



RadKULTUR

Pressepaket Herbst

Verkehrssicher unterwegs im
Herbst: Interview mit
RadCHECKER Nico Netzer



Verkehrssicher unterwegs im Herbst: Tipps und Angebote von der Initiative RadKULTUR des Landes Baden-Württemberg und dem RadCHECKER



RadCHECKER Nico Netzer während der Inspektion eines Rads.

© privat

Nico Netzer beantwortet auf dem [YouTube-Kanal der RadKULTUR](#) als RadCHECKER in kurzen und verständlichen Videos, den [RadTUTORIALS](#), die wichtigsten Fragen rund um das Fahrrad – von der Wahl des richtigen Rads bis zum Reifen flicken. In Mannheim betreibt er seit 2009 seinen eigenen Fahrradladen. Wir haben ihn gefragt, mit welchen Tricks das Radfahren auch im Herbst sicher ist und Spaß macht. Denn egal zu welcher Jahreszeit: Radfahren ist gesund und gut fürs Klima – und es braucht nicht viel, um mit einem verkehrssicheren Fahrrad zu starten.

Wie sieht ein verkehrssicheres Rad aus? Kann ich das selbst überprüfen?

Der Herbst ist ein guter Zeitpunkt, um sich ins Gedächtnis zu rufen, wie ein verkehrssicheres Fahrrad aussieht. Die meisten Dinge kann man selbst überprüfen, das sind einfache Handgriffe. Das wichtigste sind die Bremsen, das Licht und die Reflektoren – und nicht zu vergessen natürlich die Klingel. Man sollte auf jeden Fall eine echte Klingel und keine Hupe oder ähnliches haben. Wenn sie dazu noch schön klingt, ist das ein toller Bonus, weil die Menschen dann gerne Platz machen.

Bei den Bremsen ist wichtig, dass man zwei Stück hat, die unabhängig voneinander funktionieren. Gerade vor der kalten Jahreszeit lohnt sich ein Blick auf die Bremsbeläge – wenn sie schon sehr heruntergebremst sind, ist es Zeit für neue. Wenn man sich bei den Bremsbelägen oder der korrekten Einstellung der Bremsen unsicher ist, ab zum Fachhändler des Vertrauens.

Die Tage werden kürzer: Wie bin ich auch im Dunkeln sicher unterwegs?

Um auch im Dunkeln gut zu sehen und gesehen zu werden, sind Licht und Reflektoren wichtig: Ein weißes Vorder- und ein rotes Rücklicht, jeweils mit dem entsprechenden Reflektor. Ich empfehle dazu einen wartungsarmen Dynamo- Batterielichter sind auch super, wenn sie für die Straße zugelassen sind. Entgegenkommende Radelnde freuen sich, wenn die Lampe nicht zu weit nach oben zeigt und blendet. Wenn die orangefarbenen Pedalreflektoren und Katzenaugen mit am Start sind, ist das Fahrrad bereit für den täglichen Pendelweg. Übrigens sind auch reflektierende weiße Streifen in den Speichen oder auf dem Reifen ein guter Ersatz für die Katzenaugen.

Technik-Check fürs eigene Rad fällig? Die RadKULTUR Baden-Württemberg bietet auf verschiedenen Wegen Möglichkeiten für einen Technik-Check:

- *Technik-Check für zu Hause mithilfe der RadTUTORIALS von RadCHECKER Nico auf YouTube*
- *RadSERVICE-Punkte im ganzen Land: karte.radkultur-bw.de*
- *Termine für die nächsten RadCHECKS der RadKULTUR: www.radkultur-bw.de/kalender*

Hilfe vor Ort gibt es auch beim Fachhändler. Und auch der ADFC bietet auf seiner Website eine Übersicht für einen Fahrrad-Check: www.adfc.de/artikel/fahrrad-check/

Was kann ich abgesehen vom Check meines Rads im Herbst noch tun, damit ich mit Freude ans Ziel komme?

Wenn das Rad gecheckt und verkehrssicher ist, kommt als nächstes der Blick auf die richtige Kleidung – das A und O im Herbst. Reflektoren sind auch hier eine klare Empfehlung: Neben den klassischen Klettbindern gibt es auch Reflektoren als schnittige Pfeile oder Herzen in Form von Anhängern oder Aufklebern. Unter einer möglichst hellen Jacke empfehle ich immer das Zwiebelprinzip! Damit kann man entspannt auf veränderte Temperaturen im Tagesverlauf reagieren, friert nicht und bleibt so beweglich und reaktionsfähig. Übrigens: Funktionale und leichte Regenkleidung im „Urban Outdoor“-Stil sieht richtig gut aus!

Helm und Sonnenbrille sind weitere Begleiter im Herbst, die das Radeln zu einer stressfreien Sache machen. Denn die tiefstehende Sonne kann im Herbst und Winter schon mal blenden. Dann ist vorausschauendes Fahren ein guter Tipp, der auch bei Laub und Schmutz auf der Straße weiterhilft. In diesem Fall eher nicht die vordere Bremse benutzen, sonst kann leicht das Vorderrad wegrutschen.

Gibt es weitere Tricks, wie ich mein Fahrrad fit für die kalte Jahreszeit mache?

Bei den Reifen gilt: Es kommt darauf an, auf welchen Wegen man fährt, zum Beispiel überwiegend auf Asphalt oder eher auf Schotter. Die meisten Reifen sind auch gut für den Winter geeignet, Cross- oder MTB-Reifen helfen bei Schnee. Slicks, also Reifen ohne Profil, sind bei Glätte eher ungeeignet. Wenn es glatt wird oder Schnee liegt, kann man auch den maximalen Luftdruck um ca. 1/2 Bar reduzieren. Das vergrößert die Auflagefläche des Reifens.

Mein Tipp: Einfach regelmäßig kurz das eigene Rad beim Abstellen unter die Lupe nehmen. Im Herbst und Winter freut sich zum Beispiel die Kette, wenn sie öfter geölt wird. Die Reflektoren und auch die Felgen verschmutzen im Herbst und Winter schneller, können aber einfach mit einem Tuch saubergemacht werden. Mit diesen einfachen Tricks macht mir persönlich das Fahrradfahren im Herbst richtig gute Laune! Wenn ich morgens zu meinem Laden fahre, tut mir die Bewegung an der frischen Luft total gut – außerdem umgehe ich Stau und bin weniger krank. Und in Corona-Zeiten finde ich gut, dass ich auf dem Rad ein geringes Risiko habe mich anzustecken.

Abbinder

Für eine fahrradfreundliche Mobilitätskultur in Baden-Württemberg



Das Land macht sich stark für eine moderne und nachhaltige Mobilität. Der Anteil des Radverkehrs im Mobilitätsmix soll deutlich gesteigert werden. Die Initiative RadKULTUR ist bereits seit 2012 eine zentrale Maßnahme des Landes zur Förderung einer fahrradfreundlichen Mobilitätskultur. In enger

Zusammenarbeit mit Kommunen und Unternehmen sowie mit der Unterstützung eines stetig wachsenden Partnernetzwerks, bietet die Initiative den Menschen positive Radfahr-Erlebnisse in ihrer individuellen Alltagsmobilität. So wird deutlich: Das Fahrrad ermöglicht es, im Alltag zeitgemäß mobil zu sein. Weitere Informationen unter www.radkultur-bw.de