



Radtouren Oldenburg

Juli bis Dezember 2020

Nicht nur für Mitglieder ...

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

Kontakt

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

Öffnungszeiten

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

Allgemeine Hinweise

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Einstufung der Touren:

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

Die Tempoangaben sind Fahrgeschwindigkeit, nicht Durchschnittsgeschwindigkeit.



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



**CarSharing.
Soviel Auto macht Sinn.**

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

Vormittags- und Feierabendtouren

Dienstags im 14-tägigen Rhythmus ●●

Donnerstags unregelmäßig, Kalender beachten ●●

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

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

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

Gemütliche Vormittagstour:

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

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

Tourenleiter und Tourenleiterinnen im ADFC Oldenburg

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

Kalender Vormittags- und Feierabendtouren

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

Unsere spontanen Touren außerhalb dieses Programms finden Sie unter:

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

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



Die
**Fahrrad
Werkstatt**

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

Touren am Wochenende

Liebe Radfahrbegeisterte!

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

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

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

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

Bis bald,
Ihre Tourenleiter*innen

SA 18.07. 09:30 75 km ●●● (KK)

Dötlingen zum Honighof

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

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

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

SO 19.07. 09:00 75 km ●● (ALü)

Rhabarberkuchen in Dangast

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten ca. 12 € (Bahn)

Anmeldung bis 08.07., max. 12 Personen
0441 14742 oder 0157 757 46 837 oder
anke.lueken@adfc-oldenburg.de

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

SA 25.07. 11:00 50 km ●● (BB)

Ein mal im Kreis

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 15:30 Uhr
Tempo gemütlich

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



Picknickpause ist eingeplant.

SO 26.07. 07:30 50 km ●● (TR)

Die Ruhe am frühen Sonntagmorgen auf dem Rad genießen

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:30 Uhr
Tempo gemütlich

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

SO 26.07. 10:30 85 km ●●● (DA)

Ahlhorner Fischteiche

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott

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

SO 02.08. 10:30 85 km ●●● (DA)

Klauhörn

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott

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

SO 02.08. 12:00 50 km ●● (ES)

Zum Bauergarten nach Jeddelloh

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

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

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

SO 09.08. 09:00 85 km ●●● (CL)

Auf in den Sommer

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott

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

SO 09.08. 09:10 60 km ●●● (BB)

Leer – Petkum - Ditzum - Leer

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

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

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

SA 15.08. 08:40 80 km ●●● (MB)

Dem Teufelsmoor nahe kommen

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

maria.behrens@adfc-oldenburg.de

Mit der Bahn von Oldenburg nach Bremen und zurück.

Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Hauptbahnhof Bremen/Bürgerweide.

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

SO 16.08. 10:00 60 km ●● (MB)

Lethe - Hunte Ziel Sandhatten

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

SO 16.08. 11:00 60 km ●● (HL)

Rund um Rastede

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

Wir fahren Richtung Nordosten vorbei an

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

Eine Einkehrmöglichkeit ist vorgesehen.

SA 22.08. 10:00 40 km ●●● (KK)

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

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 15:30 Uhr
Tempo flott

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

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

SO 23.08. 08:40 85 km ●●● (GB)

Bremen im Grünen umrunden

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

Mit der Bahn von Oldenburg nach Bremen und zurück.

2. Treffpunkt Bremen Hbf. möglich.

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

Eine Einkehrmöglichkeit mit Kaffee und Kuchen ist geplant.



E-BIKES
Große Auswahl +
Inzahlungnahme.

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

Stüeckemann
Aus Freude am Fahrrad.

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

SO 23.08. 12:00 60 km ●● (ES)

Auf verschlungenen Wegen zu den Mansholter Büschen

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

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

SO 30.08. 08:45 85 km ●● (ALü)

Zur Seefelder Mühle

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

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

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

SA 05.09. 09:10 80 km ●●● (MB)

Sehenswertes in und um Vechta

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

Mit der Bahn von Oldenburg nach Ahlhorn und zurück.

Anreisende mit dem Auto: Parkmöglichkeiten Ahlhorn Bahnhof.

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

SA 05.09. 12:00 30 km ●● (ES/FC)

Hofbesichtigung beim Bauernhof Meyer in Neuenkrüge

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

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

Fahrrad-Vollkaskoversicherung

Es ist Dein Rad. Wir versichern es.

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

Mehr Informationen unter: www.ammerlaender-versicherung.de

... einfach eine
gute Wahl!

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

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

Touren von Juli bis Dezember 2020

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

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

Vorschau auf 2021

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

Liebe Radfahrbegeisterte!

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

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

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

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

Bis bald,

Ihre Tourenleiter*innen



UNTERWEGS
Spezialist für Reiseausrüstung

Outdoor Trekking Bergsport Freizeit

www.unterwegs.biz



UNTERWEGS in Oldenburg

Gaststraße 27

Öffnungszeiten:

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

Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

Outlet

Gaststraße 4

Öffnungszeiten:

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

Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

....und auch online:

www.unterwegs.biz



SO 06.09. 08:45 70 km ●●● (HPa)

Bremen - Oldenburg

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

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

SO 06.09. 10:00 60 km ●● (MB)

Elsfleth an der Hunte

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

SO 06.09. 11:00 60 km ●● (HL)

Um Wardenburg und das Barneführer Holz

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

hubertus.lobers@adfc-oldenburg.de

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

SO 13.09. 10:00 60 km ●● (TR)

Auf Ammerländer Kirchwegen unterwegs

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

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



Radwerk
Fahrräder · Ersatzteile · Zubehör · Service

im Kreyen-Centrum

Harweg 153b

26133 Oldenburg

Tel.: 0441 - 361 981 50

Fax: 0441 - 361 981 51

info@radwerk-oldenburg.de

SO 20.09. 10:00 65 km ●● (ALü)

Schönes Ammerland

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo gemütlich

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

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

SO 20.09. 09:00 100 km ●●● (CL)

Zum Hohen Berg

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



Der modische Outdoor-Laden

Haarenstraße 55 • 26122 Oldenburg



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

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

SO 20.09. 13:00 45 km ●● (DHä)

Tandem-Treff

Treffpunkt Pferdemarkt
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

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

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

SA 26.09. 12:00 30 km ●● (ES/FC)

Hofbesichtigung beim Bauernhof Boltes im Everstener Moor

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

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

SO 27.09. 10:00 50 km ●● (AW/BC)

Käsepicknick

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

Näheres siehe unter „Schlemmertouren“ auf Seite 38

SO 27.09. 09:10 70 km ●●● (HPa)

Leer - Oldenburg

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

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

SO 04.10. 12:00 60 km ●● (ES)

Altweibersommer in verschiedenen Landschaften

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 18:00 Uhr
Tempo gemütlich

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

FR 13.12. 19:00 unter Vorbehalt

Adventstreffen

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

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

SO 13.12. 09:15 85 km ●●● (HPa)

Weihnachtsmarkt in Neuenburg

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott

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

Schlemmertouren

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

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

SO 27.09. 10:00 50 km ●●(AW / BC)

Käsepicknick

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

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

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

Vorschau auf 2021

ohne Datum

Wanderung zum traditionellen Kohl-essen

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

SO 21.02. 09:10 13 km CL/JA

Kohlwanderung zur Schalotte

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

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

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

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



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

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

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

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

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

Cloppenburg

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

Für alle Teilnehmer gilt:

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

Sonstiges:

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

Touränderungen vorbehalten.

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

SA 11.07. 11:00 65 km ●● (MBe / FB)

Eleonorenwald

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

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

SA 25.07. 11:00 65 km ●● (MBe / FB)

Industriemuseum

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

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

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

SA 22.08. 11:00 55 km ●● (MBe / FB)

Visbek - Casinowald

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

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

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

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



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

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



FINANCE
A BIKE

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

JOBRAD

www.tretlaster.de

Bremer Heerstrasse 400
(Einfahrt über Rhodenweg)
26135 Oldenburg

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

Individuelle Terminvereinbarung
außerhalb der Öffnungszeiten möglich

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