



ADFC Regensburg und Schwandorf

Feierabendtouren
Genusstouren

Radtouren

Radlerstammtisch
Stadtteiltouren

Selbsthilfwerkstatt

Wo Radfahren?

Radwege, Fahrradspuren,
Freigaben für Radfahrer
Was Sie wissen sollten!

2015

Mitgliedervorteile auf einen Blick

Der ADFC setzt sich für Ihre Interessen als Radfahrer ein, zusätzlich hat Ihr Verband mit ausgewählten Kooperationspartnern ein Vorteilsprogramm für Sie entwickelt.

10%

Entega gewährt Ihnen 10 % Rabatt auf Ökostrom im ersten Vertragsjahr und 3 % Rabatt im zweiten.

5%

Bei Flinkster, dem Carsharing der Bahn, erhalten Sie 5 % Rabatt und sparen bis zu 50 Euro bei der Anmeldung.

12€

Bei Call a Bike sparen Sie 12 Euro bei der Jahresgebühr, als BahnCard-Kunde können Sie zwei Fahrräder ausleihen.

50%

nextbike bietet in vielen Städten Mieträder an und Sie sparen 50 % im Normaltarif.



In der Broschüre „Radurlaub“ bieten Ihnen viele Reiseveranstalter auf Radreisen in Deutschland, Europa und weltweit 25 Euro Rabatt.

Sie sind als Radfahrer oder Fußgänger haftpflicht- sowie rechtsschutzversichert und erhalten Rabatte bei weiteren Versicherungen und ADFC-Produkten.

Kostenlose Fahrradmitnahme ab 1. März auf allen mit Fahrradkapazitäten bestückten Fernbuslinien von MeinFernbus FlixBus.

Über 11 % Beitragsnachlass auf die Beiträge zur Fahrradversicherung sowie spezielle Erweiterungen. Außerdem Rabatte bei vielen sonstigen Versicherungen sowie speziell entwickelte ADFC-Produkte in der „ADFC-ASSekuranz“.

25€

100%

11%



Alle Vorteile und
Konditionen auf
www.adfc.de

3,9 Diese Note haben Sie, liebe Radlerinnen und Radler,

Regensburg beim aktuellen Fahrradklima-Test gegeben. Damit liegt die Stadt geringfügig über dem Wert bei der letzten Umfrage und trifft genau den Durchschnitt aller deutschen Städte in dieser Größerkategorie (Ergebnisse im Detail unter www.adfc.de).

Die Schulnote „ausreichend“ ist kein „befriedigend“, und ein „gut“ in weiter Ferne. Ist Regensburg also nicht fahrradfreundlich? Ja und Nein. Regensburg ist fahrradfreundlich, weil die Bürgerinnen und Bürger gern und viel Rad fahren. Regensburg ist fahrradfreundlich, weil große Teile des Stadtgebiets relativ flach sind und die Flusstäler weitere Vorteile für entspanntes Radeln bieten.

Aber die Straßen? Hier gibt es noch viel zu tun. Allzu oft finden wir noch ausschließlich Auto-optimierte Planungen früherer Jahrzehnte, die täglich Radfahrer wie auch Fußgänger ärgern, oftmals behindern und gefährden. Mit solchen Altlasten wird man noch einige Zeit leben müssen. Und doch gibt es Hoffnung: Bei Neuplanungen werden die Belange von Radfahrern und Fußgängern stärker berücksichtigt, wird auch versucht, wieder mehr Aufenthaltsqualität in den Straßenraum zu bringen.

Ein neuer politischer Wille, sich stärker im Umweltverbund zu engagieren, gründet nicht zuletzt auf der Erkenntnis, dass die Mobilität der Menschen in der Stadt nur durch mehr Rad- und Fußverkehr und mehr ÖPNV bewältigt werden kann. Die Möglichkeiten des Autoverkehrs sind ausgereizt, in Teilbereichen werden für Kfz auch Beschränkungen unvermeidlich – zugunsten eines menschengerechten Verkehrs und zugunsten einer lebenswerteren Stadt.

Ob im Alltag oder in der Freizeit: Der ADFC wünscht Ihnen gute Fahrt in einem fahrradfreundlichen Regensburg!

Klaus Wörle

Vorsitzender des ADFC Regensburg



Impressum

Herausgeber:

ADFC Regensburg
Vorsitzender: Dr. Klaus Wörle
Hofweg 32, 93053 Regensburg
0941 | 8703007 (AB)

kontakt@adfc-regensburg.de
www.adfc-regensburg.de

 [facebook.com/adfcregensburg](https://www.facebook.com/adfcregensburg)

Der ADFC Regensburg ist eine Untergliederung des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs Bayern e.V.

Bankverbindung: Ethikbank
BIC: GENO DE F1 ETK
IBAN: DE 51 83094495 0003049930

Layout, Anzeigen: Dirk Seiffert
anzeigen@adfc-regensburg.de

Titelfoto: Stadt Regensburg, Peter Ferstl

Auflage: 4000, März 2015

Wegen der besseren Lesbarkeit wird in den Texten dieses Hefts nur die männliche Form bei Personenbezeichnungen verwendet. Die Aussagen gelten natürlich unabhängig vom Geschlecht.



Inhalt

Der ADFC stellt sich vor	4
Radlerstammtisch	5
Informationen zur Tourenteilnahme	6
Feierabend-, Stadtteil- und Genussstouren	7
Tourenprogramm	9
Jahreskalender 2015	18
Radeln mit Bus und Bahn	30
Fahrradfreundliche Betriebe	31
Selbsthilfewerkstatt	32
Fahrradcodierung	33



ADFC Bayern
Bank für Sozialwirtschaft

BIC: BFWS DE 33 MUE
IBAN: DE 51 70020500 0008826302

Verwendungszweck:
"Spende für KV Regensburg"

Wir danken unseren Anzeigenkunden, die das Erscheinen dieses Programmheftes ermöglicht haben.

Der ADFC stellt sich vor

Der ADFC ist ein Verkehrsclub, der 1979 gegründet wurde und derzeit von über 145.000 Mitgliedern unterstützt wird. Er setzt sich in erster Linie für die Belange der Radfahrer ein, damit Radfahren Spaß macht und noch komfortabler und sicherer wird. Dazu gehört vor allem eine umwelt- und menschenfreundliche Verkehrspolitik und eine Stadt- und Raumplanung, die es den Bürgern ermöglicht, die alltäglichen Wege aus eigener Kraft, zu Fuß oder mit dem Rad, zurückzulegen. Der öffentliche Verkehr soll als weiterer wesentlicher Baustein die Mobilität aller Menschen sinnvoll ergänzen. Die riesigen Umwelt- und Gesundheitsbelastungen und der enorme Ressourcenverbrauch des Kfz-Verkehrs müssen dagegen reduziert werden. Der ADFC vertritt die Interessen der Radfahrer auf allen Ebenen – von der Mitarbeit im Europäischen Radfahrerverband ECF in Brüssel (→ www.ecf.com) bis zum Engagement vieler tausend Ehrenamtlicher in über 450 Kreisverbänden und Ortsgruppen. Und schließlich ist der ADFC der größte Radtourenveranstalter weltweit.

Erfolge des ADFC

Viele Erfolge konnten bereits erreicht werden: Beispielsweise wurde in der EU der Unterfahrerschutz für Lkw durchgesetzt, damit Unfälle mit Fußgängern und Radfahrern glimpflicher ausgehen. In Deutschland konnte der ADFC wichtige Inhalte im Nationalen Radverkehrsplan verankern, der Leitlinien zur Förderung des Radverkehrs vorgibt, sowie eine bessere Berücksichtigung des Radverkehrs in der Straßenverkehrsordnung durchsetzen. Im Freistaat Bayern geht das überregionale Bayernnetz für Radler mit einheitlicher Wegweisung auf Impulse des ADFC zurück.

Und auch auf lokaler Ebene konnten auf Anregung des ADFC an vielen Stellen Verbesserungen für Radfahrer erreicht werden: Freigabe von Einbahnstraßen in Gegenrichtung, Möglichkeiten zum direkten Linksabbiegen, zusätzliche Stellplätze für Fahrräder, Wegweisung zu wichtigen Zielen für Radfahrer in Regensburg und der Region und vieles mehr. Mit einem eigenen Radverkehrskonzept für die Stadt Regensburg wurden wichtige Vorarbeiten für ein Radverkehrsgutachten erbracht, das bei künftigen Planungen eine stärkere Berücksichtigung des Radverkehrs sicherstellen soll. Nicht zuletzt auf Betreiben des ADFC wurde die Arbeitsgemeinschaft Fahrradfreundlicher Kommunen in Bayern (AGFK) gegründet, der die Stadt Regensburg als Gründungsmitglied angehört.

Ihre Vorteile als ADFC-Mitglied

Darüber hinaus bietet der ADFC für seine Mitglieder kompetenten Service rund ums Radfahren. Das fängt an beim ADFC-Magazin Radwelt (6 Ausg./Jahr), das über alle Aspekte des Radfahrens informiert: Technik, Produkttests, Radreisen, Verkehrspolitik usw. Weiterhin schließt die Mitgliedschaft unter anderem Hilfestellung zur Tourenplanung, die Beratung in juristischen Fragen sowie Haftpflicht- und Rechtsschutz-Versicherungen ein. Unsere Mitglieder profitieren ferner von verschiedenen Vergünstigungen im Handel, bei Fahrradverleihsystemen und Carsharing, bei der Stromversorgung und Fahrradversicherung, bei Veranstaltungen (Messen, Radreisevorträge, ...) sowie Radtouren und -reisen. Schließlich unterstützen Sie mit Ihrer Mitgliedschaft die Arbeit des ADFC für eine menschliche und umweltverträgliche Verkehrspolitik und haben die Möglichkeit, sich im ADFC aktiv dafür einzusetzen. www.adfc.de/vorteile

Alle weiteren Informationen zum ADFC erhalten Sie auf den Webseiten des Verbands:

www.adfc.de — www.adfc-bayern.de — www.adfc-regensburg.de



Lernen Sie uns kennen!

Sie möchten sich ein neues Fahrrad kaufen und brauchen die Einschätzung von neutralen Kennern der Materie? Sie planen eine Radreise und möchten von der Erfahrung anderer profitieren? Sie ärgern sich über bestimmte Verkehrsregelungen und möchten wissen, welche Verbesserungen für Radfahrer möglich wären? Oder wollen Sie einfach andere nette Radler/innen in einem ungezwungenen Rahmen kennenlernen? Dann radeln Sie einfach mal mit bei unseren Touren, schauen in der Selbsthilfwerkstatt (Seite 32) oder beim neuen ADFC-Radler-Stammtisch vorbei.

Sie können uns per Mail erreichen unter kontakt@adfc-regensburg.de. Unter der Nummer 0941-8703007 können Sie uns eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen – wir rufen auch zeitnah zurück, wenn Sie uns Ihre Telefonnummer nennen.

Die **Mitgliederversammlung** am Donnerstag, 12. November ab 19:30 Uhr in der Martinsklausen im EBW/Alumneum, Am Ölberg 2 (UG), steht dann ganz im Zeichen der Planungen für das nächste Jahr. Hierzu sind natürlich nicht nur die Mitglieder des Kreisverbands eingeladen, sondern auch interessierte Gäste, die sich einen Einblick in unsere Aktivitäten verschaffen möchten.

Am selben Ort lassen wir 4 Wochen später, also am Donnerstag, 10. Dezember ab 19:30 Uhr, unser 2015er Programm ganz entspannt bei unserer **Weihnachtsfeier** mit Feuerzangenbowle und Plätzchen ausklingen. Auch hier ist natürlich jede/r willkommen!



Neuaufgabe „ADFC-Radler-Stammtisch“ ab April

Zum Saisonbeginn 2015 wollen wir wieder einen Stammtisch begründen, zu dem wir nicht nur unsere Mitglieder, sondern auch alle anderen Fahrradliebhaber herzlich einladen.

Wir treffen uns an jedem **letzten Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Gaststätte „Schlössl“** in der Altdorferstr. 11 im Westen Regensburgs (Fortsetzung der Clermont-Ferrand-Allee Richtung Innenstadt).

Das Lokal (www.schloessl-regensburg.de) hat einen Biergarten und liegt zudem ganz in der Nähe der Selbsthilfwerkstatt, die ja auch jeden Donnerstag ab 18 Uhr geöffnet ist.

Die Termine für unsere Treffen sind in diesem Jahr also am **30. April, 28. Mai, 25. Juni, 30. Juli, 27. August und 24. September**.

In geselliger Runde plaudern wir über alles rund ums Fahrrad und ums Radfahren, wie z.B. Fahrradtechnik, Tourenvorhaben oder verkehrspolitische Geschehnisse in Regensburg.

In unserer Runde werden auch immer Mitglieder des Vorstandes und Tourenleiter vertreten sein, so dass Sie auch stets aktuelle Informationen über den ADFC Regensburg bekommen können.



Foto: www.hpvelotechnik.com | pd-f

Teilnahmebedingungen

Um einen ordnungsgemäßen Ablauf der Touren zu gewährleisten, gelten folgende Teilnahmebedingungen:

- Die Teilnahme an allen ADFC-Touren erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Weder der ADFC noch die einzelnen Tourenleiter können im Schadensfall haftbar gemacht werden, außer bei vorsätzlichem oder grob fahrlässigem Handeln.
- Die Teilnahme von Kinder und Jugendlichen unter 16 Jahren ist nur in Begleitung eines Erwachsenen möglich.
- Auf allen Touren ist die Straßenverkehrsordnung einzuhalten. Mit der Anmeldung bzw. mit der Teilnahme an einer Tour werden diese Teilnahmebedingungen und die Bedingungen zur Verkehrssicherheit anerkannt.

Im Übrigen bleibt es unseren - ehrenamtlichen - Tourenleitern vorbehalten, Teilnehmer auch ohne Angabe von Gründen von Touren auszuschließen oder ihnen auch schon vor Beginn der Tour die Mitnahme zu verweigern, wenn zu erwarten ist, dass deren Teilnahme den ordnungsgemäßen Ablauf der Tour erschwert. Teilnehmer können von einer Tour ausgeschlossen werden, wenn ihr Fahrrad nicht den gesetzlichen Bestimmungen zur Verkehrssicherheit entspricht oder wenn sie Anweisungen, die der Sicherheit der Teilnehmer und dem ordnungsgemäßen Ablauf der Tour dienen oder aus sonstigen Gründen erforderlich sind, nicht befolgen. Die Entscheidung der Tourenleiter sind aus obigen Gründen zwingend und nicht anfechtbar.

Teilnahmegebühren 2015

	ADFC-Mitglieder	Nichtmitglieder
Tagestour	0.-*	5.-
Halbtagestour	0.-*	3.-
Stadtteiltour	4.-	6.-
Feierabendtour	0.-	2.-

* gilt bei den Genusstouren auch für Slow Food Mitglieder

Für Kinder unter 16 Jahre ist die Teilnahme kostenlos. Zusätzliche Kosten für die Teilnehmer (auch für Kinder unter 16) können anfallen, insbesondere durch eine eventuelle Bahnfahrt, Eintrittsgebühren bei Besichtigungen, Übernachtungskosten bei Mehrtagestouren und Verpflegung während der Tour. Diese sind -sofern bereits bekannt- bei den Tourenbeschreibungen angegeben.

Anmeldung

Für die Feierabendtouren ist keine Anmeldung erforderlich. Bei allen anderen Touren ist eine eventuell notwendige Anmeldung bei der Tourenbeschreibung angegeben.

Durchführung der Touren

Bitte finden Sie sich 10 bis 15 Minuten vor dem angegebenen Termin am Startplatz ein. Wir starten pünktlich zu der angegebenen Zeit. Die Radtouren finden bei fast jedem Wetter statt. Bei starkem Regen wird am Startplatz über die Durchführung der Tour entschieden. Bitte beachten Sie den zur jeweiligen Tour gehörenden Startpunkt!

Änderungen der Streckenführung, die z.B. durch das Wetter, unpassierbare Straßen oder allgemein unvorhersehbare Umstände erforderlich werden, liegen allein im Ermessen der Tourenleiter, ebenso die Absage einer Tour wegen zu geringer Teilnahme.

Im Regelfall werden die Touren von zwei Tourenleitern geführt. Die Tourenleiter kennen die Strecke und helfen im Rahmen des Möglichen bei einer Panne.

Einteilung unserer Touren



gemütlich: meist ebene Strecken
auch für weniger Geübte geeignet



leicht sportlich: leichte Steigungen
Grundfitness ist notwendig



sportlich: größere Steigungen bzw. höhere Geschwindigkeit
bessere Kondition notwendig



sehr sportlich: schnell und bergig
nur für geübte Radler!



Stadtteiltouren: kurz und gemütlich
für alle geeignet



Pedelec



Zug- oder Busfahrt

Hinweis:

aktuelle Informationen, kurzfristige Änderungen und Ergänzungen zu unseren Touren finden Sie jeweils unter www.adfc-regensburg.de

Feierabendtouren

Am Mittwoch, den 15. April 2015, laden wir alle Mitglieder des ADFC und natürlich auch Nichtmitglieder wieder zur Auftaktfahrt unseres Feierabendradelns ein. Bis zum September können Sie dann bei uns alle 14 Tage mitradeln.

Wir bieten verschiedene Strecken zwischen 25 km und 35 km Länge mit einer Fahrdauer von ca. 2 Stunden an. Das Tempo der Touren ist nicht zu flott und wird der Gruppe angepasst. Nach den Feierabendtouren kehren wir meistens zum Ausklang in einen Biergarten oder in ein Gasthaus ein.

Termine und Startpunkte

ADFC Selbsthilffewerkstatt (Weinweg 2)

Kontakt: Harry Semler, 0151-12340120
semler@adfc-r.de

Donauarena (Parkplatz beim Donauradweg)

Kontakt: Hans Kilgert, 0171-6530086
kilgert@adfc-r.de

29.4.	27.5.	24.6.
22.7.	19.8.	16.9.

15.4.	13.5.	10.6.
8.7.	5.8.	2.9.

► Startzeit für alle Feierabendtouren ist immer **Mittwoch, 18:00 Uhr**.

Im Rahmen der diesjährigen Aktion Stadtradeln bieten wir am 20. Mai eine zusätzliche Feierabendtour ab Donauarena an. Kontakt: Hans Kilgert, 0171-6530086

Stadtteiltouren

Dieses Angebot von ADFC und Evangelischem Bildungswerk Regensburg (EBW) richtet sich an alle, die sich für die Stadt Regensburg abseits der schönen und bekannten Altstadt interessieren. Regensburg ist nicht in eine freie Umgebung gewachsen. Es hat, während es sich vergrößerte, auch immer wieder alte Dörfer, die ihre eigene Geschichte und Identität mitbrachten, eingemeindet.

Mit dem Fahrrad wollen wir uns immer mal wieder einen dieser leicht vergessenen Stadtteile erschließen. Dabei kann man vielleicht auch den einen oder anderen Schleichweg für den Weg zur Arbeit oder zum Einkaufen entdecken.

Eingeladen ist jeder, der mit dem Fahrrad kommt und sich über ein paar interessante Regensburger Viertel informieren lassen möchte. Es genügt ein einfaches Fahrrad.



Genusstouren –

in Kooperation mit Slow Food Convivium Regensburg / Oberpfalz

Nach dem erfolgreichen Start im vergangenen Jahr, heißt es auch dieses Mal wieder:

Genuss-Radeln zu regionalen Erzeugern

Wir besuchen Produzenten in der Region, die sich dem Slow Food Motto „gut, sauber, fair“ verschrieben haben, um mit Ihnen über Ihre Produkte ins Gespräch zu kommen und diese vor Ort auch zu kosten.

In diesem Jahr geht es um Spargel, beim Spargelhof von "Sepp Keil" in Kapfelberg, rund um die Ziege, beim Knallerbsenhof in der Nähe von Falkenstein und um Kartoffeln, beim Kartoffelhof von Familie Härtl in Friesheim. Für Verpflegung bzw. Verkostung können zusätzliche Kosten anfallen.





Fußgängerzonen entstanden in den 50er und 60er Jahren als Ausgleich zu Planungen für autogerechte Städte. Da die Stadtplanung inzwischen vielfältigen anderen Anforderungen gerecht werden muss, sind in vielen Städten Fußgängerzonen für Radverkehr freigegeben, so auch in Regensburg ab 1.4.2015 (zunächst als Probe-phase für ein Jahr). Selbstverständlich darf dort nur mit angepasster Geschwindigkeit gefahren werden. Fußgänger dürfen unter keinen Umständen gefährdet oder behindert werden. Nötigenfalls müssen Radfahrer anhalten und warten. Wer in Eile ist, nimmt also besser die Straßen außerhalb oder am Rand der Altstadt. Denn als oberste Regel für Radfahrer gilt hier: **Langsam fahren und Abstand halten!**

Achtung: nur ein kleiner Teil der Regensburger Altstadt ist Fußgängerzone. Die meisten Straßen sind so genannte "Wohnverkehrsstraßen", also kombinierte Geh- und Radwege (siehe Seite 29)



Auch normale **Gehwege** können für Radverkehr freigegeben sein, z.B. Wege durch Grünanlagen und Verbindungswege als Abkürzung zwischen zwei Straßen, aber auch breite Gehwege entlang von Straßen mit viel Autoverkehr. Natürlich gilt auch hier die strikte Rücksichtnahme auf Fußgänger: **Langsam fahren und Abstand halten!** Wenn möglich und soweit sinnvoll sollte also bevorzugt die Fahrbahn oder eine benachbarte Straße benutzt werden.

ab 26€/Tag

Nur bei uns:
E-Dreirad / Therapierad

Tandem
E-Kindertransportfahrrad
Touren E-Bikes
E-Mountainbikes

Direkt am Donauradweg und
Donau-Regen-Radweg!

Tel: 09422-8593285
info@e-bike-verleih-bogen.de

e-bike-verleih-bogen.de

Infotermin | Freitag, 10. April

Vorstellung des ADFC Tourenprogramms 2015



Treffpunkt: 17:00 - 19:00 Uhr, Café Noah (Haidplatz)

Vor Beginn unseres diesjährigen Tourenprogramms bieten unsere Tourenleiter ein offenes Treffen, bei dem Fragen zu einzelnen Touren genauso beantwortet werden wie Fragen zum ADFC und Radfahren allgemein. Auch Nichtmitglieder und Mitglieder, die bisher selten oder noch gar nicht an unseren Touren teilgenommen haben, sind herzlich zu diesem Infotermin im Café Noah eingeladen.

Tagestour | Sonntag, 19. April

Die Schwarze Laber – von der Quelle bis zur Mündung



Treffpunkt: 9:00 Uhr, Vorplatz Hauptbahnhof Rgb. oder 10:00 Uhr, Bahnhof Neumarkt

Strecke: verläuft überwiegend im Flusstal und in leicht welligem Gelände, gut befahrbar, meist asphaltierte Nebenstraßen und Radwege, ca. 70 km

Sonstiges: Bahntransport inkl. Rad ca. 7 €

Die Tour beginnt am Bahnhof Neumarkt (Opf) und führt zunächst in östlicher Richtung etwas ansteigend (150 m Höhendifferenz) zum Oberlauf der Schwarzen Laber. Danach geht es überwiegend bergab auf dem Radweg an der Schwarzen Laber entlang.

Mittagseinkehr ist nach ca. 25 km im Gasthof Winklerbräu in Lengenfeld vorgesehen. Vorbei an vielen Mühlen und Burgen schlängelt sich dann der Weg über Beratshausen, Laaber, Eichhofen bis Sinzing, wo der Fluss in die Donau mündet. Nach Überquerung der dortigen Eisenbahnbrücke werden wir gegen 17 Uhr unseren Ausgangspunkt Regensburg erreichen.

Für Mitfahrer aus Neumarkt besteht die Möglichkeit, ab Regensburg-Prüfening um 17.00 Uhr mit der Bahn wieder zurückzufahren.

Anmeldung: bis 18. April bei Bernhard Gradl unter gradl@adfc-r.de, 0941 / 97215 oder 0151 / 51821878

Halbtagestour | Sonntag, 3. Mai

Kirchen und Schlösser in Maxhütte-Haidhof



Treffpunkt: 13:00 Uhr, Rathaus in Maxhütte-Haidhof

Hinfahrt mit der Bahn ab Regensburg Hbf. 11:57 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren

Strecke: 35 km, leichte Steigungen

Sonstiges: durchschnittliche Kondition ausreichend, für Kinder geeignet

Wir besichtigen eine der eigenwilligsten Städte im Landkreis Schwandorf. In vier ehemaligen Gemeinden stehen vier katholische Kirchen nebst einer der ältesten evangelischen Kirche der Gegend. Ausgewählte Kirchen können während unserer Tour besichtigt werden. In den Kirchen drückt sich bäuerliche Dorffrömmigkeit, Industrialisierung und das II. Vatikanische Konzil aus. Dazu alte

Wallfahrtskirchen und etliche Kapellen und Flurkreuze. Ein Teil der Strecke verläuft auf dem Ökumenischen Besinnungsweg zum Thema Arbeit.

Anmeldung: bis 2. Mai bei Willi Rester unter rester@adfc-r.de,
09471-950085 oder 0152-27332051

Aktionszeitraum Stadtradeln in Regensburg vom
9. Mai bis 29. Mai, alle Details ab April unter
www.regensburg-radelt.de



Stadtteiltour | Sonntag, 10. Mai

Natur per Rad entdecken – naturkundliche Exkursion



Treffpunkt: 15:00 Uhr, Staustufe Pfaffenstein (Südende)

Strecke: ca. 25 km

Sonstiges: Kooperation mit der Kreisgruppe Regensburg des Bund Naturschutz

Naturkundliche Exkursion zu ausgewählten Zielen im Westen Regensburgs. In der näheren Umgebung Regensburgs lassen sich viele besondere Vogel- und Pflanzenarten entdecken. Die Radtour führt zu deren charakteristischen Lebensräumen zwischen Regensburg und Etterzhausen.

Kontakt: Franz Wartner unter 0941-351 86

Tagestour | Sonntag, 10. Mai

Bahntrassenradeln im Bayerischen Wald

PEDELEC-Schnupper-Tour auf dem Donau-Regen-Radweg



Treffpunkt: 10:00 Uhr in Bogen beim E-Bike-Verleih-Bogen, Straubinger Str. 4., 94327 Bogen
(150 m vom Bahnhof Bogen entfernt). Kostenlose Parkplätze sind vorhanden.

Hinfahrt mit der Bahn möglich ab Rgb. Hbf. 9:01 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren

Strecke: ca. 67 km

Sonstiges: Pedelec-Reservierung: www.e-bike-verleih-bogen.de oder Tel. 09422-8593285
Tagesgebühr 27 €

Radeln mit eingebautem Rückenwind: So werden von den Fahrradherstellern die Kunden umworben, die mit der Anschaffung eines Pedelecs liebäugeln, weil sie im hügeligen Gelände gerne mal auf technische Unterstützung zurückgreifen möchten. Machen Sie selbst einmal die Erfahrung mit dieser beliebten Form des Genuss-Radelns und fahren Sie mit auf eine 67 km lange Tour, die uns von der Donauebene ab Bogen auf dem Donau-Regen-Radweg – einem der schönsten Bahntrassen-Radwege Deutschlands – hoch in den Bayerischen Wald bis nach Wies bei Rattenberg führt.



Foto: e-bike-verleih-bogen.de

Dort kann die Mittagspause an der E-Bike-Tankstelle beim Biergarten Wies-Wirt zum Aufladen der „Akkus“ genutzt werden. Nach der Mittagspause geht es dann nach einer ersten Steigung flott zurück ins Donautal nach Bogen.

Erkenntnisgewinn: E-Radeln ist keineswegs nur etwas für faule oder unsportliche Radler!

Wir starten mit eigenen oder geliehenen Pedelecs von Bogen direkt auf den Donau-Regen-Radweg.

Ca. 12–12:30 Uhr erreichen wir unser Ziel in Rattenberg/Wies (ca. 33,5 km).

Anmeldung: bis 25. April bei Alexander Baldus unter Info@e-bike-verleih-bogen.de

Dreitagestour | Donnerstag, 14. – Samstag, 16. Mai

Durch den Oberpfälzer und Fränkischen Jura – 3 Tage



Treffpunkt: 8:30 Uhr, Vorplatz Hauptbahnhof Rgb. oder 9:15 Uhr, Bahnhof Maxhütte-Haidhof

Strecke: verläuft in welligem Gelände, auch oft in Flusstälern, gut befahrbar, meist asphaltierte Nebenstraßen und Radwege, ca. 180 km

Sonstiges: Bahntransport inkl. Rad ca. 15 €, 2 Übernachtungen ca. 60 €

Diese Tour führt in einen relativ abgelegenen, reizvollen Bereich der Fränkischen Alb zwischen Amberg, Nürnberg und Pegnitz. Nach der Bahnfahrt geht es zunächst vom Naabtal über die Albhöhe ins Vilstal nach Schmidmühlen und dann durch das beschauliche Lauterachtal nach Kastl (Besichtigung). Anschließend radeln wir auf dem Schweppermann-Radweg noch bis Altdorf bei Nürnberg (Übernachtung).

Am nächsten Tag geht es auf dem windungsreichen und felsengesäumten Pegnitztalradweg nach Norden, wo wir über Hersbruck und Velden nach Neuhaus gelangen und dann auf dem Grotten-Radweg schließlich den Markt Königstein erreichen (Übernachtung).

Am dritten Tag steuern wir das sehenswerte Städtchen Vilseck an. Nach einem Rundgang geht es dann auf dem Vilsradweg über Sulzbach-Rosenberg zum Endpunkt nach Amberg. Die Bahn bringt uns wieder nach Regensburg zurück. Maximal 12 Teilnehmer

Anmeldung: bis 18. April bei Hans Kilgert unter kilgert@adfc-r.de, 0941-699255 oder 0171-6530086



Foto: ADFC Regensburg, Klaus Würle

bikezeit

... einfach besser Radfahren!

WEIL WIR WOLLEN, DASS DU DEIN RAD LIEBST!

Körpervermessung

für richtige Rahmen-
und Sitzgeometrie.



Sitzknochenvermessung

für den optimalen Sattel.



Bestimmung der Handgriffweite

für optimale Druckverteilung
in den
Händen.



Überprüfung der Lenkerform

für einen entspannten Oberkörper.



EINE RECHNUNG, DIE AUFGEHT!

- 2.500 Fahrräder
- + 300 E-Bikes
- + 10.000 Zubehörteile
- + TOP Preise
- + Kompetente Beratung
- + Umfangreicher Service & Garantien

= EINFACH BESSER RADFAHREN!



BIKEZEIT Ergonomie-Service

3D-Körpervermessung & maßgenaue Rad-Einstellung



BIKEZEIT Meister-Werkstatt-Service

Qualität, Erfahrung, Schnelligkeit & Kostentransparenz



BIKEZEIT Stammkunden-Service

Lukrative Service-Vorteile & Exklusivangebote



BIKEZEIT Test-und-Probier-Service

Ausgiebig Testen und Vielfalt erleben



BIKEZEIT Gebrauchtrad-Service

Inzahlungnahme, Vermittlung und Flohmarkt



BIKEZEIT Finanzierungs-Service

Clevere 0%-Finanzierung



BIKEZEIT Parkplatz-und-Transport-Service

Einladen, Ausladen, Holen und Bringen



Bikezeit

Felix Zimmermann e.K.

Pommernstraße 4
93073 Neutraubling

Tel. 0 94 01 / 91 38 70
info@bikezeit.de

Neben der  Tankstelle.

Tagestour | Samstag, 30. Mai

Das Oberpfälzer Seenland



- Treffpunkt:** 8:30 Uhr Vorplatz Hauptbahnhof Rgb. oder 9:30 Bahnhof Schwandorf
- Strecke:** verläuft überwiegend im ebenen und leicht welligem Gelände, gut befahrbar, meist asphaltierte Nebenstraßen und Radwege, ca. 70 km
- Sonstiges:** Bahntransport inkl. Rad ca. 8 €

Die Tour verläuft ohne größere Steigungen auf dem Schwarzachtal-Radweg, dem Regen-Schwarzach-Radweg und dem Oberpfälzer Seenlandweg.

Wir fahren durch die Schwandorfer Seenplatte und die Schwarzach-Flussauen nach Zangenstein („Trojaburg“) und weiter in die historische Altstadt von Neunburg v.W. Danach wenden wir uns nach Süden und erreichen auf dem Regen-Schwarzach-Radweg den Hammersee bei Bodenwöhr (Mittagspause). Am Taxölderner Forst vorbei kommen wir zum Steinberger See und dann von Süden her wieder nach Schwandorf, von wo aus wir mit dem Zug nach Regensburg zurückkehren (Ankunft ca. 18:00 Uhr).

Anmeldung: bis 29. Mai bei Hans Kilgert unter kilgert@adfc-r.de, 0941-699255 oder 0171-6530086

Tagestour | Samstag, 6. Juni

Weltenburg und Klösterl



- Treffpunkt:** 9:50 Uhr, Vorplatz Hauptbahnhof Rgb.
- Strecke:** ca. 75 km
- Sonstiges:** Kosten für Bus und Schifffahrt voraussichtlich 12,50 €

Mit dem Fahrradbus fahren wir zu unserem Startort nach Riedenburg. Über Hexenagger und Altmannstein geht es zur Donau nach Eining. Bei Interesse besteht die Möglichkeit, das Römerkastell Abusina zu besichtigen. Zur Mittagseinkehr fahren wir weiter zum weltberühmten Kloster Weltenburg. Schließlich erreichen wir Kelheim: entweder mit dem Schiff durch den Donaudurchbruch zum Klösterl oder mit dem Rad über die Befreiungshalle. Am Donauufer radeln wir dann zurück nach Regensburg.



Anmeldung: bis 23. Mai bei Regine Wörle unter regine.woerle@adfc-r.de 0941-991891 oder 0151-5777363

Tagestour | Sonntag, 7. Juni

CO₂-Frei-Tour



Treffpunkt: 10:00 Uhr, Bahnhof Schwandorf, Radabstellanlage
Hinfahrt mit der Bahn ab Regensburg Hbf. 8:21 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren

Strecke: 35 km einfach. Die ersten 27 km verlaufen auf meist ebenen Gelände entlang der Naab. Von Nabburg nach Pamsendorf ist ein ca. 5 km lange Steigung mit 6% zu bewältigen. Rückfahrt per Bahn möglich (selbst organisieren) oder per Rad.

Erste Station wird in Fronberg ein Wasserkraftwerk sein. Von dort geht es weiter nach Lindenlohe (Biogasanlage) und anschließend nach Nabburg (Photovoltaikanlage). Die letzte Etappe führt uns nach Pfreimd, OT Pamsendorf. Dort erhalten wir Informationen zur künftigen Windenergienutzung. An allen Stationen werden uns die Betreiber bzw. Verantwortlichen für Führung und Diskussion zur Verfügung stehen. Änderungen vorbehalten.

Anmeldung: bis 6. Juni bei Willi Rester unter rester@adfc-r.de,
09471-950085 oder 0152-27332051



In **Einbahnstraßen** ist Radfahren entgegen der Einbahnrichtung in der Regel problemlos möglich. Daher sind fast alle Einbahnstraßen mit entsprechenden Zusatzzeichen für Radverkehr in Gegenrichtung freigegeben. Wenn es doch einmal eng wird, müssen die Verkehrsteilnehmer eben langsam fahren, ausweichen und ggf. auch kurz stehen bleiben, um Gegenverkehr passieren zu lassen



Stadtteiltour | Samstag, 13. Juni

Regensburger Burgfrieden



Treffpunkt: 15:00 Uhr, Platz vor dem Haupteingang des Westbades

Dauer: 2 – 3 Std.

Sonstiges: in Kooperation mit dem EBW Regensburg

700 Jahre lang, vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert hinein, blieben die Grenzen des vor den Stadtmauern liegenden, politisch zu Regensburg gehörenden Gebiets im Wesentlichen unverändert. Bis 1810 war hier gleichzeitig Staatsgrenze und der genaue Verlauf oft Gegenstand von Auseinandersetzungen. Bis in die 1970er Jahre folgte die Stadtgrenze vielerorts dieser alten Linie. Vielfach haben sich Ihre Spuren bis heute im Stadtbild erhalten und an manchen Stellen stehen sogar noch die alten Burgfriedensteine. Bei der Fahrradtour umrunden die Burgfriedenforscher Martin Kempfer und Manfred Jauck mit Ihnen in der Tradition der einstigen Burgfriedens-Umritte den westlichen Teil der alten Stadtgrenze. Gezeigt werden alle Originalstandorte und die heute noch stehenden Burgfriedensäulen von Prüfening bis Kumpfmühl.

Kontakt: Martin Kempfer und Manfred Jauck unter 0941-30763013

Tagestour | Sonntag, 14. Juni
Zum Spargelhof in Kapfelberg



Treffpunkt: 9:30 Uhr, Metroparkplatz Markomannenstraße

Strecke: ca. 50 – 60 km

Sonstiges: Genusstour gemeinsam mit dem EBW Regensburg und Slow Food

Es geht auf ruhigen Nebenstraßen durch den etwas hügeligen südlichen Landkreis Regensburg über Bad Abbach nach Kapfelberg. Wir fahren zum „Sepp Keil“, dem einzigen Spargelanbauer in der Region (Abensberger Spargel), der nach ökologischem Standard (Bioland zertifiziert) die Königin des Gemüses produziert. Wir erfahren viel über die kulturspezifischen Ansprüche des Spargels und dürfen uns im Spargelstechen üben. Wir werfen einen Blick in die Verarbeitung und Herr Keil erklärt uns, worauf bei der Marktaufbereitung geachtet wird. Mit etwas Glück dürfen wir auch ein paar Erdbeeren naschen...

Bei einer Genusstour soll auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen. So ist eine Einkehr zum Mittagessen auch fest mit eingeplant. Den Rückweg genießen wir auf dem Donauradweg nach Regensburg.

Kontakt: Regine Wörle unter regine.woerle@adfc-r.de oder 0151-57777363
oder bei Karin Tränkner-Benslimane (Slow Food) unter genusstour@adfc-r.de

**Freizeiterlebnis
Regensburger Land**

Familienfreundliche Flussradwege,
Wandergenuss Burgensteige, Walhalla,
Wein und mehr!

Neugierig?

Tourismusbüro Landkreis Regensburg
Altmühlstr. 3, 93059 Regensburg
Telefon: 0941/4009-495
tourismus@landratsamt-regensburg.de
www.landkreis-regensburg.de

LAND
KREIS
REGENSBURG

Bayern

Tipp: Kostenlose Rad- und Wanderkarten erhältlich!

Tagestour | Sonntag, 21. Juni

Bayerischer Wald (Pedelectour)



PEDELEC-Fortgeschrittenen-Tour Donau-Regen-Radweg / Festspiel-Radweg

Treffpunkt: 10:00 Uhr beim E-Bike-Verleih-Bogen, Straubinger Str. 4., 94327 Bogen (150m vom Bahnhof Bogen entfernt). Kostenlose Parkplätze sind vorhanden. Hinfahrt mit der Bahn möglich ab Rgb. Hbf. 9:01 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren. Rückfahrt ab Falkenstein mit dem Fahrradbus - RVV-Linie 34 nach Regensburg.

Strecke: ca. 84 km

Sonstiges: Pedelec-Reservierung: www.e-bike-verleih-bogen.de oder Tel. 09422-8593285
Tagesgebühr 39 € inkl. Rücktransport der Pedelects ab Falkenstein nach Bogen



Foto: e-bike-verleih-bogen.de

Auch längere Touren sind mit einem Pedelec keine Herkulesaufgabe. Genuss-Radeln auf dieser 84 km langen wunderschönen Tour durch den Bayerischen Wald. Zunächst geht es auf der ehemaligen Bahntrasse mit moderater Steigung durch schönste Natur und Landschaft, abseits vom Verkehr bis nach Miltach. 8 Km vor Miltach, in Wies bei Rattenberg, kann man bei einer ersten verdienten Pause an der E-Bike-Tankstelle beim Biergarten Wies-Wirt um die „Akkus“ nachladen.

Ab Miltach geht es dann auf dem Regental-Radweg bis kurz vor Cham und auf dem Festspiel-Radweg bis nach Falkenstein (Opf.).

Erkenntnisgewinn: Mehr Schönes kann man aus einem Tag kaum herausholen, mit Pedelects lassen sich auch längere Radl-Touren genießen!

Wir starten mit eigenen oder geliehenen Pedelects von Bogen direkt auf den Donau-Regen-Radweg. Ca. 12 – 12:30 Uhr erreichen wir unser erstes Zwischen-Ziel in Rattenberg/Wies (ca. 33 km), danach geht es weiter bis Cham (ca. 1,5 Std./ 25 km) und dann weiter zum Ziel nach Falkenstein (ca. 1,5 Std./ 26 km). Ausgeliehene Pedelects vom E-Bike-Verleih-Bogen werden in Falkenstein zurückgegeben. Fahrtkosten für öffentliche Verkehrsmitteln sind von den Teilnehmern selbst zu entrichten.

Anmeldung: bis 30. Mai bei Alexander Baldus unter info@e-bike-verleih-bogen.de

Stadtteiltour | Freitag, 26. Juni

Von den Donauländen zu den Häfen –
eine Radltour durch Geschichte und Gegenwart



Treffpunkt: 17:00 Uhr, vor dem Museumsschiff RUTHOF, Marc-Aurel-Ufer

Dauer: 2 Std.

Sonstiges: in Kooperation mit dem EBW Regensburg

Regensburg war in allen Zeiten verbunden mit dem Handel auf der Donau. Lange Zeit war der Warenumschlag direkt vor der Stadtmauer am Ufer abgewickelt worden. Die Industrialisierung der Schifffahrt im 19. Jahrhundert und der zunehmende Platzbedarf für Ländeplätze und Lagerhäuser

Gesundheit in besten Händen

AOK
Die Gesundheitskasse.



Mit dem Rad
zur Arbeit 2015
Eine Initiative von
ADFC und AOK



Warum mit dem Rad zur Arbeit? „Weil meine Gesundheit Vorfahrt hat“

Los geht's! Fahren Sie zwischen dem 1. Juni und dem 31. August an mindestens 20 Tagen „Mit dem Rad zur Arbeit“ und gewinnen Sie attraktive Preise. Alles zur Aktion unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de oder bei der AOK in Ihrer Nähe.

„Mit dem Rad zur Arbeit 2015“ wird gefördert von der
vbw – Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft e. V.

vbw

April

Mai

Juni

⋮		Fr 1		Mo 1	„Mit dem Rad zur Arbeit“ Zeitraum Juni – August
Mi 8		Sa 2		Di 2	
Do 9	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 3	13:00 Halbtagestour: Kirchen & Schlösser Maxh.-Haidhof	Mi 3	
Fr 10	17:00 Infoveranstaltung Touren- programm, Café Noah	Mo 4		Do 4	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 11		Di 5		Fr 5	
So 12		Mi 6		Sa 6	9:50 Tagestour: Weltenburg und Klösterl, Hbf. Vorplatz
Mo 13		Do 7	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 7	10:00 Tagestour: CO ₂ -Frei-Tour, Bf. Schwandorf
Di 14		Fr 8		Mo 8	
Mi 15	18:00 Feierabendtour: Donauarena	Sa 9	STADTRADELN Regensburg, Aufaktveranstaltung	Di 9	
Do 16	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 10	10:00 TT: Bahntrassenradeln 15:00 Stadtteil-T: Natur per Rad	Mi 10	18:00 Feierabendtour: Donauarena
Fr 17		Mo 11	STADTRADELN	Do 11	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 18		Di 12	STADTRADELN	Fr 12	
So 19	9:00 Tagestour: Schwarze Laber, Hbf. Vorplatz	Mi 13	18:00 Feierabendtour: Donauarena	Sa 13	15:00 Stadtteiltour: Regensburger Burgfrieden
Mo 20		Do 14	8:30 Dreitagestour ... 18:00 Selbsthilfwerkstatt ... Durch den Oberpfälzer und Fränkischen Jura, Hbf. Vorplatz	So 14	9:30 Genussstour: Spargelhof Kapfelberg, Metro-P.
Di 21		Fr 15		Mo 15	
Mi 22		Sa 16	STADTRADELN	Di 16	
Do 23	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 17	STADTRADELN	Mi 17	
Fr 24	ADFC-Tourenleiter- seminar, Eichstätt	Mo 18	STADTRADELN	Do 18	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 25	ADFC-Tourenleiter- seminar, Eichstätt	Di 19	STADTRADELN	Fr 19	
So 26	ADFC-Tourenleiter- seminar, Eichstätt	Mi 20	18:00 Feierabendtour: Donauarena	Sa 20	
Mo 27		Do 21	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 21	10:00 TT: Bayerischer Wald (Pedelec-Tour), Bogen
Di 28		Fr 22	STADTRADELN	Mo 22	
Mi 29	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt	Sa 23	STADTRADELN	Di 23	
Do 30	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl	So 24	STADTRADELN Pfingstsonntag	Mi 24	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt
		Mo 25	STADTRADELN Pfingstmontag	Do 25	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl
		Di 26	STADTRADELN	Fr 26	17:00 Stadtteiltour: Donauländen - Häfen
Do 1	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	Mi 27	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt	Sa 27	11:00 Tagestour: Vorwaldhöhen zur Donau, Hbf. Vorplatz
Fr 2		Do 28	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl	So 28	
Sa 3	10:00 Kulinarische Abschluss- tour, Selbsthilfwerkstatt	Fr 29	STADTRADELN	Mo 29	
So 4		Sa 30	8:30 Tagestour: Oberpfälzer Seenland, Hbf. Vorplatz	Di 30	
⋮		So 31			

Oktober

Juli

August

September

Mi 1		Sa 1		Di 1	
Do 2	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 2	8:15 TT: Landesausstellung Ingolstadt, Hbf. Vorplatz	Mi 2	18:00 Feierabendtour: Donauarena
Fr 3		Mo 3		Do 3	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 4	8:00 Zweitagestour: Stiftland und Zoigland, Hbf. Vorplatz	Di 4		Fr 4	
So 5		Mi 5	18:00 Feierabendtour: Donauarena	Sa 5	
Mo 6		Do 6	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 6	08:45 Tagestour: Eggmühl - Napoleon, Hbf. Vorplatz
Di 7		Fr 7	adfc-jugend-fahrrad-festival, Göttingen	Mo 7	
Mi 8	18:00 Feierabendtour: Donauarena	Sa 8	adfc-jugend-fahrrad-festival, Göttingen	Di 8	
Do 9	17:00 Stadtteiltour: Prüfenng 18:00 Selbsthilfwerkstatt	So 9	adfc-jugend-fahrrad-festival, Göttingen	Mi 9	
Fr 10		Mo 10		Do 10	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 11		Di 11		Fr 11	
So 12	9:00 Genussstour: Rund um die Ziege, Falkensteiner Höhen	Mi 12		Sa 12	9:30 Genussstour: Kartoffelhof Friesheim, Metro-P.
Mo 13		Do 13	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 13	Welt-Kult-Tour
Di 14		Fr 14		Mo 14	
Mi 15		Sa 15		Di 15	
Do 16	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 16		Mi 16	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt
Fr 17		Mo 17		Do 17	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)
Sa 18	10:00 TT: Bahntrassenradeln (Pedelectour), Bogen	Di 18		Fr 18	
So 19	12:00 Halbtagestour: Kräuter- wanderung, Werkstatt	Mi 19	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt	Sa 19	
Mo 20		Do 20	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 20	13:00 Halbtagestour: Industrie- geschichte Maxh.-Haidhof
Di 21		Fr 21		Mo 21	
Mi 22	18:00 Feierabendtour: Selbsthilfwerkstatt	Sa 22		Di 22	
Do 23	18:00 Selbsthilfwerkstatt (Weinweg 2)	So 23		Mi 23	
Fr 24		Mo 24		Do 24	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl
Sa 25	14:00 Stadtteiltour: Keilberg, Bürgerbüro Nord	Di 25		Fr 25	
So 26	8:25 Tagestour: Spuren Wallensteins, Hbf. Vorplatz	Mi 26		Sa 26	
Mo 27		Do 27	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl	So 27	
Di 28		Fr 28		Mo 28	
Mi 29		Sa 29		Di 29	
Do 30	18:00 Selbsthilfwerkstatt 19:00 Radlerstammtisch Schlössl	So 30		Mi 30	
Fr 31		Mo 31			

← Oktober links unter April

Unabhängiger Komfort

Schon gefaltet? Das Birdy, ein vollgefedertes Faltrad mit guten Fahreigenschaften und hohem Fahrkomfort. Dank des einfachen Faltmechanismus (Faltzeit ca. 15 sec.), des kleinen Packmaßes (79x59x36 cm) und des geringen Gewichts (ab 10,4 kg) ist es leicht zu tragen und zu verstauen. Es ist immer dabei und beschert Ihnen somit grosse Unabhängigkeit.



Dieses Faltrad, sowie eine Vielzahl weiterer feiner Räder finden Sie natürlich in unserem Fachgeschäft. Falten Sie mit.

Wir sind für Sie da
von Di – Fr 10.00 – 19.00
und Sa 10.00 – 16.00
Montag ist geschlossen.

FEINE  RÄDER

Furtmayrstr. 10 – 12 · 93053 Regensburg
Tel. 0941-700 03 65
www.feine-raeder.de

ließ den Hafenbereich immer weiter nach Osten wandern – die "Donaulände", unterhalb der Eisernen Brücke, entstand, an der heute nur noch Kabinenschiffe anlegen. 1910 folgte der Luitpoldhafen, heute Westhafen. In den 1960er Jahren entstand schließlich der Osthafen weit draußen vor der Stadt. Dieses "Hinauswandern vor die Stadt" der Hafeneinrichtungen hat wohl auch dazu geführt, dass der Hafen heute nicht mehr so sehr im Bewusstsein der Bevölkerung verankert ist, wie dies in frühen Zeiten der Fall gewesen war. Im Verlauf dieser Radl-Tour werden Geschichte, aber auch Gegenwart und Zukunft des Regensburger Hafens erläutert. Alte Karten und Darstellungen erleichtern den Weg durch die Vergangenheit, um uns auch "ein Bild vergangener Zeiten zu machen".

Kontakt: Rainer Ehm, Historiker, DSMR-Museumsleiter unter kontakt@adfc-regensburg.de

Radfahrstreifen sind auf der Fahrbahn mit einer dicken, durchgezogenen Linie abmarkiert und mit dem entsprechenden blauen Verkehrszeichen „Radweg“ versehen. Sie müssen dann von Radfahrern benutzt werden (wie bei Radwegen gilt: sofern benutzbar und zumutbar). Kraftfahrer dürfen diese Streifen nicht befahren (allenfalls überqueren, um dahinter liegende Zufahrten oder Parkplätze zu erreichen), ebenso wenig dort Halten oder Parken.



Schutzstreifen sind auf der Fahrbahn mit einer unterbrochenen dünnen Linie markiert. Für sie gilt keine Benutzungspflicht. Einige dieser Streifen sind sogar so schmal, dass sie gar nicht benutzt werden können, wenn man den erforderlichen Sicherheitsabstand zum Bordstein oder zu parkenden Autos einhalten will. Bei Bedarf dürfen Kraftfahrzeuge den Streifen befahren, sofern dadurch keine Radfahrer gefährdet werden. Auch Halten, nicht aber Parken ist auf diesen Streifen erlaubt.



Tagestour | Samstag, 27. Juni

Von Vorwaldhöhen zur Donau



Treffpunkt: 11:00 Uhr, Vorplatz Hauptbahnhof Rgb.

Strecke: verläuft auf Höhenrücken und später überwiegend im Flusstal, gut befahrbar, meist asphaltierte Nebenstraßen und Radwege, ca. 45 km

Sonstiges: Bustransport inkl. Rad ca. 8 €

Vom 613 m hoch gelegenen Gfäll aus verläuft die Route das erste Drittel überwiegend bergab über die abgelegenen Ortschaften Postfelden, Zumhof, Aumbach, Hintergrub, Kirnberg und Dietersweg nach Wiesent (334 m). Über Kruckenberg kommen wir dann auf den Donauradweg, der uns bis Regensburg begleitet, wo wir gegen 16 Uhr eintreffen.

Anmeldung: bis 26. Juni bei Bernhard Gradl unter gradl@adfc-r.de, 0941-97215 oder 0151-51821878

Zweitagestour | Samstag, 4. – Sonntag, 5. Juli Stiftland und Zoiglland



Treffpunkt: 8:00 Uhr, Vorplatz Hauptbahnhof Rgb.

Strecke: verläuft überwiegend in leicht welligem Gelände und in Flusstälern, gut befahrbar, meist asphaltierte Nebenstraßen und Radwege, ca. 110 km

Sonstiges: Bahntransport inkl. Rad ca. 20 €, 1 Übernachtung ca. 30 €



Vom Bahnhof Marktredwitz aus führen 30 km Radweg an den Flüssen Kösseine, Rösrau und Eger entlang über Arzberg und Schirnding ins tschechische Cheb (Eger), wo wir eine Mittagspause einlegen (evtl. auch Stadtbesichtigung). Dann kehren wir nach Bayern zurück und erreichen gegen 17 Uhr Waldsassen mit seiner sehenswerten Basilika. Da am nächsten Tag das Bürgerfest stattfindet, wird bereits am Vorabend im Ortszentrum einiges geboten sein (Übernachtung im Gasthof).

Am Sonntag radeln wir auf dem Wondreb-Radweg an Mitterteich vorbei durch eine reizvolle Weierlandschaft ins Zoiglland nach Falkenberg. Dann führt uns der Waldnaabradweg weiter zur idyllischen Blockhütte an der Waldnaab (Mittagsrast). Über Neuhaus gelangen wir auf dem Zoiglrادweg nach Neustadt a.d.W. und schließlich zum Endpunkt Weiden.

Anmeldung: bis 30. April bei Bernhard Gradl unter gradl@adfc-r.de,
0941-97215 oder 0151-51821878

Stadtteiltour | Donnerstag, 9. Juli

Mit dem Fahrrad durch Prüfening und Dechbetten



Treffpunkt: 17:00 Uhr, kleine Kirche im Stadtpark (Eingang Parkside Office)

Dauer: 1,5 – 2 Std.

Sonstiges: in Kooperation mit dem EBW Regensburg

Kirchen aus Romanik, Gotik, Barock, eine historische Brunnstube, ein Schnitzaltar, ein Jonas im Walfisch als Türgriff, die Gräber der Malerdynastie der Gebhards, all das (und je nach Zeit noch mehr) wird auf dieser gemütlichen Radtour angesteuert und vorgestellt.

Außerdem: Ausklang im Biergarten – was will man mehr?

Kontakt: Gerd Burger unter kontakt@adfc-regensburg.de

Tagestour | Sonntag, 12. Juli

Rund um die Ziege – auf die Falkensteiner Höhen!



Treffpunkt: 9:00 Uhr, Bürgerbüro Nord, Ecke Nordgau-/Brennesstr.

Strecke: ca. 80 km

Sonstiges: Genussstour gemeinsam mit dem EBW Regensburg und Slow Food



Der Knallerbsenhof ist ein Familienprojekt von sieben Menschen aus vier Generationen, die in der Nähe von Falkenstein im Vorderen Bayerischen Wald leben und arbeiten. 2009 gestartet, beherbergt der Bio-Betrieb der Familie Kremer neben dem Milchziegenhof und der Hofkäseerei auch einen Hofladen. Über die ehemalige Bahntrasse mit stetigem, aber sanftem Anstieg erklimmen wir die Höhen nach Falkenstein. Familie Kremer wird uns über ihren Hof führen, und es besteht die Möglichkeit, im Hofladen die leckeren Milch-, Fleisch- und Käseprodukte zu erwerben.

Wem die Strecke zu lang ist, kann für die Hin- oder Rückfahrt den Bus, Linie 34, nutzen (vgl. S. 31). Treffpunkt dann ab 12 Uhr im Burgbiergarten Falkenstein oder 14 Uhr direkt beim Knallerbsenhof.

Kontakt: Anita Honderboom unter honderboom@adfc-regensburg.de oder 0176-34453660 oder bei Carsten Lenk (EBW) unter genusstour@adfc-r.de

Tagestour | Samstag, 18. Juli

Bahntrassenradeln im Bayerischen Wald



PEDELEC-Fortgeschrittenen-Tour Donau-Regen-Radweg / Regental-Radweg / Waldbahnradweg

Treffpunkt: 10:00 Uhr *bim E-Bike-Verleih-Bogen, Straubinger Str. 4., 94327 Bogen (150 m vom Bahnhof Bogen entfernt). Kostenlose Parkplätze sind vorhanden. Hinfahrt mit der Bahn möglich ab Rgb. Hbf. 9:01 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren. Rückfahrt ab Falkenstein mit dem Radbus nach Regensburg*

Strecke: ca. 77 km

Sonstiges: *Pedelec-Reservierung: www.e-bike-verleih-bogen.de oder Tel. 09422-8593285 Tagesgebühr 27 €*

Genuss-Radeln auf dieser 77 km langen wunderschönen Tour durch den Bayerischen Wald. Zunächst geht es auf der ehemaligen Bahntrasse mit moderater Steigung durch schönste Natur und Landschaft, abseits vom Verkehr bis nach Miltach. 8 km vor Miltach, in Wies bei Rattenberg, kann man bei einer ersten verdienten Pause an der E-Bike-Tankstelle beim Biergarten Wies-Wirt die „Akkus“ nachladen. Ab Miltach geht es dann auf dem Regental-Radweg bis Patersdorf und von dort auf dem Waldbahnradweg zum Bahnhof Gotteszell/Zachenberg. Dort steigen wir in den Zug und fahren mit der Waldbahn bis Plattling, steigen um Richtung Straubing/Regensburg. In Straubing kann man umsteigen und mit der Regionalbahn nach Bogen fahren. Die Zugfahrt dauert mit Umsteigen ca. 1 Stunde zu zu beiden Zielen.

Erkenntnisgewinn: Mehr Schönes kann man aus einem Tag kaum herausholen, mit Pedelecs lassen sich auch längere Radl-Touren genießen!

Wir starten mit eigenen oder geliehenen Pedelecs von Bogen direkt auf den Donau-Regen-Radweg. Ca. 12 – 12:30 Uhr erreichen wir unser erstes Zwischen-Ziel in Rattenberg/Wies (ca. 33 km), danach geht es weiter bis Miltach und über Patersdorf zum Ziel nach Gotteszell/Zachenberg Bhf. (ca. 2,5 – 3 Std./ 47 km). Fahrtkosten für öffentliche Verkehrsmitteln sind von den Teilnehmern selbst zu entrichten.

Anmeldung: bis 4. Juli bei Alexander Baldus unter info@e-bike-verleih-bogen.de

Halbtagestour | Sonntag, 19. Juli

Halbtagestour mit Kräuterwanderung



Treffpunkt: 12:00 Uhr, ADFC Selbsthilfwerkstatt, Weinweg 2

Strecke: ca. 40 km, Kräuterwanderung in Schönhofen

Sonstiges: zusätzliche Kosten für die Kräuterwanderung ca. 10.- €

Nachdem wir mit dem Radl Schönhofen im Tal der Schwarzen Laber erreicht haben, werden wir am Wegesrand nach ausgewählten Heilkräutern suchen. Sie erfahren, gegen welche Krankheit das jeweilige Kräutlein gewachsen ist. Außerdem hören Sie so manches über geheimnisvolle Bräuche und lauschen merkwürdigen Geschichten rund um die Kräuter.

Kontakt: Anette Rohrhofer unter rohrhofer@adfc-r.de oder 0152-03642604

Stadtteiltour | Samstag, 25. Juli

Keilberg



Treffpunkt: 14:00 Uhr, Bürgerbüro Nord, Ecke Nordgau-/Brennesstr.

Strecke: verläuft in welligem Gelände mit einer längeren Steigung

Sonstiges: In Kooperation mit dem EBW Regensburg

Wo steht das höchstgelegene Gebäude Regensburgs? Was ist ein Rotbeerel-Ranger? Gibt es noch Karsthöhlen und Dolinen im Stadtgebiet?

Antworten auf diese Fragen bekommen wir während einer aussichtsreichen, auch mit Schiebepasagen gewürzten Tour durch und um den nordöstlichsten Stadtteil Regensburgs. Wir erkunden die ehemalige Streusiedlung am Keilstein, die sich aufgrund der regen Bautätigkeit der letzten Jahre stark verändert hat. Auch der Wandel in der Landwirtschaft und im Kalkabbau kommt auf unserer Stadtteilreise zur Sprache.

Kontakt: Hans Kilgert unter kilgert@adfc-r.de, 0941-699255 oder 0171-6530086

ADFC-Regionalkarte Regensburg und Umgebung

Schwandorf – Regensburg – Kelheim – Straubing

Die perfekte Radtourenkarte für die Region im Maßstab 1:75.000

- Speziell entwickelte Kartengrundlage für optimale Übersicht
- Mit Straßennamen zur besseren Orientierung
- Angaben zu Steigungen, Verkehrsbelastung und Oberflächenbeschaffenheit
- Empfohlene Routen für die schönsten Radtouren
- Mit wichtigen touristischen Informationen und markierten Radrouten
- Mit UTM-Koordinatengitter zur Entfernungsmessung und zur Standortbestimmung mit GPS-Geräten

Aktuelle Neuauflage:

- Mit erweitertem Kartenausschnitt
- Wetterfestes und reißfestes Papier
- Zusätzliche kostenfreie Online-Angebote: gpx-Tracks der Tourenvorschläge zum Download

BVA Bielefelder Verlag,
ISBN 978-3-87073-627-9, 7,95 €,
erhältlich im Buchhandel und beim
ADFC Regensburg



Tagestour | Sonntag, 26. Juli

Auf den Spuren Wallensteins



Treffpunkt: 8:25 Uhr Regensburg Hauptbahnhof Vorplatz
bzw. 9:45 Uhr Neumarkt Bahnhof Vorplatz

Strecke: ruhige Nebenstraßen, Waldweg, auch Schotterwege, ca. 55 km

Sonstiges: Bahntransport incl. Rad ca. 10 €

Alle drei Jahre finden in Altdorf die Wallensteinfestspiele statt, um an das Studium des berühmten Feldherrn in Altdorf zu erinnern. An den Festspielwochenenden wird aber nicht nur Theater gespielt: Der ganze historische Marktplatz verwandelt sich in ein einziges Lager aus den Tagen des 30-jährigen Krieges. Unsere Tour führt von Neumarkt am Ludwig-Donau-Main-Kanal entlang bis Unterölsbach. Von dort nach Irleshof zum Schwedenkreuz. Nach einer kleinen Steigung fahren wir in das Rohrenstädter Tal. Bei Mitterrohenstadt erwartet uns die größte Steigung hinauf nach Stöckelsberg. Auf einen Kilometer überwinden wir etwa 100 Höhenmeter. Danach geht es über Hagenhausen entspannt nach Altdorf. Dort erwarten uns Speis und Trank und das Lagerleben von Kroaten, Kosaken und Zigeunern. Auf dem Rückweg radeln wir über das Schwarzachtal nach Gnadenberg wieder zum alten Kanal.

Anmeldung: bis 12. Juli bei Christine und Werner Götz unter goetz@adfc-r.de,
09181-41562 oder 0151-55925136

Tagestour | Sonntag, 2. August

Landesaussstellung 2015 in Ingolstadt "Napoleon und Bayern"



Treffpunkt: 8:15 Uhr Vorplatz Hauptbahnhof Rgb.

Strecke: ca. 45 km, ab Münchsmünster in der Donauebene

Sonstiges: Bahntransport inkl. Rad ca. 13 €, Eintritt für die Landesaussstellung,
sowie Führungskosten wie bei Stadtteiltour.
In Kooperation mit dem EBW Regensburg

Das Bayerische Armeemuseum im Neuen Schloss zu Ingolstadt beherbergt von Ende April bis Ende Oktober die diesjährige Landesaussstellung. Präsentiert wird sie wie gewohnt vom Haus der Bayerischen Geschichte, das mit herausragenden Exponaten ein anschauliches Bild von der bewegten Zeit in Bayern vor 200 Jahren vermittelt. Wir machen uns im Rahmen einer Führung ein Bild insbesondere von den Geschehnissen während des Bayerischen Feldzuges 1809 (siehe auch Tour Eggmühl). Vor und nach der Ausstellung schwingen wir uns aufs Fahrrad und erkunden die Donauebene östlich von Ingolstadt.



Anmeldung: bis 31. Juli bei Hans Kilgert unter kilgert@adfc-r.de,
0941-699255 oder 0171-6530086

Tagestour | Sonntag, 6. September

Eggmühl - Was macht Napoleon im Laabertal?



Treffpunkt: 8:45 Uhr Vorplatz Hauptbahnhof Rgb. oder 9:30 Eggmühl

Strecke: verläuft in meist welligem Gelände auf asphaltierten Nebenstraßen und befestigten Wegen, ca. 30 km, Führung zum Thema ""Der Bayerische Feldzug 1809""

Sonstiges: Bahntransport inkl. Rad ca. 8 €, Führungskosten wie Stadtteittour .
In Kooperation mit dem EBW Regensburg

Das Löwendenkmal am Bahnhof von Eggmühl erinnert an ein bedeutsames Kriegereignis auf dem Boden der Gemeinde Schierling, in das vor 200 Jahren die Truppen des Rheinbundes (darunter Bayern), Österreichs und Frankreichs verwickelt waren: Die Schlacht von Eggmühl als Teil des bayerischen Feldzuges im Rahmen des 5. Koalitionskrieges zwischen dem napoleonischen Frankreich und dem Habsburger Reich war entscheidend für die weitere politische Entwicklung in Mitteleuropa.

Ausgehend von dem anschaulichen Informationszentrum am Fuße des Löwen machen wir eine Zeitreise und „erfahren“ mit dem Rad die politischen, militärischen und sozialen Dimensionen der damaligen Geschehnisse. Wir erkunden die historische Szenerie im Tal der Laaber und stoßen immer wieder auf Schautafeln, die uns mit den dramatischen Ereignissen jener Zeit konfrontieren.

Anmeldung: bis 4. September bei Hans Kilgert unter kilgert@adfc-r.de,
0941-699255 oder 0171-6530086

Tagestour | Sonntag, 12. September

Zum Kartoffelhof in Friesheim



Treffpunkt: 9:30 Uhr, Metroparkplatz Markomannenstraße

Strecke: ca. 50 – 60 km

Sonstiges: Genusstour gemeinsam mit dem EBW Regensburg und Slow Food

Heute geht es nach Friesheim. Dort besuchen wir die Familie Härtl, eine Bauersfamilie, die sich seit Generationen auf Kartoffeln spezialisiert hat. Neben ihrem Anbau für die Verarbeitungsindustrie produziert Familie Härtl auf kleiner Fläche eine unglaubliche Kartoffelvielfalt (ca. 30 verschiedene Sorten von mehlig bis zu besonderen Spezialitäten, darunter der "Blaue Schwede" oder das "Bamberger Hörnchen"). Wir erfahren auch, wie die verschiedenen Sorten am besten zubereitet werden wollen...

Am Vormittag werden wir einige Hügel im südlichen Landkreis Regensburg hinter uns bringen. Aber nach Mittagessen und Hofbesichtigung können wir gemütlich an der Donau nach Hause radeln.

Kontakt: Regine Wörle unter regine.woerle@adfc-r.de, 0941-991891 oder 0151-57777363
oder bei Karin Tränkner-Benslimane (Slow Food) unter genusstour@adfc-r.de

Halbtagestour | Sonntag, 20. September Industriegeschichte in Maxhütte-Haidhof



- Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Rathaus in Maxhütte-Haidhof
Hinfahrt mit der Bahn ab Regensburg Hbf. 11:57 Uhr, bitte ggf. selbst organisieren
- Strecke:** 35 km, leichte Steigungen
- Sonstiges:** auch für Kinder geeignet

Eine Besichtigung einer der eigenwilligsten Städte des Landkreises Schwandorf per Fahrrad. Die Stadt ist am markantesten geprägt worden vom Eisenwerk, aber auch Kohle, Ton und Elektrizität spielten eine deutliche Rolle, dazu Post, Bekleidung und Transportwesen. Die alte Industrie ist abgelöst worden von neuen Wirtschaftszweigen. Beide werden angefahren, Erzählenswertes und Anekdoten sind inbegriffen. Ob und was besichtigt werden kann, muss kurzfristig entschieden werden.

Anmeldung: bis 19. September bei Willi Rester unter rester@adfc-r.de,
09471-950085 oder 0152-27332051

Tagestour | Samstag, 3. Oktober Kulinarische Abschlussstour



- Treffpunkt:** 10:00 Uhr, ADFC Selbsthilfwerkstatt, Weinweg 2
- Strecke:** ca. 60 - 65 km

Wie alle Jahre lassen wir die Radsaison bei einer gemütlichen Radtour zu einem gepflegten Gasthaus ausklingen. Bei einem leckeren Mittagessen können wir uns über die vergangene Radsaison unterhalten und auch das eine oder andere Ziel für das nächste Jahr besprechen. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Da das genaue Ziel der Tour noch nicht feststeht, wird dieses im Laufe der Saison im Internet unter www.adfc-regensburg.de bekannt gegeben.

Kontakt: Regine Wörle unter regine.woerle@adfc-r.de, 0941-991891 oder 0151-57777363



Foto: www.r-m.de | pd-f

Radwege, die mit diesen Zeichen versehen sind, müssen grundsätzlich benutzt werden, sofern sie benutzbar und zumutbar sind und der Weg auch dorthin führt, wohin man möchte. Ansonsten darf auf die Fahrbahn ausgewichen werden. An der nächsten Stelle, wo das gefahrlos möglich ist, muss man wieder auf den Radweg zurück. Auf Gehwege ausweichen ist verboten. Unbenutzbar ist ein Radweg u. a. dann, wenn grobe Verschmutzungen oder Scherben eine gefahrlose Benutzung unmöglich machen, wenn Fahrzeuge oder andere Gegenstände auf dem Radweg abgestellt sind, wenn Fußgänger den Radweg blockieren oder wenn der Radweg im Winter nicht geräumt und gestreut ist.



Auch **kombinierte Fuß- und Radwege** müssen grundsätzlich anstelle einer eventuell parallel verlaufenden Fahrbahn benutzt werden. Wenn sich auch Fußgänger auf dem Weg aufhalten, darf jedoch nur mit größter Vorsicht und angepasster Geschwindigkeit gefahren werden.



Ein großer Teil der Straßen und Plätze in der Regensburger Altstadt ist so beschildert. Zusammen mit der Freigabe für bestimmte Arten des motorisierten Verkehrs ergibt das die so genannten **Wohnverkehrsstraßen**.

**Grundsätzlich gilt bei allen Radwegen:
Das Befahren in der Gegenrichtung ist verboten!**

... außer wenn es – innerorts in seltenen Ausnahmefällen, außerorts aber sehr häufig – durch Beschilderung an einem linksseitigen Weg durch ein blaues Zeichen wie oben ausdrücklich vorgeschrieben ist (§ 2 Abs. 4 StVO). Dann steht auch in der „normalen“ Fahrtrichtung ein Zusatzzeichen mit gegenläufigen Pfeilen, um dies anzuzeigen. In dem Fall müssen Radfahrer äußerst aufmerksam fahren und auf entgegenkommende Radfahrer achten.



Hotel VALVERDE
★★★★
& Residenza



**Cesenatico
RAD-SPECIAL**

Touren durch die blühende Romagna, umfassender Service, gehobener Komfort. Große Zimmer (30-50 m²). Beheizter Pool. Rad-Depot. Wasch-Service für Sportkleidung. Energiereiches Sportlerfrühstück, Nachmittagsbuffet, Gourmet-Abendessen inklusive Wein u. Wasser. Zentrale Lage am Meer. Ab € 49,00 HP

Frühbucher-Prämie. Gruppenrabatt

Sonne, Kultur und mildes Klima von März bis Oktober. **Unsere Spezialangebote:**
Ostern 2015: Gruppentraining mit Jugendfahrern (28.3.-11.4.)
24 Mai 2015: Gran Fondo Nove Colli - Rad Woche
Kontakt in Deutschland: Sabine Urban,
Tel. 08153 984 713 (abends)





Fahrradmitnahme in Bahn und Bus 2015

Alle Züge von und nach Regensburg – mit Ausnahme der ICE – bieten die Möglichkeit, Fahrräder im Rahmen der vorhandenen Kapazitäten mitzunehmen. Vom 4.4. bis 11.10. verkehrt an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen zusätzlich je ein

Fahrradzug mit erweiterter Mitnahmekapazität der DB (Nürnberg ↔ Passau) und agilis (Ulm ↔ Passau) nach folgendem Schema (agilis auch mit Halt in Osterhofen und Vilshofen):

		RE	agilis		agilis	RE
Regensburg Hbf.	ab	8:11	10:01	an	17:53	19:39
Straubing	↓	8:38	10:27		17:27	19:16
Plattling		8:53	10:46	↑	17:11	19:03
Passau Hbf.	an	9:30	11:30	ab	16:28	18:31

Donauaufwärts bietet agilis mehrmals täglich bis Ulm durchgehende Züge, so dass auch auf dieser Relation die Fahrradmitnahme ohne Umstieg über längere Strecken möglich ist.

Wie für die anderen Nahverkehrszüge gelten auch für die Radzüge das Bayern-Ticket (23 € + 5 € je Person bis max. 5 Pers. oder max. 2 Pers. + beliebig viele eigene Kinder/Enkel unter 15 J.) und das Regio-Ticket (11,50 € bis 50 km Entfernung und Rückfahrt, also z.B. von Regensburg nach Straubing oder Neufahrn/Nb. und zurück). Im Bereich des RVV, also bis Neustadt/Donau, Neumarkt/Opf., Amberg, Sünching bzw. Eggmühl gelten auch die RVV-Tages-Tickets (Sa/So/Feiertag 4,20 € bis 13,30 € für max. 5 Pers.; Mo-Fr 5 € bis 17,50 € für max. 5 Pers., bis Zone 4 nur 2 Pers.). Zusätzlich wird eine Fahrradkarte benötigt: Entweder die Fahrrad-Tageskarte Bayern für 5 € oder die Fahrrad-Kurzstreckenkarte, deren Preis sich nach der Fahrtstrecke bemisst. In beiden Fällen brauchen mitreisende eigene Kinder bzw. Enkel unter 15 Jahren keine eigene Fahrradkarte. Fahrräder bis 20 Zoll Reifengröße sind generell kostenfrei.

Außerdem verkehren von Regensburg aus im Sommerhalbjahr (4.4. bis 3.10.) mehrmals täglich die Freizeitbuslinien nach Riedenburg und Falkenstein, die einen Fahrradanhänger mitführen (Vorankündigung empfohlen unter Tel. 0941 6000-122):

		Sa, So, Feiertag				Sa, So, Feiertag		
Regensburg, Hauptbahnhof	ab	7.48	10.15	15.48	an	10.02	15.02	18.02
Regensburg, Ziegetsdorfer Str.	↓	8.01	10.28	16.01		9.51	14.51	17.51
Bad Abbach, Am Markt		8.08	10.35	16.08		9.44	14.44	17.44
Saal/Donau, Bahnhof		8.21	10.48	16.21		9.31	14.31	17.31
Kelheim, Wöhrdplatz		8.32	10.59	16.32		9.19	14.19	17.19
Essing, Alte Holzbrücke		8.40	11.07	16.40	↑	9.10	14.10	17.10
Riedenburg, Großparkplatz	an	8.50	11.17	16.50	ab	9.00	14.00	17.00

Preise: z.B. Tagesticket mit Fahrrad: 11 € (Kind 7 €), Familie (2 Erw. max. 3 Kinder) 24,50 €

		Sa, So, Feiertag *		Sa, So		So, Feiertag		(Mo – Fr) *		
		ab	an	Feiertag *	Sa	So, Feiertag				
Regensburg, Hbf	ab	8.00	11.15	an	10.35	14.35	14.05	18.38	13.55	18.55
Donauaustauer-Str.	↓	8.08	11.23		10.27	14.27	13.57	18.30	13.47	18.47
Wenzenbach, Kirche		8.28	11.43		10.07	14.07	13.37	18.09	13.27	18.27
Hauzendorf, Bhf		8.40	11.55		9.54	—	13.24	—	13.14	—
Rossbach, Bhf		8.51	12.06	↑	9.41	13.50	13.11	17.50	13.03	18.11
Falkenstein, Bhf	an	9.16	12.35	ab	9.20	13.29	12.50	17.29	12.42	17.47

* Mo-Fr nur während der Pfingst- und Sommerferien

Preise: Biker-Ticket (einfache Fahrt mit Fahrrad): 8 € (Kind 4,60 €), für vier Personen 23 €

Alle Angaben ohne Gewähr! Aktuelle Informationen der Linienbetreiber und zur Fahrradmitnahme sind auf unseren Web-Seiten www.adfc-regensburg.de unter „Rad & Bahn“ verlinkt.

Fahrradfreundliche Betriebe: ADFC berät Unternehmen

In Regensburg unterstützen immer mehr Unternehmen die Mitarbeiter, wenn sie für ihren Weg zur Arbeit auf Rad und Pedelec umsteigen. Sie installieren komfortable Abstellanlagen, machen ordentlich Werbung und Aktionen, bauen sogar Duschen und Spinde ein. Diese Unternehmen zählen zu den Gewinnern, denn sie profitieren durch gesündere Mitarbeiter, sie stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl im Unternehmen, sie sparen Geld durch weniger Autoparkplätze und sie sammeln Pluspunkte in der Öffentlichkeit. Gewinner sind aber vor allem auch die Mitarbeiter, die dort arbeiten. Weil sie besser von und zur Arbeit kommen, im Notfall vielleicht ein Reparaturset beim Pförtner ausleihen können oder richtig Steuern sparen, weil sie sich über den Arbeitgeber und das so genannte Dienstradprivileg ein nagelneues Rad und Pedelec leasen können.

Die besten Tipps für Unternehmen hat der ADFC Bayern jetzt auf seiner neuen Webseite www.fahrradfreundliche-betriebe.de zusammengestellt. Weiterer Vorteil: Der ADFC berät die Unternehmen individuell, erhebt valide Daten und gibt Empfehlungen, die sich sofort und konkret umsetzen lassen. Zusätzlich nehmen sich die Betriebsberater auch Zeit und schauen sich die Situation vor Ort an. So wird aus der einfachen Betriebsberatung ein wirklicher Mehrwert, der sich für alle Seiten rechnet.

Der Clou aber ist die Zertifizierung als „Fahrradfreundlicher Betrieb“, die der ADFC Bayern ebenfalls durchführt. Dabei wird die Ist-Situation dokumentiert und nach einem ausführlichen Kriterienkatalog bewertet. Erreicht das Unternehmen dann eine Mindestpunktzahl, wird das anerkannte ADFC-Zertifikat „Fahrradfreundlicher Betrieb“ offiziell überreicht. So eine schicke Auszeichnung macht sich natürlich immer gut im Eingangsbereich des Unternehmens und in der Zeitung.

Foto: ADFC Julia Baier



Das Beratungsportfolio des ADFC Bayern, zum Teil gemeinsam mit dem ADFC Regensburg, umfasst die Erarbeitung und die Umsetzung folgender Bausteine:

Mobilitätstage, Mitarbeiterbefragungen, Radtourenvorschläge, Beratung zu Diensträdern und zum Dienstradprivileg, Fahrrad- und Sicherheitschecks, Beratung zu Abstellanlagen, Ideenbörse zu Aktionstagen, Kommunikationsstrategien, Öffentlichkeitsarbeit, Erstellung interner Newsletter zu Themen rund um Fahrrad und Pedelec, Beratung bei der Gewinnung von Fördermitteln zur Förderung des Radverkehrs und vieles mehr.

Natürlich zertifizieren wir auch Unternehmen in und um Regensburg. Die dürfen sich nach erfolgreicher Bewertung dann offiziell "Fahrradfreundlicher Betrieb" nennen und erhalten das entsprechende Zertifikat.

Alle Fragen zum Beratungsportfolio und zur Zertifizierung beantwortet beim ADFC Bayern Thomas Schmidt, Projektleiter „Fahrradfreundliche Betriebe“.

Er ist erreichbar per Mail thomas.schmidt@adfc-bayern.de und per Telefon 089 90 900 25 – 19

Das Projekt „Fahrradfreundliche Betriebe“ wird unterstützt durch die Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft e.V. (vbw).

Selbsthilfwerkstatt

Obwohl die Fahrradtechnik in den letzten Jahren erhebliche Fortschritte gemacht hat, ist das Fahrrad auch heute noch eine relativ einfache technische Maschine, an der fast alles selbst repariert werden kann. Nur muss man wissen, wie das fachgerecht gemacht wird.

Um die notwendigen Tipps zu geben, steht Ihnen in unserer Selbsthilfwerkstatt ein Mitglied der Werkstattgruppe zur Verfügung. Im Vordergrund steht jedoch, dass jeder sein Fahrrad **eigenverantwortlich selbst repariert** und nur auf Hilfe zurückgreift, wenn dies erforderlich ist.

Für Reparaturen steht eine recht umfangreiche Ausstattung an teils speziellen Werkzeugen zur Verfügung, sowie auch ein kleiner Vorrat gängiger Verschleißteile. Dieses Angebot stellt eine Ergänzung, keinesfalls eine Konkurrenz zu gewerblichen Fahrradwerkstätten dar, da unsere Aktiven im Werkstattteam nur ehrenamtlich tätig und keine ausgebildeten Zweiradmechaniker sind.

Bei speziellen Problemen und größeren, schwierigen Reparaturen verweisen wir auf die Dienstleistungen professioneller Werkstätten. An dieser Stelle seien unsere Fördermitglieder "Feine Räder" in der Furtmayrstraße, "Radwerk" in Schönhofen und "Bikezeit" in Neutraubling genannt, die für höchste Qualität auch bei Wartung und Reparatur bekannt sind. Ferner bieten wir in der Selbsthilfwerkstatt die Codierung von Fahrrädern (siehe nächste Seite) an.

Die Nutzung ist kostenlos, aber über eine kleine Spende freuen wir uns immer.

Öffnungszeiten: Geöffnet ist unsere Selbsthilfwerkstatt von Anfang März bis Ende November jeden Donnerstag jeweils von 18 bis 20 Uhr. Dezember - Februar geschlossen.

Adresse: Weinweg 2 (Zugang über Altheimerweg), 93049 Regensburg

Kontakt: werkstatt@adfc-regensburg.de

Wir suchen Verstärkung
für die Bereiche Touren und Selbsthilfwerkstatt
kontakt@adfc-regensburg.de



Stadtplan: Mit freundlicher Genehmigung der Stadt Regensburg, Amt für Stadtentwicklung, 2012

Ist Ihr Fahrrad schon codiert?

Ein wesentlicher Baustein zum Schutz vor Fahrraddiebstählen ist die Fahrradcodierung. Die Codierung soll durch den Abschreckungseffekt helfen, Fahrraddiebstähle einerseits zu vermeiden und andererseits leichter aufzuklären. Der ADFC verwendet das System der Fahrradcodierung, das die Polizei in den 90er Jahren entwickelte. Dabei werden Name und Adresse des Eigentümers in verschlüsselter Form zur Markierung genutzt. Das System ist unter dem Namen EIN-Codierung (EIN = Eigentümer-Identifizierungs-Nummer) bundesweit bekannt. Nicht nur die Eigentümerzuordnung von Fahrrädern wird mit der Codierung erleichtert: Auch alle anderen Gegenstände mit Codierung können bei Auffindung dem Eigentümer zurückgegeben werden!

Die Codierung kostet 5 €, ADFC-Mitglieder bezahlen die Hälfte. Die Codierung kann in der Selbsthilfwerkstatt vorgenommen werden.

Weitere Infos unter code.adfc-r.de und werkstatt@adfc-regensburg.de



Wir lassen Sie nicht warten ...

seit 1942

Zweirad  EHRL

**Nur bei uns erhalten Sie
erstklassigen Fahrradreparatur-Service
innerhalb von nur einem Werktag!**

**Am Protzenweiher 5-7 • 93059 Regensburg
Tel.: 09 41 / 8 51 24 • www.zweirad-ehrl.de**

Bitte einsenden an **ADFC e. V.**, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen,
oder per Fax an 0421/346 29 50, oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de

Name	
Vorname	Geburtsjahr
Straße	
PLZ, Ort	
Telefon (Angabe freiwillig)	Beruf (Angabe freiwillig)
E-Mail (Angabe freiwillig)	

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

- Einzelmitglied** ab 27 Jahre (46 €) 18–26 Jahre (29 €)
- Familien-/Haushaltsmitgliedschaft** ab 27 Jahre (58 €) 18–26 Jahre (29 €)
- Jugendmitglied** unter 18 Jahren (16 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

Zusätzliche jährliche Spende: €

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname	Geburtsjahr
Name, Vorname	Geburtsjahr
Name, Vorname	Geburtsjahr

Ich erteile dem **ADFC** hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf:

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847

Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit

Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber/in
D E <input type="text"/>
IBAN <input type="text"/>
BIC <input type="text"/>
Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Datum Unterschrift

ADFC e.V.
Postfach 10 77 47
28077 Bremen

Diesen grauen Streifen bitte nach hinten umknicken und im Fensterbriefumschlag einsenden. Danke!

Oder direkt online beitreten:



ORTLIEB

WATERPROOF



**WELCOME
OUTDOORS.**



BACK-ROLLER PLUS

Wasserdichte Fahrradtaschen

- + wasser- & staubdichter Rollverschluss
- + praktisches QL2.1 Halterungssystem
- + großflächige Reflektoren



SCHAU DIR
DIE NEUEN
FARBEN AN!

5 JAHRE GARANTIE
MADE IN GERMANY
WWW.ORTLIEB.COM

VSF **all-ride**
2013-2016

**ABSOLUT
WASSERDICHT**

Zertifiziert für 2013-2016

Im Bereich Reise-Rad/Camping,
Klassen 4 bis 6 getesteter.

Ein Ausflug der besonderen Art



Mit dem Freizeitbus zu den schönsten Ausflugszielen im Landkreis Kelheim!

Ideal für Rad- und Wandertouren!

Linienfahrten in der Saison
von Karsamstag bis 3. Oktober
– an allen Wochenenden und
Feiertagen.

Unser Extra-Service:

Sie können Ihr Fahrrad mitnehmen,
denn der Freizeitbus fährt mit
Fahrradanhängern.



Jetzt mit Bonuspartnern
Profitieren Sie von den vielfältigen
Extras und Rabatten!



Verkehrsgemeinschaft Landkreis Kelheim

www.freizeitbusse.de • kostenlose Inforufnummer: 0800 9999 800