

Endlich sicher auf dem Rad

Wenn Erwachsene etwas lernen müssen, was allgemein als selbstverständlich gilt

VON ANSGAR MÖNTER

■ **Bielefeld.** Fahrrad fahren ist kinderleicht; wer es einmal kann, verlernt es nie wieder. Beide Aussagen sind Allgemeinut. „Und beide sind falsch“, sagt Claudia Böhm vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) in Bielefeld. Erwachsene tun sich mitunter schwer, das Radfahren zu lernen, manche konnten es als Kind, haben es aber tatsächlich verlernt – meist nach einem Schockerlebnis. Der ADFC und seine Partner bieten diesen Menschen eine Radfahrerschule an.

Sigrid Schondorf (65) war lange Zeit eine gute Radfahrerin. Bis sie im Urlaub einen schweren Unfall hatte. „Ich bin mit einem Leihfahrrad einen Abhang runtergefahren, die Bremsen waren aber nicht in Ordnung.“ Sie verletzte sich schwer, lag im Krankenhaus. Danach ist sie nicht mehr auf Rad gestiegen – bis zum vergangenen Wochenende. „Jetzt ist meine Angst weg und ich bin wieder sicher“, sagt sie nach den zwei Tagen Radfahrerschule auf dem Übungsplatz an der Apfelstraße. Eine ähnliche Geschichte erlebte Michael Middendorf. Der 43-Jährige stürzte als Kind bei der Radfahrprüfung, danach war Schluss mit diesem Fortbewegungsmittel.

Sicher und entspannt bewegt sich nach wenigen Stun-



Klappt schon recht gut: Claudia Böhm (l.) vom ADFC mit Cathrin Oreña und Michael Middendorf auf den Rädern. FOTO: BARBARA FRANKE

den Training Viktoria Dammeyer (41) auf dem orangefarbenen Rad des ADFC über die Übungsstraßen. Sie hat ihre Kindheit in Tadschikistan ver-

bracht. „Dort haben nicht alle Kinder ein Rad“, sagt sie. Zu teuer. Sie hat es also nie gelernt. Dabei wollte sie es immer. „Jetzt will ich Radtouren

machen“, sagt sie.

Wäre Cathrin Oreña noch in ihrem Herkunftsland Philippinen, würde sie wahrscheinlich immer noch nicht auf einem Zweirad sitzen können. „Dort ist Radfahren für Frauen tabu“, erzählt sie. „Weil die Leute glauben, Mädchen und Frauen verlieren dadurch ihre Unschuld“, ergänzt sie kopfschüttelnd und lachend. In ihrer neuen Heimat Deutschland ist diese gesellschaftliche Groteske weit weg, die 32-Jährige hat sich nun „einen Traum erfüllt“, wie sie sagt.

Langsam werden die Übungen an das Radfahren herangeführt. „Wir fangen erst ohne Pedalen und niedrigem Sattel an, damit alle ein Gefühl für ein Fahrrad bekommen“, erklärt Thorsten Böhm vom ADFC. Wie Laufräder werden die Fahrräder zunächst benutzt. Zwischen den Übungseinheiten essen und trinken die Teilnehmer gemeinsam; oder sie lernen Theoretisches über das Verhalten von Fahrradfahrern im Straßenverkehr, etwa „über typische Gefahrensituationen und das Tote-Winkel-Problem“, sagt Thorsten Böhm.

Ziel des Kurses ist es, dass alle zumindest sicher und kontrolliert anfahren und stoppen sowie Kurven nehmen können. Die Lernfortschritte der Teilnehmer sind zwar unterschiedlich, am Ende aber beherrschen sie die für sie wieder entdeckte oder neue Kulturtechnik.

INFO

ADFC-Radfahrerschule

- ◆ Der nächste Termin der ADFC-Radfahrerschule ist am Samstag und Sonntag, 30. und 31. Mai, jeweils von 9.30 bis 16 Uhr;
- ◆ Ort ist wieder der Verkehrsübungsplatz an der Apfelstraße 82;
- ◆ Fahrräder und Helme werden gestellt;
- ◆ Die Kursgebühren betragen 115 Euro regulär, für ADFC-

Mitglieder 75 Euro, ermäßigt 55 Euro;

- ◆ Veranstalter sind der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club Bielefeld, das Bildungswerk des Deutschen Roten Kreuzes Bielefeld und die örtliche Polizei;
- ◆ Anmeldung: Tel. (0521) 52 99 80; bildungswerk@drk-bielefeld.de;
- ◆ www.adfc-bielefeld.de