewecht (Kaffeepause). Von da zurück nach Oldenburg. (Teilweise Forstwege). (Picknick-Tour: unterwegs Selbstversorgung).

SA 18.04. 14:00 25 km ● (HK)

Am Kanal nach Friedrichsfeln

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Wir fahren mit einem gemütlichen Tempo am Kanal Richtung Westen. In Friedrichsfeln machen wir eine Pause, und fahren über Petersfehn und Bloherfelde zurück.

SO 19.04. 10:00 65 km ●● (SK)

Melkhus Ohrt

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo flott

Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren im flotten Tempo vom ADFC-Infoladen über Fliegerhorst, Wahnbeck und Ipwege durch die Wesermarsch zum Melkhus Ohrt. Dort wird ausgiebig Pause gemacht, bevor es über den Hunteradweg nach Oldenburg zurückgeht.

SO 19.04. 10:00 50 km ●● (UD)

In den Frühling zur Weser

Treffpunkt Stautorkreiseln
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Am Südufer der Hunte entlang radeln wir in den Frühling bis zur Weser in Esfleth. Der Rückweg führt nördlich der Hunte an vielen reetgedeckten alten Häusern vorbei zurück nach Oldenburg. Selbverpflegtes Picknick sowie Pause im Café sind eingeplant.

SA 25.04. 09:15 60 km ●● (TR)

Auf Störtebekers Spuren

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 18:30 Uhr



Aus Freude am Fahrrad.

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

Stückemann
Aus Freude am Fahrrad.

Oldenburger Str. 76 · 26180 Rastede · Telefon 04402 92 50 - 0 · info@stueckemann.de

Zurzeit Stückemann GmbH & Co. KG

Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>
 Wir fahren mit dem Zug nach Marienfährde. Dort erkunden wir den Störtebekerturm und ggf. die Marienkirche. Im Anschluss radeln wir durchs Brookmerland. Eine Pause in einem Café ist geplant.

SA 25.04. 10:00 80 km ●● (MS)

Bahntrassen-Tour Friesische Wehde

Treffpunkt Rastede Bahnhof
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo flott
 Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Über Bockhorn und Zetel geht es nach Neuenburg. Wir umfahren den Neuenburger Urwald auf einer ehemaligen Bahntrasse, dann zurück nach Rastede. Selbstverpflegung, Nutzung von Einkehrmöglichkeiten geplant.

SO 26.04. 10:00 75 km ●● (KW)

Geschichte der Kaisenhäuser, Bremen

Treffpunkt Stautorkreisel
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo flott
 Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Über Wüsting, Hude und durchs NSG Schönenmoor führt die Tour zur Weser. Hier folgen wir weiter nach Bremen, bis in die Waller Feldmark. Dort lernen wir die Geschichte der Kaisenhäuser kennen (mit Kaffeepause). Zurück geht es mit der Bahn ab Bremen. Terminänderung möglich!

SO 03.05. 10:00 60 km ●● (KW)

Südosten und Süden von Oldenburg

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo gemütlich

Immer Richtung SO erreichen wir den ersten Wendepunkt der Tour, den Falkensteinsee. Von hier geht es westwärts nach Sannum, wo das Gut mit Café und Hofladen erkundet werden kann. Zurück nach Oldenburg geht es durch das Barneführer Holz.

MI 06.05. 12:00 50 km ●● (DG)

Moor erleben mit Erika Kröger

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
 Rückkehr ca. 16:30 Uhr
 Tempo flott
 Kosten 5 €
 Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Im Torfspeck Kayhausen sind Reste einer natürlichen Landschaft und Rückzugsgebiete für gefährdete Tier- und Pflanzenarten. Wir treffen Erika Kröger, die uns in die Geschichte und die Geheimnisse des Moores einweicht.

SA 09.05. 14:00 22 km ● (HK)

Zum Melkhus nach Neuenwege

Treffpunkt Stautorkreisel
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo sehr gemütlich

Wir fahren über Nebenwege und durch den Stadtwald nach Neuenwege. Hier machen wir eine Pause. Am Tweelbäker See vorbei und durch Osternburg fahren wir zurück.

SO 10.05. 10:00 60 km ●● (BB)

Muttertagstour

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo gemütlich

Radeln und den Tag versüßen.
 Alle sind willkommen. Frauen und Männer.



Fahrrad-Vollkaskoversicherung:

Der Rundum-Schutz
 für E-Bikes /
 Pedelecs und
 Fahrräder!



ammerlaender-versicherung.de

AV seit 1923
Ammerländer
Versicherung
 Versicherungsverein auf Gegenseitigkeit WaG

Unsere bisherigen zwanzig Sattelfest-Titelseiten



| Tag | Beschreibung | km | | Leitung | Treff | Anm. | Zeit |
|--------------|---|-----|------|---------|---------------------------|------|-------|
| März | | | | | | | |
| SA 14. | Tag der offenen Töpferei | 55 | ●● | TR | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 15. | Künstlerisches vor Ostern | 40 | ●● | DG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 12:00 |
| SO 22. | „Einrollen 2026“ | 45 | ●● | WB | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SA 28. | WildeWälder-Tour von Oldenburg | 71 | ●●● | GBe | LzO Osterenburg | ja | 09:00 |
| SA 28. | Über Bornhorst und Etzhorn | 25 | ● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 29. | Fischessen an der Ochtum | 80 | ●●● | BB | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 09:30 |
| April | | | | | | | |
| SA 11. | WasserMühlen-Tour | 72 | ●●● | GBe | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 09:00 |
| SA 11. | Frühlingstour nach Nethen | 45 | ●●● | AWJ | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 12. | Achtsam Radeln im Oldenburger Land | 35 | ●●● | JG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 12. | „Hallo Fahrrad“ (diverse Schnuppertouren) | | | | Schlossplatz | | |
| SA 18. | Nach Edewecht | 50 | ●●● | HP | PFL | | 09:30 |
| SA 18. | Am Kanal nach Friedrichsfenn | 25 | ●● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 19. | Melkhus Ohrt | 65 | ●●● | SK | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 19. | In den Frühling zur Weser | 50 | ●●● | UD | Stautorkreisel | ja | 10:00 |
| SA 25. | Auf Störtebekers Spuren | 60 | ●●● | TR | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 09:15 |
| SA 25. | Bahntrassen-Tour Friesische Wehde | 80 | ●●● | MS | Rastede Bf | ja | 10:00 |
| SO 26. | Geschichte der Kaisenhäuser in Bremen | 75 | ●●● | KW | Stautorkreisel | ja | 10:00 |
| Mai | | | | | | | |
| SO 03. | In den Südosten und Süden von Oldenburg | 60 | ●● | KW | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| MI 06. | Moor erleben mit Erika Kröger | 50 | ●●● | DG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 13:00 |
| SA 09. | Zum Melkhus nach Neuenwege | 22 | ●● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 10. | Muttertagstour | 60 | ●●● | BB | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| DO 14. | Zum Forsthaus Upjever | 60 | ●●● | TR | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 07:15 |
| SO 17. | Achtsam Radeln im Oldenburger Land | 35 | ●●● | JG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 17. | Zum Bauernmuseum Benthuizen | 50 | ●●● | AWJ | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:30 |
| SO 24. | Kaffeerösterei Traumbohne | 50 | ●●● | RK/DG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 13:00 |
| SA 30. | Hamburger Hafenrundfahrt mit dem Rad | 50 | ●●● | FM | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 08:00 |
| SA 30. | Rhodopark Gristede | 58 | ●●● | UH | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SA 30. | Über Ofen nach Metjendorf | 26 | ●● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 31. | Fahrt zum Hühnerhof Astederfeld | 75 | ●●● | FC/ES | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 31. | Süßer Einblick ins Heimatmuseum Wiefelstede | 55 | ●●● | AS/UW | Stautorkreisel | ja | 10:00 |
| Juni | | | | | | | |
| SA 06. | Weserradweg Verden - Bremen | 65 | ●●● | FM | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 10:00 |
| SO 07. | „Schleichwege“ in Oldenburg | 40 | ●●● | WB | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 07. | Wardenburger Bauerndörfer | 50 | ●●● | JS | Marktplatz Eversten | | 11:00 |
| SA 13. | Achtsam Radeln im Oldenburger Land | 35 | ●●● | JG | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SA 13. | Von Frauen für Frauen | 30 | ●●● | AS/RK | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 14:00 |
| SO 14. | Achtermeer – mehr - moor | 50 | ●●● | DA | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 11:00 |
| MI 17. | Naturerkundungen im Ammerland | 60 | ●●● | ES | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SA 20. | Bollenhagener Moorwald | 70 | ●●● | UH | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SA 20. | Zum Bauerncafé nach Petersfehn | 22 | ●● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 21. | Fahrradroute Kiek in't Land | 74 | ●●● | GBe | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 08:30 |
| SO 21. | Nach Farge / Weser | 60 | ●●●● | JS | Stautorkreisel | | 11:00 |
| DI 23. | Rasthüttentour im Oldenburger Land | 65 | ●●● | MS | Stautorkreisel | ja | 09:30 |
| SA 27. | Zu den Burgen in der Krummhörn | 60 | ●●● | TR | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 09:15 |
| SO 28. | Thülsfelder Talsperre - Reiherweg - Oldenburg | 75 | ●●● | HP | Oldenburg Hbf Südseite | ja | 08:10 |
| SO 28. | Durch die Wesermarsch | 75 | ●●● | JS | Stautorkreisel | | 10:00 |
| Juli | | | | | | | |
| SA 04. | Hofbesichtigung in Sannum | 50 | ●●● | FC/ES | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SO 05. | Radtour nach Spohle / Linswege | 65 | ●●● | FC | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 10:00 |
| SO 05. | An die Wümme | 65 | ●●● | HP | PFL | ja | 09:15 |
| DI 07. | 4-Tage-Tour „Aurich und umzu“ | 300 | ●●● | TR/GB | Infoladen Ziegelhofstr.97 | ja | 09:00 |
| SA 11. | Maritime Welten in Bremerhaven | 75 | ●●● | FM | Brake Bahnhof | ja | 10:00 |
| SA 11. | Bümmerstede Richtung Wardenburg | 25 | ●● | HK | Stautorkreisel | | 14:00 |
| SO 12. | Picknick in Howiek | 60 | ●●● | ES | Infoladen Ziegelhofstr.97 | | 10:00 |
| SO 12. | „Route um Oldenburg“ | 115 | ●●● | RK/AS | Stautorkreisel | ja | 09:00 |



Biking Outdoor Trekking Bergsport Freizeit

www.unterwegs.biz

UNTERWEGS Oldenburg

Gaststraße 27
26122 Oldenburg

Tel.: 0441 - 99 87 666
E-Mail: info.ol@unterwegs.biz

... auch online unter
www.unterwegs.biz



DO 14.05. 07:15 60 km ●● (TR)

Zum Forsthaus Upjever

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Oldenburg Hbf Südseite |
| Rückkehr | ca. 17:30 Uhr |
| Tempo | gemütlich |
| Kosten | Bahn |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Mit dem Zug geht es bis Sande. Dann radeln wir durch das riesige Waldgebiet des Forstes Upjever zum kulturhistorischen Forsthaus und dem umgebenden Gebäudeensemble, wie Revierförsterei und Krongutscheune mit Gattersäge. Rückreise ab Wilhelmshaven. Kaffeepause ist vorgesehen.

SO 17.05. 10:00 35 km ●● (JG)

Achtsam Radeln im Oldenburger Land

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Tempo | gemütlich |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir fahren Routen im alten Oldenburger Land: Kulturlandschaft bewusst wahrnehmen, Kurioses und eigene Empfindungen beachten. Für Pausen eigene Verpflegung mitbringen. Anmeldung erwünscht.

SO 17.05. 10:30 50 km ●● (AWJ)

Zum Bauernmuseum Bentheulen

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Tempo | gemütlich |
| Rückkehr | ca. 16:00 Uhr |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Zum Tag des Museums fahren wir zum Bauernmuseum Bentheulen. Wir können uns über alte Handwerksberufe und das Leben zwischen 30er und 60er Jahre informieren, und haben Möglichkeit zum „Kaffeesieren“.

SO 24.05. 13:00 50 km ●● (RK/DG)

Kaffeerösterei Traumbohne

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 17:00 Uhr |
| Tempo | frott |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir radeln gesellig durch die schöne Ammerländer Landschaft nach Edewecht. Auf ruhigen Wegen genießen wir Natur, Austausch und gute Laune. Ziel ist die Kaffeerösterei Traumbohne, wo uns aromatischer Kaffee und leckerer Kuchen erwartet.

Sa 30.05. 08:00 50 km ●● (FM)

Hamburger Hafenrundfahrt mit Rad

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Bahnhof OL Südseite |
| Rückkehr | ca. 20:30 Uhr |
| Tempo | gemütlich |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Mit der Bahn nach Harburg, wo die Radtour startet. Per Fähre in Finkenwerder über die Elbe und entlang Elbchaussee, Fischmarkt, St. Pauli, Speicherstadt und Hafencity zur Umrundung der Außenalster. Rückfahrt vom Hbf Hamburg per Zug.

SA 30.05. 10:00 58 km ●● (UH)

Rhodopark Gristede

| | |
|------------|----------------------------|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 17:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |

Im Wonnemonat Mai genießen wir auf einer gemütlichen Fahrradtour die Blütenpracht im Rhododendronpark Gristede. Dort nehmen wir uns Zeit für einen Spaziergang im Park und machen eine Picknickpause.

SA 30.05. 14:00 26 km ● (HK)

Über Ofen nach Metjendorf

| | |
|------------|----------------|
| Treffpunkt | Stautorkreisel |
| Rückkehr | ca. 17:00 Uhr |
| Tempo | sehr gemütlich |

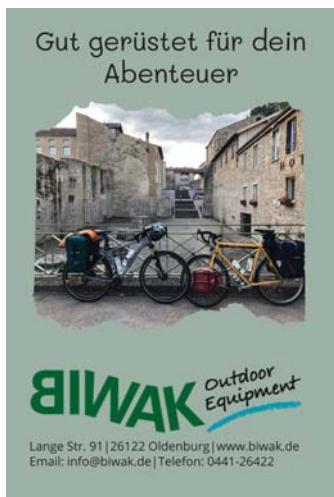
Wir fahren in langsamem Tempo durch Wechloy nach Ofen. In Metjendorf machen wir eine Kaffeepause und fahren über Bürgfelde zurück.

SO 31.05. 10:00 75 km ●● (FC)

Fahrt zum Hühnerhof Astederfeld

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 16:30 Uhr |
| Tempo | flott |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Mit dem Ernährungsrat fahren wir über Neuenkruse, Gristede, Garnholt, Linswege nach



Astederfeld zur Hofbesichtigung. Rückfahrt über Halsbek und Westerstede mit Caffépause nach Oldenburg.

SO 31.05. 10:00 55 km ●● (AS/UW)

Süßer Einblick ins Heimatmuseum Wiefelstede

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Stautorkreisel |
| Rückkehr | ca. 17:30 Uhr |
| Tempo | flott |
| Kosten | ca. 15 € |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Radfahren im Ammerland im Mai - kann es etwas Schöneres geben? Wir fahren zum Heimatmuseum Wiefelstede. Dort gibt es eine ca. 90-minütige Führung. Im Anschluss erwartet euch ein kleines Kuchenbuffet aus der ADFC-Backstube.

Sa 06.06. 10:00 65 km ●● (FM)

Weserradweg Verden - Bremen

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Bahnhof OL Südseite |
| Rückkehr | ca. 19:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Zugfahrt von Oldenburg nach Verden/ Aller. Von hier radeln wir auf dem Weserradweg nach Bremen und treten mit dem Zug die Rückfahrt an. Eine Picknickpause und die Einkehr in einem Café sind geplant.

SO 07.06. 10:00 40 km ●● (WB)

„Schleichwege“ in Oldenburg

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 15:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

In Oldenburg ist so manches zu entdecken, z.B. wie man abseits der Hauptstraßen von

A nach B kommt. Vielleicht gibt es während der Fahrt noch den einen oder anderen zusätzlichen Tipp? Eine Pause für Kaffee, Kuchen und Klönschnack ist eingeplant.

SO 07.06. 11:00 50 km ●● (JS)

Wardenburger Bauerndörfer

| | |
|------------|---------------------|
| Treffpunkt | Marktplatz Eversten |
| Rückkehr | ca. 16:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |

Die Radtour führt über einige Bauerndörfer der Gemeinde Wardenburg. Eine Kaffeepause ist vorgesehen. Zurück geht es über den Hunteradweg nach Oldenburg.

SA 13.06. 10:00 35 km ●● (JG)

Achtsam Radeln im Oldenburger Land

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 15:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir fahren Routen im alten Oldenburger Land: Kulturlandschaft bewusst wahrnehmen, Kurioses und eigene Empfindungen beachten. Für Pausen eigene Verpflegung mitbringen. Anmeldung erwünscht.

SA 13.06. 14:00 30 km ●● (AS/RK)

Von Frauen für Frauen

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstr. 97 |
| Rückkehr | ca. 18:30 Uhr |
| Tempo | flott |
| Kosten | ca. 8 € |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir erfahren etwas zu ausgewählten Gräbern von Frauen auf dem Gertrudenfriedhof. Anschließend Pause im Café. Eine kleine Radtour rundet den Nachmittag ab.

Sausewind



- Sorgloser Fahrradurlaub, umweltfreundlich und aktiv
- Neben unseren Dauerbrennern „Balkikum“, „Normandie“ und „Sardinien“ weitere Rad-Reiseziele in Deutschland und Europa
- Ausgesucht schöne Kultur- und Gartenreisen, sowie Tagesfahrten



Gleich den aktuellen Katalog anfordern!

Besuchen Sie unsere Homepage, rufen Sie an oder schreiben Sie uns - wir freuen uns auf Sie!



Meeschweg 9 • 26127 Oldenburg

• Telefon: 0441/93565-0

info@sausewind.de • www.sausewind.de

SO 14.06. 11:00 50 km ●● (DA)

Achtermeer – mehr - moor

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Auf der Tour wird es an verschiedenen Orten Hinweise über das Moor geben. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen.

Mi 17.06. 10:00 60 km ●● (ES)

Naturkundungen im Ammerland

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Auf ruhigen Nebenstrecken durchstreifen wir auf der Suche nach schönen Natureindrücken das Ammerland. Eine gemütliche Cafépause ist eingeplant.

SA 20.06. 10:00 70 km ●● (UH)

Bollenhagener Moorwald

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

Unsere Tour führt zum Steenforths-Moor in Nethen, weiter zum Melkhuis in Jaderkreuzmoor. Dann geht's zum Bollenhagener Moorwald, hier machen wir ein Picknick. Zurück führt die Route uns über Großenmeer!

SA 20.06. 14:00 22 km ● (HK)

Zum Bauerncafé nach Petersfehn

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Unser Weg führt uns durch Bloherfelde und Friedrichsfehn nach Petersfehn II. Durch Wechloy fahren wir wieder zurück.

SO 21.06. 08:30 74 km ●● (GBe)

Fahrradroute Kiek in't Land

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Kosten Bahn
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Mit der Bahn nach Bookholzberg. Dort steigen wir in die Kiek in't Land Radtour ein. Die Landwirtschaft ist prägend für die Region und entlang der Route erfahren wir durch Infostationen Wissenswertes. Rückweg mit dem Rad nach Oldenburg.

SO 21.06. 11:00 60 km ●● (JS)

Nach Farge / Weser

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo schnell

Eine schnelle Radtour mit dem Gravelbike (keine E-Bikes) auf asphaltierten Straßen. Die Tour führt über Radwege nördlich der Hunte. Nach der Kaffeepause an der Weser geht es über Hude zurück nach Oldenburg.

DI 23.06. 09:30 65 km ●● (MS)

Rasthüttentour im Oldenburger Land

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Entlang der Route nach Dötlingen befinden sich urgemütliche Rastplätze, welche zum Verweilen in der Natur einladen. Picknictour (Selbstversorgung). Bei Bedarf werden

Einkehrmöglichkeiten genutzt.

SA 27.06. 09:15 60 km ●● (TR)

Zu den Burgen in der Krummhörn

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 18:30 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten Bahn + Führung
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Mit der Bahn nach Emden. Wir steuern zunächst die Manningaburg in Pewsum an (mit Führung). Weiteren Burgen und Herrenhäusern begegnen wir auf unserer Tour. Eine Pause ist geplant. Abends geht es mit dem Zug zurück.

SO 28.06. 08:10 75 km ●● (HP)

Thülsfelder Talsperre - Reiherweg - OL

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 15:30 Uhr
Tempo flott
Kosten Bahn
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Mit der Bahn nach Ahlhorn. Wir steuern die Thülsfelder Talsperre an, dann geht es über den Reiherweg nach Bösel, und durchs Vehnemoor nach Oldenburg. (Picknick, Selbstversorgung, Kaffeepause vorgesehen).

SO 28.06. 10:00 75 km ●● (JS)

Durch die Wesermarsch

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

Die Radtour führt durch den westlichen Teil der Wesermarsch. In Bardenfleth ist eine Kaffeepause vorgesehen.

SA 04.07. 10:00 50 km ●● (FC/ES)

Hofbesichtigung in Sannum

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstraße 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Mit dem Ernährungsrat fahren wir auf Abseitswegen zum Gut Sannum mit Besichtigung einer inklusiven Landwirtschaft, Gärtnerei und einem Besuch im Hofcafé.

SO 05.07. 10:00 65 km ●● (FC)

Radtour nach Spohle / Linswege

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstraße 97
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren durch landwirtschaftlich interessante Orte im Ammerland wie Dreibergen, Hollen, Spohle, Linswege, hier Pause im Cafe.

MADE FOR YOU

BROMPTON

Die Speiche
Faszination Fahrrad

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

Rückfahrt über Garnholt nach Oldenburg.

SO 05.07. 09:00 65 km ●● (HP)

An die Wümme

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | PFL |
| Rückkehr | ca. 17:00 Uhr |
| Tempo | flott |
| Kosten | Bahn und Fähre |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Hunte, Weser, Lesum und Wümme begleiten uns auf unserem Weg. Wir überqueren die Weser mit der Fähre nach Vegesack. Nach einer Kaffeepause an der Wümme fahren wir zum Hbf Bremen, und mit dem Zug zurück. (Picknick, Selbstverpflegung)

DI 07.07. 09:00 300 km ●● (TR/GB)

4-Tage-Tour „Aurich und umzu“

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstraße 97 |
| Rückkehr | 10.07. ca. 18:30 Uhr |
| Tempo | flott |
| Kosten | Hotel |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir radeln auf ruhigen Wegen nach Ostfriesland. Dort werden wir in einem Hotel übernachten. (Gutes Frühstück und warmes Abendessen inklusive). Am 2. und 3. Tag erkunden wir die ostfriesische Weite um Aurich und radeln durch kleine Dörfer. Der letzte Tag ist für die Rückreise vorgesehen. Details auf <https://touren-termine.adfc.de/> (Unterkunftsmöglichkeit, eigene Buchung).

SA 11.07. 10:00 75 km ●● (FM)

Maritime Welten in Bremerhaven

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Bhf Brake |
| Rückkehr | ca. 18:00 Uhr |
| Tempo | flott |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Eigene Anreise nach Brake und zurück. Wir radeln nach Blexen, und setzen mit der Fähre nach Bremerhaven über. Wir erkunden das Schaufenster Fischereihafen, die maritime Meile und die Häfen. Rückweg durch das NSG Luneplate nach Brake. Picknickpause und Einkehr im Café sind geplant.

SA 11.07. 14:00 25 km ● (HK)

Bümmerstede Richtung Wardenburg

| | |
|------------|----------------|
| Treffpunkt | Stautorkreisel |
| Rückkehr | ca. 17:00 Uhr |
| Tempo | sehr gemütlich |

Wir fahren zur Schleuse und an der Hunte entlang Richtung Wardenburg. Über den Sprungweg fahren wir nach Krusenbusch. Hier machen wir eine Pause.

SO 12.07. 10:00 60 km ●● (ES)

Picknick in Howiek

| | |
|------------|------------------------------|
| Treffpunkt | Infoladen Ziegelhofstraße 97 |
| Rückkehr | ca. 16:00 Uhr |
| Tempo | gemütlich |

Wir fahren durchs Fintlandsmoor nach Howiek zu einem Picknick mit eigenen mitgebrachten Speisen. Zurück geht es über Bad Zwischenahn mit Zeit für einen Kaffee.

SO 12.07. 09:00 115 km ●● (RK/AS)

„Route um Oldenburg“

| | |
|------------|---|
| Treffpunkt | Stautorkreisel |
| Rückkehr | ca. 18:00 Uhr |
| Tempo | flott |
| Anmeldung | https://touren-termine.adfc.de/ |

Wir trauen uns mit euch auf die Runde: Das rote Schild mit gelben Kreis weist den Weg rund um Oldenburg, dabei wird uns eine abwechslungsreiche Landschaft begegnen. Pausen auch mit Einkehr sind geplant.



Corpus

GmbH

Sport- und Gesundheitszentrum

Giesenweg 19 · 26133 Oldenburg

Telefon 0441 - 4 22 12

www.corpus-gesundheit-sport.de

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**

Sicher zur Schule

Wie Schulstraßen den Schulweg verändern können

In Oldenburg tut sich einiges – besonders, wenn es um sichere Schulwege geht.

An der Kreuzung Rauhehorst / Babenend sorgt eine neue Ampel endlich für sichere Übergänge. Alte, unübersichtliche Querungen gehören der Vergangenheit an. Auch die auffälligen „Achtung Schulweg“-Schilder, die an vielen Straßen rund um Schulen stehen, machen deutlich: Hier sind Kinder unterwegs – bitte langsam und aufmerksam fahren! In der Kampstraße in Osterburg wurde der schmale, einseitige Gehweg verbreitert. Statt auf dem ehemaligen Parkstreifen sollen die Parkplätze nun wechselseitig auf der Straße angeordnet werden und damit auch für eine Verkehrsberuhigung sorgen – ein deutliches Plus für die Schulwegsicherheit, aber auch für die Lebensqualität von Anwohnenden.

Diese Maßnahmen sind hilfreich – wir wollen noch einige Schritte weiter gehen. Stellen wir uns vor: Kinder sind morgens plaudernd zu Fuß oder auf ihren Fahrrädern unterwegs durch die Nachbarschaft, treffen Freund*innen, bewegen sich sicher und frei. Der Schulweg wird so wieder zu einem erlebnisreichen Teil des Tages – ein kleines



Typisches Bild: Ein überfüllter Straßenraum, der für Kinder wenig Platz lässt und für sie unübersichtlich ist

Abenteuer, das Bewegung mit sich bringt und Selbstvertrauen schafft. Klingt wie Utopie? Früher war genau das selbstverständlich. Heute sorgt der massiv gestiegene Autoverkehr dafür, dass gezielte Maßnahmen nötig sind. Wir müssen unsere Straßen neu denken. Ein wichtiger Baustein dabei: die Schulstraße.

Was ist eine Schulstraße?

Eine sogenannte temporäre Schulstraße ist ein Abschnitt vor der Schule, der zu bestimmten Zeiten für Autos gesperrt wird. Meist wird die Straße eine Viertelstunde vor Unterrichtsbeginn mit Schildern, mobilen Pollern oder einfachen Absperrungen abgesperrt. Nur Radfahrende und zu Fuß gehende dürfen passieren. Schulwegshelfer*innen können anfangs unterstützen.

Das Konzept ist einfach und effektiv: Weniger Autos bedeutet mehr Sicherheit, Raum, Ruhe und weniger Stress – für Kinder, Eltern, Lehrkräfte und Anwohnerne. Wichtig dabei: Schulstraßen sind keine pauschale Autofeindlichkeit, sondern ein gezieltes Instrument für mehr Sicherheit.



So könnte es aussehen: eine autofreie Schulstraße, in der Kinder sicher zu Fuß und mit dem Rad unterwegs sind

In vielen europäischen Städten gehören Schulstraßen längst zum Alltag. In Deutschland existiert leider bisher keine bundesweite Vorgabe für Kommunen wie sie Schulstraßen umsetzen können. Zahlreiche engagierte Kommunen haben trotzdem Wege gefunden. Der vom Kidical-Mass-Aktionsbündnis veröffentlichte Leitfaden unterstützt dabei mit einer praxisnahen Erklärung, welche Schritte nötig sind, um Schulstraßen vorzubereiten, rechtlich abzusichern und erfolgreich einzuführen.

Nordrhein-Westfalen ist dabei schon einen Schritt weiter: Bereits seit Februar 2024 gibt es dort durch einen landesweiten Erlass klare Rahmenbedingungen für die Einrichtung von Schulstraßen. Das macht es für Kommunen deutlich einfacher, Schulstraßen einzuführen. Es ist nicht überraschend, dass der Großteil der existierenden Schulstraßen in NRW ist. Doch auch andere Bundesländer wollen nachziehen und arbeiten bereits an ähnlichen Empfehlungen.

Oldenburg hat das Potenzial

Oldenburg bietet ideale Voraussetzungen: kurze Wege, eine ausgeprägte Fahrradkultur und engagierte Eltern sowie Schulen. Bei gutem Wetter sind viele Kinder zu Fuß oder mit dem Rad unterwegs. In dunkler Jahreszeit oder bei Regen steigt jedoch der Autoverkehr spürbar. Rund um Schulen entstehen dann oft gefährliche Situationen.

Schulstraßen können hier Abhilfe schaffen: Sie schaffen sichere Räume, klare Strukturen und Übersicht – unabhängig von Wetter oder Jahreszeit. Natürlich braucht es dafür ein gutes Konzept. Schulen, Eltern,

Stadtverwaltung, Polizei und Initiativen wie der ADFC müssen an einem Strang ziehen. Die Idee ist simpel – und der Nutzen groß.

Mehr als Verkehr – ein Stück Freiheit

Schulstraßen sind mehr als eine Verkehrsmaßnahme. Sie stehen für die Hal tung: Kinder sollen wieder eigenständig unterwegs sein, Eltern können loslassen, Straßen werden Orte der Begegnung statt des Gedränges.

Kinder, die ihren Schulweg aktiv zurücklegen, gewinnen Selbstvertrauen, Bewegung und Orientierung. Für die Nachbarschaft bedeutet das weniger Lärm, saubere Luft und mehr Lebensqualität. Für die Eltern bringt es die Sicherheit, ihre Kinder eigenständig zur Schule gehen zu lassen.

Fazit

Die bisherigen Verbesserungen in Oldenburg sind ermutigend – sie zeigen, dass Veränderungen möglich sind. Der nächste Schritt ist greifbar: Pilotprojekte für Schulstraßen, die zeigen, wie lebendig und sicher der Schulweg sein kann.

Die Vision vom selbstständig radelnden Schulkind ist keine ferne Utopie. Sie kann Wirklichkeit werden – wenn wir den Mut haben Verkehrssicherheit und Lebensqualität bei der Stadtplanung in den Vordergrund zu stellen. Denn: Weniger Lärm, sauberere Luft, mehr Raum für Begegnung machen die Stadt für alle Menschen lebenswerter.

Text: Gruppe „Kinder sicher im Verkehr“

Fotos: ADFC Oldenburg

Du möchtest dich auch für sichere Schulwege in Oldenburg einsetzen?
Dann komm zu unseren Treffen jeden **4. Dienstag im Monat ab 17:30 Uhr im ADFC Infoladen**.
Gemeinsam planen wir konkrete Schritte, um die Idee der Schulstraßen voranzubringen.

Doorings-Unfälle vermeiden

Doorings bezeichnet einen Verkehrsunfall, bei dem insbesondere Radfahrende gegen eine sich plötzlich öffnende Tür eines Kraftfahrzeugs prallen.

Mai 2025: Lüder B. befährt mit seinem Fahrrad die Sonnenstraße in Oldenburg. Beim Vorbeifahren an einem stehenden PKW öffnet sich unvermittelt die Fahrertür, Lüder stürzt und bricht sich den Arm.

Juni 2025: Astrid E. fährt auf dem Sonnenstich, Situation wie oben, glimpflicher Verlauf, nach dem Sturz ist „nur“ die Hose kaputt.

Diese Unfälle müssen vermieden werden. ABER Wie? In meiner Fahrschule wurde das richtige Aussteigen und der „Hölländische Griff“ geschult, erzählt Henriette, 35 Jahre alt, die erst vor Kurzem ihren Führerschein gemacht hat. Viele Fahrschülerinnen und Fahrschüler in anderen Städten und viele Leserinnen und Leser, die schon vor mehreren Jahrzehnten ihre Fahrerlaubnis erworben haben, kennen diesen Griff (die Aussteigerverhaltensweise) nicht, wurden nie daran geschult. Mit dem „Hölländischen Griff“ werden Radfahrende und Zufußgehende vor sich plötzlich öffnenden Autotüren geschützt (Doorings).

Hölländischer Griff bedeutet: Betätige ich als Autofahrende statt mit der linken Hand mit der rechten den Türgriff, dreht sich mein Oberkörper automatisch und lenkt



den Blick nach links hinten. So können entgegenkommende Radfahrende frühzeitig erkannt und vorbeigelassen werden. Als Beifahrerin betätige ich den Türgriff mit der linken Hand und kann den Blick nach rechts hinten lenken.

In den Niederlanden wurde dieser Griff schon in den 1970er Jahren standardmäßig in den Fahrschulen gelehrt. In Deutschland gibt es wohl noch keine einheitliche Regelung.

Unfälle durch Doorings können schwerwiegend sein. Je höher die Geschwindigkeit des Radfahrenden, desto gefährlicher wird der Zusammenstoß mit der Autotür. Auch ein Ausweichen auf die Fahrbahn bei fließendem Verkehr erhöht das Unfallrisiko.

Um diesem Phänomen zu begegnen, ist in moderneren Fahrzeugen ein sogenannter **Ausstiegsassistent** eingebaut, ein Warnsystem mit einem automatischen Stopp-System für Autotüren. Nähert sich beim Aussteigen ein Radfahrender von hinten im toten Winkel, ertönt ein Alarmton, und bei entsprechender Einstellung lassen sich die hinteren Türen nicht öffnen. Klingt erst einmal gut und sinnvoll. Stellt sich die Frage, ob Autos ausgerüstet mit Warnsystemen und einem automatischen Stopp-System für Autotüren wirklich dazu beitragen, das Unfallrisiko zu minimieren?

Moderne Kraftfahrzeuge sind mit verschiedensten Sensoren ausgestattet, die piepsen, blinken und optischen Signale senden. Es grenzt fast schon an Überforderung, diese Fahrzeuge zu steuern. Und dann noch ein neues Signal. Untersuchungen haben ergeben, dass das Warnsystem wenige Minuten nach Ausschalten des Fahrzeugs deaktiviert wird. Steige ich nicht gleich aus, unterstützt mich die Technik also nicht zuverlässig.



Auch Radfahrende können sich durch ihr Verhalten schützen. Oft fahren sie zu eng an einem parkenden Auto vorbei, das Risiko des Doorings steigt. Daher gilt zu beachten: Sicherer Abstand (Autotürbreite = 1m) zu den parkenden Fahrzeugen halten, auch wenn dadurch die Fahrspur für den Autoverkehr blockiert wird.

Infrastrukturell muss die Errichtung von Sicherheitsstreifen zwischen parkenden Autos und Radweg geprüft werden, um die Unfallgefahr zu reduzieren. Leider lassen die Bedingungen vor Ort diese Möglichkeit oft nicht zu.

Darum gilt insbesondere, dass

- alle Verkehrsteilnehmende die Überholabstände beachten,
- es eine bundeseinheitliche Regelung geben muss, die dafür sorgt, dass in den allen Fahrschulen der Holländische Griff gelehrt wird,
- der Ausstiegsassistent standardmäßig in alle neuen Fahrzeuge eingebaut wird,
- die Straßenbaubehörde vor Ort klärt, wo Schutzstreifen errichtet werden können und müssen.

Text: Birgit Burkhardt

Feldlinie 11
26160 Bad Zwischenahn

Ole Sinning
mail@huckepack.net

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

www.huckepack.net

DACHBOXEN
Dach- u. Heckträger
HUCKEPACK

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
DACHBOXEN

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
DACHTRÄGER

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF
HECKTRÄGER

Deutsche Speedcarving Meisterschaft – und der ADFC Oldenburg ist mittendrin!

Am 27. und 28. September 2025 verwandelte sich das Gelände des Traditionsgasthauses „Zum Goldenen Anker“ in Edewecht / Jeddeloh II in eine Bühne für außergewöhnliche Schnitzkunst und packende Wettkampfatmosphäre.

Speedcarving ist eine faszinierende Mischung aus Kunst und Sport: Mit Kettensägen entstehen in kürzester Zeit beeindruckende Skulpturen. Diese Disziplin, auch bekannt als die „Formel 1 der Kettensägenkünstler“, begeistert durch Dynamik, Präzision und Kreativität. Bewertet wird nach den Kriterien: Motiv-Idee-Stimmigkeit – Umsetzung – technische Ausführung – Finish.

17 Radfahrerinnen und Radfahrer kamen pünktlich zum Finale am Sonntag um 13 Uhr Jeddeloh II an. Die 16 besten Speedcarver Deutschlands arbeiteten inzwischen am vierten Durchgang und gaben ihren letzten Skulpturen den entscheidenden Feinschliff. Wir waren live dabei, als die Kettensägen

aufheulten, Späne flogen und mit routinierten Handgriffen die finalen Details herausgearbeitet wurden.

Doch nicht nur die Meisterschaft selbst bot spannende Einblicke: Auch außerhalb des Wettbewerbs wurde gesägt, geschnitten und Können demonstriert. So konnten die Besucher hautnah erleben, wie vielfältig und kreativ die Arbeit mit der Kettensäge sein kann.

Für das leibliche Wohl war selbstverständlich gesorgt – eine bunte Auswahl an Leckereien lud zum Genießen und Verweilen ein.

Den krönenden Abschluss bildete die Auktion der fertigen Kunstwerke. Hier stieg die Spannung noch einmal, wenn der Auktionator mit kräftiger Stimme verkündete: „Verkauft!“ – und die Skulpturen neue Besitzer fanden.

Text und Fotos: Doris Grote-Westrich



Leidenschaft und Know-How

Seit 2017 stehen eine persönliche und kompetente Beratung, ein Rundum-Service und ein erstklassiges Produktsortiment im Mittelpunkt unserer Arbeit. Ob für Familien, den Wocheneinkauf oder das Gewerbe- teste unterschiedliche Modelle und finde das passende Lastenrad für deinen Anwendungszweck.



Expertise rund um Lastenräder

- Große Auswahl aus Lastenrädern für unterschiedliche Anwendungszwecke
- Dienstrad-Leasing mit starken Kooperationspartnern
- Attraktive Förderprogramme mit bis zu 3.500 Euro Förderung



Gerhard Stalling Straße 42a
26135 Oldenburg

0441 / 777 97580

www.tretlaster-nord.de

Tourenleitung der ganz besonderen Art



Foto: Marcel Goller

Da sitzen wir nun zusammen – mein Patensohn und ich. Die Trauerfeier der geliebten Mutter und Freundin liegt fast zwei Monate zurück. Bewegende Momente erinnern wir uns neben den vielen Dingen, die die Familie und engsten Freundinnen und Freunde berührten, war da auch einer der letzten Wünsche – ein ganz besonderes Puzzleteil im Ganzen: Die letzte Reise mit dem Bestattungsrad.

Unsere Freundin, die selbst gern und viel geradelte ist, hatte irgendwann davon gelesen, dass Michael Olsen diese außergewöhnliche und zur Fahrradstadt Oldenburg passende Form des Transportes eines Sarges anbietet. Dies hatte sie in ihren letzten Willen aufgeschrieben. Während der Planung der Trauerfeierlichkeiten zeichnete sich nun allerdings ein kleines Problem ab: Am Tage der Trauerfeier war

der Anbieter aus gesundheitlichen Gründen verhindert, und kurzerhand stand das Angebot im Raum, dass ein Angehöriger das Gefährt manövrieren durfte. Von Stern Bestattungen in Eversten zur Johanneskirche, Kreyenbrück. Vorweg vor der Familie und den Freundinnen und Freunden, die diese Tour begleiten würden. Eine Verantwortung, die der Sohn (mein Patensohn) für seine verstorbene Mutter als absoluter Fahrradfan gern übernehmen wollte.

Als wir davon erfuhren, stand für uns nach kurzer Überlegung fest: Der Kopf soll frei bleiben für diesen ganz besonderen, behutsamen Transport auf einem sehr ungewöhnlichen Gefährt – hier können wir als Tourenbegleitung ein wenig entlasten.

So sind mein Patensohn und ich im strömenden Regen die gut geplante Route mit wenig kritischen Straßenquerungen, ent-

lang einer der Lieblingsrouten der Verstorbenen über den Deich am Osternburger Kanal, abgeradeln. Schließlich wollten wir vorher einmal gucken. Wie viele Menschen mögen dem Wunsch der Verstorbenen und der Familie wohl folgen, mitten im Dezember? Habt ihr schon Blumen für die Lenker der radelnden Trauergemeinde? Nein? Kein Problem, die bringen wir mit.

Dann ist er da, der Tag der Trauerfeier. Das Wetter meint es gut mit uns, kein Regen. Was für eine Überraschung: Ungefähr 50 Familienmitglieder, Freundinnen und Freunde finden sich ein, um einfach mit zu radeln. Nach ein paar begrüßenden Worten wird der geschmückte Sarg vorsichtig von sechs Freundinnen auf das Bestattungs-

rad gehoben, befestigt, und schon geht es los. Das ungewöhnlich zu lenkende Gefährt setzt sich von meinem Patensohn gesteuert in Bewegung, die Familie ganz dicht dran am Bestattungsrad. Die Gemeinschaft der Radelnden reiht sich ein, erste Gespräche entwickeln sich, eine gewisse Leichtigkeit verbreitet sich, und es tut spürbar gut, einfach hinterher radeln zu können.

Bis zur sehr gut gefüllten Johanneskirche in Kreyenbrück geleiten mein Mann und ich diese für alle Beteiligten ganz besondere Tour – wohlwissend, dass diese letzte gemeinsame Radtour ganz nach dem Geschmack der Verstorbenen verläuft.

Text: Almut Siems

(S) evil eye
In deiner Sehstärke
erhältlich

Optik am Haarenfufer
Inhaber: Niko Bolle
Haarenfufer 31
26122 Oldenburg
Tel.: 0441 776919
www.optikamhaarenfufer.de

Made in Austria

OPTIK
am haarenfufer



Ausblick von Aussichtsplattform Kurbelhang auf Leutasch

Vom Deich in die Alpen!

Die Schweizer Firma Wolf & Wolf baut den Alpentourer. Er ist ein leichtes, schlichtes und sehr leistungsfähiges Liegerad. Über lange Strecken ist man schnell unterwegs, sei es auf befestigten oder unbefestigten Straßen. Und es ist für die Berge gebaut! Da liegt es doch nahe, dass wir Norddeutschen (Hanna und Dieter von der Oldenburger Liegeradgruppe) unsere „Wölfe“ auch mal in ihren heimischen Gefilden, den Alpen, rollen lassen. Unser Ziel in den Herbstferien war Leutasch auf Tiros Hochplateau.

Auf stolzen 1.136 Metern spannt sich das Leutascher Hochtal eindrucksvolle 16 Kilometer durch die Alpen südlich der Zugspitze. Auf dem Hochplateau erwarten uns über 570 km unterschiedlichste Radwege, von entspannten See-Runden bis zu herausfordernden Anstiegen zu Gipfeln. Von gemütlichen Strecken entlang des türkis-blauen Flusses Ache bis hin zu anspruchsvollen Bergpfaden gibt es hier für jeden Geschmack etwas Passendes. So finden

alle eine geeignete Route. Wir hatten wie letzten Herbst wieder eine Ferienwohnung in Leutasch Kirchplatzl. Dort haben wir an den 5 Tagen unterschiedliche Touren unternommen.

Am ersten Tag durchfahren wir einen Teil des Tales, durch die ursprünglich und einzigartige Landschaft. Unser Ziel war der Puitbach. Hier zogen wir die Wanderschuhe an und wanderten Richtung Wettersteingebirge. Bei dieser kurzen Tour kamen wir erst einmal in Tirol an.



Wanderschuhe und Fahrrad, beides kann man in Leutasch gebrauchen

Unser **zweites Ziel** war das beeindruckende Gaistal mit seinen unberührten Wiesen und Almen. Hier fuhren wir so weit Richtung Zugspitze, was die Wölfe so hergaben. Die Heimfahrt ging dafür geschwind fast nur bergab.

Die **dritte Tour** führte uns zur Geisterklamm. Seit Sommer 2023 begeistert die Geisterklamm mit einem neu gestalteten Themenweg sowie einem authentischen Naturerlebnis zwischen dem rauschenden Gewässer und dem malerischen Bergwald. Entlang des Weges erzählen die Geister Wissenswertes über die spektakuläre Klamm und ihre Pflanzen und Tiere.

Am **vierten Tag** waren wir ja schon im Training und fuhren eine größere Runde von ca. 70 Kilometern mit ca. 500 Höhenmetern. Von Kirchplatzl rollte es zügig 200 Höhenmeter runter nach Mittenwald (D). Auf dem Radweg nach Scharnitz begleitete uns der Duft von Bäumen und das leise Rauschen des Waldes. Von Scharnitz ging es wieder bergauf zum Isar Ursprung, durch den Naturpark Karwendel. Nach dem Picknick zur Mittagszeit drehten wir um, bergab nach Scharnitz und dann wieder auf das Hochplateau nach Weidach und Kirchplatzl.

Am **Abreisetag** fuhren wir kurz mit dem Rad nach Weidach und wanderten durch den Leutascher Mischwald. Nach 45 Minuten erreichten wir die Panorama-Aussichtsplattform Kurbelhang. Ein idealer Ort, um Abschied zu nehmen. Der Blick reichte weit über das Wettersteingebirge und die Hohe Munde.

Unser kurzes Fazit: Unsere Liegeräder, die Wölfe sind sofort alpentauglich, die Fahrer*innen brauchen etwas Eingewöhnungszeit. Der Radweg an der Ache ist abwechslungsreich in sanften Kurven und leichtem Auf und Ab und war für uns einfach zu meistern. Am vierten Tag lernten wir Radwege mit landschaftlich äußerst reizvollen Ausblicken lieben und nahmen so auch besser die Höhenmeter in Kauf. Wir gewöhnten uns daran, vor den herbstlichen Abfahrten uns warm anzuziehen, bergauf wurde es oft warm. Abends vor dem Abendbrot waren wir häufig im benachbarten Alpenbad, das Freibad-Relax-Becken mit angenehmen 33°C warmen Wasser tat unseren Gelenken gut, und der Blick machte neugierig auf den nächsten Tag.

Text: Dieter Hannemann

Fotos: Dieter Hannemann / Hanna Brunkhorst

de fietsenmakers



Bewährter Standard :
26 ZOLL
kommt
immer an!

de fietsenmakers
Ziegelhofstr. 62
26121 Oldenburg
www.fietsenmakers.de



Auf dem höchsten Berg der Niederlande (322 m), am Dreiländerpunkt Deutschland-Belgien-Niederlande

Deutschland im Uhrzeigersinn

Mit dem Fahrrad entlang Deutschlands Grenzen

Die heutigen Außengrenzen Deutschlands (ohne Seegrenzen) sind 3.757 Kilometer lang. Sie grenzen aber nicht mehr zu den insgesamt neun Nachbarländern ab, sondern sind im Rahmen eines vereinigten Europas nur noch Linien, die lediglich unterschiedliche Zuständigkeiten abgrenzen.

So, wie sie heute verlaufen, waren sie natürlich nicht immer. In den letzten Jahrhunderten haben sie sich mehrfach verändert. Da die Geschichte und Geschichten zu den Veränderungen aus meiner Sicht außerordentlich spannend und die Grenzverläufe teilweise ausgesprochen kurios sind, habe ich mich mit dem Fahrrad auf den Weg gemacht, mir vor Ort ein Bild zu machen.

Seit meinem beruflichen Ruhestand bin ich jährlich eine Grenze abgefahren, insgesamt etwa 4.000 Kilometer. Angefangen mit

Dänemark und weiter über Polen, Tschechien, Österreich, Schweiz, Frankreich, Luxemburg, Belgien und den Niederlanden. Nicht immer konnte ich direkt an der Grenze entlangfahren: Entweder ließ das Gelände es nicht zu, wie bei Österreich und Tschechien, oder diesseits und jenseits gab es in Grenznähe Orte, die unbedingt einen Abstecher lohnten.

Mit der kürzesten der neun Grenzen, der 67 km langen deutsch-dänischen, fing es an. Das war noch einfach zu bewältigen, ebenso wie die deutsch-polnische mit etwa 440 km. Die beiden nächsten Grenzen, die gut 800 km lange deutsch-tschechische und die ebenso lange deutsch-österreichische forderten mir dagegen wegen der Berge einiges ab (seinerzeit noch nicht mit Pedelec). An den Grenzen zur Schweiz (ca. 310 km), zu Frankreich (ca. 450 km), Luxemburg

Dreiräder, Falträder ...



Das Zentrum für Spezialräder in Ostfriesland




Neu im Nordwesten - aber über 30 Jahren Erfahrung in Beratung, Verkauf und Service von Spezialrädern.

Wir haben für jeden das richtige Rad zum richtigen Zweck, denn Fahrradfahren ist die Voraussetzung für selbstständige Mobilität im Alltag - nicht nur für Menschen mit Einschränkungen.

Wir bieten Ihnen eine ehrliche und faire Beratung und nehmen uns auch die Zeit dafür. Daher empfehlen wir Ihnen eine individuelle Terminvereinbarung.

Di und Fr 13–18 Uhr, Sa 11–15 Uhr und nach Terminvereinbarung unter info@velowerk-nordwest.de
Blinke 30 · 26789 Leer · Tel. 0491/976 834 25

(ca. 135 km), Belgien (ca. 156 km) und den Niederlanden (ca. 570 km) war es dagegen wieder etwas einfacher zu radeln.

Insgesamt war es eine sehr spannende und interessante Deutschlandumrundung. Die Grenzen waren dank Europa und Schengen-Abkommen kaum noch wahrzunehmen (leider gibt es aktuell einen Trend gegen Schengen). Dass man sich jenseits einer Grenze befindet, merkt man allenfalls an der anderen Sprache oder an einer anderen Währung.

Vorbereitet mit dem geschichtlichen Hintergrundwissen gab es für mich viele interessante und außergewöhnliche sowie teilweise kuriose Punkte zu entdecken. Kurios



Grenzenlos alt werden: Der gläserne Überbau verbindet ein deutsches Altenheim mit einem niederländischen. Der rechte Gehweg gehört noch zu Deutschland, die Fahrbahn ist bereits niederländisch

sind z. B. die Staatsgrenze mitten durch ein Bahnhofsgebäude, ein Überbau über der Grenze zwischen einem deutschen und einem niederländischen Altenheim, durch die Grenze geteilte Orte, schweizerische Bahnhöfe auf deutschem Staatsgebiet oder umgekehrt und ein unterirdischer Grenzübergang in einem Salzbergwerk zwischen Österreich und Deutschland. Diese Aufzählung ließe sich beliebig fortführen.



Kurioser Grenzverlauf mitten durch den Bahnhof von Bayerisch Eisenstein

Interessant sind auch die insgesamt sieben Dreiländerecke. Fünf davon befinden sich in Gewässern, also in Flüssen oder Seen. Lediglich zwei sind trocken Fußes zu erreichen: in der Nähe von Aachen zwischen Deutschland, Belgien und den Niederlanden sowie im Bayerischen Wald

zwischen Deutschland, Österreich und Tschechien. Wobei das letztere tatsächlich nur zu Fuß und nicht mit dem Fahrrad zu erreichen ist.

Mit der Deutschlandumrundung konnte ich mehrere Interessen verknüpfen: Meine unbändige Freude am Radwandern und mein großes Interesse an deutscher und europäischer Geschichte. Und in Stein gehauene Geschichte durch historische Bauwerke gab es eine Menge zu sehen. Letztendlich war es vor dem Hintergrund der vielen geschichtlichen Grenzverschiebungen ein

wunderbares Gefühl, an jeder beliebigen Stelle ohne Formalitäten die Grenze zu überfahren. Europa sei Dank!

Ausführlich ist meine Deutschlandumrundung nachzulesen in meinem Buch „Deutschland im Uhrzeigersinn – Eine Radreise entlang Deutschlands Grenzen mit Geschichte und Geschichten“, das mit der ISBN 978-3-8192-6790-1 in jeder Buchhandlung oder bei diversen Internet-Buchhändlern bestellt werden kann.

Text und Fotos: Manfred Terhardt



Unterirdischer Grenzübergang im Salzbergwerk von Hallein

ADFC
Alpenverein Deutscher Fahrradklub

FREIE FAHRT FÜR
kleine BÜRGER

Wir wollen, dass Groß und Klein überall sicher Rad fahren können.

Ein Preis für die ganze Familie:
www.adfc.de/mitgliedschaft

JETZT
MITGLIED
WERDEN!

Maas.

BIO-BIKE?
BIO-SHIRT!

ÖKOLOGISCHE MODE, FAIR PRODUZIERT SEIT 1985
UHLHORNSWEG 99, 26129 OLDENBURG
MO-FR: 10-18.30 UHR, SA: 10-15 UHR
0441 7781756

MAAS-NATUR.DE

NACHHALTIGKEIT NACH ZERTIFIZIERTEN STANDARDS BEGLEBT.

BIO FASHION

1. Liegeradrenntag in Oldenburg – ein toller Tag!



Im Velomobil Snoek fährt der Niederländer Boyd M. über die Rennstrecke / Foto: Timo Eden

Am Tag vor dem Renntag war klassisches norddeutsches Herbstwetter. Vormittags regnete es waagerecht, der Wind blies und am Nachmittag zeigte sich kurz die Sonne. Die finalen Vorbereitungen wurden wieder durch den abendlichen Regen erschwert. Am Sonntag beim Vorbereiten der Rennstrecke begrüßte uns neben der Sonne auch der Wind. Und trotz des wechselhaften Wetters kamen die Teilnehmenden aus der ganzen Republik und den angrenzenden Niederlanden.

Nach der Eröffnung und einem kurzen Briefing begann der Renntag mit der schnellen Runde, an der 24 Fahrer*innen teilnahmen. Schon hier konnten wir einige sehr gute sportliche Leistungen verzeichnen.

Danach eröffnete die Bürgermeisterin Nicole Piechotta die „Jeder Kann Mitmach-Fahrt“ (JeKaMi-Fahrt) mit einem kurzen Grußwort, welches auch in das Niederländische übersetzt wurde. Anschließend fuhr sie bei der JeKaMi-Fahrt mit. Bravo!

Die JeKaMi-Fahrt mit ihrem Zuspruch konnte die integrative Kraft des Radfahrens bzw. des gemeinsamen Sports allgemein andeuten. Alle Teilnehmenden bekamen gegen Ende der Fahrt einen Verzehrgutschein für den Kuchen- oder Grillstand. Die Würste wurden übrigens hervorragend von den Helfenden des ADFC Oldenburg gegrillt! Der HPV Deutschland e. V. spendete pro gefahrener Runde der JeKaMi-Fahrt 10 € für den NABU Oldenburg, es kamen so 100 € zusammen.

Gleich danach ging es wieder in den sportlichen Wettkampf über. Das Stundenrennen der unverkleideten und teilverkleideten Liegeräder stand an. Danach folgte das letzte Rennen des Tages, die vollverkleideten Velomobile fuhren ebenfalls eine Stunde über die Rennstrecke und erwischten den schlechtesten Teil des Wetters, mit häufigem Regen, an diesem Tag.

Die anschließende Siegerehrung konnten wir in der Halle der Firma Rückenwind-Reisen wetterunabhängig durchführen. Es wur-

den nicht nur die Sieger*innen der schnellen Runde und des Stundenrennens geehrt, sondern zusätzlich noch die Sieger*innen des Ems-Dollart-Cups (Haren-Ems, Assen NL und Oldenburg). Aber das war noch nicht alles! Zu guter Letzt gab es eine Torte zum 1. Liegeradrenntag in Oldenburg und zum 40sten Jubiläum des HPV Deutschlands e. V. Unser Konditor Julius Reifarth, angereist mit der Torte aus dem Saarland, hat diese fachgerecht angeschnitten, so dass alle an diesem Gaumengenuss teilhaben konnten.

Die Oldenburger Liegeradgruppe bedankt sich nochmals bei allen Sponsoren und besonders bei der Firma Rückenwind-Reisen, die uns ihr Firmengelände so vertraulich zur Verfügung stellte, ebenso bei den Helfenden von den Moorliggern aus Ha-



ren-Ems und dem ADFC Oldenburg. Für 2026 ist eine erneute Veranstaltung dieser Art an diesem Ort geplant.

Text: Dieter Hannemann

Ergebnisse

| Fahrer*in | | Klasse | Schnelle Runde | Stundenrennen |
|-----------|-------------|----------------|----------------|---------------|
| Jan K. | Oldenburg | unverkleidet | 45,4 km/h | 38,8 km/h |
| Hanna B. | Oldenburg | unverkleidet | 32,6 km/h | 29,4 km/h |
| Heinz B. | Haren / Ems | teilverkleidet | 44,2 km/h | 38,8 km/h |
| Boyd M. | Niederlande | vollverkleidet | 43,2 km/h | 45,4 km/h |

Der Fahrradspezialist
PROFIL
Zweirad Bunjes

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

info@zweiradbunjes.de | www.zweiradbunjes.de

STADTRADELN Stadt Oldenburg 2025



Abschluss im Infoladen des ADFC Oldenburg / Foto: Sascha Stüber

Fast 16 Mal um den Äquator und 3.613 Teilnehmende: Diese positive Bilanz kann das Organisationsteam der Stadt Oldenburg beim Abschluss mit gut 20 Gästen am 29.10.2025 im ADFC Infoladen zum diesjährigen Stadtradeln ziehen.

Stadtbaurätin Christine-Petra Schacht bedankte sich für die Unterstützung und die vielen geradelten Kilometer und formulierte die Hoffnung, dass durch solche Wettbewerbe zukünftig noch mehr Oldenburger*innen auf das Auto verzichten und Alltagswege mit dem Rad zurücklegen.

Insbesondere Schulen nutzen diesen Wettbewerb, um ihn interdisziplinär einzusetzen und mit Hunderten von Schüler*innen die ersten beiden Plätze zu erobern.

Almut Siems

„Für mehr Liebe auf Lastenrädern, als Lasten auf Lieferwagen, für alle den' statt noch mehr Autos Fahrradstraßen lieber wären.
Für richtig lange Radtouren und sich danach dann auf Wiesen legen, für alle die wir nächstes Jahr beim Stadtradeln auch wiedersehen.
Weil wir für jeden einzelnen, der mitmacht, wirklich dankbar sind.
und die einundzwanzig Tage - am Ende nur ein Anfang sind.“
(Simeon Buß - Poet / Getextet für Abschluss Stadtradeln Oldenburg 2025)

Vielen Dank an unsere Fördermitglieder

Mein Dienstrad GmbH

BIWAK Outdoor Equipment OHG

cambio Oldenburg GmbH & Co. KG

Corpus GmbH

Die Speiche

de fietsmakers

Dynamo Schneider

Fahrrad Munderloh

Fast2Work GmbH

LMD Metallbau

ol-e urban:mobil

Optik am Haarenufer

Rakelmann-Optik

TRETLASTER-Nord OHG

Unterwegs AG

Vosgerau am Damm

Zweirad Stückemann

Stau 123, 26122 Oldenburg

Lange Straße 91, 26122 Oldenburg

Staulinie 1, 26122 Oldenburg

Giesenweg 19, 26133 Oldenburg

Nadorster Straße 60, 26123 Oldenburg

Ziegelhofstraße 62, 26121 Oldenburg

Kasernenstraße 36, 26123 Oldenburg

Lange Straße 73, 26122 Oldenburg

Wickenweg 52, 26125 Oldenburg

Rudolf-Diesel-Str. 35, 27243 Groß Ippener

Schloßplatz 11, 26122 Oldenburg

Haarenufer 31, 26122 Oldenburg

Bremer Straße 37, 26135 Oldenburg

Gerhard-Stalling-Str. 42a, 26135 Oldenburg

Gaststraße 27, 26122 Oldenburg

Damm 25, 26135 Oldenburg

Oldenburger Straße 76, 26180 Rastede

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

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

ADFC Kreisverband Oldenburg e. V.

Ziegelhofstraße 97

26121 Oldenburg

Telefon: (0441) 1 37 81

infoladen@adfc-oldenburg.de

V.I.S.D.P.

Brigit Burkhardt, Vorsitzende des Kreisverbandes Oldenburg

REDAKTION

Brigit Burkhardt, Dieter Hannemann,
Hubertus Lobers, Helmut Pawliszak,
Frauke Sterwerf

REDAKTIONSANSCHRIFT

ADFC Kreisverband Oldenburg

Ziegelhofstraße 97

26121 Oldenburg

redaktion@adfc-oldenburg.de

GESTALTUNG & SATZ

ADFC Kreisverband Oldenburg |
Helmut Pawliszak

Spendenkonto: ADFC KV Oldenburg
IBAN: DE40 2806 1822 0008 9230 00

DRUCK

www.rautenberg-druck.de | gedruckt auf Papier aus nachhaltigem Anbau.

MEDIENTRÄGER

Sattelfest erscheint zweimal jährlich jeweils im Frühjahr und Sommer.

Ausgabe: > 5.000

Vorlesungsspielplatz Oldenburg und Oldenburg-Land

Versand an ca. 1200 ADFC-Haushalte;

Auslage in Geschäften und öffentlichen Einrichtungen.

Sattelfest zum download:

<https://oldenburg.adfc.de>

TECHNISCHE DATEN

Umfang: 36-68 Seiten

Format: DIN A5 (148 x 210 mm)

Seitenspiegel: 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 wider. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos sowie Leserbriefe. Eine Veröffentlichung kann nicht garantiert werden.

Die Redaktion behält sich das Recht zu stilisierender 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.

Redaktions- und Anzeigenschluss für Ausgabe 2 / 2026 ist der 15.04.2026.



Ecocion bringt's

**Obst- und Gemüse-Abokisten
Bioladen mit Onlineshop**

Regional, inhabergeföhrt,
natürlich Bio und fair



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



Jetzt Mitglied beim ADFC werden:

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

E-Mail _____

Telefon (freiwillig) _____

Beruf (freiwillig) _____

Zusätzliche jährliche Spende: € _____

Ich erteile dem ADFC ein SEPA-Lastschriftmandat bis auf Widerruf. Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF0000266347 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 14 Tagen statt Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hiermit ist ein Vertrag von mir als Nutzer beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangt. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.



Kontoinhaber*in

D | E | _____
IBAN _____

BIC (nur bei ausländischen Bankverbindungen)

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

Zahlung per Rechnung.

Datum, Unterschrift

(bei Jugendmitgliedern unter 18 Jahren des/des Erziehungsberechtigten)

Bitte eisenden an ADFC e. V., Postfach 42 01 05, 12061 Berlin
oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de. Sie können auch online Mitglied werden unter:
www.adfc.de/mitgliedschaft. Dort finden Sie auch den Link zu unserer Datenschutzerklärung.

Name des/der Erziehungsberechtigten (Vor- und Nachname)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft (Jahresbeitrag)

ab 27 Jahre (6€) 22-26 Jahre (33€)

Jugendmitglied 7-21 Jahre (16€)

Ich bin minderjährig. Mein/e Erziehungsberechtigter* ist mit meinem ADFC-Betritt einverstanden.

Familien-/Haushaltsmitglieder:

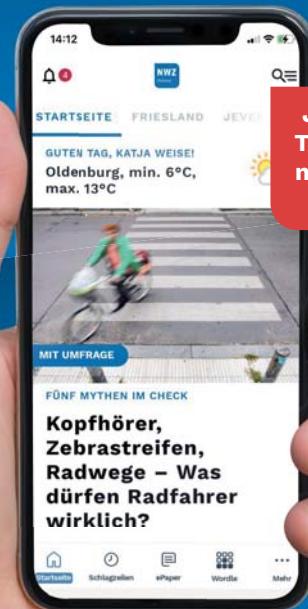
Weitere Mitglieder und deren Mailadressen können unter www.adfc.de/mitgliedschaft nachgemeldet werden.

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

NWZonline – immer in Bewegung!

Holt euch die News aufs Handy.



Jeden Tag ein
Themenspezial
nur einen Klick
entfernt!



3 Monate lesen
für nur 3 € pro Monat.

NWZonline.de/3f3



Sattelfest in den Frühling



Einfach. Startklar sein.

HANKENS-APOTHEKEN.DE | SIE FINDEN UNS

BILD ALEXANDR VASILYEV KONZEPT DIAMB.DE



E-Rezept? Einfach. Mit uns.

DEM QR-CODE ODER LINK FOLGEN | HANKENS-APOTHEKEN.DE/E-REZEPTE



Apotheken

IMMER IN DER NÄHE