

1/99 frei atmen!

• kostenlos •

Bochumer Radfahrzeitschrift



**Polizei- Fahrradstaffel
Fahrrad-Demos
Neu: ADFC- Terminkalender
Radtour-Programm Januar – Juli 1999
und mehr ...**



**Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club
Bochum e.V.**

Kreisverband Bochum

Fahrradstaffel der Bochumer Polizei	3
Benutzungspflicht für Radwege	5
Mit 90 auf dem Rad	9
frei atmen! Infogram	10
Adressverwaltung	11
ADFC Bochum im Internet	12
Leserbrief	23
Bürgerwoche Bochum Ost	24
Transportrad	24
Ein gesunder Geist ...	27
Kinderseite: Der Fahrrad-Transport	31
Mitgliederversammlung	40
Fahrrad-Demos	40

Bochumer Verkehrsschau

Baustellen in der Innenstadt	6
Radverkehr im Stadtbezirk Ost	6
Öffnung von Einbahnstraßen	6
Fahrraddemo zeigt Wirkung	7
Nachgebessert - nichts erreicht	7

Radtouren

Alpenüberquerung	13
Stadterkundungstouren	24
Einrad-Weltmeisterschaft	28
Gutschein-Aktion	30
Radtour-Programm	16
Dortmunder Cityrennen 1998	33
Krim - Donezktour 1998	34
Radkarten- Sonderangebote	38

Technik

Fahrräder nach Maß - Krautscheid	25
Kleinanzeigen	6, 12, 21, 24, 38

Neu: **ADFC - Terminkalender** 20

Beitrittserklärung 22

Adressen • Impressum 39

Titelbild: Bochumer Polizei-Fahrrad-
staffel Photo: EZ

Wo bleibt Heft 3/98?

Der eine oder andere mag sich gewundert haben, als er dieses Heft aus dem Briefkasten geholt hat oder von seinem Fahrradhändler überreicht bekommen hat. Wäre nicht erst Heft 3/98 dran? Nach einiger Diskussion haben wir uns entschlossen, dem im Print-Medien-Bereich üblichem Verfahren zu folgen und das Heft ungeniert vorzutudieren. Endgültig überzeugt hat uns ein zufällig mitgehörtes Gespräch bei einem Fahrradhändler, als ein Kunde Anfang Januar 1998 die Annahme eines fast druckfrischen Heftes 3/97 verweigert hatte, weil er es fälschlich für einen Ladenhüter gehalten hatte. Andererseits erscheint es auch plausibel, das im Dezember 1998 herausgegebene Heft 1/99 zu nennen, den es enthält in der Tat unser Radtourenprogramm für das Frühjahr 1999. Daher fällt das Heft mit der Nummer 3/98 ersatzlos aus. Abschließend noch eine Bemerkung für den frei atmen!-Sammler: Auch ein Heft 1/93 hat es nie gegeben, bis zum Frühjahr 1993 gab es nämlich keine eigenständige Bochumer Fahrradzeitung, bis dahin hatten wir jeweils Seiten im Dortmunder "Fahr Rad!". GB

Wunder der Technik

@ Die **frei atmen!**-Redaktion ist jetzt nicht nur postalisch, telefonisch und per Fax zu erreichen, sondern ganz zeitgemäß per **E-Mail**. Es gibt also keine Entschuldigung mehr, daß uns Eure Artikel, Leserbriefe etc. nicht erreichen! Der Vollständigkeit führen wir nachfolgend unsere komplette Adresse auf (wie üblich steht sie auch in der Adressenliste auf der vorletzten Seite):

ADFC Bochum, Redaktion frei atmen!

G. Bergauer

Am Neggenborn 120

44892 Bochum

Tel.: 0234 / 921 03 78 (privat)

Tel.: 0234 / 910 29 55 (Büro)

Fax: 0234 / 921 03 78

E-Mail: bergauer.demski@cityweb.de

P.S.: Wer seine Text ohnehin mit dem PC schreibt, möge mir den Text bitte auf Diskette (PC oder Mac, ich kann die Formate fast aller Textverarbeitungsprogramme einlesen) oder per E-Mail zusenden. Das erspart mir das mühevoll Abtippen und Korrekturlesen! GB

Fahrradstaffel der Bochumer Polizei

Am 23.7.98 stellte die Bochumer Polizei, zu der auch Witten, Herne und natürlich Wattenscheid gehört, ihr Fahrradkonzept vor. Nach einer sich einige Monate hinziehenden Ausschreibung unter den regionalen Fahrradhändlern war es endlich soweit: Neun straßentaugliche Mountainbikes mit LX-Ausstattung, Gepäckträger, Lichtanlage und Reflektoren standen auf dem Hof des Polizeipräsidiiums zum Bestaunen durch die Presse bereit. Die Räder zum Anschaffungspreis von 1500,- DM pro Stück machten einen grundsoliden Eindruck, doch noch besser wirkten die Damen und Herren im schwarzgrünen Polizei-Radlerdress mit passendem Helm. Sogar Schlechtwetterkleidung soll zur Verfügung stehen.

Die Fahrradstaffel ist natürlich keine Bochumer Idee, sondern eine Fortführung der Gedanken, die in Köln, Düsseldorf oder Mülheim schon seit einigen Jahren in die Tat umgesetzt werden. Schön liest sich das Kon-



Mit dem Fahrrad auf Gangsterjagd – jetzt auch in Bochum Photo: EZ

zept der verteilten Presseinfos, in dem von drei wesentlichen Punkten die Rede ist:

1. Steigerung der Sicherheit schwächerer Verkehrsteilnehmer

- Bekämpfung von Radfahrunfällen
- Überwachung/Freimachen von Radwegen, insbesondere im Innenstadtbereich
- Schulwegsicherung – Überprüfung von Rückhaltesystemen, insbesondere an Schulen/Kindergärten

2. Reduzierung von Straßenkriminalität

- Reduzierung von Zweiraddiebstählen, Kfz.-Delikten
- Verhinderung von Bedrohungs-/Sexualdelikten
- Kontrollen an entsprechenden Delikt-brennpunkten (insbesondere Örtlichkeiten, die für die Funkstreifenwagen schlecht zugänglich sind)

3. Steigerung des Sicherheitsgefühls

- Prävention im Bereich der U-Bahnhaltestellen
- Bestreifung ausschließlich fußläufiger Bereiche wie Grünanlagen, Naherholungsgebiete, Friedhöfe, Parkhäuser etc.

Ob in Zukunft z.B. wirklich Radwege freigemacht werden oder der ruhende Verkehr auf den zugeparkten Radwegen weiterhin Aufgabe des Ordnungsamtes ist, wird sich zeigen.

Jedenfalls ist ein Weg in die richtige Richtung eingeschlagen und die hochmotivierten und freundlichen BeamtInnen werden wohl demnächst auf ebenso erstaunte und hoffentlich auch erfreute und freundliche Bürger stoßen. Unsere Polizei rückt wieder ein Stück näher an die BürgerInnen heran und muß in Zukunft nicht mehr im PKW sitzend durch Grünanlagen und Fußgängerzonen patrouillieren.

Es bleibt zu hoffen, daß auch in Zukunft Geld für Wartung und Reparatur der Räder



Lächeln für die Pressephotographen – die neue Fahrradstaffel der Bochumer Polizei. Photo: EZ

und Bekleidung vorhanden ist und die Räder nicht irgendwo verstauben, wie es offensichtlich mit den Trekkingrädern passiert ist, die Bochums Polizei bereits vor einigen Jahren anschaffte, die aber so gut wie nie im Stadtgebiet gesichtet wurden.

Der **ADFC Bochum** wünscht auf jeden Fall viel Erfolg und hofft in Zukunft auf noch bessere Zusammenarbeit. Die Einladung zum offiziellen Pressetermin kam leider (oder zum Glück) nur durch gute private

Kontakte des Autors zu Bochumer Polizeibeamten zustande.

Vielleicht können wir in Zukunft einmal behilflich sein, wenn es um den Ersatz der dürftigen Packtaschen durch wasserdichte, schwarzgrüne Modelle des führenden deutschen Herstellers geht, der sogar allen Fahrradkurieren lebenslange Garantie auf seine Taschen gewährt, oder wenn die etwas dürftigen Sättel durch solide Kernleder-Sättel ersetzt werden müssen. EZ



Benutzungspflicht für Radwege gilt nicht immer

Wenn Radwege im Winter nicht von Eis und Schnee befreit sind, müssen sie nicht benutzt werden. Der Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC) empfiehlt Radlern, dann auf der Fahrbahn zu fahren. Gleichzeitig appelliert der ADFC an alle Autofahrer, Verständnis zu zeigen, wenn ein Radfahrer bei nicht geräumtem Radweg die Fahrbahn benutzt.

Diese Regelung gilt ab dem 1. Oktober 1998 nicht mehr nur bei schlechter Witterung. Radwege müssen nur noch benutzt werden, wenn sie mit dem blauen Radwegschild gekennzeichnet sind, sie in der Regel eine Breite von zwei Metern – mindestens 1,50 Meter – aufweisen und sich in einem ordnungsgemäßen baulichen Zustand befinden. ADFC-Bundesvorsitzender Karl-Ludwig Kelber: „Viele Radwege sind Holperstrecken. Dann ist es für Radler sicherer, auf der Fahrbahn zu fahren.“ Der ADFC begrüßt diese Regelung, die durch die Änderung der Straßenverkehrsordnung (StVO) zum 1. September 1997 ermöglicht wurde.

Viele Radwege haben ihren Namen schon lange nicht mehr verdient: Längs und Querrillen, nicht abgesenkte Bordsteine, Schlaglöcher, hervortretende Baumwurzeln, Engstellen oder eine ungeschickte Radwegführung gehören in deutschen Städten zum Alltag. Bis zum 1. Oktober 1998 müssen die Straßenverkehrsbehörden ihre Radwege überprüfen und im Bedarfsfall ausbessern. Tun sie das nicht, müssen sie die blauen Radwegschilder abmontieren. Radler dürfen dann wählen, ob sie die Fahrbahn oder den nicht beschilderten Radweg benutzen.

Der ADFC hat in Zusammenarbeit mit dem Bundesverkehrsministerium das Faltblatt

„Mehr Rechte für Radler“ erstellt, das sämtliche Änderungen der StVO erläutert. Das Faltblatt liegt in allen ADFC-Geschäftsstellen aus und kann gegen 1,10 DM in Briefmarken beim ADFC, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen angefordert werden.

Pressemitteilung des ADFC Bundesverbandes

**Radweg vereist oder verschneit?
Fahren Sie auf der Fahrbahn!**

Photo: W. Hörmann





Baustellen in der Innenstadt I

Über die mangelhafte Führung von Radwegen im Bereich von Baustellen wurde in **frei atmen!** bereits öfter geklagt – im Falle der Umgestaltung des Brückstraßen-Parkhauses, der eine Verschwenkung des Radstreifens gegen die Einbahnstraßen-Richtung notwendig machte, wurde aber der Radweg vorbildlich ummarkiert.

Leider aber ist der neu markierte Radstreifen praktisch nie benutzbar, da dieser beinahe immer zugeparkt wird, sowohl durch Anwohner wie auch durch Baustellenfahrzeuge. Solange vom Bochumer Ordnungsamt niemand bereit ist, hier (und anderswo auch) regelmäßig Strafzettel zu verteilen und notfalls abzuschleppen, wird hier keine Besserung eintreten.

GB



Baustellen in der Innenstadt II

Natürlich ist über die Innenstadt-Baustellen niemand richtig glücklich – Autofahrer können diese aber großzügig auf dem Ring umfahren. Für Radfahrer verschlechtert sich die Verkehrssituation in Bochum aber dramatisch, erst wurde die Rathauskreuzung (früher Paradebeispiel gelungener Radverkehrsplanung in Bochum) in Nord-Süd-Richtung dichtgemacht, dann die Massenbergsstraße in beide Richtungen. Auf den Ring auszuweichen bringt für Radfahrer enorme Risiken und unangenehme Umwege. Hat die Stadt vor, uns auf diese Weise so langsam auf die fahrradfreie Innenstadt (Boulevard Massenbergsstraße!) vorzubereiten?

GB



Radverkehrsplanung im Stadtbezirk Ost

Am Donnerstag, den 25. Juni, in der Pause zwischen zwei Fußball-WM-Spielen, hatten der Vorsteher des Stadtbezirkes Bochum Ost, Herr Busche und der SPD-Ratsherr Westerwick Zeit, sich vom **ADFC-Kreisverband Bochum** Verbesserungsvorschläge für den Radverkehr im Bochumer Osten anzuhören. Das Gespräch verlief erfreulich harmonisch, ohne gegenseitige Vorwürfe. Vielmehr wurde nach Möglichkeiten gesucht, die geringen, von der Stadt bereitgestellten Mittel zur Verbesserung der Verkehrsflächen sinnvoll einzusetzen. Wir einigten uns, der Verbindung Altenbochum - Lütgendortmund über Laer und Werner Hellweg und Langendreer-Zentrum über Wittener Straße und Unterstraße Priorität einzuräumen. Dort sollen aufgrund der ausreichenden Straßenbreite Radstreifen auf der Fahrbahn markiert werden.

Sicherlich werden die zugesagten Mittel zunächst nur für Teilstücke reichen. Auf jeden Fall werden der **ADFC** und die Bezirkspolitiker weiter im Gespräch bleiben. Inzwischen hat Ratsherr Westerwick signalisiert, daß oben beschriebener Vorschlag der Stadt vorgelegt ist.

WS



Öffnung von Einbahnstraßen I

Schon im Mai wurden sie in der Presse großspurig angekündigt – die Öffnung von ein paar unbedeutenden Einbahnstraßen für den Fahrradverkehr in Gegenrichtung. Schon in **frei atmen! 2/98** haben wir auf die geringe Verkehrsbedeutung dieser Straßen für den Radverkehr hingewiesen. Der **ADFC** hat der Stadtverwaltung eine Liste mit Einbahnstraßen überreicht, deren Öffnung in Gegenrichtung echte Vorteile für den Radverkehr bringen würden. Bislang wurde aber keine weitere Einbahnstraße für den Radverkehr geöffnet – von den drei im Mai angekündigten Straßen wurde lediglich die Franzstraße freigegeben.

GB

Kleinanzeige

Tandem, reisetauglich, 26 Zoll, 21 Gänge, 48 Speichen, RH 53 cm v + h, NP 7900,- DM VB 4500,- DM. Edgar 0234 / 33 51 76



Öffnung von Einbahnstraßen II



Besser hat man es im Bezirk Ost gemacht – im August wurden im Bereich des Alten Bahnhofs in Langendreer neue Einbahnstraßen eingerichtet – und sofort für den Radverkehr in Gegenrichtung geöffnet. GB



Fahrraddemo zeigt Wirkung

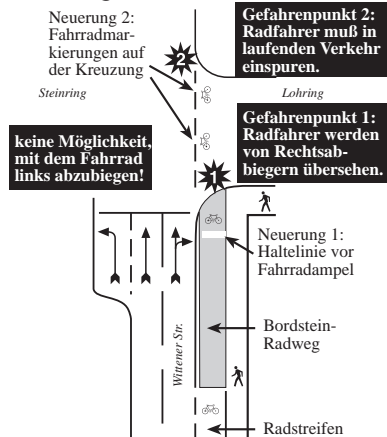
Keine 24 Stunden vor der Fahrraddemo vom 17. Oktober 1998, die auf die miserable Radverkehrssituation an der Königsallee und an der Viktoriastraße aufmerksam machen sollte, wurden sie abmontiert – die Fahrradwegeschilder an der Viktoriastraße zwischen Husemannplatz und Bahnunterführung. Endlich wurde wahr, was wir lange gefordert hatten, einer der schlechtesten und gefährlichsten Fahrradwege in Bochum wurde aufgelöst. Dieser war nicht nur holprig, kurvig und schmaler als gesetzlich vorgeschrieben – insbesondere an den schwer einsehbaren Kreuzungen waren Radfahrer extrem gefährdet. Sicherlich ist die Auflösung eines Radweges keine optimale Lösung, vor allem nicht für ängstliche Radfahrer und Kinder. Die Unfallstatistik zeigt aber, daß man sich auf der Straße immer noch sicherer vorwärts bewegt als auf einem schlecht ausgeführten Bordsteinradweg. Deshalb möchten wir davor warnen, die nicht mehr ausgeschilderten, aber wegen des roten Pflasters immer noch sichtbaren Radwegüberreste auf der Viktoriastraße mit dem Rad zu benutzen – das Unfallrisiko ist jetzt noch höher, da Autofahrer jetzt noch weniger mit Radlern rechnen; außerdem würde die Hauptunfallschuld dem Radler angelastet. GB



Zweimal nachgebessert – nichts erreicht

Bereits in drei **frei atmen!**- Heften und auf der Fahrraddemo im Juli 1998 hat der **ADFC Bochum** den Radweg an der Wittener Straße/ Ecke Lohring wegen seiner hohen Gefährlichkeit für die Radfahrer kritisiert (die mittlerweile leider auch durch einen schweren Unfall bestätigt wurde). Immer wieder hat die Stadt hier nachgebessert; jetzt wurden im Kreuzungsbereich Fahrradsymbole aufgemalt, die wohl vom Lohring kommende Autofahrer vor kreuzenden Radfahrern warnen sollen. Mit diesen jedoch kann der Radverkehr aufgrund der Ampelschaltung überhaupt nicht in Konflikt kommen. Des weiteren wurde vor der Ampel an der Wittener Straße auch für die Radfahrer ein Standstreifen markiert. Auch dieser trägt nicht viel zur Sicherheit bei, da ein ortskundiger Radfahrer ohnehin hier hält, weil er sonst die Fahrradampel mit Vorstart nicht sehen kann. Vielleicht bewirkt er jedoch, daß einige Radfahrer, die bislang bis zur Fußgängerampel vorfahren, künftig hier anhalten. Die Fußgängerampel liegt weiter im Lohring und ist daher für rechtsabbiegende Autofahrer schwerer einzusehen. An den in der beigefügten Graphik markierten Gefahrenpunkten ergibt sich aber für die Radfahrer leider kein Sicherheitsgewinn. GB

Lebensgefährliche Radverkehrsführung an der Wittener Straße:



Mit 90 auf dem Fahrrad

Die Hoffnung auf das ewige Leben hat in den letzten Jahrzehnten zahlreiche Pillen, Säfte und Gurus hervorgebracht. Mit einem Team von sechzehn Wissenschaftlern untersuchten die Mediziner John Rowe (53) und der Sozialpsychologe Robert Kahn (80) die Lebensgewohnheiten von Tausenden von Männern und Frauen jenseits der 70, die noch in ihrer häuslichen Umgebung lebten.

Zwar hat jeder zweite jenseits der 75 Arthritis, jeder dritte hohen Blutdruck, Herzbeschwerden oder Hörschäden, doch selten machen sich diese Störungen im Alltag gravierend bemerkbar. Auch das Schreckgespenst der Alzheimerschen Krankheit trifft nur 10% der 65-100jährigen. Das Kurzzeitgedächtnis verschlechtert sich zwar, doch mit Gedächtnistraining läßt es sich erheblich verbessern. Die wichtigste Botschaft der Untersuchung liegt jedoch darin, daß wir einen dramatischen Einfluß auf die Art und Weise unseres Alterns haben. Nur 1/3 aller Altersstörungen sind ererbt, für den Rest ist der Lebensstil verantwortlich. Zu nennen wäre der Einfluß von Ernährung und Bewegung auf Blutfettwerte, die Lungenfunktion oder die Herzleistung.

Für den Verzicht auf das Rauchen und Mühen regelmäßiger Bewegung gibt es eine guten Lohn: „mit 90 auf dem Fahrrad statt im Rollstuhl zu sitzen“.

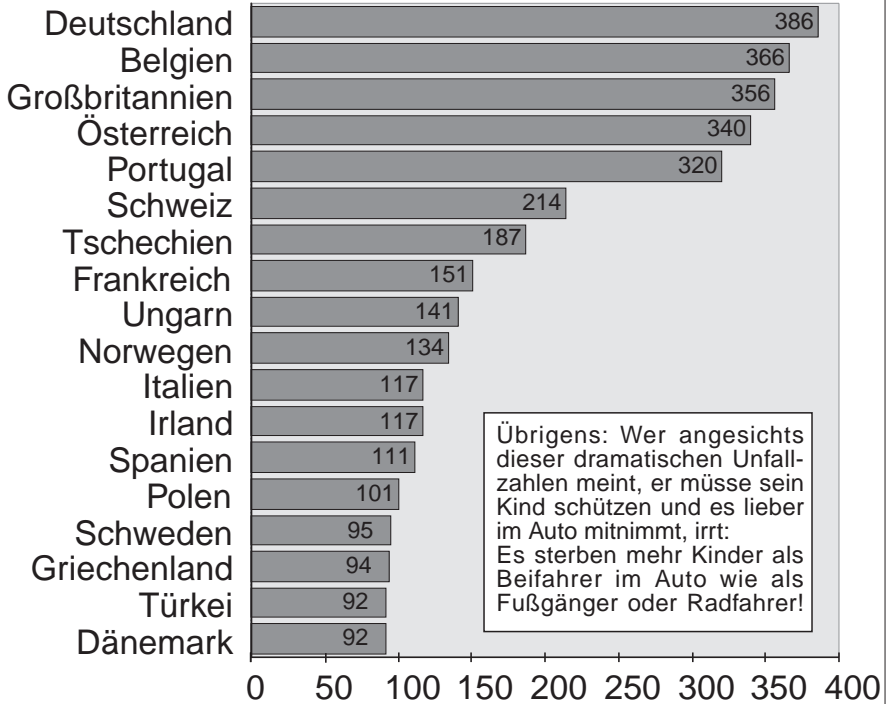
Sport, aktive Teilnahme am Leben, Freundschaften und Geselligkeit sind, neben gesunder, maßvoller Ernährung, der beste Jungbrunnen.

EZ (nach: Der Spiegel Nr. 25/15.6.98)



Trauriger Rekord in Europa: In Deutschland verunglücken die meisten Kinder im Straßenverkehr!

Bei Straßenunfällen verunglückte Kinder unter 15 Jahren in europäischen Ländern 1993 je 100 000 Kinder



Quelle: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden

Es ist soweit!

Laut Auskunft des Landesverbandes in Düsseldorf soll Ende 1998 die eigentlich schon für den Herbst 1996 vorgesehene pc-gestützte allgemeine Adressverwaltung starten.

Es ist sicherlich schwierig, ein Programm zum Einsatz zu bringen, mit dem ein Kreisverband mit vielleicht nur 50 Mitgliedern, eine Landesgeschäftsstelle mit einigen Tausend Mitgliedern und gar der Bundesverband mit weit über 50.000 Mitgliederadressen praktikabel arbeiten kann. Nicht zu vergessen ist der Gedanke an den Datenschutz, der bei allen weitergegebenen Daten gewährleistet sein muß. Außerdem geht es nicht nur um die Belange einer Mitgliederadressenverwaltung. Denken Sie z. B. an den weiterhin zentral durchzuführenden Beitragseinzug und an die anderen Verwaltungsaufgaben eines Vereins mit all seinen Pflichten und Aktivitäten.

Was wird sich ändern?

Nach Übernahme des Programms erhalten die Kreisverbände über die Landesverbände ihre Mitgliederdaten als Erstbestand auf einer Diskette. In allen geraden Monaten erhalten sodann die Landesverbände die – aktualisierten – Mitgliederdaten vom Bundesverband in Bremen auf einer Diskette, nur noch auf Wunsch alternativ als Hardcopy. Der Bundesverband wird über die Landesverbände rechtzeitig die Wünsche der Kreisverbände erfragen.

Mitgliederlisten auf Papier werden im Regelfall nur noch einmal pro Jahr erstellt.

Ende 1998 will der Landesverband zu einer umfassenden Information über die Neuerungen einladen.

Vorteile des Daten-Abonnements:

Stets aktuelle Mitgliederadressen und **ADFC**-Adressen,



Kostensparnis:

- Etiketten, Listen, Statistiken etc. können nach eigenem Bedarf selber erstellt werden,
- Integrationsmöglichkeit der eigenen LV- bzw. KV-Adressen – z. B. örtliche Presse, Regionalverbände, Parteien etc.,
- Erstellung von Serienbriefen mit dem integrierten Textprogramm,
- Daten- und Datenträgeraustausch, evtl. sogar per Internet.

In der Zwischenzeit habe ich alle Mitgliederdaten unseres Kreisverbandes in eigener Regie pc-mäßig erfaßt und kann schnell Änderungen durchziehen, Listen und Etiketten erstellen.

Meine Bitte:

Teilen Sie mir Adressenänderungen per Telefon oder Fax mit. Unverzüglich nach Erfassung in unserem dezentralen Datenbestand leite ich Ihre Unterlagen nach Bremen weiter. Dort werden sie wie bisher von der Fa. Datentechnik Flömer erfaßt und verarbeitet. Über den Bundesverband erhält der Landesverband die Änderungen, die ich jedoch schon in unserem Rechner habe. So hat der Vorstand unseres Kreisverbandes stets aktuelle Mitgliederdaten im direkten Zugriff.

Erfahren Sie, daß ein Vereinsmitglied umgezogen ist oder sich andere Daten über ihn geändert haben, sprechen Sie dieses Mit-

glied an, sich mit mir in Verbindung zu setzen.

Neue Vereinsmitglieder erhalten von mir nach Erfassung ihrer Daten unsere Zeitschrift „**Frei atmen!**“. Der radelnde Bote spricht persönlich ein „Willkommen im Club“ aus.

Zum Schluß noch ein anderer Gedanke:

Ich habe eine Datei eingerichtet mit dem Namen: „Freunde und Interessenten des **ADFC**“. Hier sammle ich Adressen von Bekannten, Freunden, Nachbarn, Kollegen, die noch nicht Mitglied sind, es aber bald sein könnten. Ich beabsichtige, ihnen auch unsere Zeitschrift zukommen zu lassen.

Wenn Sie Freunde, Bekannte haben, die der Arbeit und dem Ansinnen des **ADFC** positiv gegenüber stehen, geben Sie mir deren Adresse. Ich werde sie in den Verteiler aufnehmen.

Damit könnte sich unsere Mitgliederzahl, die augenblicklich wieder knapp unter 500 liegt, erhöhen.

Je mehr Mitglieder wir vertreten, je mehr Gehör finden wir auf der politischen Bühne.

Und ganz zum Schluß noch eine Frage:

Wußten Sie, daß Radfahrer zu den ärmsten im Lande gehören? – Nein? – Doch, selbst die Luft müssen sie sich pumpe! HJH

ADFC Bochum im Internet

@ Schon im letzten Heft hatten wir angekündigt, daß **frei atmen!** von den Web-Seiten der Stadt Bochum abgerufen werden könne. Aufgrund einer kleinen Panne in der weiten, weiten Welt der Datenetze hat es aber bis Oktober gedauert, bis **frei atmen!** 2/98 dort zum Herunterladen bereit stand. Internet-User können künftig **frei atmen!** ca. zwei Wochen früher lesen, da die Zeiten für Druck und Verteilung der Hefte wegfallen. Die Internetadresse lautet: <http://www.bochum.de>, über die Menüfelder „Verwaltung/Service“ – „Informationsstellen“ – **„Allgemeiner Deutscher Fahrrad-**

Club“ navigieren Sie zur richtigen Position, von der Sie den Download starten können.

P.S.: Auf der Adressenseite dieses Heftes finden Online-Jünger auch die Internetadressen des **ADFC- Bundes- und Landesverbandes**. GB

Kleinanzeige

Wohnungssuche: 3 – 5 Zimmer, 70 – 100 qm2 mit Garage oder/und großem Keller im Ehrenfeld oder Wiemelhausen gesucht.

Edgar und Sibylle Tel. 0234 / 33 51 76

Alpenüberquerung

Runde Geburtstage und die Lust am Radfahren bildeten den Hintergrund für unser Vorhaben, die Alpen per Fahrrad zu überqueren.

Wegen der erfreulich engagierten Förderung des Radtourismus durch Schweizer Fremdenverkehrsverbände ergab sich für uns eine Strecke vom Bodensee zum Comer See.

Am Storchenhof in Bulgach hinterließen wir, ein Radsportler und ein Langstreckenläufer, unser Auto und bestiegen die Räder: ein leicht umgerüstetes Rennrad und ein Lightning-Liegerad, beide mit rund 10 kg Gepäck versehen.



Vor dem Start in Bulgach nahe Bodensee

Photo: M. Kind

Fasziniert von Gunnar Fehlau's Buch „Das Liegerad“ und die Aussage, daß typische Langstreckenläufermuskeln (Vastus Laterales, Vastus Mediales und Rectus Femoris) bei derartigen Fahrradtypen besonders genutzt werden, hatte ich mir das obengenannte gekauft und im Alltagskurzstreckenverkehr gefahren. Die Befürchtungen von

Bekanntem, Alpensteigungen seien mit einem derartigen Gefährt nicht zu bewältigen, ließen in mir Bedenken aufkommen bis hin zu der Notlösung dann schiebe ich eben die Paßhöhe hinauf! Mit einiger Spannung, aber ohne spezielles Training, begab ich mich also auf die Strecke, einen erfahrenen Radler an meiner Seite.

Über den asphaltierten Rheindamm, leider bei konstantem Dauerregen, führte die 1. Etappe bis zum Heididorf Maienfeld. Ein 2 km langer, steiler Anstieg zum Bauernhof Just verlangte uns noch einmal eine große Kraftanstrengung ab. Die notwendige Entspannung und Nachtruhe fanden wir in dem gemischten Stroh- und Matrazenlager mit viel Raum.

Ein reichhaltiges Bauernfrühstück und ein heller Himmel gaben neue Kraft, wieder Fahrt aufzunehmen.

Die Route führte uns über lange Splitstrecken, teilweise direkt neben der Autobahn, teilweise durch willkommen lange, grüne Tunnel. Begleitet vom Rauschen des Rheins passierten wir Chur. Bei Reichenau verließen wir den gut ausgeschilderten Rheindamm und überwand den ersten Anstieg nach Thusis.

Ein einfaches Hotel, eine große Portion hausgemachte Pasta und ein Bier bei abendlichem Gewittersturm dienten der Erholung für die kommende Etappe.



Via Mala, die früher gefürchtete Schlucht, lag vor uns. Dunkel und kühl zeigte sie sich. Straßentunnel zwangen uns, die mitgeführten Batterieleuchten einzusetzen.

Je höher die steile Straße verlief, um so weiter und heller wurde die Schlucht, die von einem Fließchen begleitet wird.

Der kleine, unscheinbare Ort Splügen (1.500 m) ist der Fußpunkt des Splügenpasses auf Schweizer Gebiet. Furchterregend steil erscheint die aus dem Ort führenden Straße, die bis zu verstreut liegenden Schneefeldern in vielen Windungen ansteigt. Vor der Paßhöhe in 2113 m Höhe entschädigte ein raumgreifender Blick zurück für die vielen Schweißtropfen.

Und welch' eine Freude und Überraschung: das Liegerad, hauptsächlich angetrieben durch die obengenannten Läufermuskeln, hatte mich sesselartig sitzend und im Oberkörper- und Oberarmbereich locker und entspannt „hinaufbefördert“.

Es folgte eine rasante 30 km Abfahrt bis Chiavenna. Hochsommer erwartete uns. Wie



Beim Splügenpaß-Aufstieg Ph.: M. Kind

ein Riesenföhn überstrich uns der vom Comer See her aufsteigende Wind. Tunnel durchfahrten, für Radfahrer gesperrt, erzwangen auf dem Weg zum Ziel knifflige, aber kurze Umwege.

Colico, eine verschlafene, im Aufwachen befindliche Kleinstadt ohne merklichen Touristenrummel, direkt am See gelegen, wurde erreicht. Nach kurzer Suche fanden wir ein abseits der Hauptstraße am Hang gelegenes kleines Hotel im Familienbesitz. Herzlichkeit und freundliche Zimmer, sowie eine große, teils von Weinstöcken überrankte Terrasse mit Seeblick erwarteten uns.

Unser Ruhetag startete mit einem üppigen Frühstück incl. frischem Obst. Ein Bad im klaren, warmen Comer See, Verweilen unter schattigen Platanen und Stöbern nach italienischen Köstlichkeiten füllten den Ruhetag aus. Köstlichkeiten aus Omas italienischer Küche rundeten den Tag ab.

Die Rückfahrt, zunächst nach Chiavenna und dann Richtung Osten zum Majolapaß einschwenkend, hielt einen 31 km langen Anstieg (von 200 bis 1.815 Höhenmeter) für uns bereit.

Ein Gewitter erwischte uns direkt an der Grenze. Unter den Arkaden des Zollamtes war eine Pause willkommen. Die Paßstraße mit giftiger Steigung weckte den Wunsch nach einer Erholung, die sich von der Paßhöhe aus bis nach Silvaplana auf fast ebener Streckenführung ergab.

Die ursprüngliche Planung sah hier eine Übernachtung vor. Leider färbt das hohe Preisniveau vom nahegelegenen St. Moritz auch auf Silvaplana ab. So beschlossen wir, den noch im Ort beginnenden Julier-Paß (2.284 m) als zweiten Paß an diesem Tag zu erradeln.

Nach etlichen sehr steilen Kilometern (13%) waren nur noch grasbewachsene

Hänge und nackt aufragende Felsstürme um uns. Im oberen Paßbereich folgte die flachere Straße einem Bachlauf.

Eine rauschende Nordhangabfahrt durch steile Kurven und über lange Geraden ließ Jubelstimmung aufkommen. Der kleine Wintersportort Bivio (1.769 m) bot uns ein Privatquartier und gutes Abendessen zu zivilen Preisen.

Am nächsten Morgen wieder viel Gefällefreude bis Tiefencastell (891 m) und Ernüchterung durch einen harten Anstieg nach Lenzerheide (1.488 m), in diesem Jahr Etappenort der Tour de Suisse.

Wiederum folgte eine grandiose Abfahrt, die mitten in Chur ihr Ende fand.

Nach kurzer Orientierungslosigkeit befanden wir uns auf dem Rheindamm. Ein bereits auf dem Hinweg entdeckter Süßkirschenbaum, etwas abseits des Radwegs und frei zugänglich, hielt immer noch köstliche rot-gelbe Früchte für uns bereit. Die letzten Kilometer zurück nach Bulgach strengten uns wegen des teils recht heftigen Gegenwindes nochmals an.

Die Reise über rund 440 km verlief ohne Panne und dank angemessener Trainingsvorbereitung auch ohne körperliche Probleme. Über weitere Touren wird nachgedacht.

Martin Kind / Jürgen Schultz



Allgemeiner
Deutscher
Fahrrad-Club

Radtouren – Termine Frühjahr / Sommer 1999

Auch nach acht Jahren organisierter Radtouren laden wir noch immer alle Radler, besonders auch die Nichtmitglieder, zu unseren Touren in die Region ein.

Alle Teilnehmer einer Tour erscheinen mit einem technisch einwandfreien Fahrrad und verhalten sich während der Tour verkehrsgerecht.


Die Geschwindigkeit richtet sich in der Regel nach den Langsameren, jedoch nicht unbedingt nach dem Langsamsten. Kinder dürfen nur in der Begleitung Erziehungsberechtigter mitradeln. Dem Tourenleiter bleibt es vorbehalten, Personen von der Teilnahme auszuschließen.

Im Teilnahmebeitrag von 4,- DM für Nichtmitglieder und 2,50 DM für Mitglieder ist die Tourleitung, Pannenhilfe und Beratung rund ums Rad mit eingeschlossen. Nähere Fragen zu den einzelnen Touren unter:

S. Weber / E. Zimmermann
Am Gerstkamp 4
44789 Bochum
Tel. 0234 / 33 51 76
(Die. + Mit. 19.00 – 21.00 Uhr)

Wann? Was? Wo? Tourenbeschreibung

1. Januar 1999 **Ausnüchterungstour**
Freitag, 11.00^h
Schauspielhaus


 Aufgrund der großen Nachfrage im Jahr '98 nun auch '99: Ausnüchterungstour am Neujahrsmorgen.

10. Januar 1999 **Stadterkundung**
Sonntag, 10.00^h
Löwendenkmal
Königsallee/Waldr.


 ~35 km. Erradellung der Außenbezirke Bochums, neue Wege – neue Eindrücke.

17. Januar 1999 **Ruhrlandmuseum**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus


– Als der Himmel über der Ruhr wieder blau wurde –

 Fotoausstellung der 60er und 70er Jahre im Ruhrpott, Eintritt 5,- DM, ~60 km, weitgehend flach, für alle.

31. Januar 1999 **Rundweg Bochum**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus

 Wir radeln auf dem Rundweg des SGV's auf der Stadtgrenze Bochums. ~65 km flach bis stark hügelig.

14. Februar 1999 **Stadterkundung**
Sonntag, 10.00^h
Löwendenkmal
Königsallee/Waldr.

 ~35 km flach durch unbekannte Nebenstraßen und tolle Grünanlagen.


14. Februar 1999 **Rund um die Eggeklause**
Sonntag, 10.00^h
Amtshaus Langendreer, Carl-von-Ossietzky-Platz


 Durch Wälder und Felder, für Trekkingräder und MTB's, ~50 km.


28. Februar 1999 **Rund um Hattingen**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus

 Westlicher Teil des Rundwegs, von Dahlhausen über die Isenburg zur Elfringhauser Schweiz, ~70 km mit dem MTB heftig rauf, selten auch runter, noch seltener flach.



14. März 1999 **Stadterkundung**
Sonntag, 10.00^h
Löwendenkmal Königsallee/Waldr.
 ~35 km durch Bochums Süden, vielleicht mit Blick auf schneebedeckte Berge.


14. März 1999 **Mountainbike- Tour**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus
 Um die Isenburg, über den Isenberg, durch dem Isenberg seine Moke, ~45km knackig.


21. März 1999 **Frühlingsgefühle**
Sonntag, 10.00^h
Amtshaus Langendreer, Carl- von-Ossietzky- Platz
 Rennradtour zur Hohensyburg, ~70 km im Schweinsgalopp auf kleinen Straßen rauf und runter.

11. April 1999 **Stadterkundung**
Sonntag, 10.00^h
Löwendenkmal Königsallee/Waldr.
 Wir locken die Sonne auf eine kurze Vormittagsrun-

de und erfreuen uns an der Natur in unserer nächsten Umgebung.

18. April 1999 **Hohenlimburg – Lethmathe – Wiblingwerde – Meinerzhagen – Hagen**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus

 80 – 100 km auf und endlich auch abwärts, stark hügelig, 18 Gänge und mehr sind gefragt.

25. April 1999 **Rennradtour**
Sonntag 10.00^h
Schauspielhaus
 Durch die Ausläufer des Bergischen Landes, ~80 km – flott und hopp.


1. Mai 1999 **Tag der Arbeit – Tag des Radfahrens**
Samstag 9.00h
Südeingang Hbf.
 Nach oben bukeln, nach unten treten, Mountain-




Radtouren – Programm

Bike-Tour rund um
Schlangenber g,
~85km.

9. Mai 1999 **Stadterkundung**
Sonntag, 10.00^h
Löwendenkmal
Königsallee/Waldr.
 Zum Umwelt-
tag, ~35 km auf
den Spuren des Um-
weltschutzes.

13. Mai 1999 **Himmelfahrts-
kommando**
Donnerstag
5.00^h morgens!
Schauspielhaus
 Das Himmel-
fahrtskomman-
do geht wieder auf
Tour, diesmal mit
Vatter und sein klein
Rad an die Nordsee,
schlappe 250 km,
Rückfahrt per Bahn,
platt und flach, fla-
cher, am flachsten.

16. Mai 1999 **Tandemtour**
Sonntag, 10.00^h
Amtshaus Langen-
dreer, Carl- von-
Ossietzky- Platz
 Nach Henri-
chenburg, fla-
che 70 km bis zum
Schiffshebewerk,
Tandemfahrer aller
Länder vereinigt
Euch.

21. – 24. Mai 1999 **Pilottour**
Pfingsten
7.00^h
Südeingang Hbf.
  Mit dem
Mountainbike von Dort-
mund nach Königs-
winter an den Rhein,
angeblich nur 150km,
mit Übernachtung im
Gasthof. Auf den
Spuren Hannibals

durch die Ausläufer
der Alpen, durch dun-
kle Wälder und Fel-
der. Größtenteils hef-
tig, auf den Spuren
des X9.

29. Mai –
5. Juni 1999 **Internationales
Tandemtreffen**
 In Holland, nä-
heres bei Ingo
Strauch,
Tel.: 26 33 64

03. Juni -
06. Juni 1999 **Altmark-Tour**
 In der Altmark
werden wir auf
geführten Tagestou-
ren mit ~70 km Länge
gute Radfahrbedin-
gungen haben: kaum
Autoverkehr, völlig
intakte, uralte Dorf-
kerne mit Fachwerk-
häusern und Feld-

Anmeldung für Mehrtagestouren ist gül-
tig bei 25,- DM Anzahlung, die als Bear-
beitungsgebühr bei Rücktritt nicht er-
stattet wird.


Konto: ADFC Bochum 23675-461,
Postgiroamt Dortmund
BLZ 440 100 46

**Radtourentermine
2. Halbjahr 1999 ab
Juni 1999 gegen
Freiumschlag
erhältlich!**

steinkirchen. In der Altmark ist es wirklich flach. Leistungen: Bahntransfer, Übernachtung u. Frühstücksbüffet im Landhotel, alle Zimmer mit Dusche / WC/TV, Fahrradgarage.


Kosten: 350,- für Mitglieder, 370,- für Nicht-Mitglieder, 60,- EZ-Aufschlag. Infos und Anmeldung: M. Müller, Tel. 0234/353707, K. Goldack, Tel. 02302/427218.

19. Juni – **Schlemmer- und Radeltage in Belgien**
23. Juni 1999

 Hohes Venn – Robertville.


Zum vierten Mal bietet der **ADFC Bochum** diese Gourmettage bei einem der besten Köche und in der schönsten Gegend Belgiens an. Bahnfahrt, HP im DZ, täglich 60 – 70 km Radtour, MTB-Touren möglich, 599,- DM. Camping möglich, An- und Abreise bei Selbstversorgung ca. 100,- DM.

In Planung: **Große Alpentour**
Mitte Juli bis August



 Eine Woche durch die Alpen per Radreise auf asphaltierten Straßen von Basel, zum Vierwaldstätter See und hinauf auf den Gottshard mit anschließender 50km-Abfahrt. Preis einsch-

ließlich Bahnfahrt und Übernachtung ca. 600,- DM. Näheres unter
Tel.: 02327 / 7 65 31

28. August 1998 **5. Internationale 16 Talsperren Tour**

 Teilnahme an der schönsten Radtouristik der Region. 210 km, die Herausforderung, aber auch 48, 75 und 120 km im Angebot, ausgeschilderte Strecken, Verpflegung und Getränke unterwegs. Startort: Gevelsberg. Näheres bei Edgar, s.o.

3. Oktober – **Mountainbike-Woche Mittenwald**
10. Oktober 1999

  Mitten in den Alpen finden sich endlose Forststraßen, die zum Klettern und Abfahren einladen. Das Karwendelgebirge und die Zugspitze rufen, wir kommen. Bahnfahrt, Übernachtung mit Frühstück in ausgesuchten Pensionen, Reiseleitung 599,- DM.

Noch eine Anmerkung zu den Radtouren des ADFC Bochum:

Schon jetzt höre ich die ewigen Meckerer und Kritiker sich über unser Spezialprogramm beschweren, nach dem Motto: Ihr macht ja gar keine Radtouren für ..., sondern nur für Wir können und wollen nur anbieten, wofür wir Tourenleiter finden, und genau dafür steht dieses Programm. Habt Ihr also andere Ideen und wollt Tourenleiter werden, so meldet Euch. Wir bieten unsere Unterstützung an.

Januar 1999

FR 1	•	
SA 2	•	Ausnüchterungstour 11.00h Schauspielhaus
SO 3	•	
MO 4	•	
DI 5	•	
MI 6	•	
DO 7	•	
FR 8	•	
SA 9	•	
SO 10	•	Stadterkundung 35km 10,00h Löwendenkmal
MO 11	•	
DI 12	•	
MI 13	•	
DO 14	•	WAT-Stammtisch 20.00h Kolpinghaus
FR 15	•	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SA 16	•	
SO 17	•	Ruhrlandmuseum 60km 10,00h Schauspielhaus
MO 18	•	
DI 19	•	
MI 20	•	
DO 21	•	Vorstandssitzung 19.00h G. Bergauer
FR 22	•	
SA 23	•	
SO 24	•	
MO 25	•	
DI 26	•	BO-Stammtisch 19.00h Haus Eikelbeck
MI 27	•	Dia-Vortrag Krim/Donesk
DO 28	•	
FR 29	•	
SA 30	•	
SO 31	•	Rundweg Bochum 65km 10,00h Schauspielhaus

Februar 1999

MO 1	•	
DI 2	•	
MI 3	•	
DO 4	•	WAT-Stammtisch 20.00h Kolpinghaus
FR 5	•	
SA 6	•	
SO 7	•	
MO 8	•	
DI 9	•	
MI 10	•	
DO 11	•	
FR 12	•	
SA 13	•	Stadterkundung 35km 10,00h Löwendenkmal
SO 14	•	Eigerklause 50km 10,00h Amthaus Lgdr.
MO 15	•	
DI 16	•	
MI 17	•	
DO 18	•	Vorstandssitzung 19.00h M. Müller
FR 19	•	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SA 20	•	
SO 21	•	
MO 22	•	
DI 23	•	BO-Stammtisch 19.00h Haus Eikelbeck
MI 24	•	
DO 25	•	
FR 26	•	
SA 27	•	
SO 28	•	Rund um Hattingen 70km 10,00h Schauspielhaus
MI 29	•	
DI 30	•	
MI 31	•	

März 1999

MO 1	•	
DI 2	•	Mitgliedervers. 19.00h Haus Eikelbeck
MI 3	•	WAT-Stammtisch 20.00h Kolpinghaus
DO 4	•	
FR 5	•	
SA 6	•	
SO 7	•	
MO 8	•	
DI 9	•	
MI 10	•	
DO 11	•	
FR 12	•	
SA 13	•	Stadterkundung 35km 10,00h Löwendenkmal
SO 14	•	Rund um Isenburg 45km 10,00h Schauspielhaus
MO 15	•	
DI 16	•	
MI 17	•	
DO 18	•	Vorstandssitzung 19.00h K. Goldack
FR 19	•	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SA 20	•	
SO 21	•	
MO 22	•	Frühlingsgefühle 70km 10,00h Amthaus Lgdr.
DI 23	•	
MI 24	•	
DO 25	•	
FR 26	•	
SA 27	•	
SO 28	•	
MO 29	•	
DI 30	•	BO-Stammtisch 19.00h Haus Eikelbeck
MI 31	•	

April 1999

DO 1	•	
FR 2	•	
SA 3	•	
SO 4	•	
MO 5	•	
DI 6	•	
MI 7	•	
DO 8	•	
FR 9	•	
SO 10	•	
MO 11	•	Stadterkundung 35km 10,00h Löwendenkmal
DI 12	•	
MI 13	•	
DO 14	•	
FR 15	•	Vorstandssitzung 19.00h G. Haarmann
SA 16	•	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SO 17	•	
MO 18	•	Hohenlimburg... 11.30h Hbf. Sidingang
DI 19	•	
MI 20	•	
DO 21	•	
FR 22	•	
SA 23	•	
SO 24	•	
MO 25	•	
DI 26	•	
MI 27	•	
DO 28	•	
FR 29	•	
SA 30	•	
SO 31	•	

**Mitgliederversammlung**

Jährliche Vollversammlung der Mitglieder des **ADFC Bochum**. Alle Fahrradinteressierten sind herzlich eingeladen. Gaststätte Eikelbeck in der Wohlfahrtstr. 78.

**Monatliche Fahrrad-Demo**

Wir demonstrieren zusammen mit dem „Bündnis Umweltfreundlicher Stadtverkehr“ für bessere Radfahr-Bedingungen in Bochum.

**Bochumer Radlerstammtisch**

Lockeres Treffen der Bochumer Radler in der Gaststätte Eikelbeck in der Wohlfahrtstraße 78. Ansprechpartner: G. Haarmann
Tel.: 31 23 00

**Wattenscheider Radlerstammtisch**

Lockeres Treffen der Wattenscheider Radler im Kolpinghaus Wattenscheid-Höntrop, Ecke Wattenscheider Hellweg/ Lohackerstraße. Ansprechpartner: U. Beckmann
Tel.: 02327/ 5 78 04

**Vorstandssitzung**

Hier werden die Aktivitäten des **ADFC Bochum** geplant. Offen für alle Interessierte, man trifft sich jeweils bei einem Vorstandsmitglied (s. Adressenseite diese Hefte).

**Info-Stand**

Beratung zu allen Fahrradthemen, Verkauf von Fahrrad-Landkarten.

Mai 1999

SA 1	
SO 2	Tag der Arbeit 85km 9.00h Hbf. Südeingang
MO 3	
DI 4	
MI 5	
DO 6	WAT-Stammtisch 20.00h Kolpinghaus
FR 7	
SA 8	
SO 9	Stadterkundung 35km 10.00h Löwendenkmal
MO 10	
DI 11	
MI 12	
DO 13	Himmelfahrtskomm. 250km 5.00h Schauspielhaus
FR 14	
SA 15	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SO 16	Tandemtour 60km 10.00h Amtshaus Lgd.
MO 17	
DI 18	
MI 19	
DO 20	Vorstandssitzung 19.00h H.J. Hüning
FR 21	
SA 22	
SO 23	MTB-Radreise Vor Anmeldung notwendig!
MO 24	
DI 25	BO-Stammtisch 19.00h Haus Eikelbeck
MI 26	
DO 27	
FR 28	
SA 29	
SO 30	Int. Tandemtreffen in Holland Info-Tel: 263364
MO 31	

Juni 1999

DI 1	Int. Tandemtreffen in Holland Info-Tel: 263364
MI 2	
DO 3	Altmark-Tour Vor Anmeldung notwendig!
FR 4	
SA 5	10 Umwelttage ganztätig s. Presse
SO 6	
MO 7	
DI 8	
MI 9	
DO 10	
FR 11	
SA 12	10 Umwelttage ganztätig s. Presse
SO 13	
MO 14	
DI 15	
MI 16	Vorstandssitzung 19.00h G. Günzel
DO 17	WAT-Stammtisch 20.00h Kolpinghaus
FR 18	
SA 19	Fahrrad-Demo 11.30h Hbf. Vorplatz
SO 20	
MO 21	Schlemmertour Vor Anmeldung notwendig!
DI 22	
MI 23	
DO 24	
FR 25	
SA 26	
SO 27	
MO 28	
DI 29	BO-Stammtisch 19.00h Haus Eikelbeck
MI 30	



MTB-Tour

Reine Mountainbike-Tour durch schwieriges Gelände. MTB und entsprechende Kondition werden erwartet.



Rennrad-Tour

Reine Rennradtour, gefahren wird mit hoher Geschwindigkeit.



Tandemtour

Radtour für Tandemfahrer, Tandem-Interessierte sind ebenfalls willkommen.



Radreise

Mehrtägige Radtour mit Übernachtung. Voranmeldung ist erforderlich.

Kleinanzeige

Titan MTB- Rahmen, Serotta, RH 48 cm, neuwertig, evtl. komplett montiert nach Wunsch, Preis VB. Edgar 0234 / 33 51 76



Radtour

Geführte Radtour des **ADFC Bochum**. Genauere Informationen zu allen Radtouren s. gesondertes Radtourenprogramm.



Stadterkundungstour

Kurze Radtour am Sonntagvormittag, keine hohen Anforderungen an Rad und Fahrer. Start jew. am Löwendenkmal, Ecke Königsallee / Waldring.



Trekkingtour

Anspruchsvolle Radtour in hügelreichem Gelände. MTB oder Trekkingrad mit mind. 18 Gängen ist Voraussetzung!

Beitrittserklärung

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Familienname

Vorname

Straße und Hausnummer

PLZ

Wohnort

Geburtsjahr

Telefon

Ich trete dem ADFC bei:

als Einzelmitglied, Jahresbeitrag DM 72,- (ermäßigt DM 48,-*)
Einzelmitglieder können ihre minderjährigen Kinder kostenlos anmelden.

als Haushalts- / Familienmitglied mit folgenden Personen,
die mit mir in einem Haushalt wohnen (jeweils mit Geburtsjahr):

Jahresbeitrag DM 90,- (ermäßigt DM 72,-)

(Versicherung nur für namentlich - mit Geburtsjahr - gemeldete
Haushaltsmitglieder!)



Datum und Unterschrift

* Ich beantrage den ermäßigten Beitrag für Schüler/Studenten etc. und habe
einen Nachweis (z.B. Kopie von gültigem Schülerausweis) beigelegt.

Zusätzlich zu meinem / unserem Beitrag unterstütze/n ich/wir den ADFC
jährlich mit folgender Summe: ,00 DM
Mein Jahresbeitrag beträgt: ,00 DM
Gesamtsumme beträgt: ,00 DM

Ich erteile dem ADFC e.V. hiermit eine Einzugsermächtigung
(bis auf Widerruf) über die o.g. Gesamtsumme zu Lasten meines Kontos

Kontonummer

BLZ

Geldinstitut

Kontoinhaber/in



Datum und Unterschrift

Ich überweise nach Erhalt der Beitragsrechnung (Bitte keine Vorauszahlung,
kein Bargeld, keine Schecks!)

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club e.V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen
Fax 0421/346 29 50, Telefon 0421/346 29- 0

Vorteile für Mitglieder

► ADFC-Mitglieder sind als Radfahrer, Fußgänger und Benutzer öffentlicher Verkehrsmittel (als Privatperson) automatisch haftpflicht- und rechtsschutzversichert.

► Kostenloser Bezug der Zeitschrift »Radwelt«.

In Bochum Bezug der Mitgliederzeitschrift frei atmen!

► Kostenlose oder preisgünstige Teilnahme an Veranstaltungen wie Radtouren, Dia-Vorträgen, Seminaren und Reparaturkursen des Kreis-, Landes- oder Bundesverbandes sowie Informationen über die Arbeit des **ADFC** vor Ort.

► Bei unseren Partnerorganisationen im Ausland können Sie deren Leistungen in Anspruch nehmen, als seien Sie dort Mitglied.

► Beratung in den **ADFC**-Geschäftsstellen und Infoläden.

► Und außerdem unterstützen Sie mit Ihrem Mitgliedsbeitrag die Arbeit des **ADFC** für einen menschengemäßen und umweltfreundlichen Verkehr.

Übrigens: Sie können auch eine Mitgliedschaft verschenken. Wir informieren sie gerne.



Billiger Urlaub – Wer fährt mit?

„Hallo hier ist Olaf, habt ihr Lust in den Herbstferien mit nach Fehmarn zu fahren? Wir sind mit euch dann 16-18 Personen und mieten ein Ferienhaus. Ihr würdet zusammen ein Zimmer bekommen, welches aber durch einen Vorhang in zwei Schlafzimmer teilbar ist. Die Anreise erfolgt per Bahn – ein Gruppenticket ist ja billiger. Das Ganze kostet für euch dann insgesamt ca. 650 DM. Es kann vielleicht etwas teurer werden!“ So irgendwie fing das Ganze Mitte Juli diesen Jahres an.

Olaf ist der ADFC-Vorstandskollege meines Lebensgefährten; und wir sind: meine Kinder Wolf (11 Jahre) und Alexandra (10 Jahre), mein Freund Gerd und ich. Wir durften nicht lange überlegen, erbatun uns aber zwei Wochen Bedenkzeit, weil die Kinder zu diesem Zeitpunkt in den Sommerferien waren. Da uns die Reise recht günstig erschien und die Kinder einverstanden waren, sagten wir schließlich zu und ich überwies die vereinbarte Vorauszahlung von 300 DM auf Olaf's Konto.

Monatelang hörten wir daraufhin nichts mehr. Wir bekamen keine Auflistung der Kosten, keine Anschrift des Hauses, keine Teilnehmerliste... einfach gar nichts. Aber irgendwann meldete sich Olaf dann doch: „Leider haben 2 Leute abgesagt! Es wird etwas teurer, aber genau habe ich es noch nicht ausgerechnet. Ich sag euch noch Bescheid.“

Wieder folgte lange Zeit nichts. Sechs Wochen von dem Reiseternin war dann aber wohl doch endlich die große Rechenaufgabe gelöst und der Kostenplan war erstellt. „Ihr müßt mir dann noch die restlichen 850 DM überweisen!“, teilte uns Olaf eines Tages mit. „Die Bahnfahrt alleine kostet ca. 500 DM.“

Halt, stopp mal!!!- War da nicht am Anfang die Rede von „Reisekosten von ca. 650 DM!“, und jetzt sind es auf einmal 1150 DM? Das wären ja 150 DM pro Tag und noch keine Scheibe Brot auf der Hand! Da kann doch etwas nicht stimmen.– Aber

laut Olaf stimmte es doch und eine Abrechnung der Kosten bekamen wir wieder nicht. Also sagten wir einen Tag später die Reise ab, zu solchen Reisepreisen wären wir von Anfangan nicht mitgefahren .

Klar war auch, daß ich mit einer geringen Stornogebühr zu rechnen hatte. Aber da Bahnkarten kostenlos zurückgegeben werden können, rechnete ich mit einem Betrag zwischen 50 und 70 DM. Aber Olaf lies nichts von sich hören. Tage und Wochen vergingen bis wir letztendlich eine Woche vor Reisebeginn doch einmal nach dem Verbleib meines Geldes fragten. „Tja, das ist so,“sagte Olaf, „ich habe 2 Personen gefunden, die dann noch mitfahren, aber 130 DM muß ich leider von Deinem Geld einbehalten.“

Wir haben mehrmals mit Olaf telefoniert, selbst hin und her gerechnet, sind aber selbst bei marktüblichen 10 – 13% Stornogebühren nicht auf 130 DM gekommen; und da ich, wie immer, auch hierüber keinerlei Abrechnung bekommen habe, wird es mir wohl mein Leben lang ein Rätsel bleiben.

Heute ist er nun der große Reisetag. Eine Gruppe von 14 Leuten wird jetzt voller Reisesieber am Bochumer Hauptbahnhof auf dem Bahnsteig stehen. Ich war nicht dort, aber ich könnte schwören, daß sie mehrere Kisten Wein in ihrem Gepäck haben, die sie allabendlich auf mein Wohl leeren.- Das ist doch nett, oder etwa nicht?



Beate Demski

PS.: Für nächstes Jahr plane ICH eine Gruppenreise ganz billig, den genauen Preis weis ich noch nicht... Wer fährt mit?

Stadterkundungstouren

Sa., 8.8.98 Jan Ullrich flitzt durch und siegt in Bochum

So., 9.9.98 Stadterkundungsradler/Innen touren am hochsomerlichsten Sonntag des Jahres durch Bochums jüngsten Stadtteil Wattenscheid

Für Bewohner des Bochumer Nordens und Ostens ist dies ein weitgehend unbekanntes Land. An einer durchaus zur Pause gut geeigneten Stelle mußte der Vorradler, der er-



ste Vorsitzende des **ADFC Kreisverbandes Bochum**, zwangsweise vom Rad steigen. Anlaß war weder Hunger noch Durst, sondern eine Reifenpanne. Jetzt konnten 25 Zuschauer beobachten, wie vorbildhaft und zügig er den Schaden behob.

Es wird nach wie vor stadterkundend geradelt. Alle sind zum jeweils 2. Sonntag im Monat herzlich eingeladen. WS

21. Bürgerwoche Bochum-Ost am Ümminger See

Das Wetter hätte freundlicher sein können. Dennoch waren Markus und andere **ADFC'ler**, die am Ümminger See wie in den Vorjahren über den **ADFC** und die Situation des Radverkehrs in Bochum-Ost informierten, mit dem Zulauf und der Fragefreudigkeit der Besucher sehr zufrieden. Nach wie vor wird rege nach Tourenkarten, Vorschlägen für Radtouren im Nahbereich und in ferneren Regionen gefragt. Dabei weißt der **ADFC** auf allen seinen Veranstaltungen auf die miserablen Verhältnisse für RadlerInnen auf den Bochumer Straßen hin.



Ganz besonders Lokalpolitiker, die sich unserem Stand nähern, müssen auf kritische Bemerkungen gefaßt sein. Erfreulich ist, daß ihre Bereitschaft zum Zuhören und zur Diskussion von Jahr zu Jahr zunimmt. WS

Transportrad

Seit kurzem ist der **ADFC Bochum** stolzer Besitzer eines vereinseigenen Transportrades. Wir wollen beweisen, daß man nicht unbedingt ein Auto braucht, um Lasten von A nach B zu karren, ein guter Pack(draht)-esel tut es auch. Um auch Andere von den Vorteilen eines Transportrades zu überzeugen, werden wir das Rad nicht nur bei unseren Aktionen einsetzen, sondern dieses auch gegen eine geringe Gebühr verleihen. Das Rad besitzt eine Ladefläche über dem Vorderrad mit einer Fläche von 50 x 40 cm und kann somit Ladegut von der Größe einer Bananenkiste gut aufnehmen. Trotz Beladung behält das Rad seine gutmütigen Fahreigenschaften - Ihrem Umzug auf dem Fahrrad steht nichts mehr im Wege.



Nähere Infos zum Transportrad- Verleih bei Gert Haarmann, Tel.: 31 23 00.

Kleinanzeige

Kleine Menschen aufgepaßt, MTB- Rahmen, Herkelmann 43 cm, ideal für Reise- rad, neu, auf Wunsch komplett montiert, Preis VB. Edgar 0234 / 33 51 76

Fahrräder nach Maß

Vor 17 Jahren begann ich mit einem 13 Jahre alten Konfirmationsgeschenk wieder das Radfahren. Die erste vierwöchige Tour trug mich durch England und anschließend war ich neben den Reisekosten noch 250,- DM ärmer, da täglich etwas an diesem Rad kaputtging. Da ich damals die ersten Maßreiseräder von Engländern und Amerikaner bewunderte, die offenbar diese Strapazen wegsteckten, führte mich – wieder zuhause – mein Weg nach Bochum- Stiepel zu Günter Krautscheid, der damals fast ausschließlich Rennräder fertigte. Ich benötigte im einen Rahmen ab, an den Schutzbleche paßten, Anlötteile für Gepäckträger vorhanden waren und der stabil und trotzdem wendig war. Trotz meiner Körpergröße von 180 cm benötigte ich nämlich einen Rahmen von nur 53 cm, da ich halt kurze Beine hatte. Schon damals fiel mir auf, daß diese ganzen Angaben: „für die und die Körpergröße paßt die und die Rahmengröße“ (heute immer noch im Katalog eines großen Versandhauses aus Sulzbach) häufig nicht stimmt.



Doch nicht nur Menschen mit abweichenden Körpermaßen kann Günter Krautscheid weiterhelfen, auch Radlern, die gerne eine spezielles Rad hätten, z.B. mit kürzerem Oberrohr für bequemeres Sitzen oder ein edles, poliertes Titan-, Edelstahl-, oder Aluminium-Rad. Die Spezialität dieses Rahmenbauers, der sein Handwerk bereits seit 1977 ausübt und seine Firma KRABO (eine Kombination aus KRAutscheid und BOchum) noch immer selbst betreibt, sind sicherlich Rennräder, doch fertigt er ebenso Reiseräder, Mountainbikes oder Trekking- und Tourenräder. Wer gerne mal vom ehemals



Präzisionsarbeit bei Rahmenbau - hier baut der Meister selbst!

Photo: EZ



Auch wenn der Schwerpunkt im Rennradbereich liegt - Günter Krautscheid hat auch für Mountainbiker und Tourenradler den richtigen Rahmen im Programm.

Photo: EZ

aktiven Rennsportler Anekdoten hören will, ist hier ebenfalls richtig aufgehoben.

In der Vergangenheit hat sich Krautscheid-Rahmenbau zahlreiche Referenzen erarbeitet, vom Rahmenbau für Gregor Braun – Weltmeister auf der Bahn – bis zur Erwähnung im Tour- Sonderheft „Velo Werkstatt VI“ für vorbildliche Fertigung. Inzwischen zählt der aktuelle Prospekt 23 verschiedene Rahmenvarianten auf, von 690,- bis

4190,- DM, alle aus unterschiedlichen Columbus-Rohren gefertigt, gelötet oder geschweißt, gemufft oder auftragsgelötet, lackiert, poliert und/oder verchromt. Natürlich schwört der Meister auf Campagnolo-Ausstattung und bevorratet sicherlich auch eines der größten Ersatzteillager für diese Edelfirma. Neben der Fertigung von Rahmen werden auch komplette Fahrräder geliefert, Reparaturen ausgeführt und Rahmenlackierungen vorgenommen. EZ



Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Schon die alten Römer hielten viel von dieser Aussage, doch uns ist heute der zweijährige TÜV für unser Auto wichtiger, ja sogar gesetzlich verordnet. Vielleicht lassen wir auch noch unser Fahrrad einmal jährlich vom Fachhändler checken, doch wie sieht es mit uns selber aus?

Zum Arzt gehen wir eigentlich nur, wenn wir ein Zipperlein oder Schmerzen verspüren – und mal ehrlich, wer geht schon regelmäßig zu Vorsorgeuntersuchung. Noch viel übler sieht es mit uns aus, wenn wir merken, daß mit unserer Seele etwas nicht mehr stimmt bzw. wenn unsere körperlichen Zustände, besser Mißstände, ihre Ursache im seelischen Ungleichgewicht haben. Zu schnell kommen da Gedanken auf von „reif für die Klapse“ oder ein Beruhigungspillen, vielleicht auch ein Bierchen (oder mehr) am Abend wird's schon wieder richten.

Da stürzen sich viele von uns in Ängste, Mager-, Freß-, Konsum-, oder Drogensüchte. Eines Tages bricht das Leben um uns herum zusammen, und wir wissen gar nicht mehr, worin der Auslöser unseres Unwohlseins überhaupt bestand. Spätestens jetzt wird es Zeit, sich in die Hand von Fachleuten zu begeben, die helfen die Ursache für viele unserer körperlichen Mängel aufzuarbeiten und zu beseitigen.

Lange Zeit habe ich meine täglichen Frust mit Essen und Trinken versucht zu bekämpfen und immer gehofft, daß mein(e) PartnerIn mir da raus helfen kann, doch nach sechs Wochen Aufenthalt in einer sehr guten psychosomatischen Klinik habe ich gelernt, daß die Menschen, die einem besonders nahe stehen, am wenigsten helfen können, da sie von ihren Gefühlen viel zu sehr vorbelastet sind und man selbst auf ihre schlaun Sprüche viel zu elektrisch reagiert.

Mindestens so wichtig wie die Klärung der Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist die Bereitschaft sich selbst und das eigene Verhalten in Frage zu stellen. Im übrigen verfügen wir unter den Mitgliedern des **ADFC Bochum** zufällig über das notwendige ärztliche Potential, welches sicher gerne bereit ist ähnlich Betroffenen weiterzuhelfen. Interessierte Rückfragen können nur schriftlich geklärt werden.

Name des Autors der Redaktion bekannt



IX. UNICON 1998 - Einrad-Weltmeisterschaft

Vom 25.07. - 02.08.1998 fand in Bottrop die 9. Weltmeisterschaft im Einradfahren (UNICON 98) statt. Nachdem in Bottrop bereits fünf Mal die offene deutsche Meisterschaft stattgefunden hatte, sollte es diesmal international zugehen. Ca. 480 Aktive aus 14 Ländern wie China, Hong Kong, Japan, USA, Frankreich, Dänemark, Belgien, Großbritannien, Niederlande, Deutschland und der Schweiz kämpften in verschiedenen Disziplinen um Auszeichnungen.



Deutschland selbst verfügt über etwa 2000 organisierte EinradfahrerInnen, von denen die Bochumer zum zweiten Mal den Weltmeistertitel im Einradhockey holten. Arne Tilgen von der SV Eintracht Bochum-Grummewurde Weltmeister in der Freestyle-Artistik in der Altersklasse 15 – 18. Weitere Disziplinen waren 100 m, 400 m, 800 m und

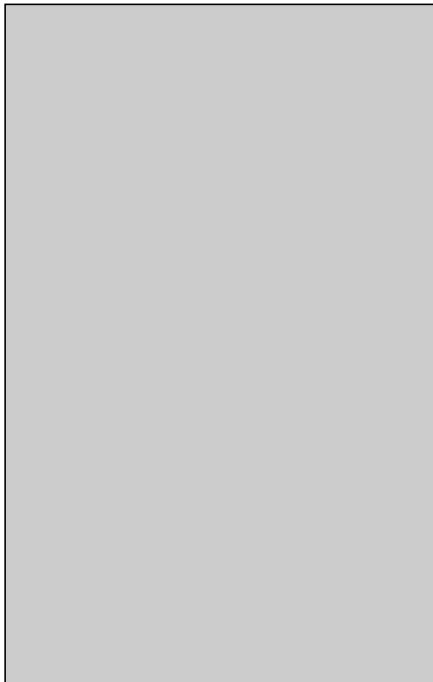


Bunte Mischung – Teilnehmer bei der Bottroper Einrad-WM. Photo: EZ

1500 m Läufe, 10 km Marathon, Artistik, Kür und Freestyle sowie Einbein- und Orientierungsläufe querfeldein.

Bei den Artistikwertungen spielten Präsentation, Kostüm, Ausdruck und Choreografie die Hauptrolle. Hier waren besonders Japaner, bei denen Einradfahren zum Schulsport gehört, und die Chinesen, deren Teilnehmer einer staatlichen Förderung unterliegen. 369 Einradler fuhren Hand in Hand, eine lange Kette bildend, durch den Torbogen im Bottroper Stadtgarten und stellten so einen neuen Weltrekord auf.

Neben den Wettkämpfen stand die internationale Begegnung im Vordergrund der Ver-





anstellung. Ein großes Lob gebührt den etwa fünfzig ehrenamtlichen Helfern und Organisatoren der DJK Adler Bottrop, die mit viel Geschick und Engagement das gesamte Geschehen managten, organisierten, betreuten und begleiteten. EZ

Auch weitere Strecken (eifriges Training vorausgesetzt) kann man auf dem Einrad zurücklegen: Einrad-Marathon



Photo: EZ



Einrad-Hockey – in dieser Disziplin holten die Bochumer zum zweiten Mal den Weltmeistertitel!

Photo: EZ

Gutschein-Aktion

- Warengutschein - über 20,- DM



Der **ADFC Bochum** macht's möglich: Auf Radtouren die Region erkunden und mit etwas Glück sogar noch was gewinnen ...

Kreisverband Bochum
Infotelefon: 0234/ 7 25 12



Dieser Gutschein wurde freundlicherweise gespendet und ist einzulösen bei (keine Barerstattung!):

Diese Aktion wird bisher gesponsort von:

Zweirad Papieralla • Wattenscheider Hellweg 86
2nd Unit • Herner Straße 7
Alles für das Freiluftleben • Annenstr. 83, Witten
Giro Radsport • Universitätsstraße 89
Trekking & Bike • Alte Bahnhofstraße 130
Fahrrad Henke • Kortumstraße 117
workabout • Wander- & Bergsport • Wasserstraße 11
balance • Kortumstr. 5
m/sec • Wittener Str. 56

Weitere teilnehmende Einzelhändler sind herzlich willkommen!

Auf unseren Radtouren verlosen wir – mit freundlicher Unterstützung des Bochumer Einzelhandels – Warengutscheine über 10,- oder 20,- DM, mit denen die Gewinner bei Bochums Top-Händler schnuppern und einkaufen können. Ein Grund mehr, bei unseren Radtouren teilzunehmen!



Der Fahrrad-Transport

Anmerkung der Redaktion: Auf der Kinderseite gelten natürlich schon die neuen Rechtschreibregeln!

Eines Tages am Bochumer Hauptbahnhof, wo ich, der Lokomotivführer, auf mein Abfahrtsignal wartete, wurden gerade die letzten Fahrräder in den Fahrradwaggon verladen. Als alle Fahrräder verladen und fest angebracht waren, stellte sich das Hauptsignal von rot auf grün um. Langsam fuhr ich bis auf Normalgeschwindigkeit an, dann verließ ich den Bahnhof mit meinem Interregio schnell und sicher; kurz gesagt: Es lief alles glatt. Bald kam auch schon der nächste Bahnhof und ich bremste langsam ab. Und hielt kurz vor dem roten Signal an. Ich wartete bis alle Personen eingestiegen waren, dann piffte der Schaffner mit der Pfeife und zeigte mir die grüne Kelle. Dann begann alles wieder von vorn, ich fuhr langsam an bis auf Normalgeschwindigkeit und achtete auf die Signale, denen ich begegnete. Auf einmal begann ein merkwürdiges Gepolter. Zuerst fiel es mir gar nicht auf zwischen den vielen Motorgeräuschen, aber später, als ich an einem Bahnhof wieder mal wartete und der Motor nicht ganz so laut war, bemerkte ich es plötzlich. Zuerst dachte ich, es sei der Motor. Aber es hörte sich gar nicht an wieder der Motor dieser E-Lok, ich sah mich in der Lok um, aber ich hatte nichts gefunden, das dieses Geräusch erzeugen konnte. Wenn das Geräusch nicht aus der Lok kam, musste es eigentlich aus irgendeinem der Waggon kommen. Als ich am nächsten Bahnhof gehalten hatte sah ich im Gepäckwagen nach ob das merkwürdige Geräusch hier seine Quelle hatte. Ich musste mich beeilen, denn der Zug sollte keine größere Verspätung haben. Ich



hatte den ganzen Gepäckwagen durchsucht, aber nichts gefunden. Aus diesem Wagen kam es also nicht.

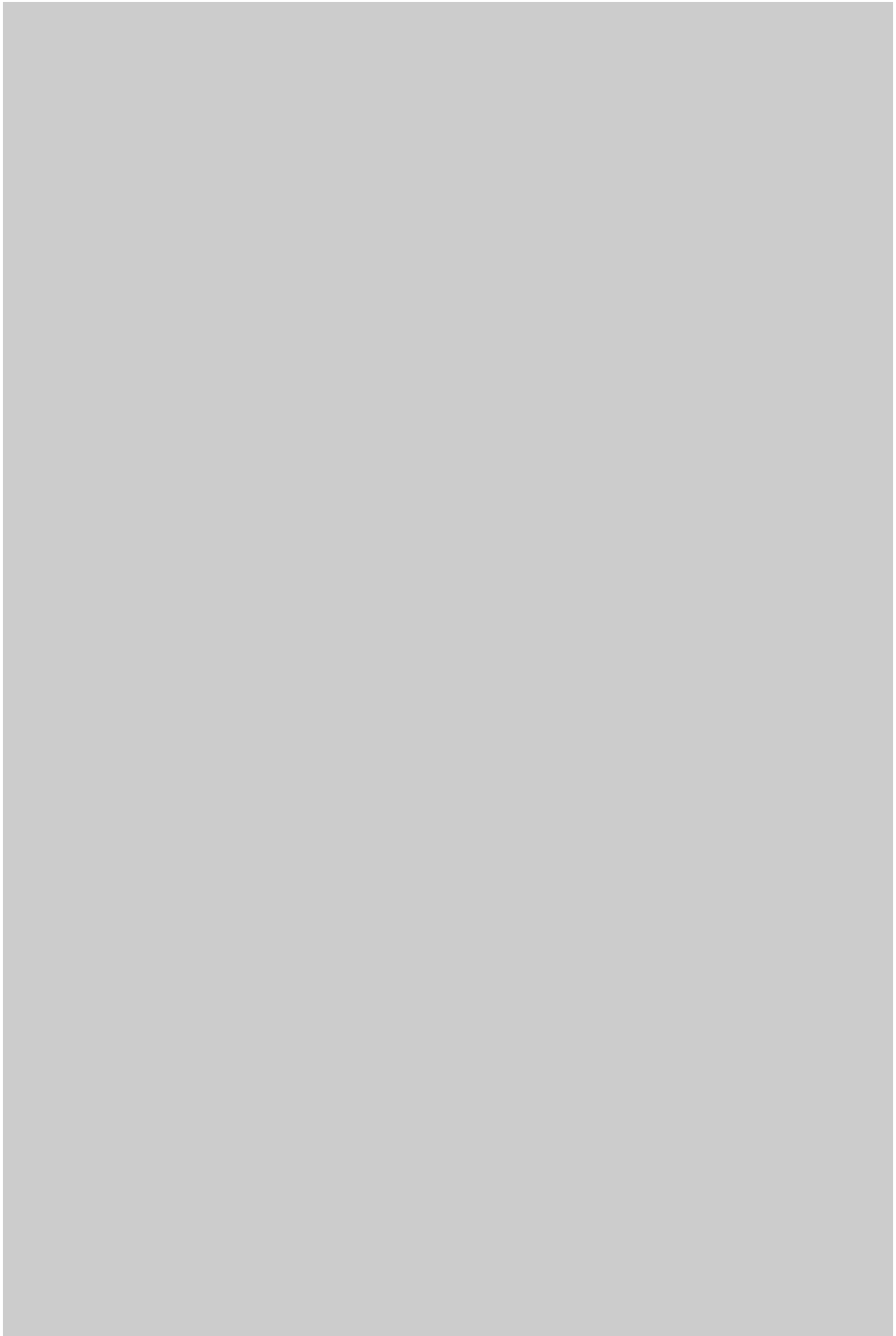


Schnell rannte ich zurück zur Lokomotive und hatte bereits das Signal zur Weiterfahrt bekommen, also fuhr ich weiter. Das klappernde Geräusch war aber immer noch zu hören und ich wusste immer noch nicht, woher es kam. Mir blieb nichts anderes übrig als abzuwarten, bis ich an der nächsten Haltestelle halten konnte. Zum Glück war die Distanz zwischen den beiden Bahnhöfen nicht so lang. Der Bahnhof war auch schon in Sicht, ich verlangsamte und hielt. Als der Zug den Stillstand erreicht hatte, stürmte ich aus der E-Lok zum Fahrradwaggon und schaute nach, ob eines der Fahrräder nicht richtig befestigt war. Wie ich vermutete, war eines der Räder nicht korrekt angebracht. Ich korrigierte den Fehler schnell, hastete zur Lok und fuhr an. Als ich Normalgeschwindigkeit erreicht hatte, hörte man kein Kappern und das Problem war gelöst. Also konnte ich normal weiterfahren.

The End

Wolf Bublitz (11 Jahre)





Sonntag 09. August 1998 Do-City 30°C

Ullrich & Co. beim Dortmunder Cityrennen 1998, und ich mittendrin und live dabei.

Eigentlich wollte ich die Fahrer, von denen fast täglich etwas in der Presse zu lesen ist, nur einmal live und in Farbe sehen. Diese Illusion zerschlug sich jedoch bereits, nachdem das „Feld“ vor dem Dortmunder Stadthaus (in Höhe der Start u. Zielgeraden) mit einer Höllengeschwindigkeit erstmals an mir vorbeirauschte. Einzelne Fahrer zu erkennen schien mir schier unmöglich. Ein Pärchen direkt neben mir unterhielt sich rege. Ich konnte Worte aufschnappen wie: „geiles Geräusch, wenn die Räder hier vorbei kommen“, „Die rasen aber ganz schön nah an den Banden vorbei“, „ziemlicher Windzug, wenn die vorbeifahren“ und „ist doch Wahnsinn so eine Anstrengung bei dieser Hitze“. Ich konzentrierte mich wieder auf das Rennen und versuchte in den folgenden Runden die Fahrer des Telekom-Teams zu erkennen, was mir zumindest für Sekundenbruchteile gelang. Zur Orientierung dienten mir dabei die rosa Trikots der Fahrer. Nur gut, daß der Rundkurs die Fahrer alle 1,5 bis 2 Minuten an mir vorbei führte. Nicht zu verstehen, daß

es bei der Tour de France Zuschauer gibt, die eine tagelange Anreise hinter sich haben, stundenlang am Straßenrand warten, um dann im entscheidenden Moment evtl. „nur“ den Luftzug und das einzigartige Rauschen des vorbeifahrenden Feldes wahrzunehmen... Sicher dabei gewesen zu sein ist eins, in so kurzer Zeit ein Foto seines „Traumfahrers“ zu erhaschen ein anderes. Allerdings war es ein richtiges Super - Wetter um Sportaufnahmen zu machen. Mit dem Gefühl zusammen mit 80.000 anderen Neugierigen dabeigewesen zu sein, begab ich mich auf den Rückweg. In Spannung wartete ich auf die Entwicklung der Fotos, die hoffentlich all das, was mir in der Kürze der einzelnen Vorbeifahrten verborgen geblieben ist, dokumentierten.

C. Ramacher



Sportaufnahmen erfordern angesichts der hohen Geschwindigkeiten der vorbeirauschenden Fahrer eine überlegte Abstimmung von Filmempfindlichkeit, Blende und Belichtungszeit – und das Auslösen im „richtigen“ Moment. Eine Herausforderung für jeden Hobby-Fotografen.

Photo: C. Ramacher

Radtour Krim – Donezk 1998

Über eine Radreise möchte ich hier Euch ´was erzählen. In der **frei atmen!**-Ausgabe 2/98 habe ich bereits von meinen Erlebnissen und Versuchen, in Donezk, der ukrainischen Partnerstadt Bochums, jemanden der Rad fährt bzw. jemanden mit Radreisefieber zu finden, berichtet. Hier nun ist die Fortsetzung dazu.

Als ich es im Mai ´98 eigentlich schon aufgegeben hatte, Kontakt zu Dima, dem Sohn eines mir bekannten Donezker Germanistikdozenten, zu bekommen, erhielt ich Post von ihm. Er kündigte mir in dem Brief an, daß er im Juni ´98 nach Deutschland kommen würde, um an einer Fortbildung in Emden teilzunehmen. Für ein Wochenende lud ich ihn also zu mir nach Hause ein, wo wir u.a. unsere gemeinsame Radreise im August ´98 auf der Krim planten und wir (Sibylle Weber war auch noch mit von der Partie) uns über alles mögliche zum Thema Fahrrad hier wie dort unterhielten. Zufällig ergab es sich gerade, daß mal wieder die vom **ADFC Bochum** mitorganisierte Tour de Natur vom City Point stattfand, wo er dann auch als weitest angereister Teilnehmer gekürt wurde. So eine Veranstaltung war für ihn völlig neu gewesen – so viele Leute auf dem Rad und das nur so zum Spaß!



**Tour de Natur 1998:
Dima aus Donezk gewinnt als Teilnehmer mit der weitesten Anreise einen Fahrradta-cho**

Photo: WS

Als Reisetermin haben wir uns die Zeit zwischen dem 8.8. und dem 30.8.98 ausgesucht. Innerhalb von vier Wochen habe ich mir dann alles selber organisiert, angefangen beim Flug von Frankfurt/M. nach Simferopol/Krim und zurück, das Visa (130 DM!), die Bahnfahrt von Bochum nach Frankfurt

und wieder von dort nach hier (Deutsche Bahn – Abenteuer Zukunft?!?) sowie die vielen anderen Kleinigkeiten, die es galt zu erledigen, wie z.B. Rad und Ausrüstung durchzuchecken bzw. zusammenzustellen.

Am meisten Sorge machte mir mein Visa, da ich keine Einladung eines Einheimischen hatte, mißlang der erste Versuch. Bei einem Gespräch mit dem ukrainischen Konsulat in Remagen (in englischer Sprache) bekam ich den Tip, wenn ich das Visum über ein Düsseldorf-Reisebüro beantragen würde, gebe es keine weiteren Probleme. Gesagt – getan – 14 Tage später hatte ich die begehrten Stempel in meinen Reisepaß! In dieser Zeit hatte ich dann noch 2-3 Mal mit Dima, der inzwischen nach Wien weitergereist war, telefoniert und dabei alles weitere mit ihm abgesprochen, doch 4 Tage vor meiner Abreise erfuhr ich dann von seinem Vater, daß er schon wieder auf Dienstreise quer durch die Ukraine wäre und somit wohl den ganzen August nicht da wäre. Dies war, nach alledem, eine ziemliche Enttäuschung für mich und da ich nun nicht den Flug stornieren wollte, startete ich ganz alleine ins Ungewisse!!!

Die Bahnfahrt wie auch der Flug verliefen, wider Erwarten, problemlos (Rad-Transport), doch bevor ich nun letztendlich mit dem Rad losfahren konnte mußte ich noch die ukrainischen Einreiseformulare über mich ergehen lassen (Der Bürokratismus wurde mit Sicherheit im Osten und nicht in Deutschland erfunden).

Nach „nur“ 2.5 Stunden konnte ich endlich, bei Super-Sommerwetter mit ca. 35°C losfahren. Das allgemeine Vorurteil daß es im Osten nur schlechte Straßen gibt, stimmt, wie mir vorher schon bekannt war, so nicht, die Straßen speziell auf der Krim sind mit die besten in der Ukraine (wegen des Tourismus), zum Teil gibt es hier, in Bochum,

schon schlechtere Straßen, aber es gibt auch Ausnahmen, z.B. fehlende Kanaldeckel, Spurrillen u. Schlaglöcher. Nachdem ich durch die Hauptstadt der Krim Simferopol durchgefahren bin, habe ich mir, wie noch des öfteren auf der Tour, ein paar hundert Meter abseits der Landstraße im Gebüsch ein nettes Plätzchen für mein Zelt gesucht (ganz wohl war mir dabei auch nicht immer!). Da es bereits um 20.00 Uhr duster war, war frühes zu Bett gehen an der Regel. Was der erste richtige Tag mir denn so alles bringen würde, konnte ich ja nicht einmal im Traum ahnen. Es ging durch eine anfangs noch leicht hügelige Landschaft, mit einem trockenen Klima, das dem in manchen Mittelmeerländern ähnelte – karg, steppenhaftig und heiß. Die gut ausgebaute Straße führte mich nach 35 km in den in allen Reiseführern beschriebenen Ort Bachtschissaraj. Dort im Zentrum gibt es eine sehr gut erhaltene, mittelalterlich osmanische Palastanlage, die ich besichtigte. Als ich wieder aus dem Palast heraus trat, sah ich doch glatt mehrere Fahrräder mit Gepäck und dann

auch deren Fahrer mit denen ich auch sofort ins Gespräch kam (zuerst nur auf Russisch). Wie sich herausstellte waren sie zu fünf auch den ersten Tag unterwegs auf Radurlaub und dazu stammten sie noch aus Rußland (aus Orel, ca. 400.000 Einw., 400 km südl. v. Moskau), was unser gegenseitiges Interesse nur noch förderte! Die Gruppe bestand aus 5 nicht miteinander verwandten Freunden: Stas, ein 14jähriger Schüler (er spricht Gott sei Dank gutes Englisch; Tanja, eine ca. 30jährige Kommunikationstechnik-Ingenieurin; Sascha, ein Programmierer bei Gazprom; Sergej, ein Hundefriseur!!! und dem Doc, ein Psychiater von ca. 40 Jahren. Schon nach nur 2 Stunden stand fest, daß wir gemeinsam weiterfahren werden, da auch Sie keine genaue Etappenplanung hatten. Aber erst einmal war Siesta angesagt, mit Wassermelone, Eis, Gebäck und einigem mehr ließ es sich im Schatten des Palastes unter den merkwürdigsten Blicken anderer Normaltouristen aus dem Osten aushalten. Nach einer kleinen Reparatur an einem der Räder (alle außer Sascha fuhren einfachste



russische, zu Reiserädern umgebaute Rennräder; er fuhr ein gutes Kaufhaus- MTB). Alle hatten sie eine sehr gute Kondition, da alle u.a. aus ökologischen Gedanken heraus Fahrrad fuhren. Am spätem Nachmittag erreichten wir die Westküste (das Schwarze Meer) ca.15 km nördl. von Sewastopol. In dem kleinen Küstenort kauften wir erst einmal was zum Essen ein, die Märkte in der Ukraine erinnern mich und viele andere Leute aus der westlichen Hemisphäre eher an einen Flohmarkt, die meisten Dinge des täglichen Bedarfs gibt es dort nicht im Laden, sondern sie werden an der Straße verkauft. Der Strand erinnerte mich gleich an Mallorca, dort kann es auch nicht anders aussehen: massig Leute, zum Teil mit Hund, Auto und Lagerfeuer ließen sich in der Sonne bräunen. Abends waren dann jedoch nur noch wenige unterwegs, so daß wir uns eine Ecke aussuchen konnten. Nach dem heißen Tag erstmal ein Bad im Meer, dann ein gutes Abendessen, frisch auf dem Feuer gekocht, dazu schwarzen Tee mit viel Zucker!

Da es bereits um 7.00 Uhr am Morgen schön warm war, haben wir alle jeden Morgen uns zum Schwimmen u. Waschen ins Meer begeben (ein einziges Mal gab es eine Dusche am Strand, ansonsten gab es nur Meerwasser zum Waschen!).

Toiletten waren natürlich auch nicht vorhanden, so daß die Büsche rechts und links für's

Geschäft erhalten mußten, und wenn dies viele Menschen tun... dann kann sich jeder seinen Teil dazu denken! Aber als Radreisender in der Ukraine muß man schließlich schon ein paar Abstriche machen! Nach dem Frühstück mit heißer Suppe, Brot, Gurken, Tomaten und Paprika ging's gut gestärkt los. Am Abend hatten wir uns eine grobe Tourenplanung erstellt, die uns in 5 Tagen, entlang der Südküste, nach Feodosija bringen sollte. Zuerst radelten wir in die Stadt Sewastopol, in der die Russische Schwarzmeerflotte beheimatet ist, dort schloß sich uns, nach einer Besichtigung des Aquariums, noch Anton an. Er, ein Business-Man und eingefleischter (Marin-MTB-)Radler aus Moskau, war jetzt für 3 Tage die Nummer 7 im Bunde. Daß Leute, während wir vorüberfuhren vor Schreck stolperten oder fast in den Graben fuhren, war dann auch nichts ungewöhnliches mehr. Da Anton etwas chaotisch veranlagt war, war er fast ständig auf der Suche nach irgendwas, worüber wir uns nur amüsieren konnten. Ab Sewastopol ging es auch in die Bergkette, die sich entlang der ganzen Südküste mit bis zu 1500 m hoch befindet. Die schwerbewaffneten Kontrollposten der DAI (die berüchtigte ukrain. Verkehrspolizei) konnten wir immer unbehellig passieren, da sie sich nur für die motorisierten Verkehrsteilnehmer interessierten. Bei Foros konnte man von weitem die riesige „Datscha“ von Gorbatschow sehen, in der er



Russisch-deutsche Reiseradlergruppe

Von links nach rechts:

Anton, ich, Sascha, der Doc, Sergeij, Tanja und Stas (14 J.)

Photo: MM

beim Putsch im August 1991 „gefangengehalten“ wurde und wo jetzt Jelzin u. Kutschma (der ukrain. Präsident) sich erholen. Dort häuften sich auch die Polizeikontrollen. So erlebten wir ein paar sehr schöne gemeinsame, aber auch sehr anstrengende Tage (Temperaturen von 30-45°C und bis zu 10 km lange, teils 20% Anstiege). Nachdem wir Orte wie Jalta, Sudak, Hurzuf, Artek, Alupka, Aluschtsa durchfahren haben, war es nun in Feodosija Zeit Abschied zu sagen. Bei einer abendlichen Unterhaltung stellten der Doc und ich fest, daß sein nächster Urlaub, Sommer 1999, ihn nach Russisch-Karelien führen soll! Und da dies auch noch einer meiner Träume ist, werde ich vielleicht mit ihm (und evtl. noch anderen von hier und dort) diese Gegend erkunden.

Von Feodosija aus hatte ich geplant, in 6 Tagen weiter nach Donezk zu radeln, trotz aller Skepsis meiner russischen Freunde wollte ich dies alleine wagen. Auf meiner guten Krimkarte konnte ich einen ca. 150 km langen, flachen und bis zu 4 km breiten Landstreifen, namens Arabatskat Strillka ausmachen. Auf was ich mich da eingelassen hatte, ahnte ich jedoch nicht. Im letzten Dorf vorher erfuhr ich, daß es auf diesem, am Asowschen Meer gelegenen Stück weder Wasser noch Lebensmittel geschweige denn eine Straße, die dazu noch mit dem Rad befahrbar wäre, gibt.

Entsprechend viel Wasser (9 Liter!) und Lebensmittel kaufte ich dann noch ein und begab mich sodann in die angebliche neue Heimat der Krimtataren. Zuerst gab es gute Schotterpiste auf den ersten 6 km was mich noch nicht zu schocken vermochte, doch danach kamen ca. 140 km waschbrettartige Piste mit teilweise bis zu 10 cm tiefem Sand, wo dann kein richtiges Fahren mehr möglich war, sondern nur ein sehr anstrengendes Schieben. Die Vegetation ähnelte der am Wattenmeer; nur flaches Buschwerk und Brackwasserwiesen und nur sehr wenige Bäume (der erste Baum kam nach 80 km!) Nach einer Nacht im Zelt, direkt am Strand kam ich dann nach 75 km wieder in ein Dorf, wo ich zum ersten Mal auf meiner Tour auf einem offiziellen Campingplatz

(immerhin mit Plumpsklo u. fließendem Wasser) übernachtete und das sogar kostenlos.

Am nächsten Morgen hoffte ich, wie auf der Karte zu lesen war, wieder echte, asphaltierte Straße zu erreichen. Doch zu früh gefreut: Es kamen noch 10 km heftigste, mit bis zu 20 cm tiefem Sand wüstenartige Pisten!

Danach kam wieder zum Teil sehr stark befahrene Landstraße mit nicht gerade abwechslungsreichen Landschaften, die mich 400 km quer durch den Südosten der Ukraine in den Donbass führten. Dieses Gebiet ähnelt quasi dem Ruhrgebiet vor rund 30 Jahren, mit den selben strukturpolitischen und wirtschaftlichen Problemen. Im Zentrum liegt die Stadt Donezk, die ich am 20. August, nach einer Etappenlänge von 186 km, erreichte. Dort konnte ich mich sechs Tage bei Vicky, einer guten Bekannten, erholen und ein paar andere Freunde wieder treffen, sowie noch einige Sachen für meinen zweiten Besuch in Donezk im Herbst 1998 organisieren. So hatte ich auch die seltene Gelegenheit, eine der acht Radiostationen Donezks zu besuchen. Um wieder zurück nach Simferopol zu kommen, nahm ich den Nachtzug. Während der 13stündigen Fahrt (für nur 600 km) befand sich mein Rad, allerdings erst nach einer längeren Diskussion mit der Schaffnerin, an einen absolut ungewöhnlichen Platz: Auf einer von zwei Toiletten im Wagen war es sicher untergebracht.

Nach den 3 Wochen in der Ukraine (z. T. in der allertiefsten Pampa) kann ich nur positives berichten und daß ich für das nächste Jahr sogar eine Radreise in Rußland plane (hierfür suche ich noch interessierte Mitradler/innen, s. Kleinanzeige in diesem Heft). Außerdem bin ich gerne bereit weitere Infos zu geben.

Weiter möchte ich Euch gerne noch zu meinem Diavortrag einladen, der am 26. Januar 1999 um 19.00 Uhr im Rahmen des Bochumer **ADFC- Stammtisches**, im Haus Eikelbeck; Wohlfahrtstr. 78 stattfindet (s. auch Tagespresse). MM

Winter – Sonderangebote Radtourenkarten der BVA

Wissen Sie noch nicht, wohin es nächstes Jahr in Fahrradurlaub gehen soll? Die nötigen Tips finden sich in den bewährten Radwanderkarten der Bielefelder Verlagsanstalt zu den beliebtesten Radrouten in Deutschland! Spiralgebundene Radwanderkarten mit den schönsten Routen, speziell bearbeitet für den Radwanderer! Leichte Orientierung. Übersichtlich und handlich. Viele touristische Informationen. Alle Routen in der Natur ausgeschildert. Format 23 x 23 cm.

Der **ADFC Bochum** verkauft Restposten der nebenstehend aufgeführten Radtourenkarten (Überbestände, teilweise leicht angestaubt oder ältere Auflagen) zum einmaligen Freundschaftspreis von nur 5,00 DM (Normalpreis 19,80 DM). Alle Karten gibt es bei **Markus Müller**, Schulenburgstr. 19, Altenbochum. Tel: 35 37 07 (evtl. Anrufbeantworter), bei unseren Infoständen oder bei den Radlerstammtischen in Bochum oder Wattenscheid (aus Kostengründen ist Versand nur bei Portoübernahme möglich!).

Weitere Karten im Angebot des ADFC Bochum

Freizeitkarte (Stadt Bochum) 10,- DM

Radtour Ruhr (KVR)

Raum Bottrop, Gelsenkirchen, Duisburg, Oberhausen, Mülheim und Essen **11,80 DM**

Die schönsten Radtouren im östl. Ruhrgebiet, Buch 10,- DM

Radtour Ruhr (KVR)

Ennepe Ruhr Kreis, Stadt Hagen **14,80 DM**

Emscherpark Radweg (KVR)

Nord- und Südroute, mit Buch **14,80 DM**

Radwanderkarte Kreis Recklinghausen (KVR) **11,80 DM**

Radwanderkarte Kreis Wesel (KVR) **11,80 DM**

Limburg (Niederlande), Radwander+Touristenkarte statt 13,80 nur **8,- DM**



Römer-Route

Auf historischen Spuren durch das südliche Münsterland nach Xanten. Maßstab 1 : 50 000



Radwege zur Weserrenaissance,

Maßstab 1: 75 000



Mühlenroute (Radwanderweg von Mühle zu Mühle),

Maßstab 1 : 50 000



Radroute R1 (Westfalenradweg von den Niederlanden über das Münsterland in das Corveyer Land), Maßstab 1 : 50 000



Radtour Ruhr

(vom KVR) Rund ums Ruhrgebiet, vorletzte Auflage.



ADFC Radwanderkarten 1 : 150 000

- 10 Münsterland / Niederrhein
- 11 Ostwestfalen / Sauerland
- 16 Rhein / Main / Nordhesse
- 24 Schwarzwald / Oberrhein je **12,80 DM**

Kleinanzeige

Suche für Radreise nach Russisch-Karelien (nördlich von St. Petersburg gelegen) im Juli/August '99 noch interessierte Begleiter/innen. Mehrfache Ostreise-Erfahrung vorhanden (s. Krim-Artikel). Außerdem für befreundete Radler in Rußland verschiedene Fahrradzeitschriften (auch englischsprachige und ältere) sowie aktuelle Kataloge von entsprechenden Versendern. Interessenten melden sich bei Markus Müller, Tel.: 0234/35 37 07 (evtl. AB)

Vorsitzender • Presse

Gert Haarmann GH
Waldring 57a
44789 Bochum
Tel/Fax: 31 23 00

Stellvertreter • Tandem • Radtouren • Radreisen

Edgar Zimmermann EZ
Am Gerstkamp 4
44789 Bochum
Tel: 33 51 76 (18-21^b)

Schatzmeisterin

Dorothee Hase
Karl-Friedrich-Str. 88
44795 Bochum
Tel: 94 69 00
Fax: 94 69 099

Bezirk Wattenscheid

Udo Beckmann
Schubertweg 2
44867 Bochum
Tel: 02327 / 5 78 04

frei atmen! • Bezirk Mitte

Gerhard Bergauer GB
Am Neggenborn 120
44892 Bochum
Tel/Fax: 921 03 78
910 29 55 (Büro)

E-Mail: bergauer.demski@cityweb.de

Radverkehrsplanung

Gerlinde Ginzel
Flözstr. 11
44799 Bochum
Tel: 77 13 33

Radtechnik

Horst Haesche
Weg am Kötterberg 19
44807 Bochum
Tel.: 50 25 65

Liegerad • Technik

Marec Hase
Karl-Friedrich-Str. 88
44795 Bochum
Tel: 94 69 050
Fax: 94 69 099

Mitgliederverwaltung

Heinz-J. Hüning HJH
X
X
Tel/Fax:

Frau + Rad

Renate Jacob
Weg am Kötterberg 19
44807 Bochum
Tel: 50 25 65

Verkehrspolitik •

Bezirk Süd
Klaus Kuliga KK
Weiherstr. 21
44801 Bochum
Tel: 33 74 13

Infostände • Verkauf von Radkarten

Markus Müller MM
Schulenburgstr. 19
44803 Bochum
Tel: 35 37 07

Bezirk Ost •**Schriefführer**

Winfried Sternik WS
Grabelohstr. 192
44892 Bochum
Tel: 28 92 05

Familienradtouren

Olaf Tschech
In der Aue 10
44879 Bochum
Tel: 49 75 19

Weitere Beisitzer

Dirk Erenkämper DE
Dirschauer Str. 11
44789 Bochum
Tel: 33 17 81

Karsten Goldack
Westenfelderstr. 78
58453 Witten
Tel.: 02302 / 42 72 18
51 9 71/72 (Büro)

Info-Telefon:

Tel: 33 51 76

Sonstige Adressen:

ADFC Bundesverband
Postfach 10 77 47
28077 Bremen
Tel: 0421/ 346 29 – 0
Fax: 0421/ 346 29 – 50
Internet: <http://www.adfc.de>
EMail: ADFC@t-online.de

ADFC Landesverb. NRW

Birkenstr. 48
40233 Düsseldorf
Tel: 0211 / 67 52 48
Fax: 0211 / 66 02 48
<http://www.adfc-nrw.de>
EMail: info@adfc-nrw.de

ADFC-Radverkehr-Dienstleistungen GmbH

Postfach 10 77 47
28077 Bremen
Tel: 0421 / 346 39 – 0
Fax: 0421 / 346 39 – 60

ADFC-Beratungstelle für Fahrrad-Tourismus

Dieter Filthaut
Münsterstr. 59
44534 Lünen
Tel: 02306 / 54 113

Überweisung von Mitgliedsbeiträgen:

Sparda-Bank Bremen
Konto Nr. 926 000
BLZ 290 905 00

IMPRESSUM

Herausgeber: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club, Kreisverband Bochum e.V.
V.i.S.d.P.: Gerhard Bergauer, Am Neggenborn 120, 44892 Bochum
Redaktion: Siehe Kürzel auf der Seite „Adressen“. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
Auflage: 1700 Exemplare. Es gilt die Anzeigenpreisliste 1/98.
Belichtung: Knipp Medien und Kommunikation, Dortmund
Druck: UWZ Schnelldruck GmbH, Münster

6. Jahrgang – 17. Ausgabe

Redaktionsschluß frei atmen! 2/99: 1. Februar 1998



ADFC Kreisverband Bochum e.V.

**Einladung zur
öffentlichen
Jahresmitglieder-
versammlung**

1999

**Dienstag
02. März 1999
19.00 Uhr**

**Gaststätte Eikelbeck
Wohlfahrtstraße 78
44789 Bochum**

Photo: Max Grönert

Fahrrad-Demos

Im Juni 1998 wurde bei einem Arbeitstreffen des „**Bündnisses Umweltfreundlicher Stadtverkehr**“ (ein Zusammenschluß verschiedener Bochumer Umwelt- und Verkehrsgruppen, auch der **ADFC Bochum** ist Mitglied) die Idee geboren, Verbesserungen der beklagenswerten Radverkehrssituation auf Bochumer Straßen durch eine Fahrrad-Demo einzufordern. Nachdem trotz kürzester Vorbereitungszeit 100 Radler auf der ersten Demo dreimal den Innenstadtring umkreisten, wurde von den Organisatoren beschlossen, die Demos monatlich zu wiederholen. Bei den Demonstrationen wurden jeweils bestimmte Problemstellen angefahren, um auf diese aufmerksam zu machen: fehlende Radfahrmöglichkeiten auf dem Innenstadtring, die mißglückte Neuplanung des Fahrradweges Wittener Straße/Lohring, die schlechte Radwegsituation auf der Viktoriastraße und der Königsallee, mangelhafte Radverkehrsführung an Baustellen etc.. Auf der Demonstration am 18. September 1998 gedachte **ADFC- Vorsitzender** Gert Haarmann mit bewegenden Worten des tragischen Unfalltodes von Ingeborg R. am 7. Dezember 1997 auf der Königsallee.

Die Fahrrad-Demos werden fortgesetzt. Wir laden alle Radfahrer ein, sich zu beteiligen. Wir treffen uns jeden dritten Samstag im Monat (immer dann, wenn Tom Pokatzkys Flohmarktplakate die Stadt zieren) um 11.30 h auf dem Bahnhofvorplatz. Seit Oktober erfolgt die Streckensicherung übrigens durch die Fahrradstaffel der Bochumer Polizei. GB

Nicht vergessen: Jeden 3. Samstag im Monat (11.30 h Hbf.) Fahrrad-Demo!