

Radtouren Oldenburg **März bis Juli 2021**

KOSTENLOS



Radfahren im ländlichen Raum
Radfahrkurse
Fahrrad flicken kinderleicht
Reiseberichte
u. v. a. m.

GeoTour

Klimaschätze Oldenburg

Mit der GeoTour »Klimaschätze in Oldenburg« werden alle Neugierigen zu einer spannenden und klimafreundlichen Schatzsuche durch Oldenburg eingeladen. Die 15 interaktiven GeoCaches stehen exemplarisch für den klimafreundlichen Umgang mit Ressourcen und eine zukunftsfähige Lebensweise. Auf zwei Tagestouren lassen sich alle Caches miteinander verbinden und gleichzeitig die Stadt abseits der Hauptverkehrswege auf eigene Faust erkunden.

Bei Vorlage dieser Anzeige in der Oldenburg-Info (Lange Straße 3) erhalten Sie einen Radliebe-Rucksack mit Radkarte des Stadtgebietes.

GPS-Tracks, eine Kartenübersicht sowie Erläuterungen zu den einzelnen Caches können unter www.oldenburg-tourismus.de/klimaschaetze-oldenburg heruntergeladen werden. Eine Broschüre zu der GeoTour sowie Informationsmaterial zu weiteren Routen sind in der Oldenburg-Info im Lappan, Lange Straße 3 oder unter 0441-36161366 erhältlich.



Tourismus & Marketing
Oldenburg i.o.

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

durch die Corona-Krise hat das Fahrrad an Stellenwert gewonnen. Das Virus verändert das Leben der Menschen. Zu beobachten ist, dass mehr Menschen das Fahrrad nutzen und den öffentlichen Nahverkehr meiden. Angesichts der mehrheitlich viel zu schmalen Radwege ist es oft schwierig, den nötigen Abstand zu bewahren.

Dabei sind uns vom Autoverkehr abgetrennte Radwege lieber, als uns mit den Autofahrenden den Platz teilen zu müssen. Wir haben jedoch nicht die Radwege, die wir brauchen, sondern müssen mit dem Gegebenen zurechtkommen. Unsere Aufgabe sehen wir darin, den Druck zum Aufbau besserer Radwege zu erhöhen.

Ich erlebe immer noch, dass wir Radfahrende nicht als gleichberechtigte Verkehrsteilnehmende geachtet werden. Oft versuchen hupende und schimpfende Autofahrende uns zurechtzuweisen. Sie akzeptieren die Regeln der Straßenverkehrsordnung nicht, dass auch uns Radfahrenden die Straße als Verkehrsraum zusteht.

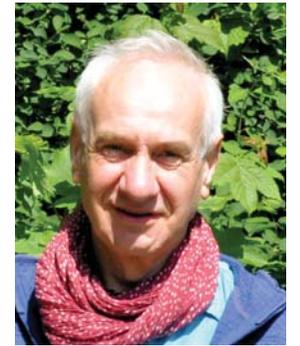
Wir müssen endlich raus aus der Opferhaltung. Es ist Zeit, dass wir Radfahrenden uns deutlicher im Verkehr zeigen. Warum einen schmalen Seitenstreifen befahren, wenn er nicht benutzungspflichtig ist. Nutzen wir doch den uns gebührenden Platz im Straßenverkehr und überlassen auch den zu Fuß Gehenden ihre durch Gehwegzeichen gehörenden Wege.

Lassen wir uns nicht verunsichern durch jahrelange subjektive Wahrnehmungen und Konditionierungen,

dass es auf Nebenanlagen sicherer zu fahren sei, als auf der Straße. Wichtig ist, dass wir uns zeigen und souverän und selbstbewusst nach den Verkehrsregeln fahren. Statistisch sind wir damit sicherer unterwegs als auf den Seitenstreifen. Letztlich schaffen wir damit auch ein veränderndes Straßenbild. Wir haben die Möglichkeit, das Fahrrad mehr in den Mittelpunkt des Straßenverkehrs zu stellen.

Viele unserer angekündigten und spontanen Touren haben auch in Zeiten der Pandemie stattgefunden. Die Tourenleitenden haben im Einklang mit den regionalen Bestimmungen besonderen Einsatz gezeigt. Hierfür gebührt ihnen großer Respekt und den vielen Teilnehmenden auf den Touren ein Dankeschön für das entgegengebrachte Vertrauen.

Wir alle wissen nicht, in welchem Umfang im ersten Halbjahr 2021 Touren stattfinden können. Das, was unter den Bedingungen möglich ist, werden wir umsetzen. Das aktuelle vorliegende Programm ist wieder vielversprechend.



Herzliche Grüße
Heinrich Book
Vorsitzender



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

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

Stevens Contoura VSF Fahrradmanufaktur Kreidler Cortina Puky 6KU Babbœ Thule Hamax



seit 1992

Wir sorgen für urbane Mobilität

**LEIDENSCHAFT,
INDIVIDUALITÄT,
PERFEKTION**



**CUSTOM MADE
IN HOYA/WESER**

Ammerländer Heerstr. 6
26129 Oldenburg

Tel: 0441 – 72853

www.bikes-oldenburg.de

info@bikes-oldenburg.de

Inhalt

Editorial 3
 Termine & Infos 5

PORTRÄT
 Fördermitglied vorgestellt:
 Dynamo Schneider 42

AUS DEM AKTIVENKREIS
 Aktiv im ADFC Kreisverband Oldenburg 14
 Aktivitäten ADFC Cloppenburg 58

VERKEHR / POLITIK
 Impressionen von der Fahrrad-Demo 8
 Licht und Schatten ... 10
 E-Scooter - eine weitere Alternative ...?! 16
 Plus / Minus 51

KINDER UND RADFAHREN
 Für mehr sichere Schulwege ... 6
 .. und dann hat macht es pffft! 46
 Wirrwarr + Rätsel 49

LOKALES
 Frauen lernen Fahrradfahren 40
 Stadtradeln Oldenburg 2020... 50

LESERBRIEF / MEINUNG
 Meinung 18
 Verkehrssirrsinn 20

REISEBERICHTE
 Die Havel – eine reizvolle Seenlandschaft 44
 Radreise Baltikum mit Kindern 54

TOURENPROGRAMM
 Radtouren März bis Juli 2021 22
 Tourenübersicht Heftmitte

RADKULTUR
 Im Doppelpack 52

MITGLIEDSCHAFT / FÖRDERER
 Fördermitglieder 61
 Mitgliedsantrag 62

Impressum 61

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Infoladen

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

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

Bei uns finden Sie

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

Unsere Öffnungszeiten

Donnerstag 18:00 – 20:00 Uhr vom 1. Februar bis 23. Dezember
 Samstag 10:00 – 12:00 Uhr vom 1. Februar bis 30. Oktober

Kontaktmöglichkeiten

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

Termine 2021 – 1. Halbjahr

ohne Termin	ADFC Oldenburg Mitgliederversammlung
11.04.2021	Hallo Fahrrad - Fahrradtag in Oldenburger Innenstadt
24./25.04.2021	Spezialradmesse virtuell - www.spezialradmesse.de
19.05.2021	Ride of Silence
03.06.2021	Weltfahrradtag
Verkehrsausschuss- 3. Montag im Monat (Eintrittskarte erforderlich) Sitzungen	
Jeden letzten Freitag im Monat startet die Critical Mass Oldenburg. Los geht es um 18:30 Uhr am Hbf oder um 19:30 Uhr am Julius-Mosen-Platz.	

Auf Grund der Situation mit Corona / Covid-19 ist zur Zeit der Drucklegung keine verbindliche Terminplanung möglich. Bitte Tagespresse und Internetseite <https://oldenburg.adfc.de> beachten!

AG's mit festen Terminen:

Verkehr	Jeden Dienstag vor der Verkehrsausschusssitzung der Stadt Oldenburg. Ab 19:00 Uhr „Bei Beppo“, Auguststr. 57
Aktiventreffen	Jeden 4. Montag im Monat 19:00 Uhr; Ort wird bekannt gegeben
Codierung	Februar bis Oktober: im Innenhof beim PFL, Peterstr. 3 Samstag 27.02. / 27.03. / 24.04. / 22.05. / 26.06. jeweils 10:00 - 12:00 Uhr

Für mehr sichere Schulwege ...



Sonntag, 20. September 2020, 14:30 Uhr: Der Oldenburger Schloßplatz ist gesprenkelt mit weißen Kreuzen im Abstand von zwei Metern. Nach und nach präsentiert sich aus allen Richtungen die Vielfalt der Oldenburger Radler*innen, darunter viele Kinder. Man sieht die Kleinsten mit Laufrädern oder in ihren Kindersitzen, Eltern mit oder ohne Transportrad für die Jüngsten sowie Großeltern mit schnittigen E-Bikes. Fahrräder sind mit bunten Luftballons geschmückt. Die Menschen versammeln sich Corona gerecht mit Abstand und Maske. Handgemalte Pappschilder zeigen die Forderungen unserer jüngsten Mitbürger*innen an die Politik und die Erwachsenen auf: „Verkehrswende statt Weltende“, „für mehr sichere Schulwege“, „Autos weg von unseren Wegen“, und „mehr Platz für Fahrräder“.

Schließlich setzt sich ein Demonstrationzug aus ca. 700 Menschen auf Rädern in Bewegung, darunter ca. 330 Kinder. Vornweg fährt die Polizei als Freund und Helfer. Der Zug wird von zehn Kindern angeführt, die schon verkehrssicher sind. Sie sorgen für ein kindgerechtes Tempo. Es geht durch die Gartenstraße, die Meinardusstraße, die Auguststraße, die Alexanderstraße über den Pferdemarkt zurück zum Schloßplatz. Wenn man als Ordner*in die Aufgabe übernom-

men hat, an einer Kreuzung die Radfahrenden vor Autos zu sichern, kann man den nicht enden wollenden, fröhlich klingelnden, bunten Zug genießen.

Die Radelnden haben an diesem Ausnahmetag viel Platz, nämlich eine ganze Fahrbahnbreite. Sie können sich sicher fühlen, nebeneinander fahren und miteinander sprechen. Es ist rundherum familien- und kindgerecht – sogar für die Kleinsten und die Ältesten. Radfahren macht Spaß!

So friedlich, sicher, rücksichtsvoll und frei von Autoverkehr und parkenden Autos müsste es immer auf unseren Wegen zugehen! So viel Platz müssten Fahrradfahrende immer haben! Dann könnten Eltern ihre Kinder endlich unbesorgt alleine mit ihren Fahrrädern zur Schule, zum Sport oder zu ihren Freunden fahren lassen.

Die Demonstration war Teil einer europaweiten Meinungskundgebung namens „Kidical Mass“. Mit mehr als 100 Fahrrad-



Kidical Mass 2020 / Alle Fotos: Anke und Caroline Lücken

demos in Deutschland, Belgien, England, Österreich und der Schweiz haben zehntausende Kinder, Jugendliche und Familien am 19. und 20. September 2020 ein Umdenken in der Verkehrspolitik gefordert: Kinder und Jugendliche sollen sich in Zukunft sicher und selbständig mit dem Fahrrad bewegen können.

Zu den bundesweiten Unterstützern gehörten der ADFC, Campact, Changing Cities, Deutsches Kinderhilfswerk, Greenpeace, RAD-KOMM, VCD sowie mehr als 150 lokale und regionale Vereine, Organisationen und Initiativen.



In Oldenburg wurde die Aktion von der Gruppe „Verkehrswandel.de“ organisiert.

Anke Lücken



Die Speiche
Faszination Fahrrad

Nadorster Str. 60
Oldenburg

Tel. 0441 - 84123 · www.speiche-ol.de



Impressionen von der Fahrrad-DEMO am 12.07.2020

Foto: Hubertus Lobers

Auch die zweite Auflage unter dem Hauptmotto „Mehr Platz für Radfahrer*innen“ wurde von der Wetterseite freundlich unterstützt. Ein gutes Omen für die Anliegen dieser Veranstaltung.

Mehr als eine halbe Stunde mussten einmündende Haupt- und Nebenstraßen „gekorkt“ werden. Dieser Begriff aus der Demonstrationsszene bedeutet, Absperren des Verkehrs, um den Demonstrationzug einerseits nicht zu unterbrechen und andererseits Sicherheit zu gewährleisten. Im Vergleich zum Vorjahr ist die Anzahl der Teilnehmer*innen um 700 auf 2000 gestiegen. Viele freiwillige Ordner*innen sorgten in reibungsloser Zusammenarbeit mit der Polizei für einen unfallfreien Verlauf.

In der Nadorster und der Donnerschweer Straße konnten sich die Teilnehmer*innen wie beim Kramermarktsumzug fühlen, weil sie von Balkonen und dem Straßenrand beäugt wurden. Die Mienen der „Zuschauer*innen“ drückten Wohlwollen und Erstaunen aus.

Das Befahren des Autobahnabschnittes zwischen den Abfahrten Nadorst und Donnerschweer wurde von aufmunterndem Hupen von Fahrer*innen auf der Gegenfahrbahn begleitet. Übrigens könnte man aus zwei Autospuren gut vier komfortable Fahrradspuren machen.

Diese Veranstaltung hat gezeigt, wie auch in Corona-Zeiten durch umsichtige Planung sowie disziplinierte und rücksichtsvolle Teilnehmer*innen die Botschaft des dringend notwendigen städtischen Verkehrswandels öffentlich gemacht werden kann.

Weiter so, bis zum nächsten Jahr! Vielleicht noch 500 mehr!

Hubertus Lobers



Fotos: Dieter Hannemann, Hubertus Lobers

Rakelmann Optik

www.rakelmann-optik.de

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

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





Parkstraße (Hude) - beengte Verhältnisse - nicht viel Platz für Fuß- und Radverkehr

Licht und Schatten

Radfahren im ländlichen Raum

Wenn in den Medien über Radverkehr und Verkehrswende berichtet wird, dann häufig über die Situation und die Entwicklung in den Städten. Aber auch im ländlichen Raum ist das Fahrrad ein sinnvolles Verkehrsmittel. So steigen auch im ländlichen Raum die Zahlen an Radfahrenden. Unterstützt wird der Trend durch die Verbreitung von Pedelecs, mit denen unabhängig von Alter oder körperlicher Fitness bequem größere Entfernungen zurückgelegt werden können.

Das Fahrrad ist nicht nur ein Freizeit- und Sportgerät, sondern auch ein Verkehrsmittel im Alltag.

Wer mit dem Fahrrad fährt, tut nicht nur etwas für das Klima, sondern auch für Geist und Körper. Mit dem Fahrrad lernt man au-

ßerdem auch seine Umgebung kennen.

Mehr Schatten...

Doch gerade im ländlichen Alltag bewegt man sich mit dem Fahrrad häufig auf der Infrastruktur aus einer Zeit, als die Förderung des Autoverkehrs noch im Mittelpunkt stand. Innerorts ist man nur selten auf eigenständigen Radwegen unterwegs, sondern muss sich den wenigen Platz auf dem Bürgersteig mit den Fußgänger*innen auf benutzungspflichtigen gemeinsamen Geh- und Radwegen teilen. Da kann es schon mal eng werden, insbesondere, wenn an Müllabfuhrtagen die abgestellten Mülltonnen den verfügbaren Platz weiter einschränken, oder man mit Anhänger oder Lastenrad unterwegs ist.



Schmal Weg – den schmalen Pfad müssen sich zu Fuß Gehende und Radfahrende teilen (Benutzungspflicht)

Doch nicht nur die Breite der Wege ist ein Problem, sondern auch die Qualität des Bodenbelags: Schlechte Pflasterung, Schlaglöcher, Absenkungen an Grundstückseinfahrten und Abbiegungen, die häufig auch nur schwer einsehbar sind, sorgen für wenig stressfreie und bequeme Fahrten.

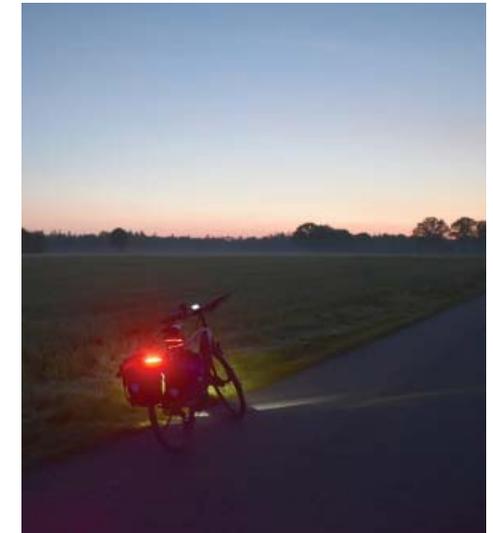
Außerorts radelt man meistens auf schmalen Wegen neben den Landstraßen. Auf diesen Wegen hat man nicht selten



Radwegschäden - Schlechte Infrastruktur an Landstraßen kaum einladend

mit Bodenwellen durch Baumwurzeln und Schlaglöchern zu kämpfen.

Etwas bequemer und weniger eintönig radelt man hingegen, wenn man sich Routen abseits der Landstraßen sucht. Da kann man dann nicht nur auf breiteren und meist schlaglochfreien und oft auch autoarmen Straßen unterwegs sein, belohnt wird man



Morgenstimmung - Mit solchen Impressionen wird der Radpendler auf dem Land belohnt

auf diesen Routen auch mit dem Ausblick und Impressionen der Umgebung. Es lohnt sich also neue Routen zu suchen, diese sind mitunter auch kürzer, als entlang der Hauptstraßen.

Ein Silberstreif am Horizont

Doch auch im Landkreis tut sich etwas. Unzufriedene Bürger*innen wenden sich an Politik, Verwaltung und Presse und machen auf die Probleme aufmerksam. Und auch der ADFC ist mit dabei.

Der Landkreis hat die Überprüfung aller Radinfrastruktur an Landes- und Kreisstraßen in Auftrag gegeben. Die Überprüfung ist bereits abgeschlossen und es soll sich nun nach und nach in den Kommunen etwas

tun, wo die Infrastruktur nicht den aktuellen Regelwerken entspricht.

Auch sollen die Geh- und Radwege außerhalb nach und nach verbreitert werden. Teilweise wurden sie es schon, so dass man nun gefahrlos aneinander vorbeifahren oder überholen kann.

Das neue Knotenpunktsystem im Landkreis ist nicht nur eine Hilfe für Freizeit- und Tourenfahrer*innen, sondern auch für Alltagsradelnde bei der Suche nach neuen Routen.

Radschnellwege für Radpendler*innen sind immer wieder mal im Gespräch, bisher aber ohne sichtbares Ergebnis.

Innerorts lahm der Prozess der Verkehrswende hingegen etwas. An vielen Stellen fehlt der Platz für eine eigene Radinfrastruktur, und es braucht mutige Maßnahmen, um Platz neu zu verteilen und auch die entsprechenden (finanziellen) Mittel dafür bereitzustellen.

Der ADFC wird den Prozess weiter begleiten und freut sich über Unterstützung.



Knotenpunktsystem - Neues Knotenpunktsystem im Landkreis lädt zu neuen Wegen ein

Aber auch die radelnden Bürger*innen sind gefordert, bei Politik und Verwaltung nicht locker zu lassen, damit sich die Situation für Radfahrende in den ländlichen Kommunen verbessert, nicht zuletzt aber auch weiter auf das Fahrrad als Verkehrsmittel zu setzen und Mitmenschen zur Radnutzung zu animieren.

Denn eine einladende Radinfrastruktur für steigenden Radverkehr sorgt auch für mehr Sicherheit des Fußverkehrs und für mehr Aufenthaltsqualität in unseren Landgemeinden.

Text und Fotos: Christian Lüdke

Der Autor ist Mitglied im Vorstand des ADFC Oldenburg und hat seit über einem Jahr seine alltägliche Mobilität vom Auto auf das Fahrrad umgestellt. Er fährt über 7000 km im Jahr witterungsunabhängig mit dem Fahrrad durch den Landkreis, u. a. 14 km von seinem Wohnort zu seiner Arbeitsstelle, und möchte nicht mehr zurück ins Auto steigen.

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**

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

Die Verkehrsgruppe

Beratendes Mitglied im Verkehrsausschuss der Stadt Oldenburg

Heinrich Book, Christian Lüdke, Volker Myrtus, Burkhard Wild und Wolf Wiegand sind das Team der „Arbeitsgruppe Verkehrspolitik“ im ADFC Oldenburg. Mit ihrem ehrenamtlichen Engagement wollen sie die Fahrradinfrastruktur für Radfahrende in der Stadt und im Landkreis aktiv beeinflussen.

Normalerweise trifft sich die Gruppe mindestens einmal im Monat bei „Beppo“. Sie bereiten Ausschusssitzungen des Verkehrsausschusses vor und erarbeiten Anträge, in denen sie auf heikle und gefährliche Situationen für Radfahrende auf Oldenburger Straßen hinweisen und vor allem die Forderung stellen, die aufgezeigten Missstände zeitnah zu beheben.

„Wir brauchen mehr Platz für Radfahrende, mutige und weitsichtige Stadt- und Verkehrsplaner, die die anstehende Verkehrswende beherzt vorantreiben. Wir fordern, dass alle Verkehrsteilnehmende gleich behandelt werden und die strukturelle Bevorzugung des Autoverkehrs endet. Wir wün-

schens uns ein Mobilitätskonzept der Stadt Oldenburg, das auch eine attraktive Verknüpfung des Umlandes einschließt, denn so bringen wir immer mehr Menschen aufs Fahrrad“, so einer der Akteure der Arbeitsgruppe.

Sie sind überzeugt davon, dass sie etwas bewegen und dass mit ihrem Engagement die derzeitige Oldenburger Fahrradinfrastruktur substanziell verbessert wird.

Das „TeamRad“ der Stadt Oldenburg lädt die Teilnehmer der Verkehrsgruppe zu verwaltungsinternen Besprechungen / Diskussionen ein. Sie sind dort als kompetente Ratgeber gefragt! Auch dort leisten sie aktive Lobbyarbeit für die Radfahrenden in Oldenburg.

Heinrich Book vertritt den ADFC im Verkehrsausschuss (Stellvertreter: Volker Myrtus) und nimmt so das Mandat eines beratenden Mitglieds wahr.

Aktuell (November 2020) wurde der An-

trag eingebracht, die Straße Friedensplatz für eine Sperrung des Kraftfahrzeugverkehrs zu untersuchen, um damit den Radverkehr sicherer gestalten zu können. Dieser Antrag wurde am 16. November 2020 angenommen.

„Entscheidungsprozesse zu beeinflussen, ist ein schwieriges Unterfangen bei den ak-



Situation Friedensplatz / Foto: ADFC Oldenburg

tuellen politischen Mehrheitsverhältnissen im Ausschuss und mit ‚dicke Bretter bohren‘ zu umschreiben“, so Heinrich Book.

Auf die Frage, wie sich das Stadtbild ihrer Meinung nach bis 2030 verändert haben wird, äußern sich die Mitglieder der Verkehrsgruppe optimistisch: „Es wird mehr sichere Radwege geben; die öffentlichen Flächen werden mehr und mehr von ruhendem und fließendem motorisierten Verkehr befreit. Die Stadt ist attraktiver geworden, hat an Lebensqualität gewonnen“. „Viele fahrradfahrende Kinder fahren auf leisen und sicheren Straßen, und es gibt viele komfortable Radwege in der Stadt und im Umland“.

Doch dies kann nur gelingen, wenn die Politik für ein entsprechendes Budget für den weiteren Ausbau der Fahrradinfrastruktur Sorge trägt.

Birgit Burkhardt



Verkehrsgruppe ADFC Oldenburg / Foto: ADFC Oldenburg



- Sorgloser Fahrradurlaub, umweltfreundlich und aktiv, in Deutschland
 - Wellness und Erholung in Bad Kissingen
 - In Europa die Sonne im Herbst genießen

lfd. aktualisierte Homepage

Wir bleiben flexibel und passen unsere Angebote den aktuellen Bestimmungen an!

„Da geht's mir gut“ **Sausewind**

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



E-Scooter – eine weitere Alternative zum Auto in der Stadt!?

Als E-Scooter bezeichnet man E-Stehroller oder E-Tretroller, die nicht schneller als 20 km/h fahren dürfen. Es besteht Versicherungspflicht. Sie müssen oder dürfen überall dort fahren, wo sich Radfahrer*innen auch bewegen.

Als schnell verfügbarer Ersatz für die Benutzung des ÖPNV kommen sie häufig zum Einsatz.

Die Kosten setzen sich aus mindestens 1 € Grundgebühr und einem Minutenpreis von 0,15-0,20 € zusammen.

Für die gefahrlose Nutzung ist ein gutes Balancegefühl hilfreich, mit einer Hand am Lenker wird es deutlich wackliger. Vorausschauendes Fahren ist erforderlich.

Die E-Mobilität wird zur Zeit als klima- und umweltfreundliche Fortbewegungstechnologie der Zukunft favorisiert. Kann der Einsatz von E-Scootern dazu einen Beitrag leisten?

Autofahrten mit Verbrennungsmotoren müssten nennenswert ersetzt werden. Laut einer Studie der Strategieberatung Nuntak (250 Befragte in Hamburg, Köln, Berlin, München, Frankfurt/Main) verzichten nur 21 % der Befragten auf eine Autofahrt zugunsten des E-Scooters. In Paris gaben von 4000 Befragten 8 % an, den E-Scooter statt des Autos zu benutzen.

Unter Umweltschutzgesichtspunkten kann die Herstellung und Lebensdauer von Akkus und Rollern kritisch betrachtet werden: Der Abbau von Rohstoffen für die Herstellung von Akkus wie Lithium, Kobalt, Nickel, Kupfer, Aluminium u. a. ist häufig umweltbelastend und gesundheitsgefährdend. Der Energieeinsatz, auch beim Bau von E-Scootern, ist hoch und erfolgt größtenteils durch Kohlestrom. Die derzeit zu kurze Lebensdauer von Akkus und Rollern verschärft die beschriebene Problematik.

Auch das tägliche Einsammeln der abgestellten Fahrzeuge zum Aufladen belastet die Emissionsbilanz.

„Wild“ herumstehende Roller stellen Hindernisse für Radfahrer*innen und Fußgänger*innen dar und vermindern die zur Verfügung stehende Fläche für diese Verkehrsteilnehmer*innen. Die meist schnelleren und lautlosen E-Scooter können zu nicht immer folgenlosem Erschrecken führen.

Sollen E-Scooter eine sinnvolle Ergänzung für eine umweltschonende Mobilität werden,

- sollte die Radwegeinfrastruktur, die auch Radfahrer*innen zu Gute kommen könnte, ausgebaut werden.
- sollte die Ökobilanz bei der Herstellung und der Lebensdauer von Akkus und Rollern verbessert werden.
- sollte der Ladestrom ausschließlich mit Hilfe regenerativer Energien erzeugt werden.
- sollte sich deren Nutzungsquote zu Ungunsten des Pkws deutlich erhöhen.

Die ständige Steigerung unseres Bequemlichkeitsniveaus erfordert Fahrzeuge/ Geräte für Mobilität, Haushalt, Kommunikation u. a., die mit einem hohen Stromverbrauch betrieben werden.

Sollte dieser zusätzliche Strom nicht kli-

maneutral erzeugt werden können, bedeutet dies Umweltbelastung und Ressourcenverbrauch mit den bekannten Folgen.

Text: Hubertus Lobers
Fotos: Helmut Pawlitzak
Quellen: Umweltbundesamt,
quarks.de, fairkehr 04/19 t





Die
Fahrrad
Werkstatt

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

Meinung

Ich wünsche mir als Bürger der ehemaligen Übermorgenstadt und der sogenannten Fahrradstadt mal ein wegweisendes Projekt. Die fahrradfreundlichen Merkmale erschließen sich doch eher in topografischen und soziokulturellen Gründen und durch das Verwalten der sogenannten Radwege aus den 80ern. Und trotzdem oder gerade deswegen gibt es viele lobenswerte Fahrrad- und Verkehrsinitiativen in unserer Stadt.

In Oldenburg existieren seit Sommer und Herbst 2020 Sharing-Angebote für Elektro-Roller bzw. Elektro-Tretroller. Ich meine, was uns aber wirklich bereichern könnte, das wäre ein Projekt, was der Umwelt und unserer Gesundheit zuliebe funktioniert: ein wirklicher Tretroller unabhängig von der Steckdose, eben ein Sharing-Projekt für muskelbetriebene Tretroller.

In Münster, ebenfalls einer fahrradfreundlichen Stadt, gibt es ein Tretroller Sharing Projekt (www.tretty.de). Die Fahrer*in profitiert am meisten von der emissionsfreien Art der Fortbewegung. Die vielfältigen Vorteile, die ein Tretroller-Sharing mit sich bringt:

- **Lebensfreude:** Mit dem Tretroller gleitet man bequem und geräuschlos durch die Stadt. Das Fahren lässt Kindheitserinnerungen wiederaufleben.
- **Flexibel und schnell zum Ziel:** Man kommt jederzeit zuverlässig und direkt ans Ziel, der Roller zeichnet sich dabei durch intuitives Handling, Leichtigkeit und Wendigkeit aus.
- **Immer in Bewegung bleiben:** Der Körper wird ganzheitlich gefordert und wäh-

rend der Fahrt nimmt man eine natürliche, aufrechte Position ein.

- **Pro Klimaschutz:** Wir schaffen dadurch eine positive Umwelt-Bilanz, auch mit ihrer langlebigen Bauweise sind die Tretroller besonders nachhaltig.
- **Sicher ist sicher:** Starke Trommelbremsen stoppen zuverlässig, wann immer nötig. Mit den großen Laufrädern (vorne 26 Zoll und hinten 20 Zoll) ist man sicher unterwegs. Taschen, Rucksäcke und Co. verstaut man im Korb am Lenker.

Bleibt zu hoffen, dass aus dem (Kindheits-) Traum des mit Muskelkraft angetriebenen Tretrollers durch ein Sharing-Projekt analog zu Münster auch in Oldenburg Realität wird – für eine nachhaltige, fahrradfreundliche und lebenswerte Stadt.

Dieter Hannemann / Redaktion



Tretroller Tretty, Münster, Foto: Thomas Mohn Fotografie



TRET
LASTER

in Oldenburg

- Große Auswahl
- Terminberatungen
- Hol-und Bringservice
- Dienstrad Leasing
- Finanzierungen
- Dialogserviceannahme

Bremer Heerstraße 400
(Einfahrt über Rhodenweg)
26135 Oldenburg
+ 49 (0) 4407 / 328 30 89
nord@tretlaster.de
www.tretlaster-nord.de



Verkehrsirrsinn im niedersächsischen Cloppenburg

Ist das Deutschlands kürzester Radweg?

Teilabschnitt ist nur ca. fünf Meter lang

Ist das ein Radweg oder kann das weg? Diese Frage stellen sich wohl alle Fahrradfahrer, die momentan im Gewerbegebiet der niedersächsischen Stadt Cloppenburg unterwegs sind. Kein Wunder, denn dort befindet sich ein gerade einmal fünf Meter langer Teilabschnitt eines Radweges.

„Diesen Unsinn hätten sie eigentlich auch bleiben lassen können“

„Diesen Unsinn hätten sie eigentlich auch bleiben lassen können“, sagt Michael Bertschik, Kreisvorsitzender vom ADFC in Cloppenburg. Der nur etwa 55 Meter lange und mehrfach unterbrochene Radweg im Cloppenburger Gewerbegebiet macht ihn fassungslos.

Dabei hatte sich Michael Bertschik zu erst gefreut: Vor kurzem stößt er in dem Gewerbegebiet auf den Radweg und ist begeistert, dort überhaupt einen vorzufinden. Doch dann befährt er die Strecke, muss nach etwa 20 Metern wieder auf die Straße, an einer Lastwagen-Parkbucht vorbei, nach etwa 100 Metern wieder auf den Radweg, nach zehn Metern wieder runter, eine Kreuzung überqueren, um dann wieder für fünf Meter auf dem Radweg zu fahren. „Der ADFC schlägt ganz klar vor, ein Radweg hat durchgängig zu sein, und das ist dieser hier definitiv nicht.“

Wer einmal Fahrrad gefahren ist weiß: So eine verwirrende Verkehrsführung ist nicht nur nervig, sondern kann auch richtig gefährlich werden.

Viele Radfahrer wird es in dem Gewerbe-



gebiet am Rande der Stadt sicherlich nicht geben. Aber: rechtlich seien die Radfahrer gezwungen, den Radweg zu benutzen, sonst drohe ein Bußgeld von der Polizei, so Bertschik.

Die Stadt Cloppenburg dazu: Einen durchgängigen Radweg ließen die Platzverhältnisse auf dem Industriezubringer nicht zu, erklärte eine Sprecherin der Stadt: „Die Radwegeführung ist hier aus verkehrstechnischer Sicht die sicherste Variante gewesen, um den ortsauswärts fahrenden Radfahrer im unübersichtlichen und engen Kurvenverlauf des Industriezubringers (Anm.FB: eine langgestreckte Kurve) bei hoher Lkw-Frequenz nicht auf die Fahrbahn zu zwingen.“ Aus planerischer Sicht habe die Sicherheit Vorrang vor dem Fahrkomfort der Radler, meint die Verwaltung. Ohnehin gebe es in dem Bereich nicht viele Radfahrer.

ADFC-Kreisvorsitzender Bertschik hingegen hält den Radweg für nutzlos: „Stell dir mal vor, ein Autofahrer müsste nach 20 Metern immer wieder die Straße verlassen - das gäbe doch einen Höllenaufstand!“

Franz Böckmann

EXTERNUM®

Fahrrad, Gesundheit & Lifestyle



EXTERNUM® Fahrradberatung, Ergonomieberatung und Werkstatt
Mühlenstraße 20
26160 Bad Zwischenahn

Öffnungszeiten:
Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 10:00-13:30 und 14:30-18:00Uhr
Samstag 10:00-13:00Uhr
Mittwochs nach Vereinbarung

Telefon 04403 / 939 44 22
Mail info@externum.eu

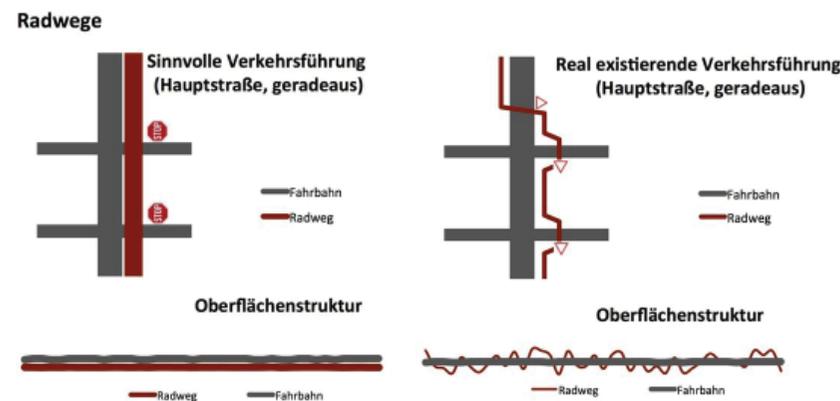
Infos auch unter www.externum.eu

Sinnvolle statt real existierende Verkehrsführung!

Ist euch auch im Alltag schon einmal aufgefallen, wie oft wir hoch und runterfahren müssen, wie viele Kurven wir fahren und welchen Gefahren wir ausgeliefert sind?

Dem MIV (Motorisierter Individual Verkehr) wird es da viel leichter gemacht. Die Grafik will das veranschaulichen.

Text und Grafik: Dieter Hannemann





Radtouren Oldenburg

März bis Juli 2021

Nicht nur für Mitglieder ...

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

Kontakt

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

Öffnungszeiten

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

Allgemeine Hinweise

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

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

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

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

Denken Sie bitte an Flickzeug und Proviant!

Selber Radtouren leiten ...

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

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

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

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

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

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

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

Alexanderstr. 388
26127 Oldenburg

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

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

www.huckepack.net



VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF

DACHBOXEN

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF

DACHTRÄGER

VERMIETUNG-VERKAUF-ANKAUF

HECKTRÄGER

Vormittags- und Feierabendtouren

Dienstags im 14-tägigen Rhythmus ●●

Donnerstags unregelmäßig, Kalender beachten ●●

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

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

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

Gemütliche Vormittagstour:

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

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

Feierabendsport ab 22 km/h:

Mittwochs ●●●◐

Sportliches Fahrradfahren: In einer Gruppe von Gleichgesinnten suchen wir bei einem Tempo ab 22 km/h die körperliche Herausforderung, möglichst auf glatten Asphaltstraßen und abseits der Hauptverkehrswege. Wir trainieren die körperliche Fitness und gönnen uns etwas für unser seelisches Wohlbefinden. Die TeilnehmerInnen und Teilnehmer sollten ausreichend fit sein und ihr Fahrrad sicher beherrschen. In Absprache mit den Teilnehmern können auch längere Strecken gefahren werden.

Diese Touren starten pünktlich um 17:00 Uhr am Stautorkreisel (Hafenseite).

Kalender Vormittags- und Feierabendtouren

Wochentag	Tempo	April	Mai	Juni	Juli
Dienstag 10:00 Uhr	vormittags	vormittags	vormittags	vormittags	vormittags
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	06.04.21. 20.04.21.	04.05.21 18.05.21	01.06.21 15.06.21 29.06.21	13.07.21 27.07.21
Dienstag 18:30 Uhr	abends	13.04.21.	11.05.21	08.06.21	06.07.21
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	27.04.21	25.05.20	22.06.21	20.07.21
Donnerstag 18:30 Uhr	abends	08.04.21	06.05.21	03.06.21	01.07.21
	gemütlich 14 – 18 km/h ●●	22.04.21	20.05.21	17.06.21	15.07.21
Donnerstag 18:30 Uhr	abends	01.04.21	13.05.21	10.06.21	08.07.21
	flott 17 – 21 km/h ●●●	15.04.21 29.04.21	27.05.21	24.06.21	22.07.21
Mittwoch 17:00 Uhr	abends	07.04.21.	05.05.21	02.06.21	07.07.21
	sportlich	14.04.21	12.05.21	09.06.21	14.07.21
	ab 22 km/h ●●●◐	21.04.21. 28.04.21	19.05.21 26.05.21	16.06.21 23.06.21 30.06.21	21.07.21 28.07.21

Einstufung der Touren:

- Sehr gemütlich – Tempo ca. 12 bis 15 km/h.
- Gemütlich – Tempo ca. 14 bis 18 km/h, für regelmäßige Alltagsradelnde geeignet.
- ◐ Flotte Tour – Tempo ca. 17 bis 21 km/h. Übung und Kondition erforderlich.
- Schnelle Tour – Tempo ca. 20 bis 24 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.
- ◐ Sportliche Tour – Tempo ab ca. 22 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.

Die Tempoangaben sind Fahrgeschwindigkeit, nicht Durchschnittsgeschwindigkeit.

Touren am Wochenende

Liebe Radfahrbegeisterte!

Zur Zeit (Stand Ende 2020) wissen wir nicht, ob wir die angebotenen Touren durchführen dürfen. Wir kennen auch noch nicht die Bedingungen, unter denen und ab welchem Zeitpunkt dies wieder möglich sein wird.

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

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

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

Bis bald,
Ihre Tourenleiter*innen

Alle unsere Touren,

auch unsere spontanen Touren außerhalb dieses Programms, finden Sie sowohl auf unserer Internetseite:

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

als auch im Tourenportal:

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

Anmeldung zu Touren bevorzugt über das ADFC-Tourenportal

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

Anmeldeschritte über das Tourenportal (*Buttons kursiv*)

- Bei Suchmaschine *Touren Termine adfc* eingeben.
- Danach *Touren* – Ortseingabe *Oldenburg* - gewünschte Tour anklicken - *anmelden* - Formular ausfüllen – *anmelden*.
- Sie erhalten eine Nachricht, dass Ihre Anmeldung beim ADFC angekommen ist.
- Bestätigen** Sie ohne Zeitverzug diese Mitteilung. Sie erhalten eine Zu- oder Absage.

Tourenleiter und Tourenleiterinnen im ADFC Oldenburg

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



SA 14.03. 10:00 60 km ●● (ES)

Zu den Frühblühern nach Mansholt

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

Über 60 km führt uns die Fahrradtour auf wenig befahrenen Nebenstrecken zu den Mansholter Büschen. Wir umrunden auf den erlaubten Wegen zu Fuß das Naturschutzgebiet und tauschen dabei unsere Kenntnisse zu den Naturzusammenhängen aus. Auf der Fahrt stärken wir uns mit unserem selbst mitgebrachten Picknick. Wir planen die Einkehr in ein Café.

SO 21.03. 10:00 65 km ●● (TR)

Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs / Rastede und Wiefelstede

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 14.03., max. 25 Personen,
<https://touren-terme.adfc.de/>

Es gibt sie noch: die alten Kirchwege im Ammerland. Wir erradeln in den Gemein-

den Rastede und Wiefelstede fünf der alten Kirchwege. Dabei geht es zum Teil auf sehr schmalen Pfaden durch Wald und Flur. Wenn Interesse besteht und die Kirchen offen sind, können diese auch kurz besucht werden.

SA 27.03. 09:30 85 km ●● (KK)

Stint un anner Fisch ane Ochtum

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 20.03., 18:00 Uhr, max. 20 Personen, <https://touren-terme.adfc.de/>

Tja, der Name ist Programm. Weitere Infos unter <https://touren-terme.adfc.de/>

SO 28.03. 10:00 40 km ●● (WB)

Schleichwege in Oldenburg

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung max. 25 Personen,
<https://touren-terme.adfc.de/>

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

A nach B kommt und dabei auch noch Sehwertes aufnimmt. Wir fangen einfach mal an, vielleicht gibt es während der Fahrt noch den einen oder anderen zusätzlichen Tipp?!

SA 10.04. 10:00 60 km ●● (BB)

Zur Storchenpflegestation nach Glüsing

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten 5 € (Storchenstation)

Wir fahren gemütlich zur Storchenpflegestation die wer mag besichtigen kann. Familie Hilfers erwartet uns. Bitte für alle Fälle Proviant mitbringen.

SA 17.04. 10:00 60 km ●● (TR)

Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs / Bad Zwischenahn

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 10.04., max. 25 Personen, über <https://touren-terme.adfc.de/>

Es gibt sie noch: die alten Kirchwege im Ammerland. Wir erradeln in der Gemeinde Bad Zwischenahn fünf der alten Kirchwege. Dabei geht es zum Teil auf sehr schmalen Pfaden durch Wald und Flur. Wenn Interesse besteht und die Kirche offen ist, kann diese auch kurz besucht werden. Eine Einkehr ist in Bad Zwischenahn geplant.

SO 18.04. 09:30 50 km ●● (HPa)

Nach Edeweicht

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:30 Uhr

Tempo gemütlich
Am Küstenkanal entlang, weiter auf den Reierweg (ehemalige Kleinbahnlinie) bis nach Edeweicht (Kaffeepause). Von da zurück nach Oldenburg. (Teilweise Forstwege).

SA 24.04. 10:00 60 km ●● (BB)

Einmal im Kreis

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich

Lasst euch überraschen. Bitte für alle Fälle Proviant mitbringen.

SO 25.04. 10:30 50 km ●● (ALü)

Zum Zwischenahner Meer

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 21.04. 18:00, max. 25 P. 0441 14742 oder 0157 757 46 837 oder anke.lueken@adfc-oldenburg.de oder <https://touren-terme.adfc.de/>

Wir fahren auf wenig befahrenen Nebenstrecken und guten Forstwegen ans Zwischenahner Meer. Nach einer Teepause radeln wir durchs Richtmoor zurück.

SO 02.05. 10:00 60 km ●● (ES)

Rhododendronblüte in Gristede

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

Über 60 km führt uns die Fahrradtour auf wenig befahrenen Nebenstrecken und kleinen Umwegen zum Schaupark der Baumschule Bruns in Gristede. Dort haben wir

Zeit für einen ausgedehnten Spaziergang durch den Park. Auf der Fahrt stärken wir uns mit unserem selbst mitgebrachten Picknick. Wir planen die Einkehr in ein Café.

FR 07.05. 12:00 25 km ●● (ES/FC)

Exkursion zum Bauernhof

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Im Rahmen des Kooperationsprojekts Ernährungsrat Oldenburg und ADFC Oldenburg besuchen wir den Bauernhof Meyer in Wiemerslande. Nach einer gemütlichen Fahrradtour und einem Zwischenstopp beim Hof Stolle in Bümmerstede erreichen wir gegen 14:00 Uhr den Hof von Familie Meyer in Wiemerslande. Wir diskutieren mit den Landwirt*innen über die aktuelle Situation in der Landwirtschaft und lassen uns über die besonderen Herausforderungen des eigenen Betriebs informieren.

SA 08.05. 09:10 65 km ●●● (TR)

Idyllisch, ostfriesisch – Greetsiel!

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 18:30 Uhr
Tempo flott
Kosten für Bahnfahrt
Anmeldung bis 01.05., max. 15 P. über <https://touren-terme.adfc.de/>

Wir fahren mit dem Zug nach Ostfriesland. Dort fahren wir durch typische Wurtendörfer der Krummhörn vorbei an Backsteinkirchen und Gulfhöfen. Auch der Deich wird uns eine Weile begleiten. Das Tagesziel ist der romantische Fischerort Greetsiel. Dort ist eine Einkehr geplant. Die Gastronomie lockt mit Fischbrötchen, Kaffee, Kuchen und Eis. Der Rückweg führt uns durch weitere kleine ostfriesische Dörfer wieder zum Bahnhof.

SO 09.05. 09:10 70 km ●● (ALü)

Gräberfelder und Hügelgräber

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten ca. 10 € (Bahn)
Anmeldung bis 05.05. 18:00, max. 12 P.



E-BIKES
Große Auswahl +
Inzahlungnahme.

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

Stüeckemann
Aus Freude am Fahrrad.

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

0441 14742 oder 0157 757 46 837
 oder anke.lueken@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir fahren nach Ahlhorn mit der Bahn und dann mit dem Rad über Wildeshausen, Dötlingen und Sandhatten nach Oldenburg zurück. Pestruper Gräberfeld, Kleinenknetener Steine und Glaner Braut liegen auf unserem Weg. Eine Pause in einem Cafe in Ostrittrum ist vorgesehen.

SA 15.05. 09:30 80 km ●●● (KK)

Exkursion zu den Bienenfreunden Ohliger in Westerstede

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo flott
 Anmeldung bis 08.05., 18:00, max. 20 P.,
<https://touren-terminen.adfc.de/>

Honey Honey Honey
 12.000m² Gartenanlage mit 1.000 verschiedenen Pflanzen, Stauden und Gehölzen, Rhododendren und Azaleen, Wildblumenwiese, Teichanlage.

SO 16.05. 10:00 70 km ●● (ES)

Exkursion zum Gemüsehof Bruns nach Bergedorf

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung <https://touren-terminen.adfc.de/>

Über 70 km führt uns die Fahrradtour zum Bauernhof von Familie Bruns nach Bergedorf in der Gemeinde Ganderkesee. Dort erfahren wir etwas zum Gemüseanbau, zur Eierproduktion und zur Herstellung von Nudeln. Auf der Fahrt stärken wir uns mit unserem selbst mitgebrachten Picknick. Wir planen die Einkehr in ein Café.

SA 22.05. 09:15 85 km ●●● (MB)

Kleiner und Großer Hasefall nahe Quakenbrück

Treffpunkt Bahnhof CLP
 Rückkehr ca. 17:45 Uhr CLP
 Tempo flott
 Kosten ca. 15 € (Bahn)
 Anmeldung bis 20.05., 0172 931 1336
 oder maria.behrens@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Eigene Anreise! Mit der Bahn nach Cloppenburg und zurück. Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Cloppenburg Bahnhof. Durch die Parkanlagen, entlang der Soeste geht es Richtung Warnstedt. Von dort führt uns der Weg durch schöne Natur Richtung Essen Oldenburg. Zwischen Feldern und Wäldern, entlang der Lager Hase steuern wir die Stadt Quakenbrück zum Haseüberfall an. Stopp geplant bei einem Hofladen (Spargel) sowie zu einer Kaffee-Pause. Mit sanften Pedalritten geht es entlang ruhiger Bauernschaften zurück Richtung Startpunkt.

MO 24.05. 09:00 65 km ●● (BB)

Ins Hasetal

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
 Rückkehr ca. 18:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Kosten ca. 15 € (Bahn)
 Anmeldung bis 17.05., max. 10 Personen
 birgit.burkhardt@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir fahren mit der Bahn nach Essen und von dort aus teils an der Hase entlang über Lönigen nach Quakenbrück. Von dort aus zurück mit der Bahn nach Oldenburg. Einkehrmöglichkeiten finden sich.



Fahrrad-Vollkaskoversicherung

Es ist Dein Rad.

Wir versichern es.

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

Mehr Informationen unter: www.ammerlaender-versicherung.de

... einfach eine gute Wahl! **AV** seit 1923 **Ammerländer Versicherung**
 Versicherungsverein auf Gegenseitigkeit VVaG

Bei Fragen erreichen Sie uns unter: **Telefon 04488-53737- 900**

Tag	Beschreibung	km		Leitung	Treff	Anmeld.	Zeit
März							
So 14.	Zu den Frühblühern nach Mansholt		●●	ES	PFL	ja	10:00
So 21	Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs ..		●●	TR	PFL	ja	10:00
Sa 27	Stint un anner Fisch anne Ochstum		●●	KK	PFL	ja	09:30
So 28	Schleichwege in Oldenburg		●●	WB	PFL	ja	10:00
April							
Sa 10	Zur Storchenpflegestation nach Glüsing	60	●●	BB	Stautorkreisel		10:00
Sa 17.	Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs	60	●●	TR	PFL	ja	10:00
So 18.	Nach Edeweicht	50	●●	HP	PFL		09:30
Sa 24.	Ein mal im Kreis	60	●●	BB	PFL		10:00
So 25.	Zum Zwischenahner Meer	50	●●	ALü	PFL	ja	10:00
Mai							
So 02.	Rhododendronblüte in Gristede	60	●●	ES	PFL		10:00
Fr 07	Exkursion zum Bauernhof	25	●●	ES/FC	PFL	ja	12:00
Sa 08	Idyllisch, ostfriesisch – Greetsiel!	65	●●●	TR	Bahnhof OL Südseite	ja	9:10
So 09.	Gräberfelder und Hügelgräber	70	●●	ALü	Bahnhof OL Südseite	ja	09:10
Sa 15.	Exkursion zu den Bienenfreunden Ohliger	80	●●●	KK	PFL	ja	09:30
So 16	Exkursion zum Gemüsehof Bruns	70	●●	ES	PFL	ja	10:00
Sa 22	Kleiner und Großer Hasefall	85	●●●	MB	Bahnhof CLP	ja	09:00
Mo 24.	Ins Hasetal	65	●●	BB	Bahnhof OL Südseite	ja	09:00
Sa 29.	Ammerländer Genussstour	80	●●●	KK	PFL	ja	09:30
So 30.	Rundtour nach Westerstede	60	●●	FC	PFL	ja	10:00
So 30	Elsflether Sand und zurück	70	●●	HL	Stautorkreisel	ja	11:00
So 30.	Tandem Treff	45	●●	DHa	Pferdemarkt		13:00
Juni							
So 06.	Thülsfelder Talsperre - Reiherweg ...	65	●●●	HPa	Bahnhof OL Südseite	ja	09:10
Sa 12.	In den Sonnenaufgang zum Frühstück	60	●●●	KK	PFL	ja	06:30
So 13	Durch das Artland zum Kokenberg	80	●●●	GB	Bahnhof Quakenbrück	ja	09:15
So 13	Rundkurs nach Spohle	60	●●	FC	PFL	ja	10:00
So 13	Ammerländer Moore	60	●●	ES	Stautorkreisel	ja	10:00
Sa 19	Dötlingen mit Glaner Braut und Ostrittrum	85	●●●	KK	PFL	ja	09:30
So 20.	Gemütlich an die Wümme	65	●●	ALü	PFL	ja	09:00
So 20.	Liegeräder testen	20	●●	DHa	Pferdemarkt	ja	14:00
Sa 26	Die Ruhe am frühen Morgen genießen	60	●●	TR	PFL	ja	08:00
Sa 26.	Exkursion zum Bauernhof Neemann	50	●●	ES/FC	PFL	ja	10:00
So 27.	Zur Staudenoase in Bergedorf	60	●●	HL	PFL	ja	11:00
Juli							
Sa 03	Zum Strohmuseum Twistringen	90	●●●	MB	Bahnhof Ahlhorn	ja	09:00
So 04.	Witte-Moor	45	●●	ALü	PFL	ja	11:00
Sa 10	Zur mittelalterlichen Burganlage - Dinklage	85	●●●	MB	Bahnhof Ahlhorn	ja	09:00
So 11	Neue Wege ins Hachetal	90	●●●	GB	Bahnhof Delmenhorst	ja	09:00

Liebe Radfahrbegeisterte!

Zur Zeit (Stand Ende 2020) wissen wir nicht, ob wir die angebotenen Touren durchführen dürfen. Wir kennen auch noch nicht die Bedingungen, unter denen und ab welchem Zeitpunkt dies wieder möglich sein wird.

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

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

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

Bis bald,

Ihre Tourenleiter*innen



UNTERWEGS
Spezialist für Reiseausrüstung

Biking
Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

www.unterwegs.biz



UNTERWEGS in Oldenburg

Gaststraße 27

Öffnungszeiten:

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

Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

Outlet

Gaststraße 4

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 10:00 - 19:00 Uhr

Sa: 10:00 - 18:00 Uhr

... auch online unter

www.unterwegs.biz

(versandkostenfrei ab 35,- € in Deutschland)



SA 29.05. 09:30 80 km ●●● (KK)

Ammerländer Genusstour durch 3 Gemeinden

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung bis 22.05., 18:00, max. 20 P.,
<https://touren-terme.adfc.de/>

Immer wieder ein Genuss, unser USA. Mit Einkehr zu Kaffee und Kuchen.

Weitere Infos unter <https://touren-terme.adfc.de/>

SO 30.05. 10:00 60 km ●● (FC)

Rundtour nach Westerstede

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

Wir fahren ca. 60 km zu sehenswerten Orten im Ammerland wie z.B. Mansholt, Garnholt, Torsholt und Bad Zwischenahn. Auf der Fahrt stärken wir uns mit unserem selbst mitgebrachten Picknick. Wir planen die Einkehr in einem gemütlichen Café auf dem Westersteder Marktplatz.

SO 30.05. 11:00 70 km ●● (HL)

Elsflether Sand und zurück

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung bis 27.05., max. 25 Personen, 0441 502188
oder hubertus.lobers@adfc-oldenburg.de
oder <https://touren-terme.adfc.de/>

Wir fahren entlang der Hunte über Huntebrück zum Elsflether Sand. Von dort geht es

über Berne durch das Reiherholz und teilweise über den Planetenweg zurück nach Oldenburg.

Eine Einkehrmöglichkeit ist vorgesehen.

SO 30.05. 13:00 45 km ●● (DHa)

Tandem-Treff

Treffpunkt Pferdemarkt
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

Wir (ADFC Oldenburg und Liegeradgruppe Oldenburg) wollen uns mit unseren Tandems, Gesellschaftsrädern oder Mehrpersonenfahrrädern auf dem Pferdemarkt treffen. Alle sind herzlich willkommen. Es soll Zeit sein, uns und unsere verschiedenen Räder kennenzulernen und eine gemeinsa-



Radwerk

Fahrräder · Ersatzteile · Zubehör · Service

im Kreyen-Centrum

Harreweg 153b

26133 Oldenburg

Tel.: 0441 - 361 981 50

Fax: 0441 - 361 981 51

info@radwerk-oldenburg.de

me Ausfahrt zu starten zu einem Melkhus oder Café in der Nähe von Oldenburg. Unterwegs wollen wir uns Zeit nehmen für eine spielerische Pause oder uns etwas anzuschauen (z.B. zum Thema Fahrrad). Wer kein Tandem hat oder eine Mitfahrgelegenheit sucht, kann sich gerne bei dieter.hannemann@adfc-oldenburg.de melden. Auch Nicht-Mitglieder sind willkommen, um den Spaß beim Tandem fahren zu entdecken.

SO 06.06. 09:10 65 km ●●● (HPa)

Thülsfelder Talsperre - Reiherweg - Oldenburg

Treffpunkt Bahnhof Südseite
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 15 €
Anmeldung bis 13.06., max. 12 Personen
0441 885137 oder

BIWAK City

Der modische Outdoor-Laden

Haarenstraße 55 • 26122 Oldenburg



helmut.pawlizsak@adfc-oldenburg.de

Anfahrt nach Cloppenburg mit der Bahn. Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen und Forstwegen durch den Oldenburger Süden. Zunächst steuern wir die Thülsfelder Talsperre an, dann geht es über den Reiherweg zum Küstenkanal, und weiter bis Edeweicht. Über Portsloge nach Oldenburg zurück. Unterwegs können wir uns das sog. Knotenpunktsystem für Radfahrer anschauen („Radeln nach Zahlen“).

SO 06.06. 10:00 60 km ●● (ES)

Ammerländer Moore

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

Über 60 km führt uns die Fahrradtour auf wenig befahrenen Nebenstrecken zum Vehnemoor und zum Fintlandsmoor. Wir gewinnen Eindrücke von der wirtschaftlichen Nutzung der Moore und deren Rückführung in Naturschutzgebiete. Auf der Fahrt stärken wir uns mit unserem selbst mitgebrachten Picknick. Wir planen die Einkehr in ein Café.

Sa 12.06. 06:30 60 km ●●● (KK)

In den Sonnenaufgang zum Frühstück an die Weser

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 11:30 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 15 € (für Frühstück)
Anmeldung bis 02.06., 18:00 Uhr, max. 20 Personen, <https://touren-termeine.adfc.de/>

Ein Start zu früher Stunde ins Wochenende mit leckerem Frühstück. Wir genießen die Fahrt in früher Morgenstunde und freuen uns auf ein leckeres umfangreiches Frühstück.

SO 13.06. 09:15 80 km ●●● (GB)

Durch das Artland zum Kokenberg

Treffpunkt Bahnhof Quakenbrück
Rückkehr ca. 17:30 Uhr Quakenbrück
Tempo flott
Kosten Bahnfahrt
Anmeldung bis 11.06. 18:00, max. 15 P., gerd.bruning@adfc-oldenburg.de oder <https://touren-termeine.adfc.de/>

Eigene Anreise! Mit der Bahn nach Quakenbrück und zurück; alternativ: Parkmöglichkeiten am Bahnhof Quakenbrück.

Wir bekommen heute Einblicke in das einzigartige Artland mit seiner Bauernhofkultur. Dabei haben wir zahlreiche Begegnungen mit imposanten Gutsbetrieben, ihren uralten Fachwerk- und Baumbeständen. Wir sehen das Gut Lage, die Burg Hopen und das Gut Brettberg sowie viele andere Sehenswürdigkeiten, an denen wir kurze Pausen einlegen. In geselliger Runde genießen wir den Ausblick vom Kokenberg. Der Kokenberg ist die Wasserscheide zwischen Weser und Ems. Auf der Rückreise kommen wir am Gestüt Schockemöhle vorbei um anschließend den Diekbach zu überqueren. Eine Café-Einkehr ist geplant, wo auch die Möglichkeit gegeben ist, die Akkus der E-Bikes aufzuladen.

SO 13.06. 10:00 65 km ●● (FC)

Rundkurs nach Spohle

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

Wir fahren ca. 65 km durch landwirtschaftlich interessante Orte im Ammerland wie z.B. Hollen, Spohle, Petersfeld, Linswege, Hüllstederfeld und Dreibergen. Wir planen die Einkehr in ein Melkhus.

SA 19.06. 09:30 85 km ●●● (KK)

Dötlingen mit Glaner Braut und Ostrittrum

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung bis 12.06., 18:00, max. 20 P., <https://touren-termeine.adfc.de/>

Eine sehr schöne Tour durch die Natur pur, ein Genuss für die Sinne, mit Hören, Sehen, Riechen, Schmecken und Fühlen... wie ein Tag Urlaub den Alltag zu vergessen. Weitere Infos unter <https://touren-termeine.adfc.de/>

SO 20.06. 09:00 65 km ●● (ALü)

Gemütlich an die Wümme

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten ca. 14 € (Bahn und Fähre)
Anmeldung bis 16.06. 18:00, max. 12 P., 0441 14742 oder 0157 757 46 837 oder anke.lueken@adfc-oldenburg.de oder <https://touren-termeine.adfc.de/>

Hunte, Weser, Lesum und Wümme begleiten uns auf unserem Weg. Bei Lemwerder überqueren wir die Weser mit der Fähre nach Vegesack. Nach einer Teepause an der Wümme fahren wir durch den Bürgerpark zum Bremer Hauptbahnhof und von dort mit dem Zug nach Hause. Bitte bei der Anmeldung angeben, wer eine Zugkarte braucht.

SO 20.06. 14:00 20 km ●● (DHa)

Liegeräder testen und was die Welt noch alles so braucht!

Treffpunkt Pferdemarkt

Rückkehr ca. 17:30 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung bis 17.06.,
 dieter.hannemann@adfc-oldenburg.de
 mit Angabe der Körpergröße

Wir fahren zusammen mit der Oldenburger Liegeradgruppe an den Großen Bornhorster See. Dort wollen wir mal verschiedene Räder ausprobieren, zu Lande und auf dem Wasser, mit Muskelkraft und mit Hilfe des Windes. Oder einfach mal über die Straße rudern!?

Es ist Zeit für Testfahrten auf verschiedenen Liegerädern, aber auch einfach zum Verweilen am Wasser. Unser Kuchenbuffet gestalten wir mit unseren mitgebrachten Kuchen, ebenso sollte jeder eine Thermoskanne Kaffee oder Tee dabei haben. Gegen 17:00 Uhr starten wir nach Hause.

SA 26.06. 08:00 60 km ●● (TR)

Die Ruhe am frühen Morgen genießen

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 15:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung bis 19.06., max. 25 Personen,
 über <https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir fahren südlich aus der Stadt heraus und werden auf ruhigen Straßen und Wegen die morgendliche Ruhe auf dem Rad genießen und das Wochenende einläuten. Unterwegs ist eine kurze Einkehr geplant.

SA 26.06. 10:00 50 km ●● (ES/FC)

Exkursion zum Bauernhof Neemann in Garnholt

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung <https://touren-terminen.adfc.de/>

Im Rahmen des Kooperationsprojekts Ernährungsrat Oldenburg und ADFC Oldenburg besuchen wir den Bauernhof Neemann in Garnholt. Wir fahren in gemütlichem Tempo auf ruhigen Nebenstrecken. Auf dem Hof wird konventionell Milch erzeugt und eine Hühnerhaltung mit dem Biolandsiegel betrieben. Wir diskutieren mit den Landwirt*innen über die aktuelle Situation in der Landwirtschaft und lassen uns über die besonderen Herausforderungen des eigenen Betriebs informieren. Bitte planen Sie ein selbst mitgebrachtes Picknick für die Tagesverpflegung ein.

SO 27.06. 11:00 60 km ●● (HL)

Zur Staudenoase in Bergedorf / Ganderkese

Treffpunkt Stautorkreisel
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung bis 24.06., max. 25 Personen
 0441 502188 oder
 oder hubertus.lobers@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir verlassen Oldenburg über Tweelbäke. Durch Wald, Feld und Flur erreichen wir über Hurrel und Dingstede das Gartencafé in Bergedorf. Der Rückweg führt uns über Munderloh und Sandtange von Süden nach Bümmerstede / Kreyenbrück zurück.

SA 03.07. 09:00 90 km ●●● (MB)

Zum Strohmuseum Twistring

Treffpunkt Bahnhof Ahlhorn
 Rückkehr ca. 17:45 Uhr Ahlhorn
 Tempo flott
 Kosten ca. 15 € (Bahn + Eintritt)
 Anmeldung bis 01.07., 0172 931 1336
 oder maria.behrens@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Eigene Anreise! Mit der Bahn nach Ahlhorn und zurück. Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Bahnhof Ahlhorn.
 Über Engelmannsbäke, durch das Auetal, zum neugestalteten Dorfplatz in Rechterfeld, steuern wir zum Ofenhaus Colnrade. Weiter führt uns der Weg durch eine sanfte hügelige Landschaft nach Twistring zum Strohmuseum, wo eine ca. halbstündige Führung eingeplant ist. Auf dem Rückweg gelangen wir zu den Rekumersteinen, Wildeshausen, vorbei an den Pestruper Gräberfeldern nach Aumühle und Heinefelder Wassermühle zurück nach Ahlhorn. Eine Kaffeepause ist vorgesehen.

SO 04.07. 11:00 45 km ●● (ALü)

Witte-Moor

Treffpunkt PFL
 Rückkehr ca. 17:00 Uhr
 Tempo gemütlich
 Anmeldung bis 30.06. 18:00, max. 25 P.
 0441 14742 oder 0157 757 46 837
 oder anke.lueken@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir fahren an der Hunte entlang über Holle zum Witte Moor. Dort müssen wir zwischendurch unsere Räder schieben, damit wir die Natur genießen können. Über Wüstring geht es am Tweelbäker See vorbei nach Oldenburg zurück. Tee und Kuchen gibt es in einem Melkhus.

SA 10.07. 09:00 85 km ●●● (MB)

Zur mittelalterlichen Burganlage - Dinklage

Treffpunkt Bahnhof Ahlhorn
 Rückkehr ca. 17:45 Uhr Ahlhorn
 Tempo flott
 Kosten ca. 10 € (Bahn)
 Anmeldung bis 08.07., 0172 931 1336
 oder maria.behrens@adfc-oldenburg.de

oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Eigene Anreise! Mit der Bahn nach Ahlhorn und zurück. Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Bahnhof Ahlhorn.
 Wir starten am Ahlhorner Bahnhof, entlang am ehemaligen Fliegerhorst geht es Richtung Drantum zum Hexenberg. Der Weg führt uns von hier zu den Desum-Steinen beim Gogericht. Zwischen Feldern und Wäldern, entlang der Märschendorfer Teiche steuern wir die Burg Dinklage an. Nach einer Kaffeepause geht es vorbei am Gut Lage. In Richtung Addrup über Elsten nach Sevelten führt uns der Weg weiter über Cappeln nach Emstek. Entlang am Halener Badensee geht es dann zurück nach Ahlhorn.

SO 11.07. 09:00 90 km ●●● (GB)

Neue Wege ins Hachetal

Treffpunkt Bahnhof Delmenhorst
 Rückkehr ca. 17:30 Uhr Delmenhorst
 Tempo flott
 Kosten ca. 15 €
 Anmeldung bis 09.07. 18:00, max. 15 P.
gerd.bruning@adfc-oldenburg.de
 oder <https://touren-terminen.adfc.de/>

Eigene Anreise! Mit der Bahn nach Delmenhorst und zurück; alternativ: Parkmöglichkeiten am Bahnhof Delmenhorst.

Wir radeln auf einer abwechslungsreichen Strecke in der Region Syke. Dort haben wir mehrere Stationen, wie das Heimatmuseum und die Wolfsschlucht mit einem fantastischen Blick auf das Hachetal. Wir machen einen Abstecher zu dem Ort, an dem Rudi Carrell lebte. Er liebte diesen Flecken, von dem er sagte: „Diese Landschaft ist ein Paradies, hier war ich Zuhause.“ Einkehr in ein Café geplant. Hier besteht auch die Möglichkeit die Akkus der E-Bikes aufzuladen. Die Rückfahrt leitet uns über den idyllischen Hachepadd.



Fördermitglied vorgestellt

Dynamo Schneider in Donnerschwee (Robert Feldt, Andreas Scheider (re))

Dynamo Schneider – nachhaltig verrückt nach Fahrrädern

Den kleinen Fahrradladen mitten in Donnerschwee gibts seit 2005 an diesem Standort: Dynamo Schneider. Namensgeber Andreas Schneider baute die Reparaturwerkstatt mit einem Partner auf; seit 2019 führt er das Geschäft als alleiniger Inhaber – und ist seitdem auch ADFC-Fördermitglied. Die halbtägigen Öffnungszeiten sind kein Nachteil, ganz im Gegenteil – sie ermöglichen Schneider einen schnellen Reparaturservice für seine Kund*innen. Lediglich die spezielle Elektrik von E-Bikes ist nicht sein Metier, ansonsten repariert Andreas Schneider: alles. Ein gewachsenes und sorgfältig ausgewähltes Sortiment von City-, Holland- und Trekkingrädern komplettiert sein Angebot.

Andreas Schneider entdeckte seine Leidenschaft für Fahrräder früh. Schon im jungen Grundschulalter machte er sich auf den Weg, um radelnd die Umgebung seines Heimatortes zu erkunden. Auch später: die Mitschüler*innen fuhren mit dem Bus, er mit dem Rad. Im Urlaub darf das Fahrrad ebenfalls nicht fehlen. Radfahren ist für ihn Ausdruck von Freiheit und Unabhängigkeit. Dass er auf eine dreißigjährige Mitgliedschaft im ADFC blickt, ist da nur folgerichtig.

Besonders wichtig ist Andreas Schneider die Klimabilanz von Fahrrädern: Da nicht-motorisierte Fahrräder gegenüber Pedelecs besser abschneiden, konzentriert er sich bei Verkauf und Beratung auf

alltagstaugliche City-Bikes ohne zusätzlichen Antrieb. Nachhaltigkeit ist für Andreas Schneider also absolut kein Schlagwort – im Gegenteil. Zuweilen hat er allerdings den Eindruck, dass gute handwerkliche Arbeit nicht die Anerkennung findet, die sie verdient.

Die Entwicklung der Verkehrsinfrastruktur für das schnellste und umweltverträglichste Verkehrsmittel beobachtet Andreas Schneider über die Jahrzehnte wie viele leidenschaftliche Radler*innen mit nachlassender Geduld. Das hartnäckige Engagement des ADFC und anderer Akteur*innen hätte zu

mehr Sichtbarkeit von Radfahrer*innen geführt – jetzt sei die Stadtplanung gefordert, konsequenter als bisher eine fahrradorientierte Infrastruktur zu schaffen. Und an die Adresse des ADFC-Bundesverbandes geht die Bitte, E-Mobilität kritischer zu hinterfragen.

Für die Zukunft wünscht sich Andreas Schneider, dass Fahrräder gerade auch ohne Motor noch mehr als Verkehrsmittel geschätzt werden, die zu pflegen und zu reparieren sich lohnt.

Frauke Sterwerf

Fotos: Dieter Hannemann





fahrräder

zubehör • service • ersatzteile

kasernenstr. 36 • 26123 oldenburg

☎ 04 41 / 3 8014 83

ecke kranbergstr. donnerschwee/ohmstede

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

Frauen lernen Fahrradfahren

Radfahren schafft Unabhängigkeit und ist preiswert

Viele muslimische Flüchtlingsfrauen haben in ihren Herkunftsländern in ihrer Jugend das Fahrradfahren nicht gelernt. Auch einheimische Frauen haben das Radfahren verlernt oder es nach einem Unfall nicht wieder praktiziert.

Angehörige dieser Personengruppen sind Teilnehmerinnen (Alter: 25-65) der Radfahrerkurse, die die Gemeinwesenarbeit Bloherfelde der Stadt Oldenburg in Kooperation mit dem TuS Bloherfelde unter Federführung von Anke Hagedorn anbietet.

In 16 Unterrichtseinheiten zu je zwei Stunden über acht Wochen werden die praktischen Grundfertigkeiten und mit einem geringen Anteil theoretisches Wissen über das Verhalten im Straßenverkehr vermittelt.

Zunächst werden in der Halle des TuS Bloherfelde unter Ausschluss der Öffentlichkeit Übungen zum Gleichgewicht-Halten, zum Tempogefühl und zum Lenken u. a. durchgeführt. Dies geschieht mit Hilfe von Rollern. Das Tragen eines Helmes ist während des gesamten Kurses Pflicht. Das

Rollen im Sitzen wird danach in zwei Einheiten ohne Tretkurbeln auf dem Rad auf dem Marktplatz des Kennedyviertels geübt. Die antreibenden Wirkungen des Tretens auf zunächst einer Pedale und später auf beiden sind weitere Vorübungen.

Die Kleinschrittigkeit des Vorgehens und die langsame Steigerung der Anforderungen sollen Selbstvertrauen im Umgang mit dem Fahrrad schaffen. Zwei Übungsleiter*innen (häufig Lehramtsstudierende) unterstützt durch 1-2 pädagogische Mitarbeiter*innen sorgen für mutmachende und individuelle Begleitung der Kurse (Gruppengröße: acht Frauen).

Im Regelfall sammeln die Teilnehmerinnen in der zweiten Hälfte weitere Erfahrungen, auch in verkehrsberuhigteren Zonen, mit der Komplexität des Radfahrens bestehend aus der Wahrnehmung von Verkehrssituationen und anderen Verkehrsteilnehmer*innen sowie der eigenen Fortbewegung.

Die Fahrräder wurden gespendet oder gekauft und werden von der eigenen Fahr-



Radfahrerschule / Foto: Gemeinwesenarbeit Bloherfelde

radselbsthilfswerkstatt instand gehalten. Nach Absolvierung des Kurses erhalten die

Teilnehmerinnen als kleine Aufmerksamkeit einen Beutel mit Flickzeug, Sattelüberzug und anderen nützlichen Utensilien.

Dieses Lehrgangsangebot führt dazu, dass Radfahren selbstbestimmte Fortbewegung ermöglicht und damit die Lebensqualität und das Selbstwertgefühl der Teilnehmerinnen steigert.

Erfreulich ist die Tatsache, dass einige Frauen motiviert durch den Radfahrerkurs an Frauensportgruppen teilnehmen.

Die Nachfrage ist etwa zwei- bis dreimal größer als die angebotenen Kurskapazitäten. Auch ein Fortgeschrittenkurs wäre nötig, da etwa 30% der Teilnehmerinnen weiterer Schulung bedarf. Geplant ist die Ausweitung auf alle Personengruppen, auch auf Senior*innen. Allerdings werden dafür noch mehr Übungsleiter*innen benötigt.

Willkommene Interessent*innen können sich bei Frau Hagedorn telefonisch unter 0441 5601165 oder per Email (Anke.Hagedorn@stadt-oldenburg.de) melden.

Hubertus Lobers



Radfahrerschule / Foto: Gemeinwesenarbeit Bloherfelde

Immer gut informiert sein - durch den ADFC Newsletter

Der Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Kreisverband Oldenburg e.V. (kurz ADFC Oldenburg) bietet Mitgliedern und interessierten Radfahrenden die Möglichkeit, über den Empfang von zwei Newslettern aktuelle Informationen zu erhalten. In einem Newsletter geht es um Berichte zum Vereinsgeschehen, zur Verkehrspolitik in der Stadt und im Landkreis Oldenburg etc. Der zweite Newsletter befasst sich mit dem Bereich "Touren", unter anderem werden hier spontane Touren kurzfristig veröffentlicht. Beide Newsletter werden unregelmäßig herausgegeben.

Wer sich für einen oder beide Newsletter anmelden möchte, kann das auf unserer Internetseite in die Wege leiten.



ADFC Oldenburg - Newsletter



Alle Bilder des Berichtes: Hubertus Lobers

Die Havel – eine reizvolle Seenlandschaft

Zu zweit haben wir den Havelradweg von Waren (Müritz) bis Wittenberge (Elbe) in sieben Tagen (ca. 520 km) - inklusive Verpflegung und abendlichen Fahrten zum Essen - mit muskelbetriebenen Rädern absolviert. Die Unterkünfte waren vorgebucht, was einen entspannten Tagesablauf ohne vielleicht nervige Quartiersuche zur Folge hatte. Die Rückfahrt von Wittenberge nach Waren mit dem Zug erfolgte mit dem Brandenburg-Ticket für 42 €.

Alle Radfahrer*innen wissen, dass durch die gegenüber dem Auto entschleunigte Fortbewegung viele interessante Eindrücke rechts und links des Weges wahrgenommen oder sogar erst entdeckt werden können. Das war bei uns auch so.

Störche, Gänse, Greifvögel, die landeten oder davonflogen, sowie Pferde und Kühe, die grasten, vermittelten eine friedvolle Stimmung.

Um nicht nur „Kilometer zu fressen“, unterbrachen unser Radeln täglich ansehnswerte Orte, u. a. der Mauergrenzturm

in Niederneuendorf, die Glienicker Brücke (Austausch von Agenten zwischen Ost und West), die Nikolaikirche in Potsdam, das Schliemann-Museum in Friedrichsfelde mit riesigem Holzpferd (Troja) und großer Rasenfläche mit einzelstehendem Baum (Idylle pur mit Café), die Havelschleuse in Bredereiche und das Frauenkonzentrationslager in Ravensbrück. Auch das Benutzen von Fähren über den Wannsee oder in Pritzerbe sowie eine Rast auf den zahlreichen Bänken an der Havel oder den Seen mit schönen Ausblicken auf die Landschaft



Holzpferd beim Schliemann-Museum

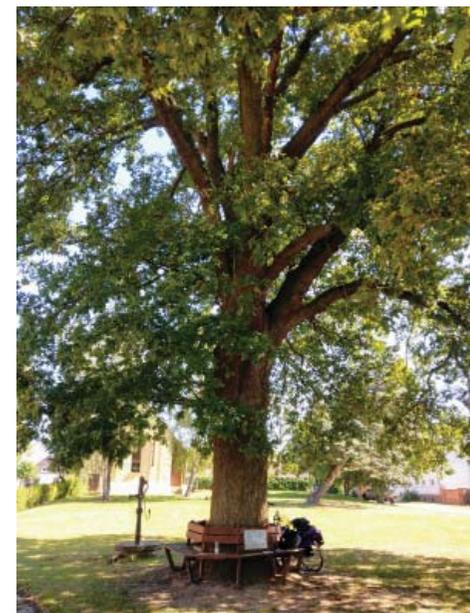
oder vorbeifahrende größere und kleinere Schiffe waren willkommene Entlastungen für die Beine und den verlängerten Rücken. Sehr hilfreich für die Planung der Länge der Etappen, Informationen über Sehenswürdigkeiten und zur Kontrolle des eingeschlagenen Weges ist das Radtouren-Heft von „bikeline“.

Was haben Raucher*innen, Hundebesitzer*innen und Radfahrer*innen gemeinsam? Sie kommen mit ihresgleichen schnell ins Gespräch, in unserem Falle über absolvierte Touren, Tipps für die aktuelle Tour usw. Also: Radfahren ist kommunikativ.

Die Streckenführung bestand aus gut asphaltierten Radfahrstraßen durch Wälder und entlang der Havel (mehr als 50%), wenig befahrenen Nebenstraßen und gelegentlich aus Fahrradwegen an Bundesstraßen.

Allerdings haben Autofahrer*innen uns Radfahrer*innen nicht immer auf „ihrem Schirm“, sodass ich mein Repertoire an Handzeichen und Mimik ihnen gegenüber ausschöpfen musste.

Fazit: Es sind die Kleinigkeiten am Wegesrand, wie Ausblicke, Streckenführungen, Begegnungen und idyllische Ortschaften sowie



Schattiger Pausenplatz

eine gewisse abendliche Abgespanntheit, die für einen erholsamen Schlaf sorgen, die Radfahren für uns zu einer idealen Urlaubsgestaltung macht.

Hubertus Lobers

de
fietsenmakers



Bewährter
Standard:
26 ZOLL
kommt
immer an!

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



Ferienpass 2019. Fotos: ADFC Oldenburg

... und plötzlich macht es „Pffft“!

Und wenn dann das Rad schwammig läuft oder gar schon die Stöße der Felge zu spüren sind – dann ist schnell klar: ein Platten! Glücklicherweise kann man sich dann schätzen, wer das schon mal erfolgreich bewältigt oder sich darauf vorbereitet hat: Es ist kein Hexenwerk – und wenn das die Kinder bei unserer Ferienpass-Aktion gelernt haben, dann kann das jede*r.

Eine kurze Anleitung zur Behebung der Panne in 5 Schritten:

1. Zuerst das Rad umkehren, d. h. auf Sattel und Lenker stellen, dann den betroffenen Reifen von außen inspizieren: vielleicht ist die Ursache so zu sehen, z. B. Dorn, Glassplitter o.ä. Diese Stelle markieren.

2. In der Regel ist das Rad dann auszubauen, was beim Vorderrad sehr einfach

geht. Aber die meisten Platten treten hinten beim Hinterrad auf, wo der Ausbau meist etwas komplizierter ist, vor allem wenn das Rad über eine Schaltung verfügt.



Bei einer Nabenschaltung ist es ähnlich einfach, wie beim Vorderrad – aber der Wiederanschluß des Schaltseils und die

Einstellung danach können tückisch sein; es ist daher zu empfehlen, sich dies für die eigene Schaltung vorher fachgerecht zeigen zu lassen.

Obwohl eine Kettenschaltung kompliziert aussieht, ist der Ausbau doch relativ einfach. Tipp: die Kette vor Ausbau auf das kleinste Ritzel schalten!

Da man beim Hinterrad unvermeidlich die Kette in die Hand bekommt, ist es ratsam, immer dünne Gummihandschuhe beim Flickzeug zu haben.

3. Wenn das Rad erfolgreich ausgebaut



ist, muss mittels Reifenheber der Reifen von der Felge gehoben werden, um den Schlauch herausnehmen zu können. Hierbei an der dem Ventil gegenüberliegenden Seite beginnen. Tipp: am besten gleich jetzt den gesamten Reifen von der Innenseite auf eventuell noch drin steckenden Fremdkörper abtasten – damit dieser nicht nach Zusammenbau erneut darin ein Loch verursacht.



sacht.

Den entnommenen Schlauch aufpumpen und dann das Loch suchen: entweder den Schlauch an Mund/Nase entlang führen, um den leichten, entweichenden Luftstrom zu

Der Fahrradspezialist
PROFIL
Zweirad Bunjes

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

Alexander Straße 97
26123 Oldenburg
Telefon: 0441 885 33 23

info@zweiradbunjes.de | www.zweiradbunjes.de

spüren; wenn erfolglos, dann aufgepumpten Schlauch in Wasser halten, bis die aufsteigenden Blasen zu sehen sind. Dann diese Stelle markieren!

Tipp: wer einen passenden neuen Schlauch dabei hat, kann sich glücklich schätzen!

4. Den getrockneten Schlauch an der markierten Stelle leicht aufräumen und großflächig dünn mit Gummilösung bestreichen, gegebenenfalls mit Finger verstreichen. Jetzt einige Minuten antrocknen lassen und dann mit Rückseite eines Fingers prüfen: wenn keine Klebrigkeit mehr zu spüren ist, dann kann der Flicker (vorher Schutzschicht entfernen; wichtig: die Klebeseite des Flickers nicht berühren!) angebracht werden, wobei zu beachten ist, dass das Loch gut überdeckt ist. Jetzt den Flicker rundherum fest andrücken, nach einigen Minuten kann dann der Schlauch aufgepumpt werden – und wenn alles richtig gemacht wurde, dann

dürfte alles dicht sein.

5. Vor Zusammenbau zunächst die Luft wieder bis auf einen kleinen Rest aus dem Schlauch lassen und den jetzt fast flachen Schlauch gleichmäßig über die Felge verteilen, das Ventil einstecken und mit 1-2 Umdrehungen der Fixierungsschraube sichern. Jetzt den gesamten Schlauch, ausgehend von beiden Ventiltseiten unter den Reifen



auf die Felge schieben. Danach muss der Reifen auf die Felge gedrückt werden: dazu das Ventil leicht hochdrücken, so dass der Reifen darunter gedrückt werden kann und jetzt von oben nach unten den Reifen weiter in die Felge drücken, was zum Schluss etwas Kraft erfordert.

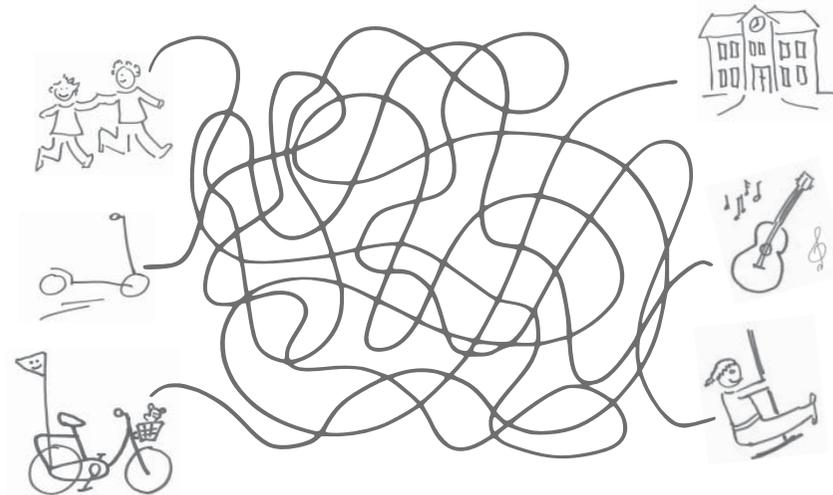
Danach Rad wieder einsetzen und erst danach wieder voll aufpumpen – und mit Glück kann dann die Fahrt fortgesetzt werden.

Was vielleicht kompliziert klingt, ist im Prinzip relativ einfach – wohl dem, der den Tipp befolgt und dies zu Hause vor Fahrtantritt mal geübt hat!

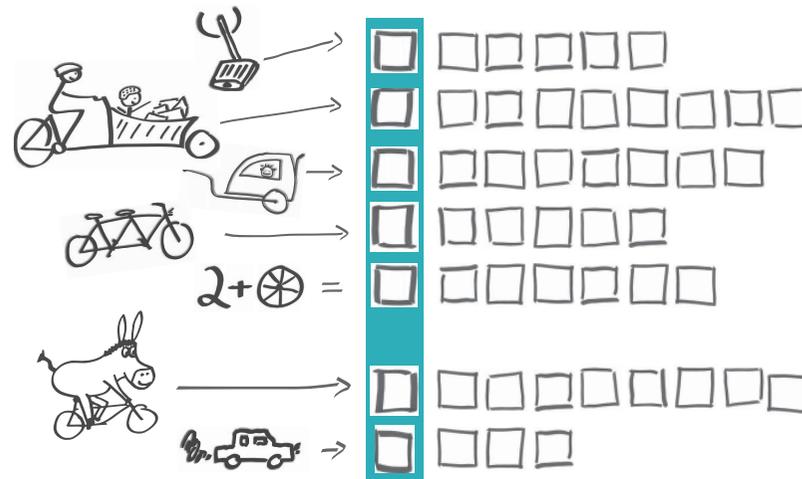
Gute Fahrt!

Dieter Husmann

KIDICALMASS WIRRWARRSPASS
Wie kommst du gut zum Ziel?



KIDICALMASS RÄTSELSPASS



➡ ... FÜR UNS KINDER!

Faszination Vielfalt

Insekten

Mit CD und Stickerbogen

Sachwissen zum Lesen und Hören für Kinder ab 7 Jahren

Leselauscher Wissen: „Insekten“

ISBN 978-3-96520-073-9, EUR 15,00

BVK

© stock.adobe.com

Kinder aufs Rad - für ein lebenswertes Oldenburg! Jetzt Petition unterschreiben: www.verkehrswandel.de/kinderaufsrad.html

Kinder aufs Rad - für ein lebenswertes Oldenburg! Jetzt Petition unterschreiben: www.verkehrswandel.de/kinderaufsrad.html



Stadtradeln-Auftaktveranstaltung 06.09.2020. Foto: Martin Remmers

STADTRADELN 2020: ADFC Oldenburg trägt großen Anteil am erfolgreichen Abschluss

511.397 Kilometer haben die Oldenburgerinnen und Oldenburger für den Fahrradwettbewerb STADTRADELN gesammelt. Damit wurde das gute Ergebnis vom letzten Jahr (343.766 Kilometer) noch einmal deutlich übertroffen und die virtuelle Radtour zu den Partnerstädten erfolgreich zurückgelegt.

Einen großen Anteil an dieser ausgezeichneten Gesamtleistung hatte auch das **Team des ADFC Oldenburg**. Mit 15.807 Kilometern haben wir einen guten Beitrag für das Erreichen der fünf Etappenziele geleistet. Wir haben im Vergleich zum letzten Jahr unsere Kilometerleistung pro Kopf noch einmal gesteigert (von 356 auf 405 Kilometer). Trotzdem sind wir aber nicht mehr führend in der Anzahl der Teamkilometer und Teilnehmenden – das zeigt, dass auch andere das Fahrradfahren für sich entdeckt haben. Ein ermutigendes Zeichen für den Radverkehr und Ansporn für unsere Arbeit.

Mein Dank geht an alle Teammitglieder

für die vielen Kilometer, denn so konnten insgesamt **fünf gemeinnützige Organisationen** von einer Spende als Belohnung für den Tritt in die Pedale profitieren. Auch wir haben gemeinsam gute Taten bewegt!

Als Kooperationspartner der Stadt Oldenburg bei der Koordination von STADTRADELN hat der ADFC Oldenburg trotz Corona verschiedene Fahrradtouren zur gemeinsamen Sammlung von Kilometern organisiert. Außerdem stellt der ADFC noch drei Preise für die Verlosung zur Verfügung.

Bundesweit liegt Oldenburg derzeit auf Platz 52 von 1482 teilnehmenden Kommunen. Ob es für das Siegertreppchen im Wettbewerb um die fahradaktivste Kommune reicht, wird vom Klima-Bündnis noch ermittelt, aber ein Gewinn für die Umwelt ist es auf jeden Fall.

Heinrich Book
Team-Kapitän „ADFC Oldenburg“

Plus ✓ / Minus ✗



Bild: Dieter Hannemann

Huntestraße: Dass Fahrradstraßen und Einbahnstraßen in beiden Richtungen befahrbar sind, begrüßen wir. - Plus



Bild: Dieter Hannemann

Huntestraße: Was soll aber der „Flickenteppich“ bei der Pflasterung, und warum ist die Kurve extra glatt gepflastert? - Minus.



Bild: Klaus-Gerd Klusmann

Bloherfelder Straße/Prinzessinweg
Fußgänger + Radfahrer: weg da



Bild: Dieter Hannemann

Poststraße: Radweg für die Gegenrichtung mit frei. Wie viele Jahre soll dieser Verkehrschildfuß auf dem Radweg stehen? In der Gegenrichtung im Dunkeln erst sehr spät oder zu spät zu sehen!

Im Doppelpack

Das Tandem-Treffen oder wie es liebevoll von der lokalen Presse betitelt wird: „Die Tour mit der geschwätzigen Begleitung“ ist voll im Trend. Die Zahl der Teilnehmer*innen steigt weiter. Im September 2020 waren beim zehnten Tandem-Treffen 27 Teilnehmer*innen dabei. Worin liegt das Geheimnis?

Vielleicht liegt es tatsächlich an den originalen Gesellschaftsrädern aus dem ganzen Nordwesten. Neben zwei schlichten Tandems – können Tandems überhaupt schlicht sein? – waren auch zwei Stufen-Tandems (der Stoker liegt und der Kapitän sitzt dahinter) dabei, ein Liegerad tandem, ein Kettwiesel-Trike-Gespann, ein Duo, auf dem der Fahrer neben „seinem Freund Harvey“ saß, ein Back to Back (Rücken an Rücken) Liegerad Tandem und die schon legendäre Lissy <http://www.dielissy.de/>, die ja schon fast ein Krafffahrzeug für zwei Personen ist. Auf allen konnte schon während der Fahrt zur Kaffeepause hervorragend miteinander geschwätzt werden.



Tandem-Treffen 2017 / Foto: Hans Meyer

Oder liegt es an dem kurzweiligen Programmablauf des Tandem-Treffens. Ist es die Mischung aus Tour und Kultur? Neben den unterschiedlichen Gesellschaftsrädern mit ihren technischen Raffinessen und ihrer origineller Erscheinung, gibt es immer ein Angebot der unterschiedlichen Probefahrten. Dazu kommt der Besuch eines Cafés, das die Kunst beherrscht, eine Gruppe mit hochwertigem Kuchen zu verwöhnen. Des Weiteren gab es eine Kurzeinführung zur #schokofahrt mit Verkostung. Und zu guter Letzt gab es auch für Jung und Alt einen spielerischen Programmpunkt. Hier wurde



Tandem-Treffen 2020 / Foto Dieter Hannemann

der Fröbelturm gewählt. Ein Gruppenspiel, welches Spannung bringt, ohne zu hetzen, und bei dem man Abstand voneinander hält. In den zwei finalen Phasen des Spieles war im Café kein Geschwätz zu hören, alle Augen folgten gespannt dem Spiel.

Aber es liegt doch bestimmt an den Teilnehmer*innen. Bei keiner anderen Radtour erlebe ich das Teilnehmerfeld so bunt gemischt, ob jung oder alt, viele Paare, einige auch mit körperlicher Einschränkung quickfidel. Liegende oder aufrechte Fahrradfahrer*innen aus nah und fern, dieses Mal kam das weitest entfernte Paar mit Tandem aus Mölln angereist. Und das Geschwätz ist allen wichtig, im Doppelpack auf der Tour, auch von Tandem zu Tandem und in den Pausen.

So wird der Begriff Gesellschaftsrad gefüllt und gelebt. Diese herrliche Mischung aus Gemeinsamkeit, Aktivität und einer gelungenen Kult(o)ur überzeugt immer wieder alle, wobei wir die wärmende Septembersonne bei dieser Veranstaltung nicht missen mochten! Ein Teilnehmer fragte gegen Ende der Tour: „Was hättet ihr denn bei Regen gemacht?“ „Wir wären mit weniger Teilnehmer*innen gefahren!“ Schön, dass diese Tandem-Touren so einfach unbeschwert sind!

Text: Dieter Hannemann

#17ZIELE
für nachhaltige
Entwicklung

VHS Oldenburg Frühjahr/Sommer 2021
www.vhs-ol.de

Radreise Baltikum mit Kindern

Kap Kolka (Lettland)

Mit Familie mehr als 100 Tage auf dem Fahrrad unterwegs sein? Diesen Traum hatten wir schon seit über zwei Jahren. Im April sollte es losgehen. Dann kam ab März die Coronapandemie dazwischen. Wir mussten den Start verschieben und die Reiseroute ändern.

Mit unseren beiden Kindern (fünf Jahre und sieben Monate) ging es dann erstmal vor der Haustür los, quer durch Norddeutschland – statt wie geplant mit dem Zug nach Polen. Aber die Route war für uns zweitrangig, überhaupt losfahren war wichtig.

Am 31. Mai verlassen wir erwartungsfroh Oldenburg. Es gibt keinein Weg zurück, unsere Wohnung ist untervermietet. Unterwegs sind wir mit einem Hase Pino Tandem, auf dem vorne unser großer Sohn bei Bedarf mitstrampeln kann und mit einem Reiserad samt Anhänger für das (meist darin schlafende) Baby. Der Weg führt uns zunächst bei Nordenham über die Weser Richtung Cuxhaven und der Elbe folgend an Hamburg vorbei.

Spontane Übernachtungen auf den schon geöffneten Campingplätzen? Zu der Zeit

Fehlanzeige. Wir zelten wild, erfahren Hilfe von Bauern mit Wiese, Gastfreundschaft bei netten Leuten von warmshowers.org und lassen uns bei ungemütlicherem Wetter spontan von FeWo-Schildern verlocken.

Neben der Zeit auf dem Rad vergeht viel Zeit mit Zeltplatzsuche, Zelt aufbauen, Essen kaufen und zubereiten, Fahrradtaschen packen und Babypflege. Zeit, in der wir unserem größeren Radreisekind Beschäftigungen suchen und erklären müssen, warum es so lange dauert. Wir etablieren zunehmend eine Radreiseroutine und sind froh, so viel Zeit im Hier und Jetzt zu haben.

Wir verlassen die Elbe am Elbe-Lübeck-Kanal Richtung Schleswig-Holstein. Wir entscheiden uns jetzt nach dem Öffnen der EU-Grenzen für ein Fahrticket nach Klaipėda (Litauen), um die Monate Juli/August wie ursprünglich geplant im Baltikum zu verbringen.

Aber zunächst geht es mit dem Rad weiter über Ratzeburg nach Mecklenburg-Vorpommern. Unser Radfahrhythmus ist auf Baby-Schlafphasen abgepasst. Wir fahren meist vormittags und nachmittags eine gute Stunde, machen viel Pause oder suchen



Unterwegs gibt es viel zu entdecken

frühzeitig einen Übernachtungsort. Durch die lange Reisezeit kommt kein Stress auf, irgendwelche Ziele erreichen zu müssen. Außerdem legen wir alle drei bis vier Tage einen Pausentag ein, zum Ausruhen, Gegend erkunden, Wäsche waschen oder für kleinere Reparaturen.

In Nordwestmecklenburg fahren wir auf sehr wenig befahrenen Landstraßen oder auf Schotter neben blumentumrahmten Feldern von Dorf zu Dorf. Die Dörfer hören wir anhand der Hähne und spüren wir anhand der Holpersteine. Da ist die touristische Ostseeküste eine Umstellung für uns, wenngleich auch willkommene Abwechslung. Am Rostocker Hafen endet unsere Deutschlandetappe.

Nach der Überfahrt nach Klaipėda führt uns unsere erste Etappe hier auf die kurische Nehrung südwärts. Von Corona ist im Baltikum bei geringen Fallzahlen nichts zu sehen – keine Masken oder Registrierung beim Essen gehen. Beschilderte Radwege durch Kiefernwälder und eine schöne Mischung aus ruhigem Haff auf der einen und wilder Ostsee auf der anderen Seite gefallen uns, trotz des vielen Tourismus. Zurück in den Norden fahren wir zunächst auf der Festlandseite und später wieder an der tou-

ristischen Küste.

Überrascht sind wir von den top ausgebauten Küstenradwegen abseits jeglichen Verkehrs. Das Fahrrad scheint in Litauen aber mehr ein Freizeitobjekt als Fortbewegungsmittel zu sein (unzählige Fahrradverleihe am Strand, kaum Fahrradfahrer im Inland). Aber auch wenn das Fahrradfahren im Inland etwas schwerer ist, sind die Dörfer dort oft gemütlicher und natürlicher. Sehr guter Kaffee, große Hüpfburg-Landschaften und nette Campingmöglichkeiten (auch neben Touriinfos) bleiben uns in guter Erinnerung an die Küstenregion Litauens.

In Lettland sehen wir erstmal keine Radwege mehr, sondern entweder die viel befahrene Schnellstraße oder (tief) geschotterte Nebenstrecken. Nach ein paar



Camping mit Tarp

Abstechern auf den Nebenwegen entscheiden wir uns doch für die asphaltierte Hauptstraße. Viel Wald prägt die flache Strecke, und entlang des Weges entdecken wir viele Störche, seltener auch Schlangen (meist kleine überfahrene).

Der Autoverkehr kostet uns zunächst einige Nerven, hinter Liepaja wird es besser, ab Ventspils fahren wir sogar oft nebeneinander zum Kap Kolka, während der Großteil des Verkehrs auf der Bundesstraße nach Riga unterwegs ist. Das Nordkap ist eine

sehr schöne, verlassene Strecke mit teils kleinen lievischen Dörfern.

Die wenigen Dörfer im Baltikum halten zum Glück häufig Einkaufsläden bereit - eine tolle Infrastruktur für langsam Reisende, wie wir es sind. So können wir uns jeden Abend eine leckere Mahlzeit auf unseren Gaskochern zubereiten. Unterwegs zelten wir, wo immer wir landen, auf den zahlreichen Campingplätzen oder nahe des Ostseestrandes, das Jedermannsrecht nutzend. Die überall auftauchenden Pflücker in den Wäldern entfachen unsere Lust, selbst von den unzähligen Blaubeeren zu sammeln.

Richtung Riga nimmt der Verkehr wieder zu, und so freuen wir uns über die 20 km Radweg vor der Stadt. Rigas Altstadt erscheint auffällig leer, da Corona für deutlich



Als Familie unterwegs - mit viel Gepäck

weniger Tourismus sorgt. Da es zwischen Riga und der estnischen Grenze keine ernsthafte Alternativroute zur Autobahn (Via Baltica) gibt, überspringen wir diese Strecke mit dem Reisebus.

Als erstes fällt uns in Estland neben mehr Landwirtschaft die deutlich höhere Asphaltquote der wenig befahrenen Nebenstraßen auf. Täglich sehen wir nun andere Radrei-

sende, was in Lettland fast gar nicht vorkam. Die vielen Apfelbäume geben uns Wegproviant, und die Spielplätze in den kleinen Dörfern (z. B. ein begehbares ausgedientes Propellerflugzeug) erfreuen unser Kind.

Auf den drei großen estnischen Inseln Muhu, Saaremaa und Hiiumaa sorgen riesige Erwachsenenschaukeln, alte Windmühlen oder Leuchttürme auf dem Weg für Abwechslung. Bis auf die Hauptstrecke nach Kuressaare sind hier alle Straßen ein asphaltierter, verkehrsarmer Genuss.

Bei ungewöhnlich warmen Nächten Mitte August zelten wir noch viel. Dabei nutzen wir RMK-Plätze: Biwakplätze oder Hütten von der estnischen Naturschutzbehörde zum Zelten in Naturschutzgebieten. Feuerstelle, Feuerholz und Plumpsklo sind inbegriffen, teilweise gibt es Wanderwege, immer aber schöne Natur.

Zum Ende der Tour fordern unsere Kinder wieder mehr Bewegung und Aufmerksamkeit ein, so dass wir getakteter und schneller fahren und uns häufiger aufteilen. Die üblichen Familienthemen sind auch auf unserer Tour präsent.

Nach unerwartetem Rahmenbruch des Tandems fallen die letzten zwei Fahrtage nach Tallinn aus. Wir fahren Bus, unser Tandem wird mithilfe der ADFC-Pannenhilfe zurück transportiert. Von Helsinki nehmen wir die Fähre nach Travemünde und von dort einen Zug nach Bremen, wo wir mit zwei geliehenen Rädern unsere letzte Etappe beginnen. Nach insgesamt 3,5 Monaten und etwas über 2.000 km kommen wir bei warmem Septemberwetter langsam radelnd wieder zu Hause an.

Mehr Eindrücke, Infos und Kontakt unter radreisefamilie.wordpress.com

Text und Fotos: Mareike und Marvin

Im Krisenjahr eine KOSTBARe Idee: Regional. Bio. Fair.

Das letzte Jahr hat uns alle sehr gefordert. Viele Oldenburger*innen denken nach den Erfahrungen mit der Pandemie über einen nachhaltigeren Lebensstil nach. Das Bestreben, mehr auf Regionalität zu achten, beim Einkaufen aber auch in der Freizeit, verbindet sich mit der Idee einer anderen Mobilität. Was für ADFC-Mitglieder selbstverständlich ist, wurde plötzlich zum Mainstream-Thema.

Die Corona-Krise ist ein Weckruf an die Menschheit, mit Natur und Umwelt anders umzugehen. Größenwahn und Gigantismus sind zum Credo unserer Zeit geworden. Wir produzieren und konsumieren immer mehr, bauen immer höher, fliegen immer weiter – und merken gar nicht, wie sehr uns das schadet. Der Einkaufskompass KOSTBAR für Oldenburg und umzu, den der gemeinnützige Verein transfer – Netzwerk nachhaltige Zukunft e.V. herausgibt, zeichnet eine andere Welt: regional, bio, fair, also menschen- und planetenfreundlich.

89 Prozent der Deutschen wünschen sich ein anderes Wirtschaftssystem. In Oldenburg und umzu begnügt sich eine zahlenmäßig immer größer werdende Zivilgesellschaft nicht mit Wünschen. Hier wird gehandelt – mit KOSTBAR. In der elften Ausgabe stellen sich mehr als 100 Betriebe vor, die den Konsument*innen nachhaltig hergestellte Produkte und Dienstleistungen anbieten.

Kerstin Stromberg und Jürgen Hack, beide Biopionier*innen seit knapp 40 Jahren, machen beispielhaft vor, wie Unternehmen mit weißem Kragen und ökologisch weißer Weste durchs Leben gehen. Die Inhaber*innen der sodasan Wasch- und Reinigungsmittel GmbH verwenden für alle ihre Produkte ausschließlich Inhaltsstoffe natürlichen Ursprungs, wenn möglich aus Bio-Anbau. Sie stellen eine zu 100 Prozent CO2-neutrale Produktion sicher und sie kommen ohne Erdölchemie aus, ohne Enzyme und Gentechnik und zu 100 Prozent ohne Mikroplastik.

Entwicklungsminister Gerd Müller (CSU) hat die deutsche Wirtschaft aufgefordert, zur Rettung des Klimas vom traditionellen Kapitalismus abzuweichen. „Der Immer-Weiter-Schneller-Mehr-Kapitalismus der letzten 30 Jahre muss aufhören“, mahnte er. KOSTBAR stimmt dieser Aussage zu. Seit elf Jahren kosten die Einkaufsempfehlungen 14,50 Euro. Mit dabei in der Ausgabe 2021 sind 224 Gutscheine, die den nachhaltigen Einkauf noch KOSTBARer machen.

Angebot für Sattelfest-Leser*innen: KOSTBAR 2021 für 10 Euro (statt 14,50 €) Einfach per E-Mail bestellen unter: info@kostbar-oldenburg.de Bitte als Betreff „SattelFest“ angeben. Postadresse nicht vergessen. Rechnung wird mit dem Buch versendet. Aktion gültig bis 28.02.2021.

ADFC Cloppenburg

Wir, das Team um Michael Bertschik in Cloppenburg, waren für das Jahr 2020 mit viel Freude und einigen teils neuen geplanten Touren ausgegangen.

Nachdem das Jahr 2019 für den Kreisverband Cloppenburg wiederum sehr erfolgreich war, startete 2020 für alle bedauerlich schlecht. Durch die Corona-Welle konnte weder die Stadtradel-Auftakttour am 2. Mai noch die nächste Fahrt „Vaopohls Padd“ am 16. Mai gefahren werden. Auch weitere Touren mussten gestrichen werden.

Die erste gefahrene Route mit neun Mitfahrenden war endlich am 27.06.2020 Brokhagenstau-Quakenbrück-Essen. Ein leichtes Gewitter in Quakenbrück konnte unseren Kaffeedurst mit leckerem Kuchen im Pfauenhof-Café nur noch verstärken. Zurück fuhren wir ein Stück des Hasetalradweges entlang und über Nebenstraßen in Richtung Cloppenburg.



Fahrt im Regen

Eine weitere Fahrt ging am 25.07.2020 zum Industriemuseum in Lohne.

Mit 19 Mitradelnden verlief die Tour in Richtung Elsten-Lüsche, mit kurzer Rast in Carum und bei den Märschendorfer Seen bei leichtem Gegenwind. Auf kleinen Straßen fuhren wir weiter zum Industriemuseum nach Lohne. Dort wurden wir mit leckerem Erdbeerkuchen und Kaffee gestärkt, danach konnten alle das Museum besichtigen, bevor es zurück in Richtung Bokern-Vestrup-Cappeln zum Startpunkt ging. Auf der Rückfahrt wurden wir durch leichten Regen begleitet, der allerdings die Zufriedenheit über diese Fahrt kaum trüben konnte.



Industriemuseum Lohne

Unsere dritte Tour in diesem Jahr führte uns mit 14 Mitfahrenden nach Cappeln und zum Gogericht über Drantum bis zum Frischehof Jahn in Halter. Nach einer Rast an diesem Boxenstopp-Punkt ging es weiter nach Visbek auf Nebenwegen zum Dorfpark. Anschließend fuhr diese kleine Grup-

pe durch ein Waldgebiet nach Siedenbögen, Bullmühle, Engelmansbäke bis zur Einkehr im Kasinowaldcafé in Ahlhorn. Nach dieser kleinen Stärkung war der weitere Weg in Richtung Startpunkt über Lethe, Halen und Westeremstek kein größeres Problem mehr.

Die im Mai verschobene Stadtradel-Auftakttour mit einer Länge von ca. 35 Km und mit 29 Teilnehmenden konnte noch am 06.09.2020 bei gutem Wetter mit Einkehr im Museumsdorf Cloppenburg nachgeholt werden.

Text und Fotos: Franz Böckmann



Stadtradeln Cloppenburg

Die Touren für 2021 ab Cloppenburg werden im Portal www.touren-terme.adfc.de und auf www.adfc-cloppenburg.de bekannt gegeben.

Wussten Sie schon, dass ...

- Autobesitzer*innen die monatlichen Kosten für ihr Auto in Höhe von 204 € im Vergleich zu den realen Kosten von 425 € einschätzen.
- sich 75 % der Menschen vom Straßenlärm am stärksten belästigt fühlen.
- der Straßenlärm in Tempo 30-Zonen nur als halb so laut wie der in Tempo 50-Zonen empfunden wird.
- in Deutschland 13.000 Menschen vorzeitig aufgrund von Feinstaub- und Ozonbelastung sterben, 2500 durch Stickstoffemissionen.

Quelle: fairkehr 04/20, Magazin des Verkehrsclub Deutschland, weitere Infos: www.fairkehr-magazin.de



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

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

Fahrräder
E-Bikes
Meister-
Fachwerkstatt
Zubehör
uvm.



28 Stationen. 66 Fahrzeuge. Auch mit 9-Sitzer.

CarSharing.
Soviel Auto macht Sinn.



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

Das Radmagazin 11/2020

28. Jahrgang

Draht Eesel

Erscheint monatlich

Neuigkeiten rund ums Rad

Aktuelle Trends

Radkleidung und Outdoor

Touren und Termine für
Bremen und Oldenburgwww.draht-esel.de**Kostenlos mitnehmen!**

Vielen Dank an unsere Fördermitglieder

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

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

Die oben genannten Firmen unterstützen die Arbeit des ADFC. 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.
Peterstraße 3
26121 Oldenburg
Telefon: (0441) 1 37 81
infoladen@adfc-oldenburg.de

V.I.S.D.P.

Heinrich Book, Vorsitzender des Kreisverbandes Oldenburg

REDAKTION

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

REDAKTIONSANSCHRIFT

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

GESTALTUNG & SATZ

ADFC Kreisverband Oldenburg |
Helmut Pawliszak

DRUCK

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

MEDIADATEN

SattelFest erscheint zweimal jährlich
jeweils im Frühjahr und Sommer.
Auflage: 5.500
Verbreitungsgebiet: Oldenburg und
Oldenburger Land
Versand an ca. 860 ADFC-Haushalte;
Auslage in Geschäften und öffentlichen
Einrichtungen.
SattelFest zum download:
<https://www.adfc-oldenburg.de/>
<https://oldenburg.adfc.de/>

TECHNISCHE DATEN

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

ANZEIGEN

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

HINWEISE

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

BEITRAGSEINSENDUNGEN

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

FOTOS

Die Foto- und Bildrechte liegen, wenn
nicht anders angegeben, beim ADFC
Oldenburg.
Titelbild: Dieter Hannemann
(Künstler: Florian Munzel, Bartosz Boron
und Adriano Caltavuturo)

Redaktions- und Anzeigenschluss für
Ausgabe 2 / 2021 ist der 15.04.2021.



Ecocion bringt's

Obst- und Gemüse-Abokisten
Bioladen mit Onlineshop

Regional, inhabergeführt,
natürlich Bio und fair



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



NWZ-Komplettpaket

3 Monate Probelesen!

- ✓ Zeitung, ePaper und Online in einem Abo
- ✓ Alle Informationen zum Corona-Virus auf NWZonline.de
- ✓ Täglich Fakten und Hintergründe zur Entwicklung in unserer Region

Gleich bestellen!
NWZonline.de/
3monate



Weil Heimat uns verbindet.



adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club



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

Beitritt
auch auf www.adfc.de

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Geburtsjahr _____ Beruf (freiwillig) _____

Telefon (freiwillig) _____

E-Mail (freiwillig) _____

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

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

Kontoinhaber _____

IBAN _____ BIC _____

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat) _____

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Datum _____ Unterschrift _____

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

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

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

Jugendmitglied unter 18 J. (16 €)

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

Zusätzliche jährliche Spende: _____ €

Gesundheit erleben



Wir sind für Sie da:

Persönlich in der Apotheke, telefonisch und per Mail!

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



Apotheken

WIR SIND IN IHRER NÄHE