



2019

# RADGEBER

Das Fahrradmagazin des ÖAMTC

**INFOS, TIPPS UND  
WISSENSWERTES  
RUND UMS RADFAHREN**

**FAHRRAD-TYPEN  
DIE VIELFALT IM  
ÜBERBLICK**

**KIND & FAHRRAD  
RUND UM DIE SICHERHEIT  
DER KLEINSTEN**

**AB IN DIE ZUKUNFT  
VERNETZTE UND  
SMARTE BIKES**

**APPSOLUT HILFREICH  
ÖAMTC APPS &  
ONLINE ROUTEN-  
PLANUNG**

**REISEBERICHTE & REPORTAGEN**  
**RADFAHREN ALS HOBBY, SPORT & LEIDENSCHAFT**

[www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad)

INHALT

|                                               |       |
|-----------------------------------------------|-------|
| Vorwort                                       | 3     |
| Fahrradtypen im Überblick                     | 4-9   |
| Radfahren als Aktivsport                      | 10-11 |
| Reportage: Auf den Spuren der Ybbstalbahn     | 12-13 |
| Interview: Radfahren macht glücklich          | 14-15 |
| Reportage: Drei Portraits – eine Leidenschaft | 16-17 |
| Reportage: Mit dem Rad ins Büro               | 18-19 |
| Radrouten-Planung                             | 20-21 |
| Diebstahlsicherungen                          | 22-23 |
| Der richtige Helm                             | 24-25 |
| Kind und Fahrrad                              | 26-31 |
| Pedelecs                                      | 32-33 |
| Technik und Sicherheit                        | 34-35 |
| Reportage: ABS fürs Fahrrad                   | 36-37 |
| Connected Bike                                | 38-41 |
| E-Bike-Pannenhilfe                            | 42-43 |
| ÖAMTC Fahrrad Online                          | 44-45 |
| Literaturempfehlungen                         | 46    |
| Club-Informationen                            | 47    |

Impressum:

Medieninhaber/Verleger:  
Österreichischer Automobil- Motorrad- und Touring Club (ÖAMTC), 1030 Wien, Baumgasse 129, ZVR 730335108.  
Konzept und Redaktion: ÖAMTC, Produkt-Marketing, Stand: März 2019.  
Alle Angaben wurden mit größter Sorgfalt recherchiert, erfolgen jedoch ohne Gewähr.  
Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler.

Gestaltung: ÖAMTC Grafik & Mediendesign.

Bildnachweise:  
Coverfoto: © Istock; Seite 3: © Christian Postl; Seite 4: © Istock, Seite 5: © Kalkoff; Seite 6/7: © KTM, © Pure Cycles, © BMC, © Istock, ÖAMTC Archiv; Seite 8: © Bosch; Seite 9: © Istock, ÖAMTC Archiv; Seite 10: © Istock; Seite 12-13: © auto touring/Heinz Henninger, weinfranz.at, NÖ Lokalbahnen Historische Sammlungen, Schwarzmüller; Seite 14/15: © Thomas Kucera, Istock; Seite 16/17: © auto touring/Heinz Henninger, Christian Lendl; Seite 18/19: © auto touring/Roland Fibich, © ÖAMTC Archiv; Seite 20/21: © Istock, ÖAMTC Archiv; Seite 22/23: © Istock, ast+nebel; Seite 24/25: © Istock, KTM, POC, ÖAMTC Archiv; Seite 26/27: © Istock, KTM; Seite 28/29: © Istock; Seite 30/31: © Istock; Seite 32/33: © auto touring/David Keusch; Seite 34/35: © Istock, ÖAMTC Archiv, Dagmar Halwachs; Seite 36/37: © Markus Zahradnik; Seite 38/41: © COBI GmbH und CONNECTED CYCLE SAS, © Istock, ÖAMTC Archiv, Stromer; Seite 42-43: © Dagmar Halwachs, © Christian Postl, © Istock, ÖAMTC Archiv; Seite 44-45: © Istock, ÖAMTC Archiv; Seite 46-47: © Istock, ÖAMTC Archiv;

Herzlichen Dank an KTM Fahrrad GmbH.

Bei allen personenbezogenen Bezeichnungen meint die gewählte Formulierung in der Regel beide Geschlechter, auch wenn aus Gründen der leichteren Lesbarkeit nur die männliche Form verwendet wird. Die Redaktion bittet für diese Vereinfachung um Verständnis.

LIEBE MITGLIEDER,

Fahrradfahren ist wohl eine der gesündesten Formen der Mobilität – sowohl für Sie als Fahrer als auch für unsere Umwelt. Ich selbst bin gern auf dem Rad unterwegs und weiß, wie rasch man damit von A nach B kommt und wie gut es gleichzeitig tut. Als Ihr Club möchten wir Sie in Ihrer Mobilität mit dem Rad unterstützen, indem wir Ihr Ansprechpartner sind – im Alltag wie auch in Notsituationen.

Unser „Radgeber“ soll Ihnen ein spannend-unterhaltsamer und vor allem informativ-relevanter Begleiter sein: Ein eigens aufgelegtes Magazin für Radfahrer, mit dem wir Ihnen einerseits unsere Kompetenz und andererseits unsere Leidenschaft für die Thematik mit auf die Fahrt geben wollen. Und zwar in Form von interessanten Fakten, neuesten technischen Entwicklungen und lesenswerten Reiseberichten. Gemeinsam mit den Radrouten bietet der „Radgeber“ vielseitige Informationen rund um das Thema Radfahren. Wissenswertes über Elektrofahrräder, hilfreiche Apps sowie

zahlreiche Sicherheitstipps. Wichtige Aspekte wie die Straßenverkehrsordnung, die richtige Ausstattung oder die bessere Sichtbarkeit sollte jeder Radfahrer kennen. Das fördert das gute und sichere Miteinander aller Mobilitätsformen – das ist uns als Club besonders wichtig.

Sollten Sie einmal Hilfe benötigen, stehen wir Ihnen zur Seite – darauf können Sie sich verlassen. Mir bleibt an dieser Stelle, Ihnen eine allseits gute Fahrt und nun viel Vergnügen beim Stöbern in unserem „Radgeber“ zu wünschen.

Ihr  
**Oliver Schmerold**  
ÖAMTC Direktor





# FAHRRAD-TYPEN ÜBERBLICK

Die Vielfalt an Fahrrad-Arten und deren Einsatzgebiete sind in den letzten Jahren fast unüberschaubar geworden. Eine kleine Übersicht der gängigsten Fahrrad-Typen finden Sie hier.

Neue, teils ungewöhnlich anmutende Fahrradtypen bereichern das Verkehrsgeschehen und sind oftmals die Hingucker im Straßenbild. Nischenprodukte bieten die Geschäftsgrundlage für zahlreiche Start-ups, Individualisierung und Kundenbedürfnisse stehen im Vordergrund. Eine Kategorisierung kann auf mehreren Ebenen stattfinden.

## Unterschiedliche Rahmenformen

Die Vielfalt beginnt bei den unzähligen Rahmenformen, die, vereinfacht formuliert, von den persönlichen, mechanischen und materialtechnischen Anforderungen und nicht zuletzt von der Mode bestimmt werden. Die Bauart und die verwendeten Komponenten nehmen neben der Bruchsicherheit wesentlichen Einfluss auf die Laufruhe und Lenkbarkeit.

Der Klassiker schlechthin ist der **Herren-** bzw. **Diamantrahmen**. Die Grundform dieses Rahmentyps ist schon 1888 entstanden. Seinen Namen erhielt der Diamantrahmen nach seiner Form als Raute, gebildet aus Oberrohr, Unterrohr, Sitzstrebe und Kettenstrebe.



Daraus ableiten kann man den **Trapezrahmen**, den **Berceau-Rahmen** oder den sogenannten **Schwanenhals-Rahmen**, die alle einen wesentlich tieferen Durchstieg ermöglichen und deshalb auch etwas antikiert als Damenrahmen bezeichnet werden.



Der **Cruiser** (engl. „Kreuzer“, bzw. vom englischen Wort „to cruise“ – etwa „langsam fahren“) fällt durch den geschwungenen Rahmen mit einem nach oben gebogenen Oberrohr auf. Von dieser Rahmenform existieren zahllose Varianten. Die sehr langen Radstände stellen einen guten Geradeauslauf sicher und führen zu einem ruhigen Fahrverhalten.



Als eigentliche **Tiefdurchstiegsrahmen** bezeichnet man Damenrahmen mit nur einem Unterrohr, wie z.B. den Wave-Rahmen oder den hierzulande selten anzutreffenden, etwas kurios wirkenden Easy-Boarding-Rahmen.



Als **Fachwerkrahmen** wiederum bezeichnet man spezielle Rahmengenometrien, in denen jedes Rahmenfeld ein Dreieck bildet. Er ist prinzipiell steifer als Rahmen, die Vierecke enthalten. Diese Bauform ist im Straßenbild aber nur selten anzutreffen.



Für Mountainbikes und Trekkingräder werden gerne **Sloping-Rahmen** verwendet. Man erkennt sie an einem zum Sattel hin abfallenden oberen Rohr. Auch der **Kreuzrahmen** oder der **Y-Rahmen** werden bei Mountainbikes oft gesehen.



Aus der Mode bzw. fast in Vergessenheit geraten sind **Bonanza-Räder**, die in Österreich als „High Riser“ bekannt waren, mit ihren typischen Rahmengenometrien. Markenzeichen waren auch der „Hirschgeweih-Lenker“, der „Bananensattel“ mit Lehne und einer mittig auf den beiden Oberrohren angebrachten Gangschaltung.



Darüber hinaus gilt: **Es gibt nichts, was es nicht gibt.** Durch moderne hochfeste Materialien sind heute fast alle Rahmenformen denk- und machbar. Man sollte beim Fahrradkauf aber stets im Hinterkopf behalten, dass besonders gewagt anmutende, reduzierte Rahmengenometrien wegen der Wechselbeanspruchung unter Umständen anfälliger für plötzliche „Ermüdungsbrüche“ sind.



## Definition, Sicherheit und Ausstattung

### FAHRRADAUSSTATTUNG

Wichtig, aber oft vernachlässigt: Nur vorschriftsgemäß ausgestattete Fahrräder dürfen am Straßenverkehr teilnehmen. Seit Mai 2001 (novelliert Oktober 2013) legt die Fahrradverordnung die Mindestkriterien fest. Bei Verstoß kann die Behörde Strafen verhängen. Die wichtigsten Verordnungen und Bestimmungen finden Sie unter [www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad)



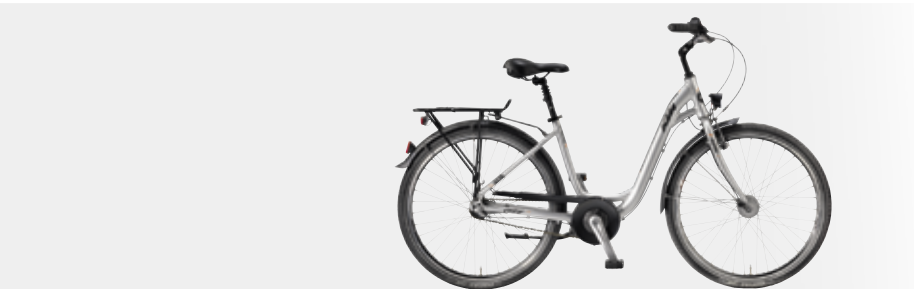
## ÖAMTC Test

### TREKKING-FAHRRÄDER-TEST

Trekkingräder vereinen die Eigenschaften von Rennrädern und Mountainbikes und sind daher sowohl in der Stadt als auch in leichtem Gelände verwendbar. Wie andere Fahrräder werden auch Trekkingbikes in Damen- und Herrenvarianten angeboten, die sich im Bau des Rahmens unterscheiden. Der ÖAMTC hat jeweils zehn Damen- und Herrenmodelle getestet und miteinander verglichen. Die ausführlichen Ergebnisse samt Video finden Sie unter [www.oeamtc.at/tests](http://www.oeamtc.at/tests)



**Trekking-Onroad-Bike** Stadt-Land-Fluss: Die Universallösung macht fast alles mit.



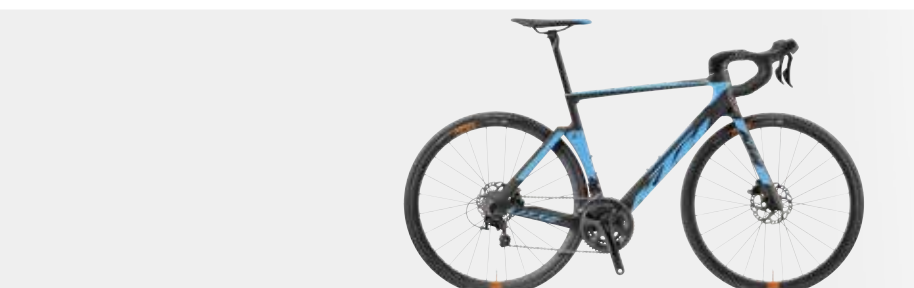
**City-Bike** Generalist für die Stadt.



**Klapprad** Kompakt: Die Kunst des Faltens



Das **Fixie** – schnörkellos und schlicht, im Straßenverkehr aber verboten.



**Rennrad** Leicht und elegant mit breitem Einsatzgebiet.



**Triathlon- oder Zeitmaschine** Leichtbau und Aerodynamik ohne Kompromisse.

### Unterschiedliche Einsatzgebiete

Ein **Faltrad** wird nie die Eleganz einer aerodynamischen **Zeitfahrmachine** erreichen, ein Rennrad aber auch nie so praktisch sein wie ein **Damenrad** mit Trapezrahmen und Einkaufskorb am Lenker. Was zählt, sind der persönliche Anspruch und das geplante Einsatzgebiet.

### Alltagsräder

Das Alltagsrad ist der praktische Allrounder und Alleskönner. Ob zur Arbeit, zum Einkaufen oder zum Vereinstraining – mit diesen Fahrrädern gelangt man vor allem im städtischen Gebiet schnell, umweltfreundlich und – gutes Wetter vorausgesetzt – unkompliziert ans Ziel. In dieser Kategorie sind in erster Linie **Trekkingbikes**, **City-** und **Lifestylebikes** zu nennen.

Das **Trekking-Rad** schließt die Lücke zwischen **City-** und **Mountainbike** und ist Generalist und Alleskönner für Stadt und Land. Kotflügel, Gepäckträger und Lichtanlage sind meist serienmäßig montiert. Mit einem gut ausgestatteten Trekkingrad kann man nichts falsch machen und ist auch für die Familienradtour bestens gerüstet. Durch die breitere, komfortorientierte Bereifung und den meist breiteren Sattel ist das **Citybike** – nomen est omen – der bequeme Drahtesel für die innerstädtische Kurzstrecke und oftmals auch Ausdruck für ein modernes, urbanes Lebensgefühl. Wartungsarme Rücktrittbremsen, Nabendynamo und Nabenschaltung machen dieses Teil zu einem über viele Jahre verlässlichen Partner auf allen Grätzeltouren. Aber auch spezielle Modelle wie das praktische **Klapprad** – auf den einfachen Transport in Bus, Bahn und Auto ausgelegt – oder das **Fixie** – ein Rad ohne Freilauf, d.h. mit starrem Gang und oft nur mit einer Vorderradbremse – gehören in die Gruppe der Alltagsräder. Stark an Beliebtheit gewonnen haben auch diverse Retro-Designs, die sich weniger an Sportlichkeit als am Nostalgiefaktor orientieren.

### Für Sportliche

Bei **Renn-** und **Sporträdern** für die Straße zählen nur Performance und Geschwindigkeit. Daher wird besonders auf eine leichte Bauweise Wert gelegt. Anbauteile wie Gepäckträger, Kotflügel oder Beleuchtung finden keine Verwendung. Für den Einsatz abseits befestigter Straßen sind sie aber nicht konstruiert – die schmale, auf geringen Rollwiderstand ausgelegte und profilfreie Bereifung ist für weichen, unebenen Untergrund ungeeignet. Als Rahmenmaterial kommt meist Aluminium oder das teure Carbon zum Einsatz, gebremst wird noch immer überwiegend mit klassischen Leichtbau-Felgenbremsen. Rennrad-Anfänger sollten allerdings darauf achten, dass die Übersetzung der Schaltung ausreichend und elastisch genug ist. Ohne die passenden Gänge sind längere Anstiege kaum zu „erradeln“ und Gelegenheitsradlern geht schnell die Puste aus. Auch die Sitzergonomie und der damit verbundene stark nach vorne gebeugte Rücken sind gewöhnungsbedürftig. Alles jedoch zum Vorteil der Aerodynamik und Geschwindigkeit, denn hier ist das Rennrad auf der Straße absolut die Nummer eins.

Die innovative Speerspitze dieser Kategorie stellen zweifellos die Triathlon- und Zeitmaschinen dar. Ob Mitteldistanz, Ironman oder Einzelzeitfahren – die Time-machine ist das absolute Must-have bei jedem Rennen gegen die Uhr.

### Offroad

Zunehmend differenziert zeigt sich auch die Modellpalette der Sporträder für Gelände und Offroad. War das Angebot bis vor Kurzem von Hardtail und Fully ohne E-Unterstützung dominiert, so kamen in den letzten Jahren immer neue Modelle für unterschiedlichste Einsatzzwecke auf den Markt. Das Hardtail-Mountainbike ermöglicht den günstigen Einstieg in die Offroad-Welt. Das Fully wiederum ist der Spezialist für wirklich schweres Gelände und bietet das Optimum für schnelles Bergauffahren, strapaziösen Downhill und enge Kehren. **Cyclocross** z.B. steht für das Querfeldeinrennen als eine Disziplin des Radsports. Das Fahrrad dafür vereint die Leichtigkeit eines Rennrads mit der Robustheit eines Mountainbikes. Oder **Fatbikes**, eine Untergruppe der **Hardtails**, mit ihrer extrem breiten („fetten“) Bereifung werden immer populärer und sind die Hingucker abseits befestigter Wege. Die Funsportart **Dirt Jump** wiederum bezeichnet z.B. das Springen über Erdhügel mit einem sogenannten **Dirtbike** oder **BMX**, einem auf diese spezielle Anforderung zugeschnittenen Produkt mit ganz spezieller Rahmengeometrie, meist ohne Schaltung und oft nur mit Hinterradbremse. Empfehlenswert ist dieses Rad in erster Linie für Downhill- und Freeride-Einsätze, aber weniger für die „normale“ Fortbewegung.

Erwähnt sei an dieser Stelle aber, dass mit der Spezialisierung oft die Einsatzmöglichkeiten eingeschränkt sind, und der Radkeller bald mit einem halben Dutzend Hightech-Geräten für unterschiedlichste Zwecke gefüllt sein kann. Für den Einsteiger sind universell nutzbare Räder sicher eine Empfehlung.

### Trends 2019

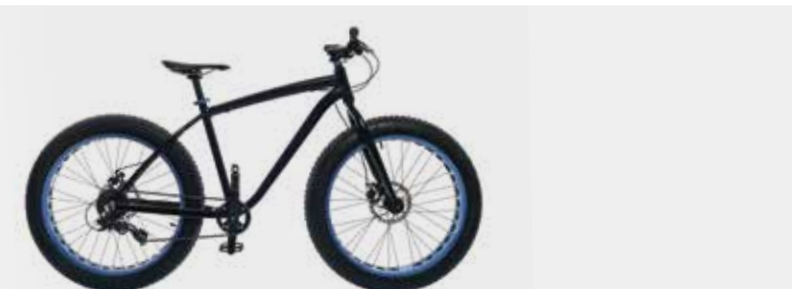
Beim E-Bike-Boom ist kein Ende in Sicht. Bikes mit Antriebsunterstützung bieten vor allem weniger trainierten Personen unbestreitbare Vorteile, wenn sie Spaß vor Anstrengung stellen und auf das Erlebnis, einen steilen Berg zu erradeln, nicht verzichten wollen. Immer mehr Hersteller bieten die motorisierten Fahrräder mit mehr Technik und in unterschiedlichen Ausführungen. Wie schon in den Vorjahren wird auch 2019 die Zahl an Pedelecs mit vollintegrierten Akkus wachsen. Entsprechend steigt auch die Auswahl schicker und sehr hochwertig wirkender Pedelecs. Das Design der Bikes gewinnt immer mehr an Bedeutung. Nach den antriebsunterstützten Mountainbikes gibt es nun auch E-Hilfe für Rennräder – trotz gewisser Widersprüchlichkeiten zum Ethos der Szene. Wie sich der E-Trend beim Rennrad daher bei großen Events auswirken wird, wird sich zeigen. Jedenfalls weniger trainierte Hobby-Rennradler können sich über diese Entwicklung freuen.



**Cyclocross** Rennradgeschwindigkeit trifft Geländetauglichkeit



**Fully-Mountainbike** Für anspruchsvolles Gelände und Downhill.



**Fatbike** Spezialist für tiefe Böden.



**Hardtail-Mountainbike** Der Einstieg in die Offroadwelt.



**BMX-Bike** Offroad seit den 70ern.



**E-Bikes & Pedelecs** Voll im Trend.

Aber Achtung: Sie haben durch Elektromotor und Akku ein deutlich höheres Gewicht und bringen schnell über 20 kg auf die Waage, was die Wendigkeit etwas einschränkt. Auf standfeste und zuverlässige Bremsen, die das höhere Gesamtgewicht wirksam abbremesen können, hochwertige Schaltkomponenten und je nach Modell Carbon- oder Aluminiumrahmen ist besonderer Wert zu legen, was die Anschaffung eines solchen Prachtexemplars oft kostspielig macht.

**Ein Tipp zum Akku:** Nicht fix verbaute, sondern entnehmbare Akkus machen das Laden und den Batterietausch im Falle eines Defekts wesentlich einfacher. Wichtig ist auch, immer das Original-Ladegerät zu verwenden! Die Lebensdauer einer Batterie liegt zwischen 700 und 1.000 Ladezyklen. In 3-6 Stunden sollte er wieder vollständig aufgeladen sein.

Als Elektro-Fahrrad, E-Bike oder Pedelec (Abkürzung für Pedal-Electric-Vehicle) gilt in Österreich grundlegend ein Fahrrad mit Tretunterstützung. Der Elektromotor schaltet sich automatisch ein, wenn man die Pedale tritt. Bei einer Geschwindigkeit von 25 km/h schaltet sich dieser Motor automatisch wieder ab. Die Leistung des E-Motors darf 600 Watt nicht übersteigen.

Bei einer höheren Leistung würde das E-Bike nicht mehr als Fahrrad, sondern als Moped bzw. S-Pedelec gelten, damit würden auch die (strengeren) Gesetze wie Ausweis- und Helmpflicht zur Anwendung kommen. S-Pedelecs sind Elektrofahrräder, deren Motoren eine Nenndauerleistung von maximal 4 kW abliefern und bis zu einer Geschwindigkeit von 45 km/h das Treten unterstützen.

Aktuelle Infos zum Thema S-Pedelec finden Sie unter [www.oamtc.at/fahrrad](http://www.oamtc.at/fahrrad) unter Stichwortsuche „Pedelec“ und unter [www.oamtc.at/autotouring](http://www.oamtc.at/autotouring) unter Stichwortsuche „S-Pedelec“.

## Unterschiedliche Materialien

Der **Stahlrahmen** – üblicherweise eine Chrom-Molybdän-Legierung – zählt nach wie vor zu den stabilsten, aber zugleich schwersten Konstruktionen. Stahl wird als günstiger und leicht zu verarbeitender Werkstoff überwiegend bei Einstiegsrädern eingesetzt und wer ein paar Kilo mehr nicht scheut und ein günstiges Fahrrad sucht, ist mit Stahl richtig beraten. Um Korrosion vorzubeugen, ist darauf zu achten, dass der Rahmen ausreichend stark ist (regelmäßige Kontrolle auf Steinschläge nicht vergessen).

Mit **Aluminium** steht der „alten Schule“ eine ebenbürtige Alternative gegenüber. Aluminium-Legierungen sind für Endverbraucher in den letzten Jahren deutlich günstiger geworden und haben Stahl in weiten Bereichen komplett abgelöst, auch wenn die Meinungen zu Vor- und Nachteilen des Werkstoffs auseinandergehen. Entgegen der landläufigen Ansicht ist auch bei Aluminium ein Korrosionsschutz nötig, auch ist der oft als Argument ins Feld geführte Gewichtsvorteil bei Weitem nicht so groß wie durch die Werbung suggeriert. Im Materialvergleich ist die Vibrationsdämpfung bei Aluminium am schlechtesten. Alurahmen müssen deutlich stärker dimensioniert werden, um die gleiche Festigkeit wie Stahl zu erreichen, das Bruchverhalten wird bisweilen kritisch beurteilt und die Verarbeitung des Werkstoffs ist darüber hinaus deutlich schwieriger als die von Stahl.

Der **Carbonrahmen** findet aufgrund der hervorragenden Gewichtseigenschaft und der hohen Festigkeit speziell im Leichtbau- und Rennradbereich Verwendung. Allerdings ist das Material nach wie vor teuer, aufwendig in der Verarbeitung und bei Stürzen und Steinschlägen deutlich empfindlicher und bruchanfälliger, weil spröde. Carbonfaser hat keine Verformungsreserve wie metallische Rahmenmaterialien. Wer allerdings ein leichtes Hightech-Fahrrad sucht, liegt mit Carbon vollkommen richtig.

Darüber hinaus sind zuletzt zahlreiche alternative Materialien auch im Rahmenbau auf den Markt gekommen. In erster Linie ökologischen Überlegungen Rechnung tragend, ist an dieser Stelle der Werkstoff **Holz** zu nennen. Mit entsprechenden konstruktiven Kunstgriffen steht Holz in puncto Stabilität und Haltbarkeit anderen Materialien nicht nach. Auch **Bambus** wird heute im Rahmenbau verwendet, aber vorwiegend in Handarbeit zu individuellen, hochwertigen Produkten verarbeitet.

Andere **exotische Materialien** wie z.B. Titanlegierungen oder Composite-Werkstoffe fristen als Rahmenmaterial ein teures Nischendasein für Spezialanwendungen und sind für den Breitensport nicht relevant.

**In jedem Fall gilt: Gute Beratung durch den Fachhändler ist durch nichts zu ersetzen!**



## ÖAMTC Test

# PEDELEC-TEST

Radfahren mit eingebautem Rückenwind kommt immer mehr in Mode – darauf lassen zumindest die stetig steigenden Verkaufszahlen von Pedelecs schließen. Ein Grund mehr für den ÖAMTC, die im Handel erhältlichen Räder regelmäßig in puncto Sicherheit zu testen. „Die Ergebnisse zeigen, dass sich die Produktqualität von Jahr zu Jahr deutlich erhöht“, berichtet ÖAMTC Techniker Steffan Kerbl.

Die Ergebnisse im Detail samt Video finden Sie unter [www.oamtc.at/tests](http://www.oamtc.at/tests)



## Vorschriften, Regeln und rechtliche Grundlagen

# SICHERHEIT GEHT VOR

Die wichtigsten Tipps rund um Verkehrsregeln, Vorschriften und Sicherheit finden Sie unter [www.oamtc.at/fahrrad/vorschriften](http://www.oamtc.at/fahrrad/vorschriften)



## ÖAMTC Vorteilspartner

# BIKE-VERLEIH SPORT 2000 RENT

In Kooperation mit SPORT 2000 RENT bietet der ÖAMTC seinen Mitgliedern dieses exklusive Angebot: 15 % Rabatt beim Online-Buchen. Inkludiert ist eine Gratis-Stornoversicherung sowie die Sport 2000 RENT Online-Garantie. Mieten Sie die Top-Neuheiten an Mountainbikes, E-Bikes, Trekkingbikes und vieles mehr beim Qualitäts-Bikeverleih.

Der Online-Rabatt von 15 % gilt für alle Standorte.

Vorteil erhältlich: online unter [www.sport2000rent.com/bikeverleih](http://www.sport2000rent.com/bikeverleih) bitte Promotion-Code "oamtc" eingeben.



## Ihre SPORT 2000 RENT Vorteile:

- 🚲 Garantiert günstiger als vor Ort
- 🚲 Garantierte Verfügbarkeit
- 🚲 Top-servicegepflegte Fahrräder
- 🚲 Professionelle Beratung und Betreuung bei Ihrem SPORT 2000 RENT Shop
- 🚲 Qualität und Sicherheit stehen bei der Leihausrüstung an erster Stelle
- 🚲 Profitieren Sie von einer großen Auswahl an Mountainbikes, E-Bikes, Trekkingbikes, Kinderbikes, Downhill, Zubehör, Helmen und diversen Sportgeräten
- 🚲 Helme und Protektoren stehen in allen Variationen für Sie bereit
- 🚲 Keine Umstände – ersparen Sie sich den mühsamen Transport in Ihre Urlaubsdestination

## Ihre Fragen, unsere Antworten

# AB WANN GILT EIN E-BIKE ALS MOPED?

Thema S-Pedelec: Muss ich einen Helm tragen? Stimmt es, dass vor allem Ältere damit stürzen? Wir haben Antworten auf die häufigsten Fragen unter [www.oamtc.at/autotouring/zweirad](http://www.oamtc.at/autotouring/zweirad)



# RADFAHREN ALS AKTIVSPORT

Dr. Heimo Vedernjak, Sportarzt und Verkehrsmediziner des ÖAMTC: „Radfahren ist durch seinen runden Bewegungsablauf die richtige Sportart für fast jeden.“



Die zyklischen, wiederkehrenden Bewegungen beim Radfahren sind das optimale Training für Ihre Fitness und Gesundheit bis ins hohe Alter. Radfahren ist selbst für Herz-Kreislauf-Patienten oder zur Rehabilitation empfehlenswert, wenn zuvor mit ärztlicher Beratung ein (sport-)medizinischer Trainingsplan erstellt wurde. Radfahren kann man nicht früh genug beginnen und bis ins Alter ausüben, wenn Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-System, Augen und Ohren, Gleichgewichtssinn und Reaktionsvermögen gut funktionieren und daran gewöhnt sind. Das regelmäßige Radfahren verbessert Ihre Fitness und erhält einen guten Allgemeinzustand.

Vor allem für ältere Personen gilt: Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt, bevor Sie nach längerer Pause wieder mit dem Radfahren beginnen. Machen Sie einen sportmedizinischen

Check, bevor Sie regelmäßig Kreislauftraining oder sportliche Ausfahrten machen wollen. Dieser Check sollte neben einer üblichen Vorsorgeuntersuchung unbedingt ein Ruhe- und Belastungs-EKG am Fahrradergometer und Wirbelsäulen- und Gelenktests umfassen. Gegebenenfalls sind Gleichgewichtskontrollen und Hör- bzw. Sehtest sinnvoll.

## Die richtige Ausrüstung ist beim Radfahren sehr wichtig

Bei Wirbelsäulenbeschwerden ist eine aufrechte Sitzposition am Rad richtig. Mountainbikes sind für das Gelände gedacht und vom Aufbau her speziell gebaut. Geländefahrten belasten vor allem die Handgelenke und die Halswirbelsäule. Wer also nicht topfit ist, sollte eher auf sicheren Wegen bleiben und aufrecht sitzend radeln. Tragen Sie stets leichte, schweißableitende Funktionskleidung und immer Helm und Handschuhe. Auch das Schuhwerk ist wichtig. Sandalen oder Flipflops sind auch für kurze Wege am Fahrrad völlig ungeeignet!

## Fit, fitter

Für eine gezielte Verbesserung Ihrer Konstitution kann Ihnen Ihr Vertrauensarzt zu Ihrem Trainingsziel passend die entsprechenden Pulszonen empfehlen und gemeinsam mit Ihnen einen Trainingsplan erstellen. Wenn Sie dann bei Strecken ab einer Stunde auch für die ausreichende Flüssigkeitszufuhr während der Ausfahrt sorgen, steht dem gesunden Radfahrvergnügen nichts mehr im Wege.

## Welche gesundheitlichen Vorteile bringt regelmäßiges Radfahren?

Beim Radfahren werden die Atmungsorgane tief mit Luft gefüllt, die Atemmuskulatur wird gekräftigt und die Funktion der Lunge verbessert. Regelmäßiges Radfahren kann vor Atemwegsinfekten schützen. Für Menschen mit chronischen Atemwegserkrankungen wie etwa Asthma kann Radfahren mit geringer Belastung eine wichtige Therapie-Ergänzung sein.

## Radfahren unterstützt die Gewichtsregulation

Bei einer moderaten Radtour, bei der man noch ungehindert durch die Nase atmet, werden die Fettdepots verringert. Außerdem wird Cholesterin, das die Blutgefäße verfettet und verkalken lässt, abgebaut, die Adern bleiben flexibel.

Radfahren sorgt nach langer sitzender Tätigkeit für einen Bewegungsausgleich für Knie, Hüften, Sprunggelenke und Schultern. Schon Belastungszeiten ab zehn Minuten nützen Ihnen. Weil das Gewicht des Körpers beim Radfahren bis zu 80 Prozent am Sattel liegt, werden vor allem die Kniegelenke und Sprunggelenke viel weniger belastet als etwa beim Joggen. Die Gelenksknorpel werden durch die kreisförmige, regelmäßige Beinbewegung optimal mit Sauerstoff und Nahrungsstoffen versorgt – das schützt vor Arthrose. Sogar für eine bereits vorhandene Arthrose an Hüft- oder Kniegelenken ist regelmäßiges Radeln nützlich.

## Radfahren ist Herz-Kreislauf-Training

Regelmäßiges Radeln vergrößert das Schlagvolumen des Herzens. Gleichzeitig wird die Herzschlagfrequenz reduziert. Das Herz arbeitet so ökonomischer und wird selbst besser durchblutet und weniger belastet. Wer mäßig, aber regelmäßig radelt, senkt sein Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Herzinfarkt circa um die Hälfte.

## Radfahren stärkt die Muskeln und das Gleichgewichtsgefühl

Schon nach zwanzig Minuten Radeln zeigen sich positive Effekte auf die Muskeln des gesamten Körpers. Es profitieren die für das Treten zuständige Beinmuskulatur, die den Körper stabilisierende Rumpfmuskulatur an Bauch und Rücken, sowie die Schulter-Arm-Muskulatur, die den Körper am Lenker abstützt. Muskelverspannungen lösen sich oft.

## Radfahren macht den Kopf frei und entspannt

Geschieht es nicht am Heimfahrrad, sondern draußen, werden auch Balancegefühl und Koordinationsfähigkeit trainiert. Wer häufig radelt, ist resistenter gegen Stress. Ausdaueraktivitäten wie Radfahren fördern schon nach 30 bis 40 Minuten die Ausschüttung von Endorphinen, also von Glückshormonen. Das entspannt und wirkt so sogar depressiven Zuständen entgegen.

# ZAHLEN UND FAKTEN ZUM RADVERKEHR IN ÖSTERREICH

13 %

angestrebter Radverkehrsanteil in Österreich für 2025<sup>1)</sup>

40

bei Straßenverkehrsunfällen getötete Radfahrer 2018<sup>1)</sup>

7.493

bei Straßenverkehrsunfällen verletzte Radfahrer 2017<sup>1)</sup>

62 %

der verletzten Radfahrer bei Straßenverkehrsunfällen 2017 waren Männer, nur 38 % der Verletzten waren Frauen<sup>1)</sup>

70 %

der 2018 bei Straßenverkehrsunfällen getöteten Radfahrer kamen aus der Altersklasse 65+<sup>1)</sup>

6 %

Zuwachs im Jahr 2018 an Radfahrern in Wien gegenüber 2017<sup>2)</sup>

Quellen: 1) BMI & Statistik Austria, Auswertung ÖAMTC Unfallforschung; 2) Auswertung der automatischen Dauereinzählstellen für den Radverkehr, MA46, Stadt Wien

## DER RICHTIGE FAHRSTIL

Ihren Fahrstil sollten Sie an Ihren körperlichen Allgemeinzustand anpassen. Ideal ist es, beim Radfahren ein einfaches Pulsmessgerät zu tragen, um den eigenen Puls im Auge zu behalten. So lernt man rechtzeitig zu erkennen, wenn einmal eine Steigung zu viel wird oder eine Tour zu anstrengend ist.

Als Faustregel gilt folgende Formel für die ideale Pulsfrequenz (PF) beim Gesundheitssport:

**PF Training = PF min. + (PF max. – PF min.) x 0,6**

PF max. = ca. 220/Minute minus Alter

PF min. = z.B. 60/Minute (Ruhepuls morgens vor dem Aufstehen)

# AUF DEN SPUREN DER YBBSTALBAHN

auto touring radelte 54 Kilometer von Waidhofen an der Ybbs bis Lunz am See auf einer ehemaligen und neben einer bestehenden Bahntrasse.



Dass eine Nebenbahn wie die schmalspurige durchs Ybbstal eingestellt wurde, ist traurig. Aber dass ihre Trasse als Radweg weiterlebt, ist ein Grund zum – Radeln! Man hat an alles gedacht, was Radlers Herz erfreut. Schuf Parkplätze am Beginn der Strecke und mittendrin, baute Bahnhöfe zu Labestationen und Haltepunkte zu Unterständen um, in denen Fahrpläne für den regelmäßig verkehrenden Rad-tramper-Bus angebracht sind – vorbildlich.

Klar, dass da die Verkehrsdichte vor allem an Wochenenden recht hoch sein kann. Zumal die Strecke keine großen Anstiege aufweist und somit auch kindergerecht ist. Als Filetstück gilt der Abschnitt vom eigentlichen Streckenbeginn bei Gstadt (auch der Seitenast nach Ybbsitz beginnt hier) durchs Ofenloch bis Seeburg. Am Ende des muster-gültig asphaltierten Weges lockt dann ein kühles Bad im See – oder eine Fahrt mit dem Dampfzug.



Der einstige Bahnhof wurde zur Verpflegungsstation für Radler. E-Biker können hier ihre Akkus aufladen.

**Lunz  
am See**



Vom Bahnhof Lunz bis zum idyllisch gelegenen See sind es kaum zwei Kilometer.

**Kogelsbach**



**Göstling an der Ybbs**

Von Göstling nach Lunz und weiter nach Kienberg verkehren noch Museumszüge auf der anschließenden Bergstrecke. Der Radweg bis Lunz verläuft parallel zur Schmalspurbahn.



Den Artikel mit vielen Fotos und einem Video finden Sie unter [www.oeamtc.at/autotouring](http://www.oeamtc.at/autotouring), Stichwortsuche „Ybbstal“.

**Ybbsitz**



Die Schmiedemeile am Prollingbach führt durch ein Stück Kulturgeschichte.

**Sankt Georgen  
am Reith**



In dieser Dükerbrücke überquert die Wasser-Zuleitung für das Kraftwerk Opponitz die Ybbs.

**Ofenloch**



Der Radweg – die ehemalige Bahnstrecke – schlängelt sich zwischen Fels und Fluss.



**Seeburg**

Die einstige Haltestelle dient als Rastplatz. Und ein Brunnen als kühler Speicher für Most in Selbstbedienung.

**Hollenstein  
an der Ybbs**

Wenn es heiß ist, erfrischt ein Besuch im historischen Flussbad. Und danach ein Eis von der Konditorei Schwarzmüller im Ortszentrum.



**Opponitz**

Hinter Opponitz führt die Strecke durch einen 87 Meter langen, beleuchteten Tunnel.



**Waidhofen  
an der Ybbs**



Über 120 Jahre alt ist der Viadukt über den Dächern der Stadt (li.). Spektakulär auch das Schloss Rothschild direkt am Fluss – und der Dessert-Teller im Schloss an der Eisenstraße.



# RADFAHREN MACHT GLÜCKLICH

Im Sommer 2016 suchte ÖAMTC Mitarbeiter Thomas Kucera einen knieschonenden Ausgleichssport. Mittlerweile ist Radfahren für den 32-jährigen IT-Spezialisten mehr als nur eine Gesundheitsmaßnahme.

## Was bedeutet Radfahren für Sie?

**TK:** Das Wichtigste war für mich immer: Radfahren soll Spaß machen. Ich bin Hobbysportler, doch mit der Zeit kommt der Ehrgeiz. Wenn ich mich heute aufs Rad setze, möchte ich Sport und Bewegung machen. Aber es ist mehr: Ich radle, um den Kopf freizubekommen, um draußen – wenn möglich in der Sonne – zu sein. Und mittlerweile ist es wie bei vielen Ausdauersportarten: Es löst ein Glücksgefühl aus.

## Wie hat sich Radfahren gesundheitlich ausgewirkt?

**TK:** Ich habe mit dem Radfahren u.a. angefangen, weil ich von Tenniskollegen im höheren Alter die Gelenkprobleme mitbekam. Das wollte ich bei mir verhindern. Beim Radfahren werden die Knie ja weniger belastet. Seither habe ich nun zehn kg abgenommen. Und ich denke beim Essen nicht mehr nach. Wenn ich Gusto auf etwas habe, esse ich's.

## Was sind Ihre wichtigsten Trainingstipps?

**TK:** Wer bisher nicht Rad gefahren ist, der kann „einfach mal fahren“, wie es Spaß macht. Die nächste Stufe ist dann „weniger ist mehr“. Ich habe den gleichen Fehler gemacht wie viele Anfänger in einer Ausdauersportart: Man fährt zu schnell. Seit ich dank eines Leistungstests meine Belastungsgrenzen kenne, macht es mehr Spaß und die Leistungen verbessern sich leichter.

## Wann und wie oft radeln Sie? Und fahren Sie lieber allein, zu zweit oder in der Gruppe?

**TK:** Sobald es Plusgrade hat, fahre ich ein- bis zweimal pro Woche mit dem Fahrrad in die Arbeit. Das sind etwa 55 km pro Strecke – am Donauradweg von Marchegg nach Wien. Das schaffe ich meistens in knapp unter zwei Stunden, je nach Wind und Tagesverfassung. Hin und wieder nehme ich auch an Ausfahrten mit Kollegen teil. Am Wochenende trainiere ich manchmal alleine, immer öfter fahre ich aber auch gemeinsam mit meiner Freundin. Die wurde durch mich quasi mit dem Rad-Virus infiziert. Und seither sind wir auch im Urlaub aufs Rad umgestiegen.

## Was ist das schönste an Rad-Urlauben?

**TK:** Urlaub heißt für mich auch entschleunigen. Mit dem Fahrrad kann man eine Region langsam erkunden. Wir waren mit den eigenen Fahrrädern im Herbst in Kroatien, im Winter mit Mieträdern auf Teneriffa und Mallorca unterwegs – das ist für mich als Sonnenliebhaber die ideale Flucht vor Kälte und Dunkelheit in Österreich.

## Gibt es sportliche Ziele?

**TK:** Ich möchte gern an einem Radmarathon teilnehmen – aber erst, wenn ich meine Form verbessert und Leistung gesteigert habe. Übertreiben möchte ich aber nicht. Für mich ist klar: Ich werde Hobbysportler bleiben.

So sieht Glück aus!  
Radtour auf den Vulkan  
Teide auf Teneriffa,  
Dezember 2017

## ÖAMTC APP MEINE REISE

In der Reise-App des ÖAMTC erhalten Sie kompakt und übersichtlich alle verfügbaren, hochwertigen ÖAMTC Reise-Infos auf einen Blick für Ihr Reiseziel. Viele nützliche Funktionen wie die maßgeschneiderte Reise-Checkliste oder die Reisekasse erleichtern Ihnen die Reisevorbereitung und -organisation. Sollten Sie auf Ihrer Radtour einmal keine Internetverbindung haben, stehen Ihnen alle Inhalte wie auch das Kartenmaterial offline zur Verfügung. In Notfällen können Sie mit dem Nothilfe-Assistenten sogar direkt aus der Meine Reise App die ÖAMTC Nothilfe anfordern.

[www.oeamtc.at/meinereise](http://www.oeamtc.at/meinereise)

Laden im  
**App Store**

JETZT BEI  
**Google Play**



## ÖAMTC Reise-Service

### REISE-INFOSET

Das ÖAMTC Reise-InfoSet ist Ihr praktischer Urlaubsbegleiter im handlichen Format. Das kompakte Kartenset gibt es für die schönsten Destinationen in Europa, den USA und Kanada sowie Australien und Neuseeland. Es besteht aus Reisekarten und Urlaubsführern für die wichtigsten Regionen sowie hilfreichen Reise-Infos.

Das Reise-InfoSet ist gratis für Mitglieder an jedem ÖAMTC Stützpunkt erhältlich.



## MIT DEM FAHRRAD IN DEN URLAUB

Fahrrad-Liebhaber wollen meist auch im Urlaub ausgedehnte Radtouren unternehmen. Doch im Ausland gelten für Radfahrer mitunter andere Vorschriften als bei uns. Wer beispielsweise Räder am Heck seines Fahrzeuges transportieren möchte, sollte sich vor der Abfahrt beim ÖAMTC Reise-Service erkundigen, ob dies im Urlaubsland problemlos möglich ist. Auch ist die Helmpflicht nicht in allen Ländern gleich geregelt und unterscheidet sich teilweise beträchtlich von unserer Regelung. Beim Thema Promillegrenzen gibt es ebenfalls Abweichungen: Trinkt man als Radfahrer zu viel, drohen in einigen Ländern hohe Geldstrafen.

Der Reise-Service des Clubs informiert Sie online unter [www.oeamtc.at/reiseservice](http://www.oeamtc.at/reiseservice) über ausländische Bestimmungen, unterstützt Sie bei der Reisevorbereitung sowie bei der Orientierung vor Ort.

An ihrem Stützpunkt erhalten ÖAMTC Mitglieder gratis Kartenmaterial für Ihr Reiseziel und auch Reise-Infos, die auf spezielle Vorschriften für Radfahrer hinweisen.





# DREI PORTRAITS – EINE LEIDENSCHAFT

Massoumeh, Michael, Herbert und Ingrid erklären uns indirekt, warum in Österreich jährlich 2 Milliarden Kilometer mit dem Rad zurückgelegt werden.

## Warum so viele von uns so gerne aufs Fahrrad steigen, hat unterschiedliche Gründe.

Immerhin, und das finden wir schon sehr beeindruckend, weist die Statistik für alle Österreicher eine Gesamtkilometerleistung von rund 2 Milliarden Kilometern pro Jahr aus. Wow! Demnach radeln wir alle doch wirklich sehr sehr gerne. Aber warum?

Um darauf eine Antwort zu finden, haben wir uns ein wenig auf den heimischen Straßen und Radwegen umgesehen und umgehört und sind seitdem geneigt zu behaupten: Es gibt so viele unterschiedliche Beweggründe wie Radler selbst, denn eine individuelle Note haftet beinahe jeder Erklärung an. Stellvertretend für die Gesamtbevölkerung wollen wir hier jedoch die Motivation von zumindest vier Radlern erzählen.

Von Ingrid und Herbert, den Reise-Radlern, von Michael, dem Extremsportler, und von Massoumeh, der Alltagsfahrerin. Hobby trifft Extremsport trifft Alltag. Oder an Lebenserfahrung ausgedrückt: Über 70, unter 40, über 40 Jahre alt.

Viele Motive, ein kleinster gemeinsamer Nenner: das Vergnügen, Rad zu fahren.

## Massoumeh: Endlich radfahren dürfen

Mobil dank eigenem Fahrrad. Massoumeh Rassouli wollte bereits als Kind radfahren lernen, doch das war ihr als Mädchen in ihrer Heimat Afghanistan nicht erlaubt. Umso größer war die Freude, als sie sich 2017 im Rahmen der ÖAMTC Radkurse (siehe links) diese mobile Freiheit selbst aneignen konnte. Seitdem ist sie innerstädtisch praktisch nur mehr mit dem Fahrrad unterwegs, sehr gerne auch mit ihrem Sohn, den die allein erziehende Mutter nun überall hin begleiten kann. Dass es in Wien gar so viele Radwege gibt, findet sie „toll und praktisch“.

Ihr Rad, ein MBK Charleston City, ist für sie jedoch nicht nur Fortbewegungsmittel, sondern auch Auto-Ersatz und Transportmittel. Und es gibt ein Detail, dass dieses Fahrrad für sie zu etwas ganz Besonderem macht: Es ist ihr allererstes eigenes Rad.

Was sie beim Radfahren stört? Eigentlich nur jene Gestalten am Fahrbahnrand, die ihr verächtliche Kommentare hinterher rufen, weil radelnde Frauen auch im 21. Jahrhundert noch nicht in deren Weltbild passen.

## Michael Strasser: 23.000 Kilometer in rund 100 Tagen

Sein Ziel heißt Weltrekord. Rad-Enthusiasten ist der Name Michael Strasser zumindest seit 2016 ein Begriff, als der Niederösterreicher die Solo-Raddurchquerung des afrikanischen Kontinents von Nord nach Süd mit einem neuen Weltrekord beendete.

Damals benötigte er für die rund 11.000 Kilometer exakt 34 Tage, 11 Stunden und 10 Minuten. Danach kam ein mentales Loch, aus dem er sich erst wieder frei fahren musste. Kurze Zeit später trainierte er bereits für sein nächstes Projekt, die Ice2Ice Challenge – und die hat es wahrlich in sich: 23.000 Kilometer nonstop auf der längsten befahrbaren Straße der Welt, von Alaska bis nach Patagonien. Am 16. Oktober 2018, österreichische Zeit, ist dann das Erfolgsprojekt um 14:05 Uhr zu Ende gegangen. Mit 84 Tagen elf Stunden und 50 Minuten hat Michael Strasser einen neuen Weltrekord aufgestellt und die damalige Bestmarke um mehr als 15 Tage unterboten. Interessanterweise war das Radfahren gar nicht seine erste sportliche Leidenschaft, die galt nämlich dem Inlineskaten.

Die Begeisterung fürs Rennrad entdeckte er erst vor ca. 12 Jahren, als ihm ein Freund ein Rennrad borgte und zu einer gemeinsamen Runde einlud. Wer die Rekordjagd von Michael live miterleben und mitfiebern will, tut dies idealerweise hier: [www.strassermichael.at](http://www.strassermichael.at)

## Ingrid & Herbert: Fahrrad-Fans seit Kindertagen

Aktiv auch mit E-Bikes. Ingrid und Herbert Lachnit aus Plesching bei Linz in Oberösterreich, 77 bzw. 79 Jahre jung, sind erst vor kurzem auf E-Bikes umgestiegen. Fahrrad-Fans sind sie schon ihr ganzes Leben gewesen: „Das ist einfach eine gesunde Art zu reisen. Und vor allem in der Gruppe haben wir unseren Spaß“, sagt Ingrid.

Die KTM-Pedelecs haben sie sich zugelegt, weil es auf Steigungen jetzt dann doch etwas zu anstrengend wurde. Pro Jahr sind sie aber noch immer mehr als 1.000 Kilometer unterwegs, zuletzt entlang der Lahn in Deutschland. Für heuer stehen Tagesausflüge und eine einwöchige Tour im Südburgenland auf dem Programm des sportlichen Paares.

## Kein eigener Pkw und trotzdem ÖAMTC Mitglied? Ja, das geht! DIE TOURING-MITGLIEDSCHAFT

Die Touring-Mitgliedschaft ist ein attraktives Leistungspaket für alle, die mit dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln mobil sind. Und wenn Sie oft und gerne verreisen, sind Sie mit einem zusätzlichen Touring-Schutzbrief bestens geschützt, ganz egal, ob Sie mit Bus, Bahn, Flugzeug, Schiff, oder auch als Mitfahrer in einem Pkw unterwegs sind. Alle Infos zur Touring-Mitgliedschaft und zum Touring-Schutzbrief finden Sie unter [www.oeamtc.at](http://www.oeamtc.at), Stichwortsuche „Touringmitgliedschaft“



Universell und unverzichtbar.

## DER SCHUTZBRIEF

Exklusiv für ÖAMTC Mitglieder. Der Schutzbrief ist Sicherheit und Soforthilfe für das ganze Jahr. In Österreich, Europa und rund ums Mittelmeer. Für Sie und Ihre Familie, auch wenn Sie getrennt verreisen. Alle Infos zum ÖAMTC Schutzbrief 2019 um € 44,40 und Touring-Schutzbrief um € 26,20 finden Sie unter [www.oeamtc.at/schutzbrief](http://www.oeamtc.at/schutzbrief)

Spezialangebote für Radreisende

## ÖAMTC REISEBÜRO

Suchen Sie Inspiration und Tipps für Ihren nächsten Rad-AKTIV-Urlaub? Dann lassen Sie sich in Ihrem ÖAMTC Reisebüro beraten! Sie haben schon heute bei zahlreichen Reiseangeboten die Möglichkeit individuelle Fahrradaktivitäten, Rad-Ausflüge und Touren zuzubuchen. Spezialangebote bzw. den aktuellen Katalog von unserem Partner Rad & Reisen gibt es in den 20 ÖAMTC Reisebüros und unter [www.oeamtc.at/reisen](http://www.oeamtc.at/reisen)



# MIT DEM RAD ZUR ARBEIT



Praxis-Check in Wien: Jeder macht Fehler – aber müssen es gleich so viele sein? Wer mit dem Rad quer durch Wien radelt, kommt bald drauf, dass alle Verkehrsteilnehmer ein bisschen gesetzestreuer werden müssen.

Wäre man Mutant in einem Science-Fiction-Movie, könnte man sich ja in Nullzeit quer durch ein Wurmloch vom heimatlichen Wohnzimmer an den Schreibtisch am Arbeitsplatz teleportieren. Ist man aber nicht. Also sucht man gemeinsam mit Hunderttausenden anderen Werktätigen eine Methode, um diese tägliche Muss-Tour möglichst zeit-, geld- und nervenschonend zu bewältigen.

**Wie wäre es, zu Fuß zu gehen? Dauert zu lang.  
Mit dem Auto? Staus und kein Gratis-Parkplatz am Ziel.  
U-Bahn? Schnell, aber voll**

Bleibt, zumindest in der wärmeren Jahreszeit, noch das Fahrrad. Doch Freunde und Bekannte warnen. Auf den Straßen und Radwegen unserer schönen Stadt Wien tobe

eine Art Krieg „jeder gegen jeden“, in dem sich nur der Stärkere, Aggressivere und Rücksichtslosere durchsetze. Sogar die sonst so besonnene deutsche Wochenzeitung „Die Zeit“ ortete im Nachbarland einen „Straßenkampf“, in dem es um die Eroberung der „Macht auf dem Asphalt“ geht.

Bevor wir in diesen Chor einstimmen, machen wir den Selbsttest. Ausgerüstet mit einer Go-Pro-Kamera haben wir einen täglichen Arbeitsweg von Wien-Favoriten nach Wien-Brigittenau dokumentiert. Und es stellt sich heraus, dass alle Verkehrsteilnehmer – Autolenker, Radfahrer, Fußgänger – laufend Fehler begehen, also alle auch irgendwie selbst jene „Idioten“ sind, als die sie andere Menschen im Straßenverkehr gerne bezeichnen.

Und es wird auch rasch klar, dass unser Zusammenleben in der Stadt nur dann funktionieren kann, wenn wir alle mehr Rücksicht nehmen, uns mehr an die Gesetze halten und die kleinen und großen Fehler der anderen so gut es geht ausgleichen.

Den Artikel und das Video zur Fahrt finden Sie unter [www.oeamtc.at/autotouring](http://www.oeamtc.at/autotouring), Stichwortsuche „Mit dem Rad zur Arbeit“

## UNFALLHÄUFUNGSPUNKTE – WO KRACHT'S?

Wo in Österreich passieren die meisten Straßenverkehrsunfälle mit Personenschäden mit Beteiligung von Radfahren? Eine Übersicht finden Sie unter [www.statistik.at/verkehrsunfallkarte](http://www.statistik.at/verkehrsunfallkarte)



## TELEFONIEREN BEIM RADFAHREN

Nur noch mit Freisprecheinrichtung!

Telefonieren, mailen, SMSen und Radfahren vertragen sich nicht gut. Daher ist das auch verboten.

**Ausnahme:**

Telefonieren mit Freisprecheinrichtung.

Bei Verstoß droht eine Strafe von € 50,- bis € 72,-.

## Die optimale Fahrradrouten RADROUTEN GUT GEPLANT

Das ideale Online-Routingservice für Radlerinnen und Radler, für öffentlichen Verkehr, Auto, Fahrrad und Fußwege in Österreich finden Sie unter [maps.oeamtc.at](http://maps.oeamtc.at)



## Schon gewusst? GRATIS-PRIVATHAFTPFLICHT- VERSICHERUNG für alle Touring-Mitglieder inklusive!

Unverzichtbar: Die subsidiäre Gratis-Privathaftpflicht- (bis € 363.400,- Deckungssumme) und Unfallversicherung (mit € 7.270,- pauschaler Deckungssumme ab 50%iger Dauerinvalidität) ist für alle Touring-Mitglieder inklusive. Und das um nur € 18,90 für 2019.



Alle Infos zur ÖAMTC Touring-Mitgliedschaft unter [www.oeamtc.at/mitgliedschaft/touringmitgliedschaft](http://www.oeamtc.at/mitgliedschaft/touringmitgliedschaft)

## JURISTISCHE NOTHILFE – KOSTENLOS

Die erfahrenen Juristen des ÖAMTC helfen Ihnen partnerschaftlich und wirkungsvoll. So erhalten Sie als Mitglied unter der Rufnummer Ihres Landesclubs (Seite 47) kostenlose und kompetente Hilfe in allen Rechtsfragen rund um Auto und Fahrrad, Verkehr, Reise und Freizeit, z.B. nach einem Unfall.

In unaufschiebbaren Fällen erreichen Sie die Club-Juristen auch rund um die Uhr und am Wochenende unter +43 1 25 120 00

Es lohnt sich, Club-Mitglied zu sein!  
Näheres unter [www.oeamtc.at/recht](http://www.oeamtc.at/recht)



# RADROUTEN-PLANUNG

## MIT [maps.oamtc.at](https://maps.oamtc.at)

Radfahren erfreut sich als Fortbewegungsmittel sowohl in der Freizeit als auch auf dem Arbeitsweg immer größerer Beliebtheit und immer mehr Menschen haben Ihr Mobilitätsverhalten bereits um dieses umwelt-schonende, kostensparende und gesundheitsfördernde Fortbewegungsmittel ergänzt.

FAHRT

ERGEBNIS

DETAILS

START

Tivoligasse 21, 1120 Wien

ZIEL

Spittelberggasse, 1070 Wien

ABFAHRT

Mo, 18.03.2019, 09:40

[Alle Fahrten drucken](#)

Auto

Öffentlicher Verkehr

Radweg

Fußweg

Park & Ride

Bike & Ride

09:40 - 09:58

4,1 km

0h 18min

berechnen

berechnen

berechnen

Radweg

18.03.2019

09:40

09:40 Tivoligasse 21, 1120 Wien

Fahrrad | 4,1 km | 0h 18min

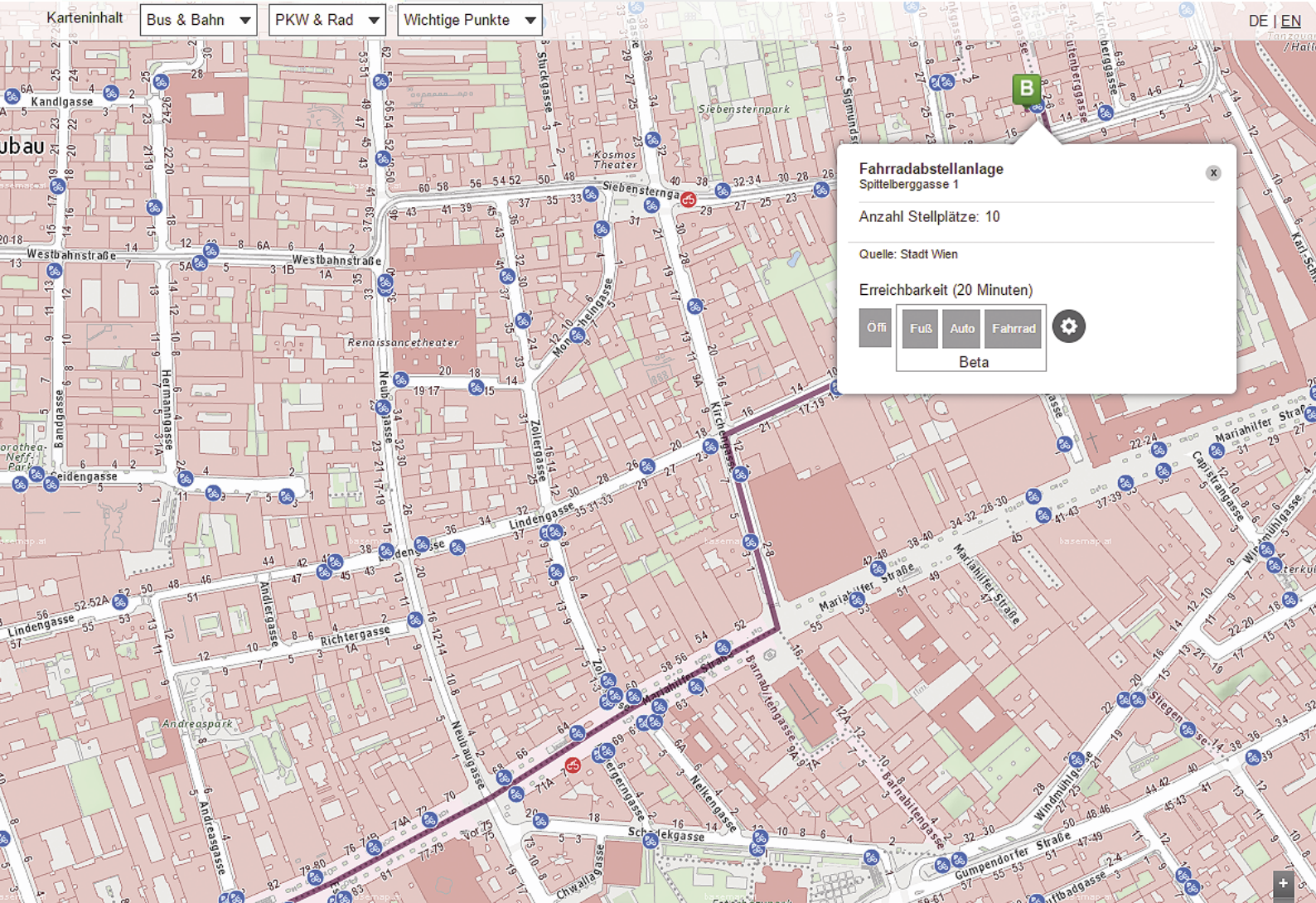
09:58 Spittelberggasse, 1070 Wien

Spittelberggasse, 1070 Wien an 09:58

Es ist daher ganz klar, dass der ÖAMTC, als Mobilitätsclub am Puls der Zeit, den Bedarf an Informationsbereitstellung erkannt hat und seit vielen Jahren in Eigenentwicklung, aber auch als Teil nationaler und internationaler Projekte, diese Mobilitätswende mit innovativen Services unterstützt und vorantreibt. Ein Fokus liegt dabei natürlich auf der einfachen Zugänglichkeit, dem umfangreichen Informationsgehalt sowie der laufenden Optimierung und Weiterentwicklung.

An der Spitze dieser Entwicklung steht die multimodale (= verkehrsmittelübergreifende) Routen Auskunft des ÖAMTC. Die zukunftsweisende Mobilitäts-Plattform, die sowohl für den Desktop als auch als Teil der ÖAMTC App kostenlos zur

**Bildschirmansicht einer geplanten Route mit Leihfahrräder-Stationen, Fahrradabstellplätzen und auch Park & Ride-Anlagen, Carsharing und vielen wichtigen Details**



Verfügung steht, bietet allen Radlerinnen und Radlern einen unter anderem auf Radrouten spezialisierten und optimierten Routenplaner.

### Egal, womit Sie unterwegs sind

Aber nicht nur das: Die umfangreichen Radinformationen sind zwar ein bedeutender, aber nur kleiner Teil des gesamten Funktionsumfangs. Neben den bereits erwähnten optimierten Routen für das Fahrrad, mit deren Hilfe Sie beispielsweise immer über vorhandene Fahrrad-Infrastruktur geleitet werden, bietet die verkehrsmittelübergreifende Mobilitäts-Plattform des Clubs auch Kombinationen wie Bike & Ride sowie Routenempfehlungen für Pkw und den öffentlichen Verkehr. Ergänzt durch umfangreiche Informationen zu Haltestellenpositionierungen und Ankunfts- und Abfahrtszeiten des öffentlichen Verkehrs. Diese Informationen werden direkt von den Betreibern des öffentlichen Verkehrs bereitgestellt, sind qualitätsgesichert und beinhalten – wo bereits vorhanden – sogar Echtzeitinformationen.

### Bergauf – bergab

Sehr hilfreich für eher gemütliche Radfahrerinnen und Radfahrer sind die in der Karte hinterlegten Höhenprofile. Damit ist es möglich, mit Hilfe persönlicher Einstellungen größere Steigungen am Weg zu vermeiden oder – wenn es sportlicher sein soll – diese hohen Steigungen gezielt zu suchen. Die integrierte Ansicht des Höhenprofils ermöglicht dazu die Visualisierung der Steigungen entlang der gesamten Route. Am Ziel angekommen, ermöglicht die Übersicht der Fahrradabstellplätze auf der Karte die Auswahl eines Abstellplatzes möglichst nah am Ziel.

### Leihräder

Sollte das eigene Fahrrad einmal nicht dabei sein, so bietet der Online-Service außerdem eine österreichweite Übersicht über Leihfahrrad-Standorte und deren aktuelle Fahrrad-Verfügbarkeit in Echtzeit. Somit sind auch spontane Fahrten mit dem Fahrrad kein Problem mehr.

### Planen Sie Ihre Radstrecke mit [maps.oamtc.at](https://maps.oamtc.at)



## Die Qual der Streckenwahl

### MOUNTAINBIKE-STRECKEN

Eine Auswahl an Mountainbike-Strecken in Österreich finden Sie unter [www.oamtc.at/mountainbike](https://www.oamtc.at/mountainbike)



## ÖAMTC MOBILITÄTS-UNFALLSCHUTZ\*

Finanzielle Sicherheit auf allen Wegen. Ihr weltweiter Schutz nach einem Mobilitätsunfall, z.B. mit einem Fahrrad oder E-Bike. Details und weitere Varianten: [www.oamtc.at/unfallschutz](https://www.oamtc.at/unfallschutz)

### Die ideale Ergänzung: ÖAMTC Sonderklasse nach Unfall\*

Bei Spitalsaufenthalt nach einem Unfall: Wahlweise „Privatpatient“ in der Sonderklasse oder Ersatztagelohn. Gilt pro Spitalsaufenthalt und Tag – zeitlich unbegrenzt.

\* Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217  
Versicherer: UNIQA Österreich Versicherungen AG  
Stand: 01/2019. Änderungen vorbehalten

## ÖAMTC Reise-Service

### LÄNDER-INFO INKLUSIVE CITY GUIDE

Wo auch immer Ihre nächste Reise hinführt – in der ÖAMTC Länder-Info inklusive City Guide gibt es wissenswerte Reise-Infos zu allen Ländern der Welt sowie zu vielen schönen Städtezielen. Zahlreiche Kategorien – von Anreise, Verkehrsregeln, Mautbestimmungen über Personal- und Kfz-Dokumente, bis hin zu Sehenswürdigkeiten und Infos zu City Cards – stehen zur Auswahl.

[www.oamtc.at/laenderinfo](https://www.oamtc.at/laenderinfo)





# GIB LANGFINGERN KEINE CHANCE

Ein Fahrrad besteht aus vielen abnehmbaren Komponenten, der hundertprozentige Diebstahlschutz ist also nur gewährleistet, wenn das Rad in einem versperbaren Raum gesichert wird. Trotzdem sollte man sich die Mühe machen und das im öffentlichen Raum abgestellte Rad bestmöglich sichern.

## Tipps zur Sicherung

Versuchen Sie immer, mehrere Komponenten des Rades mit Sicherungen zu versehen und verlegen Sie Bügel oder Kabel so, dass mindestens eine nicht zerlegbare Komponente eingeschlossen ist (Rahmen, Felge etc.).

Versuchen Sie, das Rad immer mit einem Ständer, einem Pfosten oder ähnlichen fest mit dem Boden verbundenen Bauteilen zu verbinden.

Wertvolle Räder sollten erst gar nicht im öffentlichen Raum abgestellt werden und, wenn nicht anders möglich, sollten die leicht entfernbaren Komponenten wie Sattel oder Licht jedesmal abgenommen werden.

## FAHRRAD REGISTRIEREN UND VERSICHERUNGS-VORTEIL NUTZEN:

Clubmitglieder können ihr Fahrrad bei jedem ÖAMTC Stützpunkt zum Vorteilspreis von € 7,- registrieren lassen. Dabei wird ganz einfach die Rahmennummer samt Fahrrad-Daten (Marke, Farbe etc.) in Zusammenarbeit mit der Plattform „fase24“ im Internet registriert. Wiedergefundene (gestohlene oder widerrechtlich entlehnte) Fahrräder können so dem Besitzer zugeordnet und rückgestellt werden.

**Versicherungs-Vorteil:** Für registrierte Fahrräder gibt es 10 % Rabatt auf die ÖAMTC Fahrrad-Diebstahl-Versicherung \* (ebenfalls nur für Mitglieder).

\*Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217, Versicherer: Generali Versicherung AG  
Stand: 01/2019. Änderungen vorbehalten.



## Fahrradschloss-Typen

### Kabelschloss

Die einfachste, günstigste und flexibelste Form, ein Rad gegen Diebstahl zu sichern. Allerdings auch die am einfachsten zu überwindende: Ein kleiner Seitenschneider genügt, um das Kabel Litze für Litze durchzuzwicken, aber immerhin ist ein Dieb eine Weile damit beschäftigt. Für einfache Räder reicht diese Sicherung.

### Mit Stahlhülsen ummanteltes Kabelschloss (Panzerkabel)

Diese Variante stellt einen brauchbaren Kompromiss zwischen starren und flexiblen Sicherungen dar, kann mit kompaktem Werkzeug nicht mehr bewältigt werden, mit Bolzenscheidern kann es aber gelingen, zwischen die Hülsen einzudringen und das darunterliegende Seil zu durchtrennen. Trotzdem gut geeignet für Räder, auf denen sperrige Bügelschlösser nicht eingesetzt werden können.

### Bügelschloss

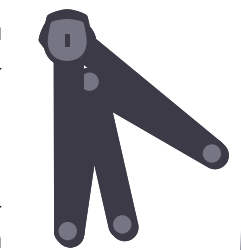
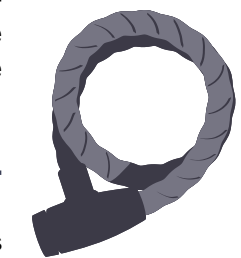
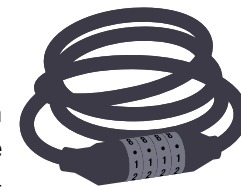
Ein Knacken dieser Sicherung ist umso aufwendiger, je massiver das Schloss ausgelegt und je hochwertiger der Stahl ist, aus dem es gefertigt wurde. Mit konventionellem Werkzeug sind diese Schlösser nicht zu überwinden, dafür sind sie schwer, wenig flexibel einsetzbar und nicht immer gut am Rad zu verstauen.

### Faltschloss

Bei dieser Konstruktion leisten gehärtete gelenkig verbundene Stahlleisten erstaunlichen Widerstand auch gegenüber massiven Werkzeugen. Durch die vielen Gelenke kann das Schloss aber trotzdem recht flexibel eingesetzt, ein Rad also auch ähnlich wie beim Seilschloss an unterschiedlich gestalteten Radständen verankert werden. Die guten Produkte kosten Geld, sind aber ordentlich am Rad zu verstauen, sicher und flexibel einsetzbar.

### Rahmenschloss

Diese Sicherung ist oft schon serienmäßig, vor allem an Touren- und Trekkingbikes, zu sehen, aber auch als Nachrüstprodukt erhältlich. Die Überwindung auch mit größerem Werkzeug ist gar nicht so einfach, allerdings kann das Rad nicht ortsgebunden gesichert werden.



## ÖAMTC FAHRRAD- DIEBSTAHL-VERSICHERUNG \*

Leistet Ersatz bei Beschädigung oder Verlust des versicherten Fahrrades (Total- oder Teilverlust) durch Diebstahl, Einbruchdiebstahl und Raub. Der Kauf eines Ersatzrades (bzw. die Reparatur) ist erforderlich. Auch für E-Bikes.

### Ihre Vorteile

- 🚲 Ersetzt den Neuwert für bis zu 5 Jahre alte Fahrräder (danach 50 % des Neuwertes).
- 🚲 Wählbar mit oder ohne Selbstbehalt.
- 🚲 10 % Prämiensparnis nach durchgeführter Fahrrad-Registrierung – um nur € 7,- (System „fase24“). Registrierung und Versicherung bei jedem ÖAMTC Stützpunkt!

### Prämie und Versicherungssumme

Die Jahresprämie ist abhängig vom Neuwert Ihres Fahrrades (mind. € 160,- bis max. € 5.000,-) und beträgt je angefangene € 10,- 12,5 % von diesem Wert (inkl. Versicherungssteuer). Teurere Fahrräder auf Anfrage.

### Beispiel ohne Selbstbehalt: Fahrrad-Neuwert € 589,-

Gerundet auf € 590 x 12,5 % = € 73,75 Jahresprämie (Mindestprämie beträgt € 20,-)

### Geltungsbereich

Europa im geografischen Sinn bzw. alle Mittelmeer-Anrainerstaaten.

### Vertragsdauer

5 Jahre – jährlich kündbar.

### Aktion:

Genießen Sie vollen Versicherungsschutz im 1. Jahr zum halben Preis!  
50% Prämien-Nachlass im 1. Versicherungsjahr für Neuabschlüsse und Versicherungsbeginn im Zeitraum 1.4. bis 30.9.2019

Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.oamtc.at/versicherung](http://www.oamtc.at/versicherung)

\* Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl 23409217  
Versicherer: Generali Versicherung AG,  
Stand: 1/2019. Änderungen vorbehalten

## FAHRRAD-KAUFVERTRAG

Sie wollen ein Fahrrad von einem Privaten kaufen oder an einen Privaten verkaufen? Der ÖAMTC bietet dazu einen standardisierten Fahrrad-Kaufvertrag zum Download. Plus wichtige Tipps für Käufer und Verkäufer von den ÖAMTC Juristen.



Einfach runterladen unter  
[www.oamtc.at/fahrrad](http://www.oamtc.at/fahrrad)  
Stichwortsuche „Fahrrad Kaufvertrag“

# WER KÖPFCHEN HAT, DER SCHÜTZT ES

Die Vielfalt an Fahrradhelmen entwickelt sich mit der Vielfalt an verschiedenen Fahrradtypen und Einsatzarten. Vom maximal durchlüfteten Rennradhelm über in den Nacken gezogene City-E-Bike-Helme bis zum schweren mit Kinnschutz gerüsteten Downhill-Helm hat sich das Angebot in den letzten Jahren erweitert.



Kaum geändert haben sich die Gepflogenheiten auf der Straße: Immer noch tragen zu wenig Erwachsene Helme, wenn sie Räder im Alltag einsetzen. Immerhin gibt es für Kinder bis zum 12. Lebensjahr eine Tragepflicht geeigneter Fahrradhelme nicht nur am Rad, sondern auch, wenn sie auf Radsitzen oder in Anhängern befördert werden.

## Kleinkind-Helme

Form und Eigenschaften dieser Helme sind speziell für ein vielfältiges Einsatzspektrum des Unfallschutzes kleinerer Kinder abgestimmt. Die Helme können neben den ersten Radfahrten auch auf Spielplätzen, beim Rollerfahren, Rodeln etc. eingesetzt werden, müssen daher auch andere normative Anforderungen erfüllen (das Helmschloss muss etwa wegen der Strangulationsgefahr ab einer geringen Kraft öffnen).

## Hardshell-Helme (BMX, Skateboard)

Diese Helme erfüllen zwar auch gültige Fahrradhelmnormen, sind aber weniger auf Unfallschutz, sondern eher auf Verletzungsschutz bei Freestyle-Sportarten ausgerichtet. Der Helm kann also durchaus öfters heftige Stöße und Abschürfungen wegstecken, hat dafür aber Nachteile bei der Dämpfung heftiger Aufprallenergie, wie bei Kollisionen mit anderen Verkehrsteilnehmern oder Stürzen bei höherer Geschwindigkeit.

Noch immer tragen zu wenige Radfahrer Helme und gehen damit ein großes Risiko ein.

## Softshell-Helme

Die meisten Fahrradhelme werden heute im sogenannten In-Mold-Verfahren hergestellt, eine relativ harte dünne Außenschale wird in einem Arbeitsgang mit der Innenschale ausgeschäumt. So entsteht eine kompakte, feste, in vielfältigen Formen darstellbare Helmschale, die guten Unfallschutz bieten kann.

## Freizeit- & City-Helme

Diese Helme verfügen über ausreichend dimensionierte Lüftungsöffnungen, großzügig verstellbare Innenschalen und bieten speziell als City-Helme (erkennbar an der tiefer in den Nacken reichenden Helmschale) noch besseren Schutz. Oft sind auch serienmäßig schon Reflexions-Sticker angebracht. Es gibt hier günstige Produkte, die trotzdem sicher sind.

## Mountainbike-Helme

Die Helmschale ist hier etwas robuster, oft trotzdem leichter ausgeführt. Der sonst nur aufgesteckte Spritzschutz ist hier in die Helmschale integriert, die Lüftungsöffnungen oft großflächig, dafür nur an wenigen Stellen des Helmes anzutreffen. Der Nacken ist grundsätzlich besser geschützt. Diese Helme sind auch gut für E-Biker geeignet.

## Rennrad-Helme

Sie sehen auf den ersten Blick aus wie schlanke Sport-Helme und der Übergang bis zum „Braincap“, das nur mehr die Schädelkuppe schützt ist fließend. Fakt ist: je weniger Schale, desto weniger Sicherheit, beim Rennradhelm wird ja versucht, mit möglichst wenig Berührungspunkten zum Kopf auszukommen und maximale Belüftung und Aerodynamik zu erzeugen. Solche Helme sollten also nur von ernsthaft am Radsport Interessierten in Erwägung gezogen werden.

## Downhill-Helme

In Sicherheit, Material und Gestaltung schon näher am Enduro-Helm angelehnte Variante des Fahrradhelmes. Dies ist allerdings bei den hohen Geschwindigkeiten im Downhill-Sport und dem Sturzrisiko auch gerechtfertigt. Die Helme verfügen über Kinnschutz, harte Außenschalen, kaum Lüftungsöffnungen und robuste Verschlüsse. Wer mag, kann die Helme gerne auch auf dem E-Bike oder auch bei kühlerer Witterung einsetzen, die Sicherheit ist überragend.



Kleinkind-Helme



Hardshell-Helme



Freizeit- & City-Helme



Mountainbike-Helme



Rennrad-Helme



Downhill-Helme



## SO SITZT DER FAHRRADHELM RICHTIG

- Der Helm schützt Stirnbereich, Schläfen, Schädeldecke und Hinterkopf.
- Der Helm muss gut sitzen und darf weder zu weit hinten, noch zu weit vorne aufliegen.
- Der Helm soll so eng sitzen, wie es der Tragekomfort noch erlaubt.
- Der Kinnriemen soll fest am Unterkiefer anliegen – darf aber weder einschnüren noch drücken.

## SO PFLEGEN SIE IHREN RADHELM

- Zur Reinigung genügen in der Regel Seifenlauge oder klares Wasser.
  - Bei speziellen Reinigungsmitteln auf die Herstellerfreigabe achten.
  - Den Helm nie mit Benzin oder anderen Lösungsmitteln reinigen.
  - Den Helm nicht in der prallen Sonne oder unter hohen Temperaturen lagern.
- Nach einem Sturz soll ein Radhelm ausgetauscht werden.**

## ÖAMTC Test

### RADHELM-TEST

In regelmäßigen Abständen führt der ÖAMTC Fahrradhelm-Tests durch. Dabei werden verschiedene Modelle für Erwachsene in den Kriterien Unfallschutz, Komfort und Handhabung, Hitzebeständigkeit sowie Schadstoffe überprüft. Immer mehr Modelle verfügen über ein zusätzliches Sicherheitssystem für Helme. „Das Multidirectional Impact Protection System (MIPS) bietet Schutz bei Aufschlägen mit unterschiedlichen Bewegungsrichtungen“, erläutert der ÖAMTC Techniker.

Details sowie Ergebnisse samt Empfehlungen finden Sie unter [www.oeamtc.at/tests](http://www.oeamtc.at/tests)



## WORAUF ACHTEN BEIM HELMKAUF

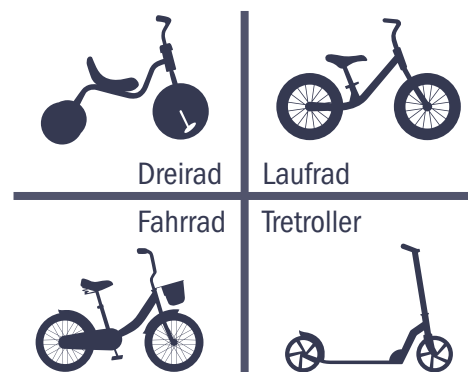
- Der Helm entspricht der Norm EN1078, die CE-Kennzeichnung ist vorhanden.
- Dem Helm liegt eine ausführliche Gebrauchsanweisung bei.
- Lüftungsschlitze für den kühlen Kopf sind durch Insektengitter abgedeckt.
- Das Riemensystem ist fix mit dem Helm verbunden.
- Ein Riemen verläuft vor, einer hinter dem Ohr (die Ohren liegen frei).
- Der Kinnriemen ist leicht zu verstellen bzw. leicht zu öffnen und zu schließen.
- Am Helm sind reflektierende Materialien angebracht.
- Helmkauf nur mit der Person, die den Radhelm später tragen soll.
- Der Helm passt perfekt, wenn man sich mit geöffnetem Verschluss nach vorne beugen kann ohne den Helm zu verlieren.

CE EN1078



# KIND UND FAHRRAD FRÜH ÜBT SICH

Sicherheit für unsere Kleinsten: Meist schon im Kindergartenalter entsteht der Wunsch nach einem eigenen Fahrrad oder Roller. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind optimal ausrüsten und vorbereiten.



Papa und Mama haben ihr Fahrrad, ihren Roller oder ein Auto, der Nachwuchs will auch „sein“ eigenes Fahrzeug. Meist beginnt man mit einem Laufrad oder Tretroller, dann muss auch ein Fahrrad ins Haus. Was soll es können? Worauf sollten Sie achten? Welche Sicherheitsvorkehrungen müssen getroffen werden. Wie geht's auf die erste Tour? Welche Infos brauche ich vor dem Kauf, wer hilft mir bei Problemen?

## Tipps, wie man Kinder auf das Radfahren vorbereitet

Kinderträume wachsen mit bunten Bildern – die Prospekte mit Angeboten für Kinderfahrräder flattern vor allem im Frühling verstärkt ins Haus. Eltern sollten aber bedenken, dass der Umstieg vom Dreirad, Roller oder Laufrad auf das Fahrrad neben dem Spaß und der Freude an der neuen Art der Fortbewegung auch Herausforderungen oder Gefahren birgt.

Ein Fahrrad „kann“ mehr als ein Laufrad, Dreirad oder Roller. Es macht naturgemäß viel mehr Spaß, kräftig zu strampeln und damit schneller voran zu kommen. Manche Kinder benötigen viel Zuwendung und Geduld, bis sie die nötige Übung, die Fertigkeiten und das Vertrauen haben, um richtig damit umzugehen und richtig loszufahren. Vor allem aber bringt ein Fahrrad mit Kette, Bremsen und sonstigen „Anbauten“ auch eine ganze Reihe neuer Umgangssituationen mit sich, auf die sich Eltern und Kinder richtig einstellen sollten, um ein falsches Handling zu vermeiden.

Insgesamt verunglücken pro Jahr etwa 600 Kinder mit dem Fahrrad im Straßenverkehr. Weit mehr Fahrradunfälle mit Kindern ereignen sich bei Sport und Freizeit. Die richtige Sicherheitsausrüstung am Körper, z.B. Handschuhe oder ein Helm, können zur Verringerung der Verletzungsschwere beitragen, viele schwere Kopfverletzungen

könnten durch das Tragen eines Fahrradhelmes vermieden oder gemildert werden. Vor allem bei Kindern ist das Risiko eines Sturzes und damit das Verletzungsrisiko besonders hoch. Bevor man sich für den Kauf eines Fahrrades entscheidet, gilt es einiges zu beachten, um sein Kind optimal auszurüsten und mit Freude an die neue Mobilitätsform heranzuführen.

Wer „Köpfchen“ hat, sichert ihn mit einem Radhelm – und zwar mit dem richtigen. Und das funktioniert natürlich nur, wenn auch Papa und Mama einen Helm tragen – so wie sich alle immer selbstverständlich im Auto angurten.

## Dreirad und Roller

Dreirad, Laufrad und Tretroller sind eine gute Vorbereitung für sicheres Fahrradfahren. All dies soll anfangs in geschützten sicheren Umgebungen (eingezäunten Parkanlagen, auf Spiel- und Sportplätzen oder Grundstücken) geübt werden. Von Beginn an sollte das Tragen eines Helmes selbstverständlich sein.

Auch mit Dreirad, Roller und Ähnlichem werden Bewegungsabläufe trainiert, das Kind „erfährt“ neue Geschwindigkeiten und lernt damit umzugehen. Das Lenken und Anhalten wird geübt, Gleichgewichtssinn, Koordinationsvermögen und Geschicklichkeit gefördert. Wichtig ist es, Kinder mit einem zu frühen Fahrradkauf nicht zu überfordern – die Freude der Kinder aufs Fahrrad soll im Vordergrund stehen, nicht der „Zwang“ durch Eltern. Bei kleinen Kindern sind die motorischen Fähigkeiten oft noch nicht ausreichend entwickelt. Man muss sie langsam, ihrem Entwicklungsstand entsprechend, an neue Arten der Fortbewegung heranzuführen. Erst wenn das Kind den Roller beherrscht, ist es ratsam, mit dem Fahrradfahren zu beginnen. Anzeichen dafür: Das Kind kann dort hinlenken, wo es hin möchte, Kurven fahren und kann den Roller auf Zuruf sicher abbremsen und begibt sich dabei nicht in Gefahr.

**Zubehör macht das „spielerische Erlebnis Radfahren“ für Kinder noch wertvoller. Wichtig: Sicherheitsaspekte beachten!**



## TIPPS FÜR DEN KINDER-RADHELM-KAUF



- Das Kind zum Kauf unbedingt mitnehmen. Trotz vieler Einstellmöglichkeiten passt nicht jeder Helm zu jedem Kopf.
- Auf das Prüfzeichen EN1078 achten, dann ist ein gewisses Sicherheitsniveau bereits gegeben.
- Der Helm soll mit reflektierenden Aufklebern versehen sein. Helles Farbdesign ist wegen der besseren Sichtbarkeit zu bevorzugen.
- Helmschlösser sollten durch Laschen so abgedeckt oder gestaltet sein, dass beim Schließen die Haut nicht eingezwickelt wird.
- Die Optik spielt für die Kleinen eine große Rolle. Der Helm muss dem Kind gefallen, nur so setzt es die neue „coole“ Kopfbedeckung auch gerne und freiwillig auf.
- Der Helm muss passen, er darf nicht verrutschen oder wackeln. Stirn, Ober- und Hinterkopf und die Schläfen müssen geschützt sein. Ohren und Gesicht müssen frei bleiben, die Sicht darf nicht beeinträchtigt sein.
- Mit dem Kind das richtige Aufsetzen des Fahrradhelmes üben.
- Als Erwachsener selbst mit gutem Beispiel vorangehen und einen Fahrradhelm tragen – Vorbildwirkung!

## FAHREN MIT KÖPFCHEN – FAHREN MIT HELM

Gerade bei Kindern ist der gut passende Kopfschutz besonders wichtig und daher gesetzlich vorgeschrieben. Kinder unter zwölf Jahren müssen einen Helm tragen, wenn sie selbst Rad fahren oder wenn sie in einem Fahrradanhänger oder auf einem Fahrrad mitgeführt werden.

### Und nach einem Sturz?

Hat ein Fahrradhelm bei einem Sturz seinen Dienst getan, muss er ausgetauscht werden, auch wenn mit freiem Auge oft keine Schäden erkennbar sind.



Auf [www.oeamtc.at/fahrrad/kinder](http://www.oeamtc.at/fahrrad/kinder) können Sie alle Infos zum Thema nachlesen.

# FREIWILLIGE RADFAHRPRÜFUNG

Kinder, die das 10. Lebensjahr vollendet haben, können die freiwillige Radfahrprüfung ablegen.

[www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/radfahrpruefung](http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/radfahrpruefung)



Nach bestandener Prüfung dürfen sie ohne Begleitperson im öffentlichen Straßenverkehr mit dem Fahrrad unterwegs sein. Die Anmeldung zur Prüfung sowie die praktischen und theoretischen Übungen werden meist über die Volksschullehrerinnen im Rahmen des Verkehrserziehungsprogrammes bei der Behörde/Polizei organisiert. Die Prüfung ist kostenlos, die Ausstellung des Radfahrausweises kostet nur wenige Euros.

## Lauftrad, das Fahrrad ohne Pedale.

Laufräder sind die ideale Vorbereitung fürs Fahrradfahren. In den letzten Jahren erleben sie einen regelrechten Boom. Je nach Geschick und Interesse sind sie für Kinder ab zwei Jahren geeignet. Die Kinder trainieren ganz spielerisch und in ihrem Tempo, das Gleichgewicht auf zwei Rädern zu halten. Als Ergänzung dazu und um den Tretmechanismus kennenzulernen, kann das Dreirad verwendet werden. Der Übergang auf das richtige Fahrrad, sofern man keine Stützräder verwendet, verlangt dann nur noch eine Übungsrunde im Park.

## Fahrrad

Jedenfalls sollte man die Anschaffung eines Fahrrades erst überlegen, wenn das Kind von sich aus den Wunsch äußert. Es liegt natürlich im Ermessen der Eltern, ob der Sprössling schon die dafür nötigen körperlichen und persönlichen Voraussetzungen mitbringt. Vor allem, wenn das Kind noch sehr spontan reagiert und leicht abzulenken ist, sollte man den Fahrradkauf noch etwas hinausschieben. Kinder tun sich mit zunehmendem Alter leichter, ihren Körper, ihre Gedanken und Gefühle unter Kontrolle zu halten. Damit beherrschen sie ihr Fahrrad besser und sind insgesamt sicherer unterwegs.

## Die passende Rahmenhöhe

Innenbeinlänge minus 25 cm = Rahmenhöhe  
Bei Fahrrädern mit Sattelfederung zieht man von der Schrittlänge 30 cm ab.

Grundsätzlich gilt, dass die Rahmenhöhe so gewählt werden sollte, dass das Kind mit beiden Füßen sicher auf den Boden kommt, wenn es auf dem Rad sitzt. Auch die Rahmenlänge beeinflusst die Sitzposition. Deshalb soll die Entfernung von der Sattelspitze bis zur Lenkermitte ungefähr drei Finger breit länger sein als der Unterarm vom Ellenbogen bis zur Fingerspitze misst.

Um die Prüfung ablegen zu dürfen, ist ein Antrag des gesetzlichen Vertreters bei der zuständigen Behörde erforderlich. Dies ist die Bezirkshauptmannschaft, in Städten mit eigenem Statut der Magistrat (z.B. in Wien die MA 46). Das Kind muss das zehnte Lebensjahr vollendet haben und es muss geistig und körperlich zum Lenken von Fahrrädern geeignet sein. Vor Erteilung der Bewilligung muss das Kind seine Kenntnisse der straßenpolizeilichen Vorschriften im Zuge der Prüfung unter Beweis stellen. Das Österreichische Jugendrotkreuz gibt in Zusammenarbeit mit den Experten des ÖAMTC die Lernbroschüre „Freiwillige Radfahrprüfung – ich mach mit!“ heraus.

## Fahrradkauf

Das erste Fahrrad ist in der Regel ein Spiel- und Lerngerät. Das Fahrrad muss dem Kind passen, d.h. die Größe muss stimmen. Ist das Fahrrad für das Kind zu groß, wird das Erlernen des Radfahrens und die sichere Beherrschung des Fahrrads erschwert – sicheres Radfahren ist nicht möglich. Am besten, das Kind ist beim Kauf dabei und kann einmal probesitzen.

Alle Teile des Fahrrads müssen gut befestigt und festgeschraubt sein. Es darf keine spitzen und scharfen Teile aufweisen und sollte mit Reflektoren ausgestattet sein.

## Übung und Aufsichtspflicht

Ist das Fahrrad erst gekauft, hilft gemeinsames Üben auf verkehrsfreien – am besten umzäunten – Flächen zur nötigen Sicherheit. Unter zwölf Jahren dürfen Kinder nur unter Aufsicht einer Begleitperson (Mindestalter 16 Jahre) auf öffentlichen Straßen Rad fahren. Kinder, die erfolgreich die Radfahrprüfung abgelegt haben, dürfen aber bereits ab zehn Jahren alleine fahren. In jedem Fall gilt: Eltern haften für ihre Kinder. Einerseits bewirkt eine Verletzung der Aufsichtspflicht, dass Eltern für die Schäden, die ihre Kinder bei Verkehrsunfällen verursachen, haften. Andererseits ist es sogar denkbar, dass ein Kind wegen eines „Mitverschuldens“ eigene Schadenersatzansprüche verliert.



## Mit Kindern gemeinsam unterwegs

Fahrradfahren im Straßenverkehr setzt voraus, dass mehrere Aufgaben gleichzeitig gemeistert werden können. Kinder sind je nach Entwicklungsstand mit komplexen Situationen und Mehrfachaufgaben rasch überfordert. Zudem sind sie schneller abgelenkt und reagieren oft noch spontan. Auch aufgrund ihrer Größe haben Sie nicht den Überblick im Straßenverkehr wie Erwachsene. Bevor es das erste Mal gemeinsam auf die Straße geht, müssen Kinder das Radfahren gut beherrschen, etwa alleine aufsteigen, zurückschauen und losfahren, lenken, bremsen und anhalten oder ausweichen. Sobald das Kind über die wichtigsten Verkehrsvorschriften informiert ist und das Rad sicher lenkt, auch „Abbiegeabsichten“ für beide Richtungen sicher anzeigen kann, kann es losgehen. Begleitet nur ein Elternteil, fährt der Erwachsene am besten hinter dem Kind und bei schwierigen Stellen vorne.

# ÖAMTC FAHRRAD-CHAMPION-APP

Aufgebaut wie ein Quiz mit mehreren Antwortmöglichkeiten soll die App mit über 120 Fragen spielerisch die Themen Verkehrszeichen, Vorrangregeln und viele weitere Infos zum Thema Fahrrad näher bringen. Erhältlich im App Store bzw. im Google Play Store.



## Stützräder sind verzichtbar!

**Unser Tipp:** Wenn Ihr Kind Fahrrad fahren lernen möchte, verzichten Sie lieber von Beginn an auf Stützräder. **Den Bewegungsablauf des Tretens und gleichzeitigen Gleichgewichthaltens wird Ihr Kind auch ohne sie rasch erlernen.** **Hat das Kind das Radfahren erst einmal mit Stützrädern verinnerlicht, so muss es sich das falsch programmierte Verhalten wieder abgewöhnen und das dynamische Ausbalancieren und das „sich in die Kurve legen“ mühsam neu erlernen.**



# ÖAMTC VERKEHRSSICHERHEITSAKTIONEN FÜR KINDER

Ihr Club bietet in Kooperation mit der AUVA viele Verkehrserziehungsprogramme an. Unsere Top-Programme sind:

## Das kleine Straßen 1x1

Ein Programm für Kindergarten- und Vorschulkinder; es beinhaltet die Verhaltensbasics für junge Verkehrsteilnehmer, z.B. richtiges Verhalten vor dem Zebrastreifen, Sicherung im Kindersitz, richtige Radhelmbenutzung, etc.

## BLICK UND KLICK!

Mit aufblasbaren Autos und Mini-Elektro-Autos lernen Kinder von 6 bis 7 Jahren Gefahren zu sehen und selbst gesehen zu werden.



## Hallo Auto!

Lernen durch Erleben mit einem umgebauten Auto – die Kinder bremsen selbst und testen damit den Anhalteweg.



## TOP RIDER

Schülerinnen und Schülern im Alter von 10–14 Jahren werden die Gefahren des Straßenverkehrs als Radfahrer, Fahrzeuginsasse und Fußgänger vor Augen geführt.





# FAHRRADFAHREN MIT KINDERN

Was ist die beste Lösung für das Kind – Fahrradanhänger, Kindersitz oder doch Transportkiste?



## Der Markt hält viele Lösungen bereit

Die Hersteller von Radanhängern liefern ein umfassendes Angebot an Variationen, die wahlweise als Anhänger, Kinderwagen oder Jogger eingesetzt werden können. Kindersitze für Fahrräder sind hierzulande ausschließlich hinter dem Sattel direkt am Rahmen des Fahrrades zu montieren, so schreibt das die Fahrradverordnung vor. Für größere Kinder kann das unangenehm werden, vor allem wenn der Vordermann einen Rucksack trägt. Besonders auf längeren Strecken bietet also der Anhänger deutlich mehr Komfort für das Kind und auch die Möglichkeit einmal ein Nickerchen zu machen.

In der Stadt und für Kurzstrecken wird ein Radkindersitz trotzdem erste Wahl bleiben, das Rad nimmt weniger Platz

ein und das Kurven durch enge Wege und Gassen gelingt besser und auch sicherer als mit dem Hänger. Um Platzproblemen beim Verstauen eines Hängers aus dem Weg zu gehen, werden auch hochwertige faltbare Anhänger angeboten, die mit etwas Aufwand sogar im kleinsten Keller Platz finden. Abgesehen von den Vor- und Nachteilen der beiden Systeme kann jedoch auch der wesentlich höhere Preis des Anhängers die Wahl im Vorfeld entscheiden.

## Wie komfortabel soll es sein?

Die Anpassung des Komforts ist für die Eltern ein Gesichtspunkt, der im Alltag über Spaß oder Frust mit dem Anhänger oder dem Kinderfahrradsitz entscheidet. Die Möglichkeiten beim Anhänger sind vielfältiger. Durch das Öffnen und Schließen des Verdecks, das Verstellen eines

Sonnenschutzes oder der Gurte kann der Transportplatz mit wenigen Handgriffen angepasst und der Komfort entscheidend beeinflusst werden, um nervige Fummelei zu vermeiden. Faktoren wie Sitzkomfort, Wetter- und Insekenschutz sowie eine gute Stoßdämpfung während der Fahrt sind dabei entscheidend.

## Sicher unterwegs!

Kinder sollen sowohl im Anhänger als auch im Kindersitz Helme tragen. Das Fahren mit dem Anhänger wie auch mit dem Fahrradkindersitz muss geübt werden. Die Bremsen am Fahrrad müssen leistungsfähig sein und sich immer in einem guten Zustand befinden, die Hänger selber sind ungebremst und auch der Fahrradsitz mit Kind bedeutet mehr Last für die Bremsen.

Der Anhänger erfordert erhöhte Aufmerksamkeit auf schmalen Wegen, in engen Kurven und beim Bremsen. Um den Überblick nach hinten nicht zu verlieren, kann ein Rückspiegel Abhilfe schaffen. Um auch bei Dunkelheit wahrgenommen zu werden, ist eine aktive Beleuchtung am Anhänger vorgeschrieben, da durch den Anhänger die Beleuchtung am Fahrrad verdeckt wird.

Beim Kinderfahrradsitz macht der hohe Schwerpunkt des Kindes das Fahren in manchen Situationen zur Geschicklichkeitsprüfung. Der Fahrstil muss dem veränderten dynamischen Verhalten angepasst werden. Ein stabiler Zweibeinständer mit einer breiten Standfläche zusammen mit einem Lenkungsdämpfer, der das Einschlagen des Lenkers verhindert, kann das Anschnallen des Kindes erleichtern. Abstellen darf man ein Fahrrad mit Kind im Kindersitz aber auf keinen Fall. Fällt es um – und das passiert mit Sicherheit – kann es zu unangenehmen Verletzungen kommen.

## Lastenfahrräder für den Kindertransport

Seit einigen Jahren ist es auch erlaubt eines oder mehrere Kinder mit Fahrrädern, die über eine Transportkiste verfügen, mitzunehmen. Diese muss laut Hersteller für den Transport von Kindern geeignet und mit einem Gurtsystem ausgerüstet sein. Die Transportkiste darf vor oder hinter dem Lenker angebracht werden. Auch bei dieser Lösung sollen Kinder Helme tragen.

Worauf Sie bei Lastenfahrrädern für den Alltag achten sollten lesen Sie unter [www.oeamtc.at](http://www.oeamtc.at), Stichwortsuche „Lastenfahrrad“.



Schon gewusst?

## FÜR KINDER VON MITGLIEDERN GRATIS!



ÖAMTC Mitglieder haben es gut: Die Touring-Mitgliedschaft ist für ihre Kinder von 0 bis 14 Jahren gratis! Derzeit nützen bereits mehr als 740.000 Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, gratis Club-Mitglied zu sein.

Alle Infos zur kostenlosen ÖAMTC Touring-Mitgliedschaft für Ihre Kinder finden Sie unter [www.oeamtc.at](http://www.oeamtc.at), Stichwortsuche „Kindermitgliedschaft“

Schon gewusst?

## ÜBER 1,5 MILLIONEN MITGLIEDER MIT SCHUTZBRIEF ...

... und mit den angeschlossenen Partnern und Kindern bis 19 Jahren vertrauen schon über 3,3 Millionen Personen auf die umfassende Soforthilfe-Garantie des Schutzbriefs.

Alle Infos zum ÖAMTC Schutzbrief 2019 und Touring-Schutzbrief finden Sie unter [www.oeamtc.at/schutzbrief](http://www.oeamtc.at/schutzbrief)



ÖAMTC Test

## FAHRRADHELM FÜR KINDER

Der ÖAMTC testet in regelmäßigen Abständen in Zusammenarbeit mit seinen Partnerclubs mehrere Kinder- und Kleinkinder-Fahrradhelme. „Ein guter Helm bietet nicht nur Schutz, sondern auch Tragekomfort und eine einfache Handhabung“, erklärt ÖAMTC Techniker Steffan Kerbl. Die Ergebnisse im Detail samt Video finden Sie unter [www.oeamtc.at/tests](http://www.oeamtc.at/tests)





# JA, MIT E-ANTRIEB

Das klassische Pedelec hat meist einen Metallrahmen, ist einspurig und eher klobig. Diese vier hier aber sind anders: Nämlich zweispurig oder aus Holz oder leicht oder faltbar.

Am Anfang war stets das Gewicht, das Schwergewicht, um es ein wenig präziser zu formulieren. Denn wann immer sich eine neue einspurige Drahtesel-Gattung zu etablieren begann, spielten die Kilogramm zunächst eine eher nebensächliche Rolle – siehe Waffenrad, siehe Mountainbike und: siehe Elektrofahrrad. Bei den Elektroautos sieht die Lage übrigens ganz ähnlich aus; für eine anständige Reichweite bedarf es einer üppigen Batterie, und die kostet: Platz, Geld, Gewicht. Dieselben Kriterien machen moderne Pedelecs groß, teuer und schwer.

Aber: Es geht auch anders, spezieller, individueller, origineller. Die vier Pedelecs, die wir hier vorstellen, stammen von kleinen feinen österreichischen Firmen, die viel Hirnschmalz und Herzblut in ihre Produkte investiert haben. Ein Engagement, das spürbar ist – und deswegen hoffentlich auch belohnt wird.

## Das maßgefertigte Holzrad

Von dem jungen oberösterreichischen Unternehmen My Esel stammt das Metropolitan E. Wer ein Faible für alternative Rahmenkonzepte hat, ist hier genau richtig. Erstens, weil der schlichte Schichtholzrahmen bereits per se ein feines und mit viel Hirnschmalz entwickeltes Stück Handwerkskunst darstellt. Zweitens, weil jeder Rahmen für den Kunden maßgefertigt wird. Dafür müssen beim Kauf Körper- und Schuhgröße sowie die Unterschenkelgröße angegeben werden, ein gemeinsam mit Orthopäden entwickelter Algo-

rithmus berechnet die richtigen Rahmen-Proportionen. Motorisch kommt ein Radnabenmotor mit integrierter Batterie der Firma Zehus zum Einsatz, der auch rekuperativ arbeitet, also Energie rückgewinnen kann. Feineinstellungen sind via aufwendiger App möglich. Fazit: Das Rad ist ein City-King, handlich, direkt und – dank des E-Antriebs – erstaunlich ausdauernd, rund 40 Kilometer Reichweite sind durchaus möglich. Gute Eigendämpfung des Holzrahmens. Preis: ab 3.990 Euro, Gewicht: 17,5 kg. [www.my-esel.com](http://www.my-esel.com)

## Das innovative Faltrad

In Wien daheim ist die Firma Vello, die das elegante Bike+ kreiert hat. Was dieses Faltrad von anderen unterscheidet? Der herrlich simple Faltmechanismus samt schlauer Details – das Vello ist im Handumdrehen zusammengelegt, kann in diesem Zustand geschoben, muss also nicht getragen werden (für die Mitnahme in den Öffis oder der Unterbringung am Arbeitsplatz ist das ganz praktisch). Am Hinterbau des Vello sorgt zudem ein Gummipuffer für einen Hauch Komfort. Fazit: Unser Testrad war das Premiummodell inklusive Scheibenbremsen (gut dosierbar, kräftig zupackend) und Riemenantrieb (Schmutzfreie Alternative zur Kette), daher der Preis: 3.299 Euro. Unterwegs ist das Vello Bike+ ein angenehm quirliches Gerät, dessen Zehus-Antrieb (das My Esel hat den gleichen) für einen netten, andauernden Schub sorgt. Gewicht: 13,9 kg. [www.vello.bike](http://www.vello.bike)

## Das Rennrad mit unsichtbarem Antrieb

Aus Tirol kommt das Elektro-Rennrad Vivax Passione cf Disc. Wirklich spannend an diesem Konzept ist die scheinbare Unsichtbarkeit des Systems, dessen auffälligste Details ein Kabel, das sich aus der Satteltasche schlängelt, sowie ein

kleiner schwarzer Start-Knopf am Lenker sind. Das angesprochene Kabel führt zur Batterie in eben jener Satteltasche, der Motor selbst sitzt versteckt im Sattelrohr. Toll: Das gesamte System wiegt nicht einmal zwei Kilogramm, ist allerdings eher als zusätzliche Kraftreserve denn als Reichweiten-Verlängerer konzipiert. In der Ebene beim Windschattenfahren wird man es daher wohl weniger benötigen, wohl aber beispielsweise auf langen Anstiegen, wenn die eigene Kondition nachzulassen beginnt. Fazit: 5.949 Euro – das klingt teuer, ein vergleichbares Gesamtpaket zu finden fällt jedoch schwer. Dafür ist der Gegenwert mit Carbonrahmen, größtenteils Shimano-Ultegra-Komponenten sowie E-Antrieb ganz passabel. Gewicht: 10,3 kg. [www.vivax-assist.com](http://www.vivax-assist.com)



Das Holzrad



## My Esel Metropolitan E

Ja: Auf Maß gefertigter Holz-Rahmen, schlanker Antrieb (Motor und Akku sitzen in demselben Gehäuse), Handling. Aber: Wirkt hie und da noch ein bisschen selbst geschnitzt.



Das Rennrad



## Vivax Passione CF

Ja: Kann Leistungsunterschiede ausgleichen, unauffälliger und leichter Antrieb (Gewicht inkl. Akku ca. 2 kg), Gesamtgewicht (ca. 10 kg). Aber: systembedingt mäßige Reichweite.



Das Klapprad



## Vello Bike+

Ja: Simpler Faltmechanismus, Riemenantrieb, Handling, App-gesteuerter E-Antrieb (der gleiche wie beim Holzrad). Aber: Scheibenbremsen bei manchen Radständern hinderlich.



Das Lastenrad



## Maderna Tractor

Ja: Gilt als Fahrrad, 200 kg Zuladung, große Ladefläche (Euro-Palettentauglich), kleiner Wendekreis (ca. 2,5 m). Aber: noch ein Prototyp, derzeit keine Feststellbremse.

# TECHNIK UND SICHERHEIT



So kann es dann entspannt losgehen. Und der Etappen-Sieg gehört Ihrer Gesundheit, Ihren Gelenken und Ihrem Wohlbefinden.

## Rahmen & Einstellung

**Der Lenker** sollte so eingestellt sein, dass die Arme beim Fahren locker vorgestreckt und die Handgelenke leicht angewinkelt sind. Günstig für entspanntes Fahren sind Lenker, die unterschiedliche Griffmöglichkeiten zulassen.

**Der Bremshebel** sollte so eingestellt werden, dass „Unterarm – Handrücken – gestreckte Finger“ eine Linie bilden, wenn die Finger am Bremshebel und der Handballen am Lenkergriff aufliegen.

**Der Sattel** entlastet die Wirbelsäule besonders, wenn er breit und weich ist – probieren Sie vielleicht auch einmal einen Gel-Sattel. Zusätzliche Wirbelsäulen-Entlastung erreichen Sie durch eine gefederte Sattelstütze oder auch einen hinteren Stoßdämpfer.

**Die Einstellung** von Lenker und Sattel ist entscheidend. Auf dem Fahrrad sitzend stellen Sie die Ferse auf ein unten stehendes Pedal – wenn das Bein dabei fast gestreckt ist, stimmt die Höhe des Sattels. Bei der Lenkerhöhe setzt der Hobbyfahrer weniger auf Aerodynamik als auf eine etwas aufrechtere Haltung zur Vorbeugung gegen Verspannungen und Schmerzen in Schulter, Nacken und Rücken.

### Achten Sie bitte besonders auf die richtige Rahmenhöhe.

Grundsätzlich geht man von folgender Rahmenhöhe je nach Körpergröße aus:

| Körpergröße  | Rahmenhöhe |
|--------------|------------|
| 150 – 155 cm | 47 – 49 cm |
| 155 – 160 cm | 49 – 51 cm |
| 160 – 165 cm | 51 – 53 cm |
| 165 – 170 cm | 53 – 55 cm |
| 170 – 175 cm | 55 – 57 cm |
| 175 – 180 cm | 57 – 59 cm |
| 180 – 185 cm | 59 – 61 cm |



## Ausstattung

### Reflektoren

**Vorne:** weiß, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche, darf mit dem Scheinwerfer verbunden sein.

**Hinten:** Rot, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche, darf mit dem Rücklicht verbunden sein.

**Seitlich:** Weiß oder gelb reflektierende Radreifen (ununterbrochener Ring) oder

**Speichenreflektoren:** gelb, mindestens 20 cm² Lichteintrittsfläche oder andere seitliche Reflexeinrichtungen, die gleichwertig sind.

**Pedalreflektoren:** Keine Größenangaben. Reflektoren auf den Schuhen oder auf den Tretkurbeln.

**Ausnahme:** Nur Rennfahräder brauchen bei Tageslicht und guter Sicht keine Reflektoren, alle anderen Fahrräder immer (auch Mountainbikes!).



## Der Dynamo

Prüfen Sie, ob der Dynamo „satt“ am Reifen anliegt und die Kabelverbindungen in Ordnung sind. Prüfen Sie, ob der Dynamo in „Aus-Stellung“ bleibt, wenn Sie ohne Licht fahren wollen.

Kann bei Radnaben-Dynamos entfallen.

## Warneinrichtung

(Glocke, Hupe etc.)

Jedes Fahrrad muss eine Vorrichtung zur Abgabe akustischer Warnzeichen haben. Meist ist das natürlich eine „hell tönende“ Glocke. Aber auch eine Hupe z.B. ist zulässig.

**Ausnahme:** Rennräder brauchen bei Tageslicht und guter Sicht keine akustische Warneinrichtung.

## Beleuchtungswerte

**Vorne:** Weißes oder hellgelbes Dauerlicht 100 cd („Candela“) muss die Fahrbahn nach vorne ausleuchten. Grüne oder andersfärbige Leuchtdioden-Blinkies sind verboten!

**Hinten:** Rotes (evtl. auch blinkendes) Rücklicht, mindestens 1 cd. Nach hinten sind daher rote Leuchtdioden-Blinkies erlaubt.

Bei Stromversorgung mit Dynamo müssen mindestens diese Leuchtwerte bei 15 km/h Fahrgeschwindigkeit erreicht werden.

### Ausnahme:

Die Beleuchtungseinrichtung darf bei Rennrädern entfallen und bei allen anderen Rädern (z.B. Mountain-Bikes), die bei Tag und guter Sicht benutzt werden.



Durch Verunreinigung oder auch altersbedingt kann es zu einer Verminderung der Leuchtkraft kommen. Es muss daher durch Reinigung, gegebenenfalls durch Austausch, für ausreichende Leuchtkraft gesorgt werden.

## Bremswerte

Auf ebener Fahrbahn muss ein Verzögerungswert von 4 m/s² bei einer Ausgangsgeschwindigkeit von 20 km/h erreicht werden. Bei Mountain-Bikes ist ein entsprechend höherer (aber nicht genau bezifferter) Wert gefordert, damit man auch im Offroad-Bereich sicher bremsen kann. Moderne Fahrräder, insbesondere Mountainbikes, verfügen mittlerweile sehr oft über mechanische bzw. hydraulische Scheibenbremsen, die besonders bei Nässe ganze Arbeit leisten und hervorragend zugreifen. Ungeübte Anfänger sollten daher vor der ersten Ausfahrt die Handhabung ausreichend üben und die Bremskraftdosierung im flachen Gelände vorsichtig testen. Es muss natürlich darauf geachtet werden, dass die Bremswirkung (durch Pflege, Austausch) erhalten bleibt.

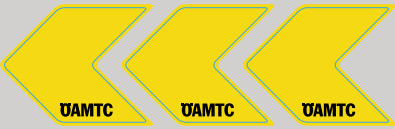
### So testen Sie Ihre Bremsen

**Hintere Bremsen:** Fahren Sie auf ebener, glatt asphaltierter Fahrbahn mit durchschnittlichem Lauftempo (ca. 12 bis 15 km/h), aber aus Sicherheitsgründen nicht schneller! Betätigen Sie stark (nur) die hintere Bremse. Das Hinterrad sollte blockieren. Lösen Sie nach der Blockierung sofort wieder die Bremse, damit Sie nicht zu Sturz kommen und den Reifen schonen.

**Vordere Bremse:** Steigen Sie vom Rad ab und stellen Sie sich direkt hinter den Lenker. Schieben Sie das Rad in langsamem Schrittempo vor sich her und betätigen Sie die vordere Bremse. Diese sollte nun sofort blockieren und dazu führen, dass sich das Hinterrad kurz anhebt. Brechen Sie den Test sofort ab, sobald sich das Hinterrad gehoben hat.

## Tipps zur Anbringung von Reflexfolien REFLEKTOREN KÖNNEN LEBEN RETTEN!

- 🚲 Vor Anbringung der Folie sollte dafür gesorgt werden, dass die Klebeflächen glatt sowie staub- und fettfrei sind.
- 🚲 Falls erforderlich, ist der Aufkleber passgerecht zuzuschneiden.
- 🚲 Zerstörungsfreies Ablösen oder das Verschieben nach dem Aufkleben ist bei den reflektierenden Klebefolien nicht möglich!
- 🚲 Verwenden Sie zur Reinigung kein Lösungsmittel oder Schleifmaterial!
- 🚲 Lauwarmes Wasser mit etwas Geschirrspülmittel ist ideal für die Reinigung.



## NOTHILFE FÜR ALLE – AUCH FÜR RADFAHRER

**Die ÖAMTC Pannenhelfer leisten auch Nothilfe für Radfahrer, sofern die Zufahrt für das Pannenfahrzeug auf Straßen mit öffentlichem Verkehr möglich ist.**

Unter der Rufnummer 120 steht die umfassende Nothilfe des Clubs für jede Art von Panne, Unfall oder sonstigem Notfall auf öffentlichen Straßen rund um die Uhr zur Verfügung. Also auch mit Nothilfe für Radfahrer. Umfassende Nothilfe heißt, dass sich der Club nicht nur um das Fahrzeug kümmert, sondern auch persönliche Hilfe für das Mitglied leistet, je nach Bedarf und Möglichkeit z.B. den Transport zum nächsten öffentlichen Verkehrsmittel.

Alle Infos zur ÖAMTC Mitgliedschaft und zum Schutzbrief finden Sie unter [www.oeamtc.at/mitgliedschaft](http://www.oeamtc.at/mitgliedschaft)

# ABS FÜRS FAHRRAD

Jetzt gibt es ein Antiblockiersystem für Pedelecs. Sie fragen sich: Wer braucht denn so etwas? Wir haben es ausprobiert und meinen: Jeder.

Nur damit hier alle inhaltlich im selben Boot sitzen: Ein ABS, ein Antiblockiersystem, verhindert bei kräftiger Betätigung der Bremse das vollständige Blockieren der Räder. Das ist beispielsweise bei Autos deswegen sinnvoll, weil bei einer Notbremsung das Fahrzeug noch lenkbar bleibt. Und es ist bei Motorrädern noch viel, viel sinnvoller, weil dadurch ein Wegklappen des Vorderrades oder ein Überschlag verhindert werden können.

Dass nun so ein System auch bei Fahrrädern mit Elektroantrieb Einzug hält, ist umso erfreulicher. Denn höheres Durchschnittstempo und höheres Gewicht (im Vergleich zu einem herkömmlichen Fahrrad) sowie immer kräftiger zu Werke gehende Bremsanlagen ergeben einen Mix, der vor allem bei ungeübten Radlern für Unfälle sorgt. Speziell dann, wenn plötzlich auf Unvorhersehbares reagiert werden muss. Wir sind zurück bei der bereits genannten Notbremsung.

Jenes Fahrrad-ABS, das uns nun zu einem Test zur Verfügung stand, stammt aus dem Hause Bosch und wurde da in Kooperation mit Bremsenhersteller Magura entwickelt. Technisch basiert es übrigens auf dem Motorrad-ABS. Wahrlich gute Voraussetzungen waren somit gegeben. Und dementsprechend hoch ist auch das Funktionslevel dieser ersten Fahrrad-ABS-Generation.

Dem System war es beinahe völlig egal, ob wir bergab oder in der Ebene, auf Asphalt (trocken bzw. nass), Sand oder Schotter am Bremshebel zogen; stets sorgte die Steuereinheit mit kurzen, dosierten Bremskraft-Unterbrechungen für eine verlässliche Verzögerung bis zum Stillstand.

Ein Sturz aufgrund eines wegrutschenden Vorderrades oder ein Überschlag? Fehlanzeige. So viel Zuverlässigkeit schafft genau jene Art von Vertrauen, die auch notwendig ist, damit man sich im Ernstfall fest am Bremshebel zu ziehen traut. Und es muss fest zugegriffen werden, da sonst das System nicht mit der gewünschten Konsequenz arbeitet.

Trotzdem: So eine Notbremsung gehört unbedingt trainiert. Damit man weiß, was passiert, wenn etwas passiert.

Und, Kritik? Tatsächlich gibt es an dieser ersten Fahrrad-ABS-Generation in funktioneller Hinsicht wenig zu bekräfteln. Sowohl die Dosierbarkeit der Bremsanlage als auch die feinfühligte Regeltätigkeit haben uns überzeugt, den Aufpreis von rund 500 Euro stufen wir als fair ein. Man könnte freilich über das zusätzliche Gewicht des ABS-Systems matschtern, aber ganz ehrlich: 800 Gramm Lebendgewicht machen bei einem 20-Kilogramm-plus-Pedelec das Kraut auch nicht mehr fett. Unser Fazit: Empfehlung.



Bremsspur-Vergleich: Die ABS-Regeltätigkeit ist gut erkennbar.



In diesem Kasterl unterhalb des Lenkers ist die Steuereinheit untergebracht.



Das ABS wirkt ausschließlich auf die Vierkolben-Vorderradbremse.

## EVENTS RUND UMS RADFAHREN

In Österreich finden jährlich zahlreiche Radveranstaltungen für Erwachsene und Kinder, Profi- und Hobbysportler statt. Einige davon finden wir besonders erwähnenswert.

### In Velo Veritas – EDITION 7

**Die klassische Radrundfahrt im Weinviertel. Zum 1. Mal in Poysdorf.**

Diese Radrundfahrt durch das niederösterreichische Weinviertel bietet die vermutlich genüsslichste Gelegenheit, alte Rennräder stilvoll auszuführen.

**Wann und wo:** 16. Juni 2019, Poysdorf

**Infos:** [www.inveloveritas.at](http://www.inveloveritas.at)



### Salzkammergut Trophy

**Einmal Hölle und zurück! Österreichs größter und härtester Mountainbike Event.**

Mehr als 5.000 Biker aus über 40 Nationen treffen sich beim größten Sportfest der MountainbikeCommunity am 13. Juli 2019 in Bad Goisern, um gemeinsam mit Zuschauern und Sportbegeisterten den jährlichen Ritt einmal in die Hölle und wieder zurück auf 210 Kilometern zu zelebrieren. Mit Bewerben und Sonderwertungen für Einrad, E-Mountainbike und Juniors.

**Wann und wo:** 12. bis 14. Juli 2019, Bad Goisern

**Infos:** [www.salzkammergut-trophy.at](http://www.salzkammergut-trophy.at)



### Wachauer Radtage

Die Wachauer Radtage, eine der größten Rad-Breitensport-Veranstaltungen Österreichs, sind Kult- und Pflichtprogramm für Radbegeisterte und bieten drei herausfordernde und abwechslungsreiche Strecken für alle Teilnehmer – egal ob trainierte Hobbyradfahrer oder Marathoneinsteiger – für jeden genau das Richtige.

**Wann und wo:** 13. und 14. Juli 2019, Mautern an der Donau

**Infos:** [www.wachauer-radtage.at](http://www.wachauer-radtage.at)



### Kleine Zeitung Großglockner E-Bike Summit

Der Kleine Zeitung Großglockner E-Bike Summit ist eine E-Bike Veranstaltung für Erwachsene und Kinder in Heiligenblut am Großglockner – und das erste Event seiner Art in Österreich. Das Highlight des E-Bike Summits ist die Genussausfahrt auf der Hochalpenstraße. Abgerundet wird das Event mit einer Expo, Vorträgen am Abend, einer Stunt Show und geführten Touren.

**Wann und wo:** 7. bis 9. Juni 2019, Heiligenblut am Großglockner

**Infos:** [www.e-bike-summit.com](http://www.e-bike-summit.com)



### Viele weitere Events finden Sie hier:

[www.drahtesel.or.at/oesterreichs-beste-rad-events](http://www.drahtesel.or.at/oesterreichs-beste-rad-events)

[www.bikeboard.at/radmarathon-termine](http://www.bikeboard.at/radmarathon-termine)



# CONNECTED BIKE DIE ZUKUNFT IST SCHON DA

Die fortschreitende Digitalisierung der vergangenen Jahre führt inzwischen zu immer größeren Veränderungen in unserer Mobilitätswelt. Während der automatisierte Notruf für neu typisierte Pkw bereits gesetzlich vorgeschrieben ist, werden auch unsere Zweiräder immer vernetzter.

Jederzeit online, jederzeit Zugriff auf aktuelle Karten, seine Fahrten mit Freunden und Familie teilen oder diese zu virtuellen Ausfahrten einladen zu können, diese Dinge werden für eine zunehmende Zahl von Fahrrad-Enthusiasten immer wichtiger. Dies hat auch die Fahrradindustrie erkannt und die Zielgruppe des „vernetzten Fahrradfahrers“ für sich entdeckt.

Dabei spielt auch der anhaltende Trend zum E-Bike eine wesentliche Rolle, bieten diese Räder doch eine naheliegende Lösung für den Energiehunger der digitalen Helfer. Während der europaweite Absatz von Fahrrädern 2017 unter jenem des Vorjahres lag, wurden um gute 30 % mehr E-Bikes verkauft.

Bosch hat diesen Trend bereits früh erkannt und ist heute nicht nur einer der größten Produzenten für Bike-Motoren,

sondern mischt auch den Markt für intelligentes Zubehör kräftig auf. So bietet das Unternehmen mit seinem intelligenten Bordcomputer Nyon jede Menge Funktionen, die bis vor einigen Jahren nur in Smartphones oder Autos zu finden waren. Während auf dem Display Routen und interessante Punkte angezeigt werden, sammelt das System auch Daten zur Fitness des Radlers, schlägt Trainingspläne zur Leistungssteigerung vor und informiert über eingehende SMS.



## Vernetzte Smart Bikes

Aber auch für die Radler, die nicht über ein mit Sensoren ausgestattetes E-Bike verfügen, bietet die Industrie smarte Lösungen an. COBI bike will jedes Fahrrad zum vernetzten und intelligenten Gefährt machen. Dabei stellt das Smartphone des Fahrers den zentralen Baustein dar, mit dem intelligente Komponenten kabellos verknüpft werden.



Somit lassen sich Funktionen wie eine auf die Bedürfnisse von Fahrradfahrern angepasste Navigation, smart gesteuerte Beleuchtung oder eine Alarmanlage nachrüsten.

Vernetzte Lösungen sind auch für die Sicherung des Rades gefragt. Sogenannte Smart-Schlösser wie das LINKA Lock ermöglichen ein Auf- und Zusperrern ohne Schlüssel, Benachrichtigungen im Falle von unerlaubten Manipulationen und im Fall der Fälle die Ortung des Schlosses. Das SkunkLock soll noch einen Schritt weiter gehen und Fahrraddiebe mittels integrierter Stinkbomben sowie einer Alarmanlage abschrecken.

Minimalistisch präsentiert sich beeline mit seiner intuitiven Navigationslösung. Ein kleines rundes Display wird auf das Rad montiert und zeigt fortan mittels eines Pfeils die Richtung zum Ziel an. Natürlich ist auch dieses Produkt wieder mittels Bluetooth ans eigene Handy gekoppelt und somit vernetzt. Generell zeigen Produkte wie beeline, dass es für jeden Radler die ideale Lösung gibt um sein Fahrrad smart zu machen.

## DIE ÖAMTC APP

Gerade, wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind, kann sich die ÖAMTC App auf Ihrem Smartphone als besonders nützlich erweisen! Nothilfe anfordern, die kürzeste Route oder die nächste Tankstelle finden – alles ist mit wenigen Klicks abrufbar.

Außerdem haben Sie in der App Ihre digitale Clubkarte immer dabei und können sich sofort als ÖAMTC Mitglied ausweisen.



## Radrouten gut geplant

## DIE OPTIMALE FAHRRADROUTE

Mit der multimodalen Routenauskunft des ÖAMTC steht allen Radlerinnen und Radlern ein auf Radrouten spezialisierter und optimierter Routenplaner kostenlos zur Verfügung. Einfach mal reinschauen unter [maps.oeamtc.at](https://maps.oeamtc.at)



## SMART PEDAL

Das intelligente Fahrradpedal „Connected Pedal“ versorgt sich nicht nur selbst mit Strom, es enthält auch ein GPS-Modul inklusive SIM-Karte. Es zeichnet Durchschnittsgeschwindigkeit, Höhenmeter sowie die zurückgelegte Route auf, übermittelt diese ans Handy und lädt die Daten in die Cloud hoch.



### Auch Wearables werden smart

Nachdem sich Hersteller in den letzten Jahren insbesondere auf die Aufrüstung des Fahrrades konzentriert haben, fokussieren sich inzwischen immer mehr Lösungen auf den Fahrer. Durch Wearables wie Smartwatches, Fitness-Tracker und intelligente Kleidungsstücke werden ganz neue Anwendungsmöglichkeiten geschaffen.

In den intelligenten Shirts von OMSignal sind Fasern eingewoben, die Atmung, Herzschlag, Kalorienverbrauch und Schritte messen. Spezielle Auswertungslogiken für Radsportler ermöglichen die optimale Überwachung des eigenen Trainings und eine möglichst schnelle Erholung zwischen den Ausfahrten. Aber auch eine Messung der Fußstellung und die Druckverteilung an den Füßen lässt sich mit den intelligenten Socken „Smart Sox“ messen und optimieren.

Die amerikanische Firma Solos wiederum bietet mit eigens für Radler optimierten Smart Glasses derzeit eines der futuristischsten Gadgets an. Dem Fahrer werden Leistungsdaten, Informationen zu Schaltpunkten und Streckenprofilen direkt in sein Gesichtsfeld eingeblendet und darüber hinaus auch akustisch mitgeteilt. Selbstverständlich können alle Informationen in Echtzeit mit anderen geteilt und analysiert werden.

In Anbetracht der Vielzahl unterschiedlich verfügbarer Sensordaten wundert es nicht, dass die Hersteller derzeit an Systemen zur Sammlung verschiedener Daten arbeiten. Diese Aggregatoren-Lösungen versprechen zentrale Auswertungsmöglichkeiten und geben dem Nutzer somit besseren Überblick.



### Die Dekade der Apps

Die zunehmende Vernetzung und Digitalisierung zeigt sich auch in der steigenden Nutzung von Apps für Fahrradfahrer. Mit der Bike-Citizens-App können Routen geplant und diese auch gleich mit Familie und Freunden geteilt werden.

Dabei wird besonderes Augenmerk auf für Radfahrer relevante Informationen gelegt. So wird bei der Routenplanung auf unterschiedliche Fahrbahnbeläge, Höhenprofile und das verwendete Fahrrad geachtet.

Mittels einer Reiseführer-Funktion können Radler weltweit mehr als 450 Städte und die jeweilige Umgebung spielerisch erkunden. Seit 2014 verdoppelte sich die Zahl der Nutzer in Wien jährlich. In dieser Zeit wurden in der Landeshauptstadt mehr als 1,9 Millionen Kilometer zurückgelegt, wobei der durchschnittliche Bike-Citizens-User 5,8 Fahrten pro Woche absolvierte.

### Was passiert mit meinen Daten?

Parallel zur immer digitaler werdenden Fahrradwelt entwickelt sich um die verschiedenen Lösungen eine dynamische Community. Bekanntschaften, die online gemacht werden, führen zu gemeinsamen Ausfahrten und Events im wahren Leben. Diese Verschmelzung von Online- und Offline-Welt gehört derzeit zu den großen Trends im Bereich Connected Bike.

So reizvoll ein Teilen und Veröffentlichen von Trainingsergebnissen auf Facebook und Co sein mag, so muss sich der Nutzer jedoch stets über die Konsequenzen einer Verwendung und Sammlung seiner Daten im Klaren sein. Anbieter smarter Gadgets können aus den erhaltenen Daten Rückschlüsse auf Gewohnheiten, den Gesundheitszustand und Präferenzen ziehen. Diese Analysen dienen häufig zum Versand maßgeschneiderter Werbeangebote und sind eine wesentliche Einkommensquelle der Anbieter. Für die Nutzer lohnt sich somit ein Blick in die Datenschutz- und Nutzungsbestimmungen der unterschiedlichen Services.



## HEATMAP

Mit Hilfe der von Fahrrad-Apps gesammelten Bewegungsdaten lassen sich sogenannte Heatmaps zeichnen. Sie zeigen nicht nur eine vollständige Karte unserer städtischen Umgebung, sondern auch der meistgenutzten innerstädtischen Radstrecken und liefern damit einen wichtigen innovativen Input für die Stadtplanung.

Stromer ST2S

## SO RADELT SICH DAS MOPED



Fahrrad-Gefühl und Moped-Fahrleistungen. Oder warum uns das Stromer ST2S noch lange in Erinnerung bleiben wird. Abgesehen vom Preisetzlerl.

Wir sprechen das Unangenehmste gleich zu Beginn an: Genau dieses Stromer ST2S, so wie es hier auf den Fotos zu sehen ist, kostet 8.990 Euro. Und damit ist eigentlich sofort klar: Das ist ein Bike für Enthusiasten. Denn genauso gut könnte man mit diesem Betrag in petto über die Anschaffung eines neuen Motorrades nachdenken. Ja, sogar der eine oder andere Neuwagen ginge sich da bereits aus.

Den kompletten Artikel können Sie online nachlesen unter [www.oeamtc.at/autotouring/zweirad](http://www.oeamtc.at/autotouring/zweirad)

## SCHON GEWUSST?

### Chickenway

Respekt vor dem Wallride? Angst vor dem Drop? Kein Problem! Schwierige Hindernisse vor allem in Bikeparks können auf einem „Chickenway“ leicht umfahren werden. Zugegeben, der Begriff klingt wenig schmeichelhaft. Dennoch ist er vor allem für ungeübte Fahrerinnen und Fahrer oft die klügere Wahl.

### Wallride

Ein Wallride ist das meist rasante Befahren einer schräg oder fast aufrecht gestellten (Bretter-)Wand oder Steilkurve in Bikeparks oder Downhill-Lines.

Unter [www.fahrtechnik.tv/wallride](http://www.fahrtechnik.tv/wallride) anzusehen.

### Moustache-Lenker

Gemütlicher, geschwungener Lenker, der oft bei City-Bikes Verwendung findet. Warum er so heißt?

Weil seine Form an einen geschwungenen Schnurrbart (franz. „Moustache“) erinnert.

### Schnellspanner

Nein, das ist kein neugieriger Mensch unter Zeitdruck, sondern die Bezeichnung für eine praktische Klemmvorrichtung, welche sich rasch und meist ohne Zuhilfenahme von Werkzeug von Hand lösen oder fixieren, also „spannen“ lässt. Man findet sie am Fahrrad hauptsächlich an den Laufrädern und an der Sattelstütze.

### Single Trail

Mountainbiker kennen Single Trails als schmale Pfade, welche nur Platz für einen („Single“) Fahrer bieten. Sie werden in einer Skala – der sogenannten Singletrail-Skala (STS) – nach den sechs Schwierigkeitsgraden S0 bis S5 bewertet.

# E-BIKE-PANNENHILFE – EINE ERFOLGSGESCHICHTE

Die ÖAMTC E-Bike-Pannenfahrer starten 2019 in ihre fünfte Saison. Die radelnden Gelben Engel behoben im Jahr 2018 von Mai bis September 1.041 Pannen in Wien. Die stolze Erfolgsrate liegt dabei bei 90 %.



„Nach 834 Einsätzen im Startjahr 2015, 855 im Jahr 2016 und 1.065 im Jahr 2017 absolvierten unsere E-Bike-Pannenfahrer im Jahr 2018 insgesamt 1.041 Panneneinsätze, freut sich ÖAMTC Direktor Oliver Schmerold über den nachhaltigen Erfolg der österreichischen Innovation, die mittlerweile in den USA, Deutschland, Holland und der Schweiz übernommen wurde. Möglich wurde das durch die Aufstockung des Teams, eine weitere Optimierung der internen Abläufe und das stabile Sommerwetter. Seit 2015 sind in Wien (Bezirke 1-9 und 20) von Anfang Mai bis Ende September täglich zwei ÖAMTC Pannenfahrer mit E-Bikes unterwegs. Sie beheben Pannen an Pkw, Motorrädern und Fahrrädern. Die Vorteile – keine Staus, weniger Einbahnen, weniger Fahrverbote und flexiblere Haltemöglichkeiten beim Fahrzeug des Mitglieds – ermöglichen eine rasche und effiziente Pannenhilfe in der Stadt.“



## Einsatzbilanz 2018 – meiste Einsätze im 2. Bezirk, 90 Prozent Erfolgsquote

Die meisten der 1.041 Einsätze fuhren die ÖAMTC E-Bike-Pannenfahrer im 2. Bezirk (247 Einsätze), im 3. Bezirk (234 Einsätze) sowie im 1. Bezirk (221 Einsätze). Die Weiterfahrquote von 90 Prozent konnte weiterhin gehalten werden – das heißt, dass die ÖAMTC E-Bike-Pannenfahrer neun von zehn Fahrzeugen wieder flottmachen konnten.

„Hier zeigt sich, dass die internen Abläufe in der vierten Saison weiter optimiert und unsere E-Bike-Pannenfahrer noch besser eingesetzt wurden“, erklärt Gerhard Samek, Leiter der ÖAMTC Pannenhilfe. Nach einer Pannenmeldung wird jener Pannenfahrer losgeschickt, der am effizientesten helfen kann. Das hängt von der Anfahrtszeit und der Pannenart ab und erfordert beim Einsatz unserer E-Bike-Pannenfahrer viel Abstimmung und Erfahrung.

## Service im Winter, Neustart im Frühjahr 2019

Mit dem letzten Septemberwochenende wurden die E-Bikes in Winterpause geschickt. „Bei Kälte, Nässe, Eis, Schnee und Dunkelheit ist ein ganztägiger Dienst mit dem Rad zu gefährlich. Daher sind alle ÖAMTC Pannenfahrer wieder mit ihren Pkw unterwegs“, so Samek. In den Wintermonaten werden Räder und Anhänger gewartet.

Die ÖAMTC E-Bike-Pannenhilfe startet 2019 beim Vienna City Marathon in die neue Saison.

Wir sichern Ihr Recht ...

## ÖAMTC RECHTSSCHUTZ\*

... ob als Auto-, Radfahrer, Fußgänger oder Benutzer eines öffentlichen Verkehrsmittels. Der ÖAMTC Mobilitäts-Rechtsschutz\* ist ideal für alle Verkehrsteilnehmer im Straßenverkehr und schützt Sie vor Anwalts- und Gerichtskosten. Exklusiv für Mitglieder!

Details, weitere Varianten und auch online abschließbar: [www.oeamtc.at/rechtsschutz](http://www.oeamtc.at/rechtsschutz)

\* Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217; Versicherer: Generali Versicherung AG Stand: 01/2019. Änderungen vorbehalten



## ÖAMTC VERSICHERUNGSSERVICE

Rundum geschützt.  
Exklusiv für Club-Mitglieder!



Kompetente Beratung und top  
Preis-Leistungs-Verhältnis rund  
um Fahrzeug, Reise und Personen.

Mehr unter [www.oeamtc.at/versicherung](http://www.oeamtc.at/versicherung)



## ÖAMTC FREUNDSCHAFTSWERBUNG

### Unitec Mini-Kompressor

Der leistungsfähige, tragbare Kompressor mit digitalem Display und einer praktischen Arbeitsleuchte mit vier weißen LEDs ist leicht & kompakt und damit auch für den Einsatz unterwegs bestens geeignet. Er ermöglicht das problemlose Aufpumpen von Fahrrad-, Motorrad und Autoreifen, sowie z.B. von Bällen oder Luftmatratzen (Ventiladapter im Lieferumfang). Die automatische Abschaltung bei Erreichen des gewünschten Reifendrucks schützt vor Beschädigung. Technische Merkmale: 12 Volt mit Stecker für den Zigarettenanzünder, 120 Watt, Maximaldruck 10 bar.

Das Gerät ist im ÖAMTC Shop erhältlich. Im Rahmen der ÖAMTC Freundschaftswerbung ist dieser Artikel außerdem als Gratisprämie wählbar!

Näheres unter [www.oeamtc.at/mitgliedschaft](http://www.oeamtc.at/mitgliedschaft)



ÖAMTC Vorteilspartner

## SPAREN MIT DEM ÖAMTC

Holen Sie sich 10 % Rabatt auf den Fahrradverleih bei allen teilnehmenden INTERSPORT-Rent-Filialen in ganz Österreich.

Das Fahrrad gehört im Urlaub einfach dazu, im Urlaubsgepäck ist für das Fahrrad allerdings oft nicht genügend Platz. Meist ist es bequemer, ein Fahrrad direkt am Urlaubsort zu mieten. An rund 50 INTERSPORT-Rent-Standorten in ganz Österreich steht für ÖAMTC Mitglieder ein großes Sortiment an aktuellen Fahrradmodellen zur Miete bereit.

### Und so funktioniert es:

Einfach auf [www.oeamtc.at/intersportrentabike](http://www.oeamtc.at/intersportrentabike) einloggen und schon wird Ihnen der 10 % Rabatt automatisch bei Ihrer Buchung abgebogen. Damit wird auch Ihnen kein Berg zu hoch!

## ÖAMTC GEPÄCK- UND STORNOSCHUTZ\*

Der passende Reisebegleiter mit weltweiter Deckung. Gilt für alle Reisen im Jahr bis max. 92 Tage mit mind. 1 Nächtigung. Standard- oder Plusvariante wählbar. Auch online abschließbar: [www.oeamtc.at/stornoschutz](http://www.oeamtc.at/stornoschutz)

\* Versicherungsagent: ÖAMTC Betriebe Ges.m.b.H., GISA-Zahl: 23409217  
Versicherer: Europäische Reiseversicherung AG  
Stand: 01/2019. Änderungen vorbehalten



Warum setzt der ÖAMTC auch E-Bikes für Pannenhilfe ein?

## FAQS ZUR E-BIKE-PANNENHILFE

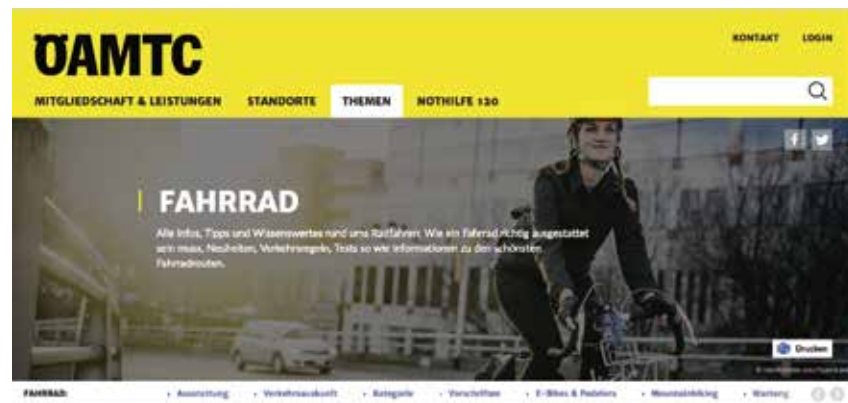
Die wichtigsten Fragen & Antworten rund um die E-Bike-Pannenhilfe können Sie online nachlesen unter [www.oeamtc.at/E-Bike-Pannenhilfe](http://www.oeamtc.at/E-Bike-Pannenhilfe).





# FAHRRAD ONLINE – [www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad)

Der ÖAMTC Fahrrad-Channel stellt umfassende und aktuelle Informationen zu allen Fahrrad-Themen bereit. Übersichtlich in folgende Rubriken eingeteilt.



## Ausstattung

Nur vorschriftsgemäß ausgestattete Fahrräder dürfen am Straßenverkehr teilnehmen. Unter [www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad) können Sie die wichtigsten Verordnungen nachlesen und erfahren, wie die richtige Fahrradausstattung laut Fahrradverordnung vom 1. Mai 2001 aussieht.

## Verkehrsauskunft

Unter [maps.oeamtc.at](http://maps.oeamtc.at) finden Sie nicht nur die optimale Fahrradrouten, sondern können Ihre individuelle Wunschroute für öffentlichen Verkehr, Auto, Fahrrad und Fußwege in ganz Österreich planen. Und das vollkommen kostenlos.

## Kategorie

Jedem Radkauf voraus geht die Entscheidung für den richtigen Fahrrad-Typ. Trekking-Rad? City-Bike? Mountain-Bike? Nicht immer ist das Fahrrad, das am tollsten aussieht, auch das geeignetste für die individuellen Bedürfnisse. Eine erste Entscheidungshilfe vor dem Kauf finden Sie im Abschnitt Fahrrad-Typen. [www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad)

## Vorschriften

Ärgernisse zwischen Auto- und Radfahrern entstehen häufig, weil sie die jeweiligen gesetzlichen Bestimmungen nicht genau kennen. Gewinnen Sie einen Einblick in die wichtigsten Vorschriften, Rechtsfragen, Regeln und rechtlichen Grundlagen. [www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften](http://www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften)

## Verkehrszeichen

Die wichtigsten Verkehrszeichen und Verkehrsflächen für Fahrradfahrer finden Sie in dieser Rubrik erklärt.

## Mountainbiken

Auch wenn man abseits der Straßen unterwegs ist, gilt es einiges zu beachten, um sich und andere nicht zu gefährden. Tipps rund ums Mountainbiken und interessante Routentipps finden Sie hier zusammengestellt.

[www.oeamtc.at/mountainbike](http://www.oeamtc.at/mountainbike)

## E-Bikes & Pedelecs

FAQs zum Thema S-Pedelec und E-Bike-Wartung und -Pflege werden hier beantwortet.

[www.oeamtc.at/ebike](http://www.oeamtc.at/ebike)

## Wartung

Die jährliche Wartung dient dem Werterhalt des Fahrrades, aber in erster Linie natürlich der Sicherheit. Was zu beachten ist, können Sie hier nachlesen.

[www.oeamtc.at/fahrrad](http://www.oeamtc.at/fahrrad)

## Transport

Holen Sie sich Tipps zum Fahrradtransport mit dem Auto.

[www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften](http://www.oeamtc.at/fahrrad/vorschriften)

## Diebstahlschutz

Einen hundertprozentigen Schutz vor Fahrraddiebstahl gibt es leider nicht, doch mit Hilfe von Absperrvorrichtungen lässt sich das Risiko deutlich reduzieren. Aktuelles zum Thema Diebstahlprävention finden Sie hier!

[www.oeamtc.at/fahrrad/tipps](http://www.oeamtc.at/fahrrad/tipps)

## Testberichte

Alle Testberichte rund ums Fahrrad können Sie unter [www.oeamtc.at/tests](http://www.oeamtc.at/tests) nachlesen.

## Kind & Fahrrad

Meist schon im Kindergartenalter entsteht der Wunsch nach einem eigenen Fahrrad. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind optimal ausrüsten und vorbereiten sowie die wichtigsten Vorschriften.

[www.oeamtc.at/fahrrad/kinder](http://www.oeamtc.at/fahrrad/kinder)

## ÖAMTC Radbroschüre

Den aktuellen Radgeber, die Radrouten 2019 und die ÖAMTC Sicherheitsbroschüre finden Sie online als PDF.

## auto touring

Die Artikel der letzten Monate rund ums Fahrrad, Infos und Tipps aus der auto touring Redaktion.

[www.oeamtc.at/autotouring/zweirad](http://www.oeamtc.at/autotouring/zweirad)

## Fahrradreisen

Wir haben die richtigen Tipps für Gruppenreisen mit qualifizierter Radtourenführung, Reisen in den Süden und auch den etwas anderen Radurlaub.

## ÖAMTC Reise-Service

# REISE-CHECKLISTE

Was Sie bei der Radreise unbedingt dabei haben sollten, finden Sie ganz leicht mit der ÖAMTC Reise-Checkliste heraus. Sie können die vorgefertigte Liste „Radreise“ online bearbeiten und so an die eigenen Bedürfnisse anpassen. Die Checkliste führt überdies landestypische Bestimmungen auf, die Auto-Reisende bezüglich benötigter Mitföhrpflichten oder auch Vignetten vor Reisebeginn wissen sollten.

[www.oeamtc.at/reisecheckliste](http://www.oeamtc.at/reisecheckliste)

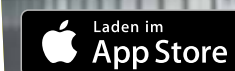


# MOBITO

Den Fahrradträger vom Nachbarn ausleihen, das E-Bike mit Freunden teilen oder die Fahrradstrecke zur Arbeit protokollieren – dank dem Mobilitäts-Allrounder mobito ist das alles ganz einfach!

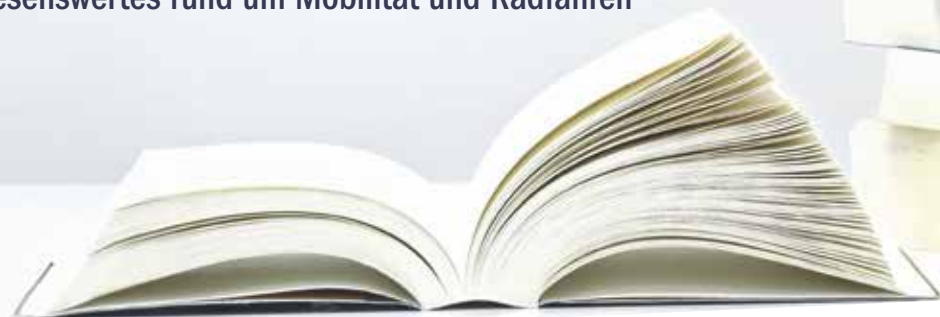
mobito bietet alles, was zur Organisation des eigenen oder geteilten Fahrrads und -zubehörs benötigt wird: Lassen Sie sich beim Föhren eines Fahrtenbuchs unterstützen, an Reparaturtermine erinnern oder einfach die Reservierung von gemeinsam genutzten Fahrrädern oder Zubehör erleichtern. Auch wer eine Kostenübersicht inklusive abgespeicherter Rechnungen und Belegen benötigt, findet in mobito die passende Lösung.

Jetzt die App herunterladen oder die Web-Anwendung verwenden: [www.mobito.at](http://www.mobito.at)



# LITERATUR- EMPFEHLUNGEN

Lesenswertes rund um Mobilität und Radfahren



## Radverkehr in Zahlen Daten, Fakten und Stimmungen

Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie  
Download: <https://www.bmvit.gv.at/verkehr/ohnemotor/riz.html>



## Volk ohne Wagen Streitschrift für eine neue Mobilität

Stefan Rammler – Verlag S. Fischer



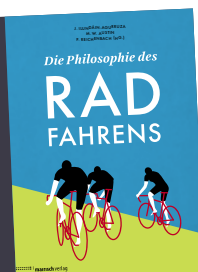
## Vom Glück, Fahrrad zu fahren – Ein literarischer Rückenwind

Stefan Geyer (Ausw.), Anke Zapf – Marix Verlag, 2017  
„Besorg Dir ein Fahrrad. Wenn du lebst, wirst Du es nicht bereuen.“ Mark Twain. Alle Macht den Rädern: Über all die Jahrzehnte war und ist das Fahrrad Inspiration und Motivation für Schriftsteller unterschiedlichster Herkunft. Émile Zola, Uwe Timm, Bertha von Suttner, Samuel Beckett, Horst Tomayer, Stephanie Bart, Arthur Conan Doyle, Walter Benjamin, Kurt Tucholsky, Hans Fallada und viele andere eint die Faszination „Fahrrad“. Sie erzählen tief sinnig, witzig und leidenschaftlich von der Unbeschwertheit des Radfahrens, über die Philosophie des Fahrrads, die Anfänge des Fahrradfahrens, Begegnungen und Unfälle, die Tücken des Großstadtradelns und die Leidenschaft zum Rennradsport.



## Die Philosophie des Radfahrens Marken, Macher und Maschinen

J. Ilundáin-Agurruza, M.W. Austin & Peter Reichenbach – Verlag Suhrkamp



## Fahrräder aus Meisterhand Modelle, Macher, Manufakturen weltweit

Christine, Elliott; David Jablonka – Delius Klasing Vlg GmbH, 2018  
Vom Fahrrad zum Meisterwerk



## Tour de France. Mythos & Legende

Antoine Blondin – eGoth Verlag, 2018  
Antoine Blondin (1922 - 1991) hatte im Sommer stets eine Verabredung. Von 1954 bis 1982 begleitete er als Chronist die Tour de France. Nur ein Jahr setzte er aus. Da musste der preisgekrönte Literat einen seiner Romane fertigstellen. Ansonsten veröffentlichte Blondin seine fliegenden Blätter über die sportlichen und auch die nicht so sportlichen Aspekte der Tour in deren Mutterblatt, der Sportzeitung „L'Équipe“. Dabei ist er nah dran an Größen wie Jacques Anquetil, Tom Simpson und Federico Bahamontes.



## 100 Traumziele für Radfahrer – Von der Brooklyn Bridge bis zum Gotthardpass

Claude Droussent – Delius Klasing Vlg GmbH, 2018  
Wohin führt Ihre nächste Radreise? Welches Bild haben Sie vor Augen, wenn Sie den Begriff Radreise hören: einen Ausflug mit dem Rennrad, einen herausfordernden Mountainbike-Trail, eine Fahrradtour am Fluss entlang oder eine Sightseeing-Tour mit dem Fahrrad durch Berlin? Ob Sie die sportliche Herausforderung am Stifiser Joch suchen, ihr Fahrraddurlaub Sie auf fliegenden Blättern über die sportlichen und auch die nicht so sportlichen Aspekte der Tour in deren Mutterblatt, der Sportzeitung „L'Équipe“. Dabei ist er nah dran an Größen wie Jacques Anquetil, Tom Simpson und Federico Bahamontes.



# CLUB-INFORMATION

## Der ÖAMTC in Ihrem Bundesland

### Wien, Niederösterreich, Burgenland

Baumgasse 129, 1030 Wien  
Tel. 0810 120 120\*, [wmb@oemtc.at](mailto:wmb@oemtc.at)  
\* Provider-abhängig, max. 7,3 Cent/min  
ZVR 730335108

### Oberösterreich

Wankmüllerhofstraße 60, 4020 Linz  
Tel. +43 732 33 33, [ooe@oemtc.at](mailto:ooe@oemtc.at)  
ZVR 695613693

### Salzburg

Alpenstraße 102-104, 5020 Salzburg  
Tel. +43 662 639 99, [salzburg@oemtc.at](mailto:salzburg@oemtc.at)  
ZVR 926974014

### Tirol

Andechsstraße 81, 6020 Innsbruck  
Tel. +43 512 33 20, [tirol@oemtc.at](mailto:tirol@oemtc.at)  
ZVR 281021446

### Vorarlberg

Untere Roßmähder 2, 6850 Dornbirn  
Tel. +43 5572 232 32, [vorarlberg@oemtc.at](mailto:vorarlberg@oemtc.at)  
ZVR 051061216

### Steiermark

Alte Poststraße 161, 8020 Graz  
Tel. +43 316 504, [steiermark@oemtc.at](mailto:steiermark@oemtc.at)  
ZVR 180053275

### Kärnten

Alois-Schader-Straße 11, 9020 Klagenfurt  
Tel. +43 463 325 23, [kaernten@oemtc.at](mailto:kaernten@oemtc.at)  
ZVR 479284817

## So werden Sie ÖAMTC Mitglied



Online unter  
[www.oemtc.at/club](http://www.oemtc.at/club)



bei jedem Stützpunkt

## Pannenhilfe, Abschleppung, Clubmobil, Hilfe nach Unfall:

**120**

## ÖAMTC Notarzt-Hubschrauber Christophorus:

**144**

## ÖAMTC Schutzbrief-Nothilfe

in Österreich und im Ausland:

**+43 1 25 120 00**

## Rechtshilfe im Notfall:

Die ÖAMTC Juristen erreichen Sie tagsüber beim Club in Ihrem Bundesland. Nachts und am Wochenende rufen Sie in unaufschiebbaren Notfällen bitte die Schutzbrief-Nothilfe an.

## Regionale Veranstaltungen

ÖAMTC Verkehrssicherheitsaktionen für Kinder und Eltern, wie „Hallo Auto“, „Blick & Klick“, „Top Rider“ oder „Das kleine Straßen 1 x 1“. Aktuelle Informationen zu diesen und vielen anderen Sicherheitsaktionen erhalten Sie bei Ihrem ÖAMTC Landesclub oder beim ÖAMTC Fahrtechnik Zentrum in Ihrer Nähe.

## Shop

Der ÖAMTC Shop hält auch für Radfahrer viele geprüfte und preisgünstige Angebote bereit, so z.B.:

- ▶ Fahrradhelme
- ▶ Reflektor-Sets
- ▶ Fahrrad-Kindersitze
- ▶ Atlanten
- ▶ Stadtpläne
- ▶ Absperrvorrichtungen

**Vertrauen Sie auf beste  
Qualität und kompetente  
Beratung!**

