

3/05 frei atmen!

• kostenlos • **Radtouren & Veranstaltungen**

Oktober 2005 – Januar 2006

ADFC
Allgemeiner
Deutscher
Fahrrad-Club
Kreisverband Bochum

Fotografie (G. Bergauer) / Radfahren - Bochum - Freizeitsport - Bochum - Freizeitsport mit - Bochum - Freizeitsport



Geschäftsstelle
ADFC Bochum
Umweltzentrum
Alsenstr. 27
44789 Bochum
Tel.: 0234 / 33 38 54 55
(außerhalb der Geschäftszeiten
Anrufbeantworter)
E-Mail: info@adfc-bo.de
Geschäftszeiten:
Donnerstag 18.00 - 20.00 h
weitere Zeiten: s. Kalender
Aktuelles im Internet:
www.adfc-bo.de

Adressen

Vorsitzende
Susanne Wibbeke
Alsenstr. 27
44789 Bochum
Tel.: 02327 / 2 37 93
E-Mail: wibbeke@adfc-bo.de

Redaktion frei atmen! (MSdP)
Gerhard Bergauer
Am Neggenborn 120
44892 Bochum
Tel.: 0234 / 921 03 78
0234 / 910 29 55 (Büro)
E-Mail: bergauer@adfc-bo.de

Radtouren
Heinz Stoffels
Lindebeckstr. 11
44869 Bochum
Tel.: 0234 / 33 38 54 55
(außerhalb der Geschäftszeiten des
Umweltzentrums Anrufbeantworter)
E-Mail: stoffels@adfc-bo.de

Stadterkundungstouren
Susanne & Frank Berg
Am Krähenkocken 5
44805 Bochum
Tel.: 0234 / 77 18 14
Handy: 0172 / 28 02 107
E-Mail: berg@adfc-bo.de

Auflage: 2.500 Exemplare
Erscheinungsweise: 3 x jährlich
(Januar, Mai und September)
Es gilt die Anzeigenpreisliste 1/05
13. Jahrgang - 37. Ausgabe

Konto ADFC Bochum
Konto-Nr. 23675-461,
Postbank Dortmund
BLZ 440 100 46

Sonstige Adressen:
ADFC Landesverband NRW
Hohenzollernstr. 27-29
40211 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 68 70 80
Fax: 0211 / 68 70 820
Internet: http://www.adfc-nrw.de
E-Mail: info@adfc-nrw.de

Zentrale Mitgliederverwaltung:
ADFC Bundesverband
Postfach 10 77 47
28077 Bremen
Tel.: 0421 / 346 29 - 0
Fax: 0421 / 346 29 - 50
Internet: http://www.adfc.de
E-Mail: kontakt@adfc.de

ADFC-Radverkehr-
Dienstleistungen GmbH
Postfach 10 77 47
28077 Bremen
Tel.: 0421 / 346 39 - 0
Fax: 0421 / 346 39 - 60

Fahrradbeauftragter
Stadt Bochum
Karsten Goldack
Amt 60 1 - Radverkehr
44777 Bochum
Tel.: 910-3331
E-Mail: KGoldack@bochum.de

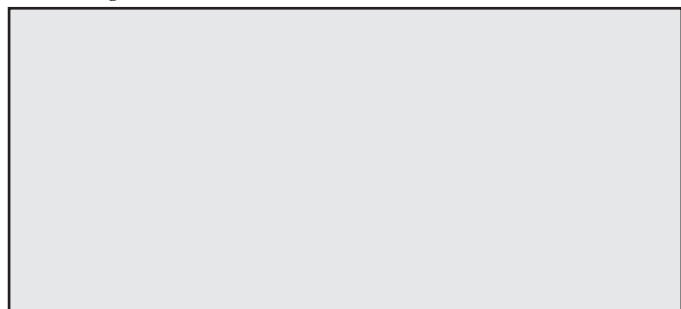
Fördermitglieder ADFC Bochum

Balance GmbH • Kortumstr. 5, 44787 Bochum
Fahrradzentrum m/sec • Wittener Str. 56, 44789 Bochum
Giro Radsport • Wasserstr. 11, 44803 Bochum
SPS Management Consultants GmbH • Zedernweg 2 • 44799 Bochum
tri-mobil • Tandems, Dreiräder + mehr • Herner Str. 86 • 44791 Bochum

Fördermitglieder können Einzelpersonen und Firmen werden, die den Anliegen des **ADFC** nahestehen und diesen durch einen erhöhten Jahresbetrag unterstützen. Wir bedanken uns bei unseren Fördermitgliedern! **ADFC Bochum**

Warum ist es am Rhein so schön...

Nach einer Radtour entlang des Rheins haben wir, das heißt meine Kinder Antonia (12J.) und Paul (10J.), viele Antworten auf diese Frage. Am Montag, dem 11. Juli starteten wir bei bestem Sommerwetter von Köln in Richtung Süden.



Stadt und Dom ließen wir schnell hinter uns, um auch zu sehen, wie es mit den geplanten Tagesetappen und der Zeiteinteilung klappen würde. Die Kinder hatten sich schnell an das Radeln mit Gepäck gewöhnt und auch den Blick für die Radroutenbeschilderung geschärft, so dass nicht mehr an jeder Abzweigung unser kleiner Pulk ins Stoppen geriet. Südlich von Köln locken breite Sand- und Kiesbuchten zum Anhalten und auch eine Reihe von Restaurantschiffen. Doch wir radelten weiter bis Bornheim und genossen von den „Rheinterrassen“ beim Mittagessen den Ausblick auf das Siebengebirge und die Vorfreude auf Ritterburgen und schöne alte Städtchen. Nachmittags ließen wir uns mit der Fähre bei Königswinter auf die andere Rheinseite bringen, um zur frisch renovierten Jugendherberge in Bad Honnef zu kommen. Unser Familienzimmer mit Bad hatte Hotelkomfort.

Fähre Königswinter

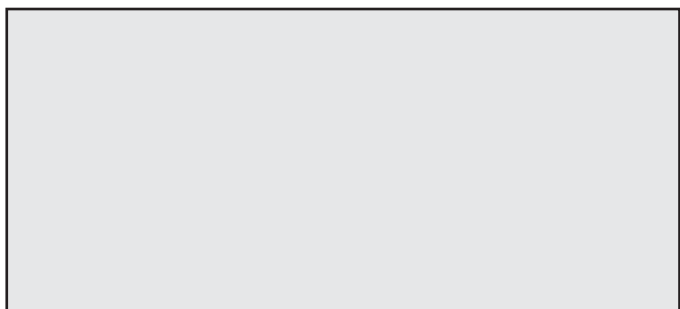


Kleinanzeige Biete: Jugend-MTB 26'. RH 35 - durch intelligente Rahmengenometrie wächst das Rad mit (ab ca. 7 bis 15 Jahre), SRAM 24 Gänge, Drehgriffe, V-Brakes. Voll straßentaugliche Ausstattung (Licht, Schutzbleche, Gepäckträger), sehr guter Zustand. Bild unter: <http://home.versanet.de/~bergauer/pics/rad.jpg>. FP 80,- Euro. Tel.: 0234/921 03 78 ab 17.00h



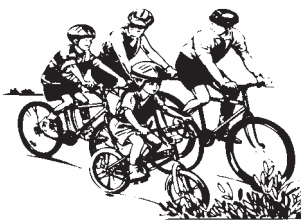
In Andernach am Rundkrän

traum schöner Sommerabend mit Sonnenuntergang und Fernblick entschädigte uns für alle Anstrengungen des Tages.



Bei 30 Grad im Schatten sollte die Jugendherberge in Oberwesel, das nächste Ziel sein. Ritterburgen, Loreley, St. Goar, die vielen Schiffe auf dem Rhein und die Vorfreude auf das Hallenbad der Jugendherberge lenkten uns davon ab, dass der Radweg teilweise direkt neben der Straße verläuft.

Die nächste Etappe fuhren wir von Oberwesel bis Mainz. Bis zum Mittag ging es noch durch das enge Mittelrheintal bis Bingen. Von Bingen aus führt der Weg durch die geschützten Auenlandschaften nach Mainz. Auch dort machten wir einige reizende Entdeckungen: kleine Strandbuchten, vom Hauptstrom durch langgestreckte Inseln getrennt, wo Paul einmal ein Bad nehmen durfte. Bei Ingelheim gibt es ein richtiges Strandbad (da hatten wir unsere Pause schon hinter uns) und weiter in Richtung Nonnenaue bei Heidesheim locken Biergärten am Ufer des Rheins.



Von Mainz aus wählten wir den Weg über Nierstein, Oppenheim und Alsheim nach Worms. Es ging durch Weinberge und die schönen Weinorte mit prächtig begrünten, einladenden Innenhöfen. Bei Mittelmeertemperatur, Grillengezirpe und Oleanderblütenduft fühlten wir uns wie in Italien. Die Region ist einen weiteren Besuch zur Zeit der Weinlese wert, in Oppenheim kann man zu Beispiel ein unterirdisches Gängesystem besichtigen.

Beitrittserklärung

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Familienname _____

 Vorname _____

 Straße und Hausnummer _____

 PLZ _____ Wohnort _____

 Geburtsjahr _____ Telefon _____

Ich trete dem ADFC bei:

als Einzelmitglied, Jahresbeitrag Euro 38,- (ermäßigt Euro 25,-*)
 Einzelmitglieder können ihre minderjährigen Kinder kostenlos anmelden.
 als Haushalts- / Familienmitglied mit folgenden Personen,
 die mit mir in einem Haushalt wohnen (jeweils mit Geburtsjahr):

 Jahresbeitrag Euro 48,00 (ermäßigt Euro 38,00*)
 (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 Euro
 Mein Jahresbeitrag beträgt: _____ ,00 Euro
 Gesamtsumme beträgt: _____ ,00 Euro

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



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



Das nächste Ziel war Speyer, dort ist direkt neben der Jugendherberge ein Freibad; für Schlechtwettertage hat die Stadt weitere Attraktionen zu bieten: Altstadt mit Dom, Sealife-Center und Technikmuseum. Auf dem Weg von Worms nach Mannheim ist allerdings als schwieriges Hindernis eine Autobahnbrücke mit sehr steilen Schiebrinnen für die Räder zu überwinden. Dafür entschädigen südlich von Mannheim schöne Kiesbuchten zur Rast direkt am Rhein.

Fazit der Tour: Am Rhein entlang lässt es sich prima Radeln. Auch wenn teilweise im Mittelrheintal zwischen Koblenz und Bingen der Radweg entlang der Straße geführt wird, überwiegen die positiven Eindrücke. Wegequalität und Ausschilderung sind in den letzten Jahren nochmals verbessert worden. Insgesamt ist die Route sehr abwechslungsreich. Teilstrecken kann man per Schiff zurücklegen (auf besondere Angebote achten). Die Jugendherbergen in NRW und Rheinland-Pfalz bieten für Familien einen hervorragenden Service und sind alle als Bett&Bike-Betriebe qualifiziert. Wer nicht vorbuchen möchte, findet überall reizvolle Gastronomie und Übernachtungsmöglichkeiten, viele davon mit der Bett & Bike-Plakette gekennzeichnet; hier kann man sich auch die steilen Anstiege ersparen, was bei den Jugendherbergen meist der Fall ist. Andererseits hat der Wechsel der Perspektive nach dem Anstieg eine zusätzlichen Attraktivität und die Antwort auf die berühmte Frage werden Sie sicher mit mehr als einem Satz beantworten können.

Gerlinde Ginzel (Text und Fotos)

Weinberge Richtung Alsheim



Kleinanzeige Biete: Renttourer Red X, RH 53, XT 27 Gänge, Magura, Vollfederung, Schwalbe FP 800,- Euro. FSB. Tel.: 0234/32 56 714

