



Fahrradwerkstätte

Unterrichtsmaterialien: Begleitheft

5. - 8. Schulstufe

„Schulen mobil“ ist ein Gemeinschaftsprojekt von Klimabündnis Tirol, dem Ökoinstitut Südtirol, dem Kuratorium für Verkehrssicherheit – Landesstelle Tirol, dem Land Tirol und der Autonomen Provinz Bozen-Südtirol - Abteilung Mobilität kofinanziert durch Mittel des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung – INTERREG IV A Italien Österreich.





Einleitung	4
Wie funktioniert eine Fahrradwerkstätte?	5
Beschreibung der Unterrichtsmaterialien	6
Vorschlag für die Gestaltung einer Unterrichtseinheit	7
Beschreibung der Unterrichtsmaterialien	
 Informationsblätter/Arbeitsblätter/Lösungsblätter	
 Vorteile des Radfahrens	
Informationsblatt	8
Unterrichtsvorschläge.....	9
 Sicherheitsvorschriften Ausstattung Fahrrad	
Informationsblatt	10
Unterrichtsvorschläge.....	12
Arbeitsblätter	13
Lösungsblatt	15
 Fahradhelm	
Informationsblatt	16
Unterrichtsvorschlag / Arbeitsblatt	17
 Fahrradschlösser	
Informationsblatt	18
Unterrichtsvorschlag	19
 Größeneinstellung Fahrrad	
Informationsblatt	20
Unterrichtsvorschlag / Arbeitsblatt	21
 Das richtige Verhalten im Straßenverkehr	
Informationsblatt	22
Arbeitsblatt	24
Lösungsblatt	25
 Fahrradteile	
Arbeitsblatt	26
Fahrradcheckliste	28
 Literaturliste / Linkliste	29



Liebe Pädagoginnen, liebe Pädagogen,

wussten Sie, dass etwa die Hälfte aller privaten Autofahrten unter fünf Kilometer, ein Viertel davon sogar unter zwei Kilometer liegt? Distanzen, die sich ideal zum Radfahren eignen.

Mobilitätsverhalten im Schulalter

Der tägliche Schulweg spielt im Leben der SchülerInnen eine große Rolle. Im Schulalter kann die Erziehung hin zu umweltfreundlicher Mobilität besonders gut ansetzen. Später werden bereits angelesene motorisierte Verhaltensweisen nur mehr schwer abgelegt. Zudem wirkt sich gelerntes umweltfreundliches Mobilitätsverhalten auch auf Freizeitwege aus.

Untersuchungsergebnisse zeigen, dass über die Hälfte der HauptschülerInnen (54 %) mit öffentlichen Verkehrsmitteln zur Schule kommen, 28 % gehen zu Fuß, 10 % der SchülerInnen werden von den Eltern mit dem Privat-Pkw zur Schule gebracht und 8 % fahren mit dem Fahrrad. In der Freizeit steigt der Anteil der „Elterntaxis“ auf knapp 30 % an¹ - ein Trend, dem durch Aufzeigen alternativer Fortbewegungsmittel entgegenwirken sollte.

Vorteile des Radfahrens

Radfahren bietet eine Reihe von Vorteilen. Es entlastet durch die Vermeidung von Schadstoffen, Kohlendioxid und Lärm die Umwelt. Auch braucht das Fortbewegungsmittel Fahrrad viel weniger Platz als ein Auto. Es ist somit eine saubere, leise, energiesparende und klimafreundliche Variante zum Moped oder Auto. Daneben hält Radfahren gesund und fit und bietet Bewegung an der frischen Luft.

SchülerInnen, die sich viel bewegen, sind aufnahmefähiger und können sich auch viel besser konzentrieren.

Funktionierendes Fahrrad

Damit Radfahren so richtig Freude macht, sind Sauberkeit und Wartung des Fahrrads wichtige Themen. Denn wer sein Rad pflegt und wichtige Tipps und Hinweise befolgt, der hat lange Freude damit. Ein sauberes und gut gewartetes Fahrrad mit funktionierenden Bremsen, intaktem Licht und funktionsfähiger Schaltung ist aber auch wichtig für die Sicherheit, sind doch neben eigenem Fehlverhalten oder dem anderer VerkehrsteilnehmerInnen die mangelnde Ausstattung und Wartung des Fahrrades eine der häufigen Ursachen für Unfälle. So werden mehrere hundert Unfälle pro Jahr auf Reifenplatzer und herauspringende Ketten zurückgeführt.²

Die Fahrradwerkstätte

In einer Fahrradwerkstätte lernen SchülerInnen, selbständig kleinere Reparaturen an ihren Rädern durchzuführen. Dadurch wächst der Bezug zum eigenen Fahrrad und, der oft lästige Weg zur/m MechanikerIn kann öfter entfallen. Das Ergebnis der eigenen Reparaturarbeit wird zudem unmittelbar erfahren. Somit kann den SchülerInnen mehr Freude und mehr Selbstvertrauen im Umgang mit dem Rad vermittelt werden und zu einem Umstieg auf das Rad motiviert werden.

¹ Verkehr in Zahlen: Herry Consult (2007)

² Presseinformation: Kuratorium für Verkehrssicherheit (2008)

Fahrradwerkstätte „Schulen mobil“

Die Fahrradwerkstätte kann von den PädagogInnen mit den zur Verfügung gestellten Materialien (siehe S. 6) selbständig durchgeführt werden. Von ihrem organisatorischen und strukturellen Aufbau her, eignet sich ihre Umsetzung optimal im Rahmen des Werkunterrichts. Aber auch bei diversen Aktivtagen oder Schulfesten kann eine Fahrradwerkstätte angeboten werden.

Wie funktioniert eine Werkstätte?

Die SchülerInnen nehmen ihre Fahrräder in den Unterricht mit und arbeiten in Gruppen an jeweils einem Fahrrad (ca. 3 bis 4 SchülerInnen pro Fahrrad). Mittels Checklisten (siehe Anhang S. 28) können die SchülerInnen ihre Fahrräder Schritt für Schritt auf deren Einsatzbereitschaft überprüfen und unter Anleitung der PädagogInnen selbst kleinere Reparaturen durchführen. Bei Reparaturen, die im Rahmen der Fahrradwerkstätte nicht durchgeführt werden können, empfiehlt es sich, ein Elternteil, eine/n FahrradhändlerIn oder eine Fahrradreparaturwerkstatt beizuziehen.

Was ist das Ziel einer Fahrradwerkstätte?

Wissensvermittlung

Die SchülerInnen sollen lernen, selbständig kleinere Reparaturen an ihrem Fahrrad durchzuführen. Im Vordergrund steht damit die Wissensvermittlung beim Umgang mit technischen Anforderungen, mit Werkzeugen etc. Gleichzeitig werden dabei auch die motorischen Fähigkeiten der SchülerInnen gefördert.

Freude am Radfahren

Oft lassen Kinder ihre Räder schon bei einem lockeren Sattel oder einer falsch eingestellten Bremse zuhause stehen. Können sie

diese kleinen Dinge selbst reparieren, steigt die Freude der SchülerInnen im Umgang mit dem Rad und es wird viel häufiger als Fortbewegungsmittel in Anspruch genommen.

Zum Umsteigen anregen

Vor allem SchülerInnen, die das Fahrrad bislang noch nicht als geeignetes Fortbewegungsmittel entdeckt haben, sollen durch die Teilnahme an der Fahrradwerkstätte zum „Umsteigen“ angeregt werden.

Arbeit in Kleingruppen

Daneben spielt auch das Erlernen von Sozialverhalten bei der Arbeit in Kleingruppen eine Rolle. Die Kommunikation miteinander, das Erlernen von Konfliktlösungsstrategien mit den PartnerInnen in der Gruppe sowie das Einhalten vorgegebener Regeln sind erforderlich.

Umsetzungsvarianten

Bei der Umsetzung der Fahrradwerkstatt sollte die Zusammenarbeit mit **lokalen** RadhändlerInnen und **Radfachgeschäften** überlegt werden. Diese erklären sich meist gerne bereit, gemeinsam mit Ihnen die Fahrradwerkstätte durchzuführen. Treten Sie einfach mit Ihren lokalen RadhändlerInnen in Kontakt und erklären Sie den Ablauf der Fahrradwerkstätte. Ihre RadhändlerInnen werden Ihnen dann mitteilen, wie und mit welchem Aufwand sie sich an einer Werkstätte beteiligen können und wollen.

Von Vorteil ist es zudem, die **Eltern** in die Fahrradwerkstätte mit einzubinden. Wird diese z.B. auf dem Schulhof durchgeführt, können auch die Eltern bei der Reparatur mitmachen bzw. selber Tipps an die Kinder weitergeben. Zu überlegen ist auch eine Teilnahme von Polizeibeamten.



Beschreibung der Unterrichtsmaterialien

Zur selbständigen Umsetzung einer Fahrradwerkstätte in der 5. bis 8. Schulstufe werden PädagogInnen kostenlos eine Reihe von Unterrichtsmaterialien zur Verfügung gestellt:

Begleitheft:

Das **Begleitheft** bietet Hintergrundwissen zu Sicherheit und notwendiger Ausstattung von Fahrrädern und Unterrichtsideen rund um das Thema Fahrrad sowie Arbeitsblätter für die SchülerInnen.

Technische Anleitung für PädagogInnen:

In der **Technischen Anleitung** wird PädagogInnen konkret die Umsetzung der Reparaturen anhand von Bildern erklärt.

Videofilme:

Schwierige Reparaturen werden in Videofilmen erklärt. **Mit freundlicher Unterstützung der Firma BIKE & OUTDOOR COMPANY GmbH & Co. KG, Hamburg** sowie **VELOPLUS** werden PädagogInnen drei Filme zur Verfügung gestellt:

- „Scheibenbremse schleiffrei einstellen“
- „Laufrad zentrieren“
- „Kettenschaltung einstellen“
- „Kinder lernen Reifen flicken“

Materialienkiste:

Die Materialienkiste enthält alle Unterlagen, verschiedene Unterrichtsbehelfe sowie vier Werkzeugkoffer. Der genaue Inhalt der Werkzeugkoffer ist in der Technischen Anleitung für PädagogInnen angeführt.

Foliensatz:

In der Materialienkiste findet sich zudem ein Satz Overheadfolien bzw. eine PPT-Präsentation auf CD. Diese unterstützt bei der Vermittlung des theoretischen Hintergrundwissens.

Wo bekomme ich die Unterrichtsbehelfsmittel?

Alle Unterrichtshefte, Unterrichtsmaterialien, Videofilme, der Foliensatz sowie eine Grundausstattung an Fahrrad-Werkzeugen sind in der **Materialienkiste** zusammengefasst. Die **Materialienkiste** kann beim Medienservice des Landes Tirol ausgeliehen werden..

Kontakt:

TBI Medienzentrum
Hofburg – Rennweg 1
Raum 112
6021 Innsbruck
Tel.: 0512/508-4294
www.tirol.gv.at/buerger/bildung/medienzentrum

Alle Materialien stehen auch Online unter www.schulenmobil.at sowie im **Portal Tirol** in der Datenbank **Le-on** zum Download bereit.

Vorschlag für die Gestaltung der Unterrichtseinheit

Theorieteil

In einem theoretischen Teil werden Themen wie die allgemeine Ausstattung von Fahrrädern, Sicherheitsvorschriften, Varianten von Fahrradhelmen und Fahrradschlösser besprochen. Zu finden sind die Inhalte und passende Arbeitsblätter für die SchülerInnen sowie eine Reihe von Unterrichtsideen auf den folgenden Seiten.

Einleitung – Hinführung zum Thema Ideen aus dem Begleitheft

Zu folgenden Schwerpunktthemen stehen Informationsblätter und Unterrichtsvorschläge zur Verfügung:

Vorteile des Radfahrens
Sicherheitsvorschriften Ausstattung
Fahrradhelm
Fahrradschlösser
Größeneinstellung Fahrrad
Verhalten im Straßenverkehr

Zur Verfügung stehende Materialien:

- Begleitheft mit Hintergrundwissen für PädagogInnen und Arbeitsblätter
- Foliensatz: Powerpoint oder Overheadfolien mit Inhalten aus Begleitheft
- Materialienkiste: verschiedene Unterrichtsbehelfe

Praxisteil

Die SchülerInnen überprüfen mittels Fahrradcheckliste die Fahrräder auf deren Einsatzbereitschaft. Danach können sie unter Anleitung der PädagogInnen kleinere Reparaturen durchführen (Patschen flicken, Kette einlegen, Bremsen nachziehen, ...). Notwendige Anleitungen hierfür sind in der **Technischen Anleitung** für PädagogInnen zu finden.

Reparaturen

Die Reparaturen können je nach Interesse und zur Verfügung stehender Zeit ausgewählt werden:

Reinigung und Wartung
Bremsen Einstellen und Warten
Lichtanlage reparieren
Sattelleinstellung und Tauschen
Achter ausziehen
Patschen flicken
Schaltung einstellen und warten
Kette tauschen und warten
Pedale tauschen

Zur Verfügung stehende Materialien:

- Fahrradcheckliste (Begleitheft, S. 28)
- Technische Anleitung für PädagogInnen
- Videofilme
- Materialienkiste: 4 Werkzeugkoffer, verschiedene Unterrichtsbehelfe



Vorteile des Radfahrens

Informationsblatt



Bild 1: Radfahren macht Spaß und trägt gleichzeitig auch zum Umweltschutz bei

Beitrag zum Klimaschutz

Radfahren ist ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz.

Weniger Luftverschmutzung

Die starke Luftverschmutzung ist Grund für viele Krankheiten und Beschwerden – durch mehr Radverkehr wird sie nachhaltig reduziert, die Lebensqualität wird höher.

Reduktion der Lärmbelastigung

Übermäßige Lärmbelastung durch Verkehr und Transport, die vor allem in Ballungsräumen vorkommt, kann zu Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder Verspannungen führen. Mehr Radverkehr bringt wieder mehr Ruhe in unseren Alltag.

Fördert die Gesundheit

Radfahren schont die Gelenke, hilft gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen, fördert die

Fettverbrennung und stärkt das Immunsystem.

Erhöht den Wellnessfaktor und fördert die Stressbewältigung

Die Bewegung vor und nach der Schule erhöht die Leistungsfähigkeit, baut Aggressionen ab und trägt zur Stressbewältigung bei.

Weniger Bodenverbrauch

Abgestellte Fahrräder benötigen im Vergleich zu Autos viel weniger Platz. Ein Auto steht im Durchschnitt 22 Stunden am Tag und verbraucht so viel Platz wie sechs Fahrräder. Der eingesparte Platz lässt mehr Raum für Menschen und Natur.

Radfahren macht Spaß

Sportliche Betätigung und die Bewegung an der frischen Luft machen Freude. Oft bleibt für Bewegung im Freien zu wenig Zeit. Regelmäßiges Radfahren kann dieses Manko ausgleichen.³

³ Rad-Geber: „die umweltberatung“, Wien (2007)

Vorteile des Radfahrens

Unterrichtsvorschläge

Platzverbrauch – Auto

Auf einem Autoabstellplatz werden so viele Räder als möglich platziert. Die Räder werden gezählt und über den Platzverbrauch eines Autos diskutiert.

Fotowettbewerb

Die SchülerInnen erhalten die Aufgabe, ihr Rad in einer besonders „coolen“ oder außergewöhnlichen Situation zu fotografieren. Der Kreativität wird freier Lauf gelassen. Das beste Foto wird von den SchülerInnen selbst prämiert.

Abgasfallen

Mit Abgasfallen kann die Luftverschmutzung durch den Verkehr sehr gut visualisiert werden. Dazu Alufolien mit Vaseline bestreichen, an einer geeigneten Oberfläche befestigen und an möglichst unterschiedlichen Standorten (direkt neben der Bundesstraße, in einer Nebenstraße, im Park, ...) eine Woche lang aufstellen.

Zu beachten:

- möglichst witterungsgeschützt, ansonsten sollte es eine Woche lang nicht regnen
- einplanen, dass einige Abgasfallen entwendet werden können



Sicherheitsvorschriften Ausstattung Fahrrad

Informationsblatt

Zur Teilnahme am Straßenverkehr muss ein Fahrrad über eine gewisse Ausrüstung verfügen. Hierzu zählen (Auszug aus der Fahrradverordnung, BGBl II/2001/146 vom 6. April 2001)⁴:

1. mit zwei voneinander unabhängig wirkenden **Bremsvorrichtungen**, mit denen auf trockener Fahrbahn eine mittlere Bremsverzögerung von 4 m/sec^2 bei einer Ausgangsgeschwindigkeit von 20 km/h erreicht wird;
2. mit einer Vorrichtung zur Abgabe von **akustischen Warnzeichen** (Glocke, ...);
3. mit einem hellleuchtenden, mit dem Fahrrad fest verbundenen **Scheinwerfer**, der die Fahrbahn nach vorne mit **weißem oder hellgelbem, ruhendem Licht** mit einer Lichtstärke von mindestens 100 cd beleuchtet;
4. mit einem **roten Rücklicht** mit einer Lichtstärke von mindestens 1cd;
5. mit einem **weißen, nach vorne wirkenden Rückstrahler** mit einer Lichteintrittsfläche von mindestens 20 cm^2 ; der Rückstrahler darf mit dem Scheinwerfer verbunden sein;
6. mit einem **roten, nach hinten wirkenden Rückstrahler** mit einer Lichteintrittsfläche von mindestens 20 cm^2 ; der Rückstrahler darf mit dem Rücklicht verbunden sein;
7. mit **gelben Rückstrahlern an den Pedalen**; diese können durch gleichwertige Einrichtungen ersetzt werden;
8. mit Reifen, deren Seitenwände ringförmig zusammenhängend weiß oder gelb rückstrahlend sind, oder an jedem Rad mit mindestens **zwei nach beiden Seiten wirkenden gelben Rückstrahlern** mit einer Lichteintrittsfläche von mindestens 20 cm^2 oder mit anderen rückstrahlenden Einrichtungen, die in der Wirkung den zuvor genannten entsprechen;
9. wenn das Fahrrad für den Transport mehrerer Personen bestimmt ist, für jede Person mit einem eigenen Sitz, mit einer eigenen Haltevorrichtung und eigenen Pedalen oder Abstützvorrichtungen.

Bei bestimmungsgemäßer Verwendung von Fahrrädern abseits der Fahrbahn muss die Bremsverzögerung – unbeschadet des Punkt 1 - einen Wert erreichen, der einen sicheren Gebrauch des Fahrrades gewährleistet.

Sofern Scheinwerfer oder Rücklicht mit einem Dynamo betrieben werden, gelten Punkt 3 und 4 mit der Maßgabe, dass die dort genannte Wirkung ab einer Geschwindigkeit von 15 km/h erreicht werden muss.

Bei **Tageslicht** und guter Sicht dürfen Fahrräder ohne die in Punkt 3 und 4 genannte Ausrüstung verwendet werden.

Das Fahrrad soll in regelmäßigen Abständen auf seine **Funktionsfähigkeit überprüft** werden.

Ausnahmen: Nur Rennfahrräder brauchen keine Reflektoren, alle anderen Fahrräder sehr wohl und immer! Die Beleuchtungseinrichtung darf bei Rennrädern und bei allen andern Rädern (z. B. Mountainbikes), die bei Tag und guter Sicht benützt werden, entfallen.⁵

Als Rennfahrrad gilt ein Fahrrad mit folgenden technischen Merkmalen:

1. Eigengewicht des fahrbereiten Fahrrades höchstens 12 kg;
2. Rennlenker;
3. äußerer Felgendurchmesser mind. 630 mm und
4. äußere Felgenbreite höchstens 23 mm.

Darüber hinaus empfiehlt das Kuratorium für Verkehrssicherheit ohne gesetzliche Verpflichtung:

- Radhelm mit Reflexstreifen
- Geschlossener Kettenschutz und rutschsichere Pedale
- Integrierter Dynamo mit Standlichtanlage
- Befestigung der Tretkurbel ohne herausstehenden Bolzen⁶

⁴ Fahrradverordnung, BGBl II/2001/146 vom 6. April 2001

⁵ www.siz.cc/niederoesterreich/aktuelles/892

⁶ www.kfv.at/fileadmin/Publikationen/Broschueren_Folder/Verkehr_Mobilitaet/RechtsvorschrRadfahrer.pdf

Sichtbar mit Licht

RadfahrerInnen sind vor allem im Dunkeln weniger deutlich sichtbar und dadurch auch stärker gefährdet. Die Straßenverkehrsordnung (StVZO) schreibt vor, welche Beleuchtung und welche Reflektoren am Fahrrad angebracht werden müssen (siehe 1.1. Rechtliche Vorschriften). Man kann jedoch auch selbst etwas dazu beitragen, dass man im Dunkeln mehr auffällt, etwa durch das Anbringen von reflektierenden Streifen oder sonstigen Elementen an Jacken oder Taschen.



Bild 2: Vorgeschiedene Ausstattung eines Fahrrades: Rotes Rücklicht und roter Rückstrahler, zwei gelbe Rückstrahler in den Rädern, gelbe Rückstrahler an den Pedalen, Scheinwerfer mit weißem Rückstrahler, Glocke. Hinzu kommen noch funktionstüchtige Bremsen.

Eine helle Kleidung, am besten mit reflektierenden Streifen, ist vor allem bei schlechter Sicht wichtig.⁷

Wohin mit dem Gepäck?

Zur Aufbewahrung des Gepäcks ist ein stabiler Gepäckträger mit einer guten Klemme wichtig. Die Gegenstände sollten gut befestigt sein und nicht nach unten herunterhängen. Ansonsten besteht die Gefahr, dass sie sich in den Speichen verfangen könnten. Geeigneter und sicherer sind natürlich Fahrradkörbe, Päcktaschen oder Schalenkoffer. Die typischen Plastiktüten am Lenker sind gefährlich. Dadurch kann man leicht das Gleichgewicht verlieren und es wird schwieriger zu bremsen. Gefährliche Situationen im Straßenverkehr können die Folge sein.



Bild 3: Ein sicherer Fahrradkorb ist gut geeignet zur Aufbewahrung von Gepäck.

⁷ www.siz.cc/niederoesterreich/aktuelles/892



Sicherheitsvorschriften Ausstattung Fahrrad

Unterrichtsvorschläge

Beleuchtungsvorschriften

Anhand der Schautafel in der Materialienkiste oder anhand der Fahrräder der SchülerInnen werden die einzelnen Beleuchtungseinrichtungen besprochen.

Dauer: 10 Minuten

Material: Schautafel aus Materialienkiste

Sicherheitsvorschriften

Anhand der Schautafel in der Materialienkiste wird die richtige Ausstattung eines Fahrrades gemeinsam mit den SchülerInnen besprochen.

Dauer: 10 Minuten

Material: Schautafel aus Materialienkiste

Sicherheitsvorschriften Beleuchtung Fahrrad

Arbeitsblatt

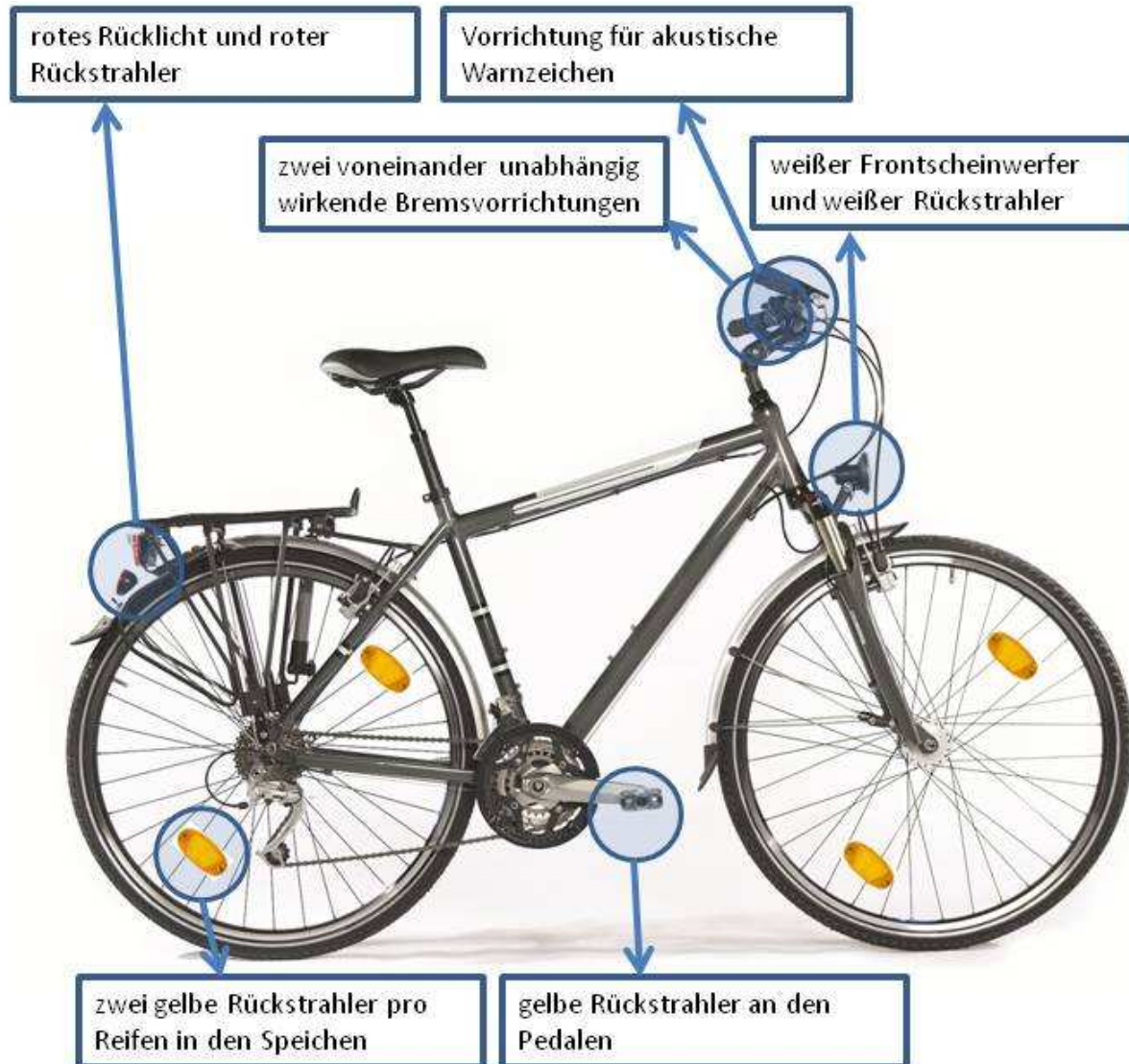
Checkliste Sicherheitseinrichtungen eines Fahrrades:

zwei voneinander unabhängig wirkende Bremsvorrichtungen	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktionieren <input type="checkbox"/>
Vorrichtung für akustische Warnzeichen (Glocke, ...)	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktioniert <input type="checkbox"/>
Frontscheinwerfer (weißes, hellgelbes, ruhendes Licht)	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktioniert <input type="checkbox"/>
Rücklicht (rot)	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktioniert <input type="checkbox"/>
Rückstrahler (weiß) – vorne	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktioniert <input type="checkbox"/>
Rückstrahler (rot) – hinten	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktioniert <input type="checkbox"/>
Rückstrahler (gelb) an den Pedalen	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktionieren <input type="checkbox"/>
zwei gelbe Rückstrahler pro Reifen in den Speichen	vorhanden <input type="checkbox"/>	funktionieren <input type="checkbox"/>



Sicherheitsvorschriften Ausstattung Fahrrad Lösungsblatt

Sicherheitseinrichtungen eines Fahrrades: Bezeichne die vorgeschriebenen Sicherheitseinrichtungen am Fahrrad



Bildquelle: Broschüre „Das sichere Fahrrad“, Herausgeber: Deutscher Verkehrssicherheitsrat e.V. in Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung und weiteren Partnern, Auflage 3, 2008 (bearbeitet Klimabündnis Tirol)



Fahrradhelm

Informationsblatt

Sicher mit Helm

Jede fünfte Radfahrverletzung ist eine im Kopf- und Gesichtsbereich. Ein gut angepasster Radhelm sollte deshalb selbstverständlich sein - auch für Kinder. Kommt es trotz gebotener Vorsicht einmal zu einem Sturz, so ist der Kopf gut geschützt.⁸

Material Helm

Ein guter Fahrradhelm sollte eine harte Außenschale mit Belüftungsöffnungen haben. Bei den vorderen Belüftungsöffnungen sollten Netze eingearbeitet sein, die Insekten abhalten. Wichtig ist auch, dass der Helm geprüft ist, der EN 1078 Norm entspricht und eine CT-Kennzeichnung aufweist.⁹

Helm richtig aufsetzen

Wichtig ist die richtige Positionierung des Helms. Er muss gerade auf dem Kopf sitzen, darf nicht in die Stirn ragen und nicht im Nacken liegen. Die Ohren sind genau in der Mitte des Dreiecks des Riemen, die seitliche Feststelleinrichtung befindet sich unter dem Ohr. Der Helm wird mit der hinteren Feststelleinrichtung im Nacken fest gedreht. Dann wird der Riemen am Kinn festgezogen. Beim Vor- und Zurückbewegen des Kopfs darf der Helm nicht verrutschen.¹⁰



Bild 4: Links: richtige Positionierung des Helmes; Rechts: Helm sitzt falsch, zu weit im Nacken



Bild 5: Der Gurt sollte nicht zu fest sein, es sollten zwei Finger zwischen Hals und Gurt passen. Durch Drehen der Feststelleinrichtung hinten am Helm wird dieser fixiert. Nun sollte beim Vor- und Rückbewegen des Kopfes der Helm nicht mehr verrutschen.¹¹

⁸<http://www.siz.cc/niederoesterreich/aktuelles/892>

⁹ <http://www.dvr.de/download/das-sichere-fahrrad.pdf>

¹⁰<http://www.radworkshop.info/cms/images/stories/Files/test-helmeinstellung.pdf>

¹¹ vgl.: <http://www.dvr.de/download/das-sichere-fahrrad.pdf>

Fahrradhelm

Unterrichtsvorschlag/ Arbeitsblatt

Position Fahrradhelm

Das richtige „Aufsetzen“ eines Helms wird von einer/m SchülerIn an einer/m KameradIn vorgeführt.

Dauer: 10 Minuten

Material: Fahrradhelm

Checkliste: Fahrradhelm

Kennzeichnung	<input type="checkbox"/> Helm besitzt CT-Kennzeichnung
Positionierung	<input type="checkbox"/> sitzt gerade am Kopf <input type="checkbox"/> Ohren genau in der Mitte des Dreieckes des Riemens <input type="checkbox"/> seitliche Feststelleinrichtung unter dem Ohr
Fixierung	<input type="checkbox"/> hintere Feststelleinrichtung fest gedreht <input type="checkbox"/> Riemen am Kinn fest gezogen <input type="checkbox"/> kein Verrutschen beim Vor – und Rückwärtsbewegen



Fahrradschlösser

Informationsblatt

Fahrraddiebstahl

Jährlich werden in Österreich zahlreiche Fahrraddiebstähle gemeldet. Ein gutes Schloss und ein richtiger Umgang beim Abstellen und Absperren des Fahrrads sind deswegen sehr wichtig.

Typen Fahrradschlösser

Auch wenn man sein Rad mit einem Rahmenschloss absperrt, besteht noch immer die Gefahr, dass es einfach weggetragen werden kann. Besser geeignet sind hier Bügelschlösser, die an Radabstellanlagen oder Laternenpfosten mit angeschlossen werden können. Diese Schlösser gelten als die sichersten, sind jedoch auch sehr schwer und relativ unhandlich. Auch geeignet sind die durch zusätzliche Stahlhüllen sehr sicheren Panzerkabelschlösser oder Spiralkabelschlösser. Letztere sind zwar weniger sicher, jedoch einfacher zu transportieren, flexibel und nicht so sperrig wie Panzerkabelschlösser.

Richtiger Abstellplatz

Wichtig ist auch, das Rad an einem sicheren Platz abzustellen: Gut einsehbare Abstellanlagen oder eigene Fahrrad – Anlehnbügel sind immer zu bevorzugen. Wenn möglich, sollte man das Fahrrad nicht über Nacht in einer Fahrradabstellanlage stehen lassen oder zumindest in einer stark frequentierten und gut beleuchteten Anlage abstellen. Oft ist es besser, das Rad auch im Keller oder Fahrradraum abzusperren und nicht in Innenhöfen stehen zu lassen. Der Sattel und teure Aufstecklampen sollten stets abmontiert, Werkzeug nicht in der Satteltasche belassen werden. Zu empfehlen ist auch eine Fahrradcodierung. Hierbei wird ein Code in den Fahrradrahmen eingraviert, der beim Auffinden des Fahrrads ein Zuordnen an die/den BesitzerIn ermöglicht.¹²



Bild 6: Panzerkabelschloss



Bild 7: Rahmenschloss



Bild 8: Spiralkabelschloss



Bild 9: Beim Abstellen des Fahrrades ist es zu empfehlen, das Rad an einen festen Gegenstand zu befestigen.

¹²Rad-Geber: „die umweltberatung“, Wien (2007); www.oeamtc.at.

Fahrradschlösser

Unterrichtsvorschläge

Typen Fahrradschlösser

SchülerInnen zeigen ihre Schlösser, vier Typen werden auf das Pult gelegt. Die Vor- und Nachteile der Schlösser werden gemeinsam diskutiert.

Dauer: 10 Minuten

Material: Rahmenschloss, Bügelschloss, Spiralkabelschloss, Panzerkabelschloss

Fahrradcodierung

Falls ein/e SchülerIn bereits eine Fahrradcodierung gemacht hat, kann der Code von den MitschülerInnen gesucht werden. Danach wird diskutiert, warum so eine Codierung vorteilhaft ist (dazu gibt es auch Infos von der Bundespolizei....).

Dauer: 10 Minuten

Material: Fahrrad mit Codierung



Größeneinstellung Fahrrad

Informationsblatt

Richtige Größeneinstellung

Wie eine neue Hose genau passen sollte, soll auch jedes Fahrrad genau auf seine/n BenutzerIn eingestellt sein. Die richtige Rahmengröße hängt neben der Körpergröße von der Schrittlänge ab. Beim Fahrradkauf sollte man sich hierbei gut beraten lassen, um die richtige Größe des zukünftigen Fahrrads zu bestimmen.

Rahmenlänge - Sitzlänge

Zu einer optimalen Sitzposition trägt vor allem die Rahmenlänge (Abstand vom Sattel zum Lenker) bei. Eine falsche Position am Rad führt zu einem anstrengenden und kräfteraubenden Fahren und längerfristig zu Rücken- und Knieproblemen. Bei einer richtigen Rahmenlänge kann der Rücken bei geneigter Sitzposition in seiner natürlichen S-Form gehalten werden.

Höhe des Sattels

Sicher halten und stehen bleiben kann man, wenn man auf dem Sattel sitzend mit beiden Fußspitzen gleichzeitig den Boden erreichen kann. Die Beine sollten beim Treten in die Pedale nicht völlig durchgestreckt werden müssen. Die Sattelhöhe sollte so eingestellt sein, dass man, bei gestrecktem Bein, mit der Ferse das unten stehende Pedal erreichen kann. Für Kinder ist es jedoch besser, wenn sie den Boden noch mit beiden Füßen erreichen können. Beim Stehenbleiben haben sie dadurch mehr Sicherheit.

Falsche Einstellungen der Sitzhöhe können zu kraftraubendem Fahren und, längerfristig gesehen, auch zu Knieproblemen führen.

Bei der Sattelneigung sollte man auf sein individuelles Empfinden achten, er sollte aber so waagrecht wie möglich eingestellt sein.

Höhe des Lenkers

Der Lenker sollte sich in gleicher Höhe wie der Sattel befinden. Beim Sitzen soll man eine aufrechte Position einnehmen, um Rücken und Bandscheiben zu schonen. Die Arme sollten beim Umfassen der Lenker locker gebeugt sein.

Position der Bremsen

Die richtige Position der Bremsen ist entscheidend für ein schnelles und sicheres Bremsverhalten. Die Hebelenden der Bremsen sollten so eingestellt sein, dass sie in einer Linie mit den Unterarmen verlaufen.¹³



Bild 10: Bei einem richtig eingestellten Fahrrad sollte man nur mit den Fußspitzen den Boden berühren und die Arme sollten leicht abgewinkelt sein.

¹³ Rad-Geber: „die umweltberatung“, Wien (2007); <http://www.fahrrad.co.at>; <http://www.dvr.de/download/das-sichere-fahrrad.pdf>.

Größeneinstellung Fahrrad

Unterrichtsvorschlag/ Arbeitsblatt

Größeneinstellung Fahrrad

Die SchülerInnen überprüfen anhand ihrer eigenen Fahrräder, ob sie richtig eingestellt sind. Falls nicht, werden die Mängel notiert und später im Rahmen der Fahrradwerkstätte korrigiert.

Dauer: 15 Minuten

Checkliste: Größeneinstellung Fahrrad

<p>Sitzhöhe (Abstand zw. Sattel und Pedal)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Beine nicht völlig durchgestreckt <input type="checkbox"/> gestrecktes Bein erreicht mit der Ferse das Pedal bequem <input type="checkbox"/> mit Fußspitzen wird Boden erreicht
<p>Sattelposition (Abstand von Sattel zu Lenker)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> RadfahrerIn sitzt aufrecht
<p>Sattelneigung</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> so waagrecht wie möglich <input type="checkbox"/> aber nach individuellem Empfinden
<p>Lenkerhöhe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> RadfahrerIn sitzt aufrecht <input type="checkbox"/> ca. auf gleicher Höhe wie Sattel <input type="checkbox"/> Arme leicht gebeugt
<p>Sitzlänge (Abstand zw. Sattelspitze und Drehmittelpunkt des Lenkers)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Abstand sollte ca. drei Zentimeter länger sein als der Abstand vom Ellenbogen zu den Fingerspitzen



Das richtige Verhalten im Straßenverkehr

Informationsblatt

Persönliche Voraussetzungen für RadfahrerInnen:

Mindestalter 12 Jahre, darunter nur unter Aufsicht einer Person die das 16. Lebensjahr vollendet hat. Mit Fahrradausweis dürfen bereits Kinder ab 10 Jahren alleine mit dem Fahrrad fahren.

Alkohollimit 0,4 mg bzw. 0,8 Promille

Das richtige Verhalten

Folgende Verkehrsflächen dürfen (bzw. müssen) mit allen Fahrrädern befahren werden:

- Fahrbahn, außer bei Vorhandensein einer Radfahranlage. Ausnahme von der Benützungspflicht bei Rennrädern, wenn mit diesen eine Trainingsfahrt durchgeführt wird
- gegen die Einbahn nur, wenn diese Erlaubnis gesondert beschildert wurde
- Radfahranlagen, außer mit mehrspurigen Fahrrädern und mit Anhängern, die breiter als 80 cm sind: Radweg, Radfahrstreifen, Mehrzweckstreifen, Geh- und Radweg, Radfahrerüberfahrt
- Wohnstraßen, auch ohne Beschilderung gegen die Einbahn, aber nur mit Schrittgeschwindigkeit
- Fußgängerzonen nur dann, wenn dies durch Beschilderung ausdrücklich erlaubt wird (Schrittgeschwindigkeit).

Auch sind folgende Verhaltensregeln für Radfahrer wichtig:

- Beim Abbiegen immer ein Handzeichen geben.
- Das Tempo immer dem eigenen Können anpassen. Stoppen sollte immer möglich sein.
- Beim Vorbeifahren an Autos einen Abstand halten und auf sich öffnende Autotüren achten.
- Nebeneinander fahren ist nur auf Radwegen und in Wohnstraßen erlaubt.

- Bei Trainingsfahrten mit Rennrädern darf ebenfalls nebeneinander gefahren werden, allerdings muss dabei der äußerste rechte Fahrstreifen benutzt werden.

Fahrverbote für Fahrräder:

- Gehsteig, (außer zum Queren im Zuge der Zufahrt zu einem Fahrradabstellplatz; Ausnahme Kinderfahrrad unter Begleitung) (Kinderfahrrad: äußerer Felgendurchmesser von höchstens 300 mm und einer erreichbaren Fahrgeschwindigkeit von höchstens 5 km/h).
- Gehweg
- auf dem für Fußgänger bestimmten Teil eines (getrennten) Geh- und Radweges
- Autobahn, Autostraße

Vorrangregeln:

Beschilderungen mit "Dreieck" oder "Stopptafel" gelten auch für RadfahrerInnen!

Bei **Radfahrerüberfahrten** gelten besondere Regeln:

- Tempolimit bei unregelmäßigen Radfahrerüberfahrten von 10 km/h
- Vorrang gegenüber Fahrzeugen von rechts oder links, solange sich RadfahrerInnen auf der Radfahrerüberfahrt befinden
- Wartepflicht für RadfahrerInnen wenn diese eine Radfahranlage verlassen oder diese endet.
- Schienenfahrzeuge und Einsatzfahrzeuge haben immer Vorrang
- FußgängerInnen haben am Fußgängerübergang immer Vorrang

Sonst gelten die normalen Vorrangregeln: Wenn weder eine Beschilderung noch eine Bodenmarkierung einer Radfahranlage vorhanden ist, gelten die üblichen Vorrangregeln, also z. B. der Rechtsvorrang.

Eltern sollten ihr Kind ermuntern, eine freiwillige Radfahrprüfung mitzumachen, die in den Schulen angeboten wird.¹⁴¹⁵

Das sichere Bremsen

Ebenso wie bei der Fahrt mit dem Auto, gilt beim Radfahren: immer bremsbereit fahren. Besonders bei schlechten Witterungsverhältnissen, wie Nässe auf der Fahrbahn, besteht beim Bremsen eine erhöhte Unfallgefahr.

Kinder sollten grundsätzlich immer mit der Vorderbremse und der Hinterradbremse gleichzeitig bremsen. Eine Vollbremsung mit der Vorderbremse alleine kann aufgrund der Gefahr, sich zu überschlagen, sehr gefährlich werden.

Vor Einfahren in eine Kurve ist die Geschwindigkeit soweit zu drosseln, dass kein weiteres Abbremsen in der Kurve selbst notwendig wird.

Das richtige Gangschalten

Je nach Schaltungstyp haben Fahrräder unterschiedlich viele Gänge. Bei z.B. 21 Gängen besitzt das Rad vorne bei der Kurbel drei Zahnkränze und hinten an der Nabe sieben Ritzel.

Eine einfache Regel beim Schalten besagt: Wenn es zu schwer geht – schalten, wenn es zu leicht geht – schalten. Man sollte somit immer auf das richtige Verhältnis von eingesetzter Kraft und optimaler Trittfrequenz achten. Das Treten sollte nie zu viel Kraft kosten, bei idealer Trittfrequenz lässt es sich stundenlang radeln. Ändern sich die Voraussetzungen beim Fahren, es wird z.B. steiler oder Gegenwind setzt ein, sollte sofort darauf reagiert und in einen niederen Gang geschaltet werden. Man sollte die Schaltung wirklich oft nutzen und immer den optimalen Gang suchen.

Besonderheiten der Kettenschaltung

Zu beachten ist auch, dass ein Gangschalten mit einer Kettenschaltung nur während dem Fahren möglich ist. Somit sollte man bereits vor dem Stehen bleiben in einen

niederen Gang schalten, um gut wegkommen zu können. Dann funktioniert das Schalten wie beim Autofahren: bei erreichter Trittfrequenz in den nächsten Gang schalten bis die gewünschte Geschwindigkeit erreicht ist.

Auch bei der Kettenschaltung ist zu beachten, dass man während des Schaltens die Tretkraft – nicht die Tretbewegung – reduzieren und in eine Art „Leerlauf“ kommen muss. Zudem sollte die Schaltung nie so stehen, dass die Kette sehr schräg verläuft (z.B. vorne das größte Zahnrad und hinten das kleinste Zahnrad), da die Kette dann leicht herauspringen kann.¹⁶

¹⁴<http://www.siz.cc/niederoesterreich/aktuelles/892>

¹⁵ Rechtsvorschriften für Radfahrer: Kuratorium für Verkehrssicherheit (2006)

¹⁶ Rad-Geber: „die umweltberatung“, Wien (2007)



Das richtige Verhalten im Straßenverkehr Arbeitsblatt

Was macht die Fahrradfahrerin alles falsch bzw. welche Mängel weist die Ausstattung des Fahrrades auf? Suche die 5 Fehler.



Das richtige Verhalten im Straßenverkehr

Lösungsblatt

Was macht die Fahrradfahrerin alles falsch bzw. welche Mängel weist die Ausstattung des Fahrrads auf? Suche die 5 Fehler.

5 Fehler:

Tasche am Lenker: Durch die Tasche am Lenker ist die Fahrradfahrerin stark beeinträchtigt. Das Gleichgewicht ist schwerer zu halten und es besteht die Gefahr, dass die Tasche in die Speichen gerät.

Schal hängt aus Fahrradkorb: Durch das unsachgemäße Verstauen des Schals im Fahrradkorb besteht die Gefahr, dass dieser sich in den Speichen verfängt. Dies kann zu abruptem Abbremsen des Rades und zu Unfällen führen.

Telefonieren mit Handy: Nach der Straßenverkehrsordnung ist das Telefonieren mit dem Handy verboten. Telefonieren lenkt vom Verkehrsgeschehen ab und erhöht die Unfallgefahr.

kein Helm: Das Tragen eines Helms ist beim Fahrradfahren sehr zu empfehlen. Bei einem Sturz ist somit die Gefahr schwerer Verletzungen im Kopfbereich stark verringert.

keine Rückleuchten in den Speichen: Nach der Straßenverkehrsordnung ist die Ausstattung des Fahrrads mit Rückleuchten vorgeschrieben. Dadurch ist die Radfaherin vor allem im Dunkeln sichtbarer und wird von AutofahrerInnen und anderen VerkehrsteilnehmerInnen besser wahrgenommen.



Fahrradteile

Arbeitsblatt

Bezeichnung von Fahrradteilen:

Die Karten werden ausgeschnitten und den SchülerInnen verteilt. Diese müssen dann die entsprechenden Erklärungen zu den richtigen Fahrradteilen zuordnen.



Bremszug	Seilzug, der den Bremshebel mit der Bremse verbindet
Federgabel	Die Gabel in der das Vorderrad eingespannt ist.
Schlauch	Dieser befindet sich innerhalb des Mantels und bildet mit diesem die Reifeneinheit eines Fahrrades.
Manometer	Luftdruckmesser auf modernen Fahrradpumpen
Bremsklötze	Teil der Bremsen, diese Backen liegen an der Felge auf und sorgen für das Bremsen.
Seilzug	Teil der Gangschaltung, verbindet Schalthebel am Lenker mit dem hinteren Schaltwerk

Dynamo	Erzeugt für die Lichtanlage des Fahrrades den nötigen Strom.
Reifenheber	Damit lässt sich der Mantel von der Felge heben, wird für den Reifenwechsel benötigt



Fahrradcheckliste

Laufräder und Felgen:

Reifen	aufgepumpt <input type="checkbox"/> keine abgefahrenen Stellen <input type="checkbox"/> nicht rissig oder porös <input type="checkbox"/> Luftdruck stimmt <input type="checkbox"/>
Schutzbleche	fest <input type="checkbox"/> streifen nicht <input type="checkbox"/>
Speichen	sitzen fest in der Felge <input type="checkbox"/>
Laufräder	sind nicht verbogen (kein Achter) <input type="checkbox"/>
Felgen	weisen keine sonstigen Beschädigungen auf <input type="checkbox"/>
Ventile	stehen senkrecht zur Felge <input type="checkbox"/>
Radnabe	geölt <input type="checkbox"/> Räder wackeln nicht <input type="checkbox"/>

Licht:

Scheinwerfer	vorhanden <input type="checkbox"/> brennt <input type="checkbox"/>
Rücklicht	vorhanden <input type="checkbox"/> brennt <input type="checkbox"/>
Rückstrahler	vorhanden <input type="checkbox"/> sauber <input type="checkbox"/>
Großflächenrückstrahler	vorhanden <input type="checkbox"/> sauber <input type="checkbox"/>
Frontrückstrahler	vorhanden <input type="checkbox"/> sauber <input type="checkbox"/>
Pedalrückstrahler	vorhanden <input type="checkbox"/> sauber <input type="checkbox"/>
Speichenrückstrahler	vorhanden <input type="checkbox"/> sauber <input type="checkbox"/>
Dynamo	sitzt fest <input type="checkbox"/> richtig positioniert <input type="checkbox"/>
Kabel	eng am Rahmen verlegt <input type="checkbox"/> fest mit den Lampen verbunden <input type="checkbox"/>

Rahmen und Lenker:

Alle Schrauben und Muttern	fest angezogen <input type="checkbox"/>
Lenker	fest <input type="checkbox"/> weiche, abgerundete Griffe <input type="checkbox"/>
Sattel	fest <input type="checkbox"/> richtige Höhe <input type="checkbox"/>
Vorderrad	lässt sich einwandfrei vom Lenker aus einschlagen <input type="checkbox"/>
Lenkerschaft	sitzt fest <input type="checkbox"/> ausreichend tief im Rahmen <input type="checkbox"/>
Rahmen	keine Risse <input type="checkbox"/> keine sonstigen sichtbare Schäden <input type="checkbox"/>
Griffe	lassen sich nicht verdrehen oder abziehen <input type="checkbox"/>
Sattel und Sattelstütze	fest <input type="checkbox"/> richtig eingestellt <input type="checkbox"/>

Bremsen:

Vorderradbremse	vorhanden <input type="checkbox"/> bremst gut <input type="checkbox"/>
Hinterradbremse	vorhanden <input type="checkbox"/> bremst gut <input type="checkbox"/>
Bremsklötze	liegen sauber an der Felge an <input type="checkbox"/> nicht verschlissen <input type="checkbox"/>
Bremsen	nicht zu hart <input type="checkbox"/> nicht zu weich <input type="checkbox"/>
Bremszüge	funktionieren <input type="checkbox"/> lassen sich leicht ziehen <input type="checkbox"/>
Bremshebel	fest <input type="checkbox"/> mit den Fingern gut zu erreichen <input type="checkbox"/>

Antrieb:

Kette	geölt <input type="checkbox"/> genügend Spannung <input type="checkbox"/>
Kettenschutz	fest <input type="checkbox"/> streift nicht <input type="checkbox"/>
Kurbel und Tretlager	leichtgängig <input type="checkbox"/> spielfrei <input type="checkbox"/>
Pedale	fest <input type="checkbox"/> drehen sich leicht <input type="checkbox"/> Trittfläche ist rutschfest <input type="checkbox"/>
Schaltung	funktioniert <input type="checkbox"/>

Ausstattung:

Klingel	funktioniert <input type="checkbox"/>
Gepäckträger	fest <input type="checkbox"/> Halterung in Ordnung <input type="checkbox"/>
Fahrradschloss	vorhanden <input type="checkbox"/> funktioniert <input type="checkbox"/>
Helm	keine Risse <input type="checkbox"/> keine sonstigen Beschädigungen <input type="checkbox"/> nicht älter als 8 Jahre <input type="checkbox"/>

Literaturliste / Linkliste

Linkliste:

www.adfc-bayern.de/mitdemradzurarbeit/broschuere_nutzer.pdf
www.siz.cc/burgenland/aktuelles/4561
www.deutschlandsberg.at/web/download/fahrrad/fahrad-html/recht.htm
www.transfer-21.de/daten/berlin/dokume/06fahrr/06mat.pdf
www.verkehrswacht-medien-service.de/fileadmin/vms/images/content/pdf/Grundschule/Radfahren/rad-ratgeber_kl.pdf
www.radworkshop.info/cms/images/stories/Files/sicherheitsraetsel.pdf
www.wdr.de/tv/quarks/global/pdf/fahrrad.pdf
www.wiley-vch.de/books/sample/3527700250_kap.pdf

Weiterführende Links zum Thema:

www.quarks.de/fahrrad/00.htm
www.fahrradlexikon.de/
www.bicyclemuseum.com/Html/main.html
www.wuk.at/hochrاد/
www.alws.de/Drahteseltest.73+B6Jm5vX2NhY2hlPTEmc3dvcmRfbGlzdFtdPWRYYWWh0ZXNlbnA_.0.html
www.member.uni-oldenburg.de/~astrid.kaiser/forschung/projekte/laufend/roesa/fahrrad/index.htm#top
<http://kks.leverkusen.de/fahr/fah001.htm>

Ansprechpartner und Institutionen:

www.radfahren.klimaaktiv.at
www.klimabuendnis.at/tirol
www.vcoe.at
 Informationen und Publikationen
www.argus.or.at
 Radlobby Argus: Informationen, Tipps finden und Links zu den Regionalstellen
www.gfnoe.at
www.lehrerweb.at/Sub/SSR/sicherheit/verkehrserziehung
www.phlinz.at/verkehrserziehung
www.verkehrserziehung.tsn.at
www.vobs.at/ve
www.schulfreiraum.com
 Publikationen und Good Practice Beispiele

Literatur:

Rad – Geber (2007), „die umweltberatung“, Wien



Weiterführende Ideen, Projekte und Hinweise:

Check & Ride

Um die Umstellungsphase zu vereinfachen, hat das Institut „Sicher Leben“ in Zusammenarbeit mit der Wirtschaftskammer Österreich und dem Verband der Sportartikelhersteller und Sportausrüster Österreichs (VSSÖ) die Aktion mit dem Namen „Check & Ride“ ins Leben gerufen. Die Aktion wird vom Österreichischen Verkehrssicherheitsfonds und dem Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie gefördert. Im Rahmen von „Check & Ride“ werden Fahrräder gewartet und auf deren Verkehrssicherheit geprüft. Ähnlich wie beim Autopickerl (allerdings auf freiwilliger Basis) wird eine Plakette auf den Fahrradrahmen geklebt um die Fahrtauglichkeit zu bestätigen. Alle Sportfachhändler Österreichs (rund 1.100) wurden vom VSSÖ eingeladen, an dieser Aktion teilzunehmen. Außerdem werden Schüler mittels eines Gratis-Posters über die wichtigsten sicherheitsrelevanten Ausrüstungsgegenstände eines Fahrrads informiert. Interessierte können dieses direkt beim Institut „Sicher Leben“ bestellen (Frau Zorn: 01/715 66 44, DW 313). Auf <http://check-and-ride.sicherleben.at> sind alle wichtigen Infos rund um die Fahrradverordnung und die notwendige Sicherheitsausrüstung sowie ein Online-Spiel zu finden

Siehe: <http://check-and-ride.sicherleben.at/>

Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber:

Klimabündnis Tirol
Leopoldstraße 2
6020 Innsbruck
Tel.: 0512/583558
Fax: 0512/584520
E-Mail: tirol@klimabuendnis.at

Für den Inhalt verantwortlich:

Mag. Anna Schwerzler, Geschäftsführerin

Redaktion:

Klimabündnis Tirol, Innsbruck
CONTEXT, Medien – und Öffentlichkeits-
arbeit, Hall i.T.

Gestaltung:

Christian Waha + Elke Puchleitner,
Innsbruck

Fotos: Florian Lechner, Innsbruck

Druck: mediacopie – der digital printer,
Innsbruck

Fachliche Beratung:

Ing. Martin Amann

Mit freundlicher Unterstützung von:

BIKE & OUTDOOR COMPANY GmbH &
Co. KG, Hamburg

VELOPLUS

Die Durchführung der Fahrradreparatur erfolgt unter der Verantwortung der Aufsichtspersonen. Für etwaige Personen- oder Sachschäden wird seitens der Autoren nicht gehaftet.

