

ADFC Jahresprogramm 2023

Radtouren, Verkehrspolitik, Werkstatt

FÜR MEHR FREIHEIT. FÜR MEHR FREUDE. FÜR MEHR RAD.





Alltagsräder Lastenräder E-Bikes Werkstatt

E-Bike Verleih Lastenrad Sharing

Zusammen finden wir dein Traumrad!

www.feine-raeder.de

Jetzt einen Beratungstermin vereinbaren!

Radentscheid Bayern: Status und weiterer Verlauf



Liebe Radler und Radlerinnen in Regensburg,



möchten Sie in ganz Bayern gut auf sicheren Wegen Radfahren können?

Wünschen Sie sich eine Infrastruktur – gerade für Radfahrende – bei der eindeutig erkennbar ist, wo Radwege geführt werden? Eine Infrastruktur, auf der keine Unfälle geschehen?

Wünschen Sie sich gute Abstellanlagen für Ihr Rad, wo Sie das Rad sicher absperren können und es vor Wind und Regen geschützt ist?

Wünschen Sie sich Radwege, die breit genug sind, damit sich Radler gegenseitig überholen können und auch Räder mit Anhänger oder Lastenräder genügend Platz haben?

Möchten Sie im Landkreis auch abends gut an Ihr Ziel kommen, ohne auf Bundesstraßen radeln zu müssen?

Wenn auch Sie diese und viele weitere Wünsche für gutes uns bequemes Radfahren haben, dann geht es Ihnen genauso wie vielen anderen Radlern in Bayern und wie den Menschen, die den Radentscheid Bayern gestartet haben.



Bereits im vergangenen Jahr wurden 100 000 Unterschriften in ganz Bayern – und wahrscheinlich auch Ihre – gesammelt, um ein Volksbegehren zu initiieren, damit ein Radgesetz in Bayern entsteht und die Bedingungen für gutes, bequemes und sicheres Radfahren einen großen Schritt vorwärts kommen.



Ende Januar wurden die vielen Unterschriften beim bayrischen Innenministerium eingereicht. Dort möchte man noch nicht entscheiden und hat dieses Anliegen an den bayrische Verwaltungsgerichtshof weiter gereicht. Dort soll aktuell entschieden werden, ob der Gesetzesvorschlag gültig ist; wovon die Initiatoren natürlich überzeugt sind. Sobald das Gericht auch dieser Meinung ist, sind alle stimmberechtigten, bayrischen Bürger und Bürgerinnen aufgerufen innerhalb von 2 Wochen in ihren Rathäusern ein zweites Mal zu unterschreiben. Das ist dann das eigentliche Volksbegehren. 10 % aller Stimmberechtigten müssen das machen: also wir alle!

Was soll mit diesem gewünschten Gesetz erreicht werden?

25 % Radverkehrsanteil bis 2030

Eine gute Verdoppelung des derzeitigen Radleranteils. Mehr Radfahrer bedeutet mehr Sichtbarkeit der Radler und damit ein besserer Schutz jeden einzelnen; weniger Kfz-Nutzung und damit weniger CO_2 -Ausstoß, u.v.m.

Ein sicheres und komfortables Radwegenetz

Nur auf guten Wegen, die nicht im Nirgendwo enden, fahren Menschen auch gerne ihre Alltagswege, haben Radler genug Platz, auch wenn sie mit unterschiedlichen Geschwindigkeiten unterwegs sind.

Umsetzung von Vision Zero in der Verkehrsplanung

Ab der ersten Planung sollen Straßen und Wege derart angelegt werden, damit kein Unfall geschieht und vor allem kein Mensch schwer verletzt wird oder gar stirbt. Wir wollen keine verunglückten Radler!

Förderung des Umweltverbundes, bestehend aus Radverkehr, ÖPNV und Fußverkehr. Nicht alle Wege kann man mit dem Fahrrad zurücklegen. Kombinationen zwischen öffentlichen Verkehrsmitteln und Radfahren, aber auch Zufußgehen helfen dann sehr gut weiter. Deshalb muss der öffentliche Verkehr gestärkt und die Fahrradmitnahme ermöglicht werden.

Mehr Radschnellverbindungen

Viele Radler sind gerne zügig und besonders mit einer gleichmäßigen Geschwindigkeit unterwegs. Radschnellwege, also Wege zwischen Kommunen die ohne Kreuzungen verlaufen, die ein gleichmäßiges Fahren und ein zügiges Erreichen des Ziels ermöglichen, werden dringend benötigt. Diese Wege müssen gebaut und asphaltiert werden. Wenn dafür aber aus Autofahrern Radfahrer werden, müssen weniger, noch breitere, Kfz-Straßen gebaut werden. So kann man Flächenversiegelung für die erforderlichen Maßnahmen sorgfältig abwägen.

Wenn Sie auch nur einem dieser Punkte zustimmen können, dann gehen Sie bitte in Ihr Rathaus und unterschreiben für den Radentscheid Bayern.

Wann wird das sein? Das liegt derzeit am bayrischen Verwaltungsgerichtshof und ist uns zur Drucklegung dieses Heftes noch nicht bekannt. Bitte entnehmen Sie die Informationen dann der Presse oder auch unseren Informationskanälen. Und bitte motivieren Sie auch alle Menschen in Ihrem Umfeld. Dann haben wir die Möglichkeit viel Gutes für uns und alle Radfahrer zu erreichen.

Regine Wörle, Mitglied im Vorstand des ADFC Regensburg





ADFC Regensburg aktuell

Radentscheid Bayern	3	ADFC Touren 2023	
Editorial	7	Jahreskalender	
Grußworte	9	Radeln mit dem Deutschlandticket	
ADFC	14	Pendlerparkplatz Lappersdorf	
ADFC in Regensburg	15	Radmonitor Regensburg	
Beitrittserklärung	16	Radentscheid Bayern	
Fördermitglied werden	17	Verkehrspolitische Radtour	
Lieferdienste	18	Helfer gesucht	
Teilnahmebedingungen für unsere Touren	20	ADFC FahrSicherheitsTraining	
Teilnahmegebühren	20	Fahrradflohmarkt	
Anmeldung	20	Selbsthilfewerkstatt	
Unsere Tourenleiter 2023	23	Fahrradcodierung	61
Feierabendtouren	24	Mängelmelder	62
Genusstouren	24	14.6	



Bett+Bike

Die perfekte Unterkunft für den Radurlaub!





bettundbike.de Unterkünfte, die sich genau auf Bedürfnisse von Radreisenden eingestellt haben - vom einfachen Campingplatz über Jugendherbergen und Ferienwohnungen bis hin zum Sterne Hotel. Dort kannst Du nach Regionen oder Radwegen suchen und findest eine Auswahl aller Bett+Bike-Gastgeber der Umgebung. Wähle aus über 5.800 Anbietern in ganz Deutschland und Europa!

> Viel Spaß beim nächsten Urlaub per Rad!

Impressum

Herausgeber:

ADFC Regensburg Vorsitzender: Dr. Klaus Wörle Stadtfeldweg 10, 93053 Regensburg 0941 8703007 (AB)

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

facebook.com/adfcregensburg

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

unseren Anzeigen

kunden für die

Unterstützung

Bankverbindung: Ethikbank IBAN: DE 51 83094495 0003049930 Layout, Anzeigen: Dirk Seiffert anzeigen@adfc-regensburg.de

Ausgabe: März 2023

Bildnachweise:

Titel, S. 15, 30 unten., 62 links: Klaus Wörle

S. 4 Laura Ganswindt

S. 5, 37, 43 Benedikt Benz

S. 7 Ursula Pusch

S. 9 Stadt Regensburg, Stefan Effenhauser

S.11 Hubert Lankes

S. 13, 59 Stefan Pusch

S. 26 Bernd Seitz

S. 27 Detlev Reimann S. 30 oben., 47, 48 Christoph Beck

S. 41 Kurt Rosenmeier

S. 49.54 unten Evi Pschorr-Schoberer

S. 54 oben Winfried Heidrich

S. 57 ADFC München

S. 60 Hartmut Sakwa

S. 61 Dirk Seiffert.

S. 62 Initiative CycleRide

Aktuelle Informationen rund ums Radfahren und den ADFC unter:

· www.adfc-regensburg.de

www.facebook.com/adfcregensburg



Liebe Radlerinnen und Radler,

kennen Sie das "Gesetz über den Verkehr mit Kraftfahrzeugen"? Es wurde 1909, also noch vor dem Ersten Weltkrieg vom Reichstag beschlossen und von Kaiser Wilhelm unterzeichnet. Das interessiert heute allenfalls Rechtshistoriker, möchte man meinen. Und doch bestimmt es – 1959 umbenannt in "Straßenverkehrsgesetz" – immer noch das Auto-zentrierte Verkehrsrecht in Deutschland. Darauf gründete sich die erste Reichsstraßenverkehrsordnung von 1934, in dessen Präambel es heißt: "Die Förderung des Kraftfahrzeugs ist das vom Führer und Reichskanzler gewiesene Ziel."

Das derzeitige Straßenverkehrsrecht dient dem Ziel der Sicherheit und Ordnung im Verkehr, stellt dabei aber das Auto ins Zentrum der Betrachtung und wird aktuellen Anforderungen an einen zeitgemäßen Rechtsrahmen nicht mehr gerecht. Aspekte des Klima-, Umwelt- und Gesundheitsschutz sowie die städtebauliche Entwicklung wären zu berücksichtigen. Der Koalitionsvertrag der "Ampel" nimmt sich diese Modernisierung des Verkehrsrechts vor. Und die Regierungskoalition wird sogar im Februar dieses Jahres in einem Antrag der Unionsfraktion zur Umsetzung dieses Vorhabens angemahnt.



Zugleich wird darüber hinaus gefordert, die Ziele des Nationalen Radverkehrsplans endlich per Gesetz voranzubringen – ähnlich wie das der aktuelle Radentscheid Bayern auf Landesebene vorhat.

Auch die Verkehrsministerkonferenz begrüßt einhellig die genannten Ziele. Ebenso fordert der Deutsche Städtetag und ein breites Bündnis aus Verkehrs-, Umwelt- und Wirtschaftsverbänden die grundlegende Reform von Straßenverkehrsgesetz, Straßenverkehrsordnung und der nachrangigen Richtlinien und Vorschriften. Allenthalben herrscht also Einigkeit und der Konsens, dass sich etwas ändern muss – nur diese Gesetzesnovellierung auch wirklich anzugehen, fällt offenbar den Bundesministern für Verkehr und der Justiz immer noch schwer.

Ein "Gute-Straßen-für-alle-Gesetz" hat der ADFC seinen Entwurf für ein neues Straßenverkehrsgesetz überschrieben, ausgearbeitet bis ins Detail von juristischen Experten. "Bundesmobilitätsgesetz" nennt der VCD seinen Vorschlag. Doch allen Initiativen gemeinsam ist der Anspruch, Gesundheits-, Umwelt- und Sozialverträglichkeit sowie nachhaltige Entwicklung im Verkehrsrecht an zentraler Stelle zu verankern. Wer hätte gedacht, dass diesen Zielen, die uns inzwischen so selbstverständlich erscheinen, das unverwüstliche "Automobilgesetz" aus der Kaiserzeit im Weg steht?

Hoffen wir also auf eine baldige Gesetzesreform und – vermutlich realistischer – auf schönes Wetter bei unseren vielfältigen Radtouren in diesem Jahr!

Klaus Wörle Vorsitzender des ADFC Regensburg









Liebe Freundinnen und Freunde des Radverkehrs,

Freizeit- und Alltagsradverkehr lassen sich immer weniger getrennt voneinander betrachten, vielfach verschmelzen beide. Das liegt zum einen daran, dass rund ein Viertel aller Wege mit dem Ziel Freizeit verknüpft sind und zum anderen daran, dass auch auf Alltagsfahrten oft und gerne Freizeitrouten genutzt werden. Das zeigt sich zum Beispiel besonders gut auf dem Donauradweg.



Entlang des Donauradweges liegen wichtige Ziele

im Alltags- und im Freizeitverkehr wie zum Beispiel die Altstadt mit dem Regensburger Rathaus, Museen, die Donauarena, das Baseballstadion, das Westbad und natürlich auch Wohngebiete und Schulen. Im Frühjahr 2023 steht die Rezertifizierung dieses ADFC-Premiumradweges an. Die Stadt Regensburg hat daher im Vorfeld Schwachstellen analysiert und behoben.

Neben Verbesserungen bei der wegweisenden Beschilderung, die inzwischen in die Jahre gekommen war, wurden auch Hindernisse beseitigt, so etwa die Umlaufschranke an der Ilmstraße und die Durchfahrtssperre an der Vilsstraße. Zwischen der Stadtgrenze zu Pentling und der Prüfeninger Fähre wurde der Radweg saniert und verbreitert. Die Andreasstraße ist jetzt eine Fahrradstraße. Für die Jahre 2025 bis 2027 stehen der Abriss und Neubau der Frankenbrücke an, eine Maßnahme die im Radverkehr von großer Bedeutung ist.

Auch an anderen Stellen werden von anstehenden Maßnahmen sowohl der Freizeit- als auch der Alltagsradverkehr profitieren. Dazu gehören die neue Donauquerung nach Sinzing, der Radweg von Oberisling nach Scharmassing und der Ausbau des Feldwegs zur Gärtnersiedlung in Neutraubling – alles Maßnahmen, die wir in den Jahren 2023 bis 2025 umsetzen wollen.

Der Stadtrat hat sich das Ziel gesetzt, den Radverkehrsanteil deutlich zu erhöhen. Vielfach nutzen die Menschen in der Region das Rad bislang nur oder größtenteils in der Freizeit. Wenn es uns gelingt, diesen Menschen zu zeigen, dass wir eine sichere und komfortable Radverkehrsinfrastruktur ausbauen (auch und gerade im Stadt-Umland-Verkehr), werden diese Menschen hoffentlich auch Alltagswege mehr und mehr mit dem Rad zurücklegen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei Ihren Touren mit dem ADFC in und um Regensburg. Bleiben Sie sicher und kommen Sie immer gesund nach Hause.

Es grüßt Sie herzlich Ihre Gertrud Maltz-Schwarzfischer





VEIL WIR WOLLEN, DASS DU DEIN RAD



CUBE Kathmandu Hybrid One 750



3,349,-



BOSCH CX Smart Sys. 85 Nm 10-Gang Shimano Degre

750 Wh Akku integriert

- Shimano Scheibenbiemsen

SHIMANO

BOSCH

STANIOUR



- 1x12 Sram NX
- Shimano Scheibenbremsen
- PREISHIT 1.199

- SRAM
- ROCKSHOX . Continental 3
- RockShox Judy Luftfedergabel Continental Ruban Reifen



SHIMANO

GRX Scheibenbremsen

NEMBN

leichte 9,0 kg SCHWALBE PREISHIT 2.199.





8-Gang Shimano Nexus

Gates Zahnriemen

pannensichere Schwalbe Reifen 🍙 Shimano Scheibenbremsen

SHIMANO

PREISHIT 1.199,

SCHWALBE

Über 3.000 Räder Auswahl

Maßgeschneiderte Beratung

Vielfältige Testmöglichkeiten

Ergonomische Beratung ond Anpassung

Umfangreicher Service und Garantien VOR und NACH dem Kauf



Stammkunden Service Lukrative Service-Vorteile & Exklusivancebote.



Finanzierungs-Service levere 0%-Finanzierung



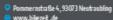
CLEVER RÄDER KAUFEN MIT DEM EINFACH-BESSER-RADFAHREN-PRINZIP!

Meister-Werkstatt-Service Qualität, Erfahrung, Schnelligkeit



Test-und-Probier-Service





0 94 01/913870

Mo. - Fr. 9 30 - 19 00 Uhr, Samstag 9 00 - 16 00 Uhr





Liebe Radlerinnen und Radler.

der Winter nimmt Abschied und die Temperaturen steigen wieder – Zeit, die Fahrradsaison 2023 zu eröffnen. Gerade rechtzeitig dazu erscheint das neue Radtourenprogramm des ADFC-Kreisverbands Regensburg. Mit viel Engagement und großer Sorgfalt haben die ehrenamtlichen Tourenleiterinnen und Tourenleiter dankenswerter Weise auch in diesem Jahr wieder ein vielseitiges und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt.

Radfahren liegt im Trend. Immer mehr Menschen nutzen das Fahrrad, sei es auf dem Weg zur Arbeit, um sich fit zu halten, als Transportmittel oder für Ausflüge. Das wird auch in Zukunft so bleiben, denn Radfahren ist gesund, schont die Umwelt und macht Spaß.



Mir liegt es am Herzen, diesen Trend zu unterstützen und das Radstrecken-Angebot im Landkreis Regensburg für Alltags- ebenso wie für Freizeitradler weiterzuentwickeln. Unser Landkreis hat dazu mit dem Radmobilitätskonzept eine langfristige und umfassende Strategie zur Entwicklung eines flächendeckenden Radverkehrsnetzes ins Leben gerufen. Wie in den Vorjahren arbeiten wir auch in dieser Saison weiter an Lückenschlüssen und Erweiterungen der Radwegeverbindungen im Landkreis. Zudem steht heuer die Nachzertifizierung des bislang durch den ADFC mit vier Sternen ausgezeichneten Donauradweges an.

Einen guten Überblick über das gesamte Radlangebot in der Region gibt die kostenlose Radkarte "Radeln im Regensburger Land". Sie informiert über eine Vielzahl an Touren unterschiedlichster Schwierigkeitsgrade in alle Gegenden unseres landschaftlich so vielfältigen Landkreises mit Bayerischem Jura, Vorderem Bayerischen Wald, Donau-Isar-Hügelland und Gäuboden. Sternradelangebote sind ebenso enthalten wie Serviceinformationen zu öffentlichen E-Bike-Ladestationen, ÖPNV-Angeboten und Einkehrmöglichkeiten. Weitere Tipps und Tourenvorschläge finden Sie auch im digitalen Tourenportal auf der Website des Landkreises Regensburg.

Genießen Sie die Radsaison auf vielen abwechslungsreichen Touren durch unseren schönen Landkreis. Schattige Biergärten und gut geführte Gasthöfe bieten Ihnen die Möglichkeit zur Rast und Einkehr und machen Ihren Radausflug perfekt. Ich wünsche Ihnen viel Spaß dabei!

Ihre Landrätin

Tanja Schweiger



ADFC Regensburg aktuell





Die Stadt Regensburg fördert für den privaten wie gewerblichen Einsatz den Erwerb folgender Fahrzeuge mit einem 25-prozentigen Zuschuss vom Nettokaufpreis (Stand 1.3.2022):

- Lastenrad (max. 600 €)
- Lastenpedelec (max. 1000 €)
- Fahrradanhänger (max. 200 €)

Details und Antragsunterlagen:

www.greendeal-regensburg.de oder direkt über QR-Code





KOMPETENT MODERN INKLUSIV

WIR STEMMEN DAS...

- ...auch in schwierigen Zeiten:
- ...Transporte
- ...Wohnungsräumungen
- ...UMZÜGE

UMZUGSSERVICE Tel. (0941) 6009390

UNSER HANDWERK

...immerfürSie da!

MAURER MALER

SCHREINER

ELEKTRIKER

SCHLOS SER

Schnell - sauber - sorgfällig - schonend Zwerlässige Qualität - op Imale Leislung

www.werkhof-regensburg.de



VCD zeichnet Regine und Klaus Wörle aus

Seit einigen Jahren ehrt der VCD Regensburg Personen, die sich im Verkehrsbereich engagieren und auf dem Gebiet besondere Verdienste erworben haben, mit dem Bruckmandl-Preis. 2022 durfte das Ehepaar Regine und Klaus Wörle – beide im Vorstand des ADFC Regensburg – diesen Preis entgegennehmen. Wolfgang Bogie, der VCD-Kreisvorsitzende, würdigte bei der Preisverleihung das langjährige Engagement der beiden im ADFC Regensburg, aber auch auf Landes- und Bundesebene, wo Klaus Wörle bereits 2011 mit dem Deutschen Fahrradpreis "best for bike ausgezeichnet wurde.

Die beiden Geehrten verwiesen ihrerseits auf die bewährte Zusammenarbeit von VCD und ADFC im gemeinsamen Bemühen um Verbesserungen im Verkehrswesen. Einzigartig ist dabei in Regensburg auch der Schulterschluss mit einer Vielzahl weiterer Verbände und Initiativen aus dem Umweltbereich, aber auch die Kooperation mit Vereinen aus Kultur und Denkmalschutz.

Ohne diese Vernetzung und den breiten Rückhalt im Bereich des ehrenamtlichen Engagements wäre es nicht möglich, zusammen und miteinander die bekanntlich oft "dicken Bretter" zu bohren, was auf lange Sicht doch kleinere und bisweilen größere Fortschritte mit sich bringt.



Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC)

ist **der** Verein für Verkehr und Verkehrspolitik. Er ist Tourismusexperte, Verbraucherschützer und Interessenverband für das Fahrrad in einem. Wir machen uns für Sie stark:

im Rathaus vor Ort, auf Länderebene, in den Bundesministerien, in Brüssel und weltweit. Wir entwickeln in globalen Netzwerken Ideen, von denen Sie profitieren

Der ADFC ist die Instanz im Verbraucherschutz bei Beratung und Kampagnen

220.000
Mitglieder

Der ADFC ist der weltweit größte Verkehrsclub für den Radverkehr. Seit

1979

setzen wir uns für die Interessen Radfahrender Menschen ein. Wir stoßen politische Diskussionen und öffentliche Aktionen an, organisieren Demonstrationen und Proteste für sicheren Radverkehr. Unsere Kampagnen zur Verkehrssicherheit erreichen entscheidende Gremien und beeinflussen Gesetzesvorhaben



Vorteile für ADFC-Mitglieder:

Sicherheit durch die exklusive ADFC-Pannenhilfe in Deutschland, sowie Rechtschutz und Haftpflichtversicherung | Erhalten sie 4-mal jährlich das Mitgliedermagazin Radwelt und Rabatte bei vielen Kooperationspartnern

Ihr ADFC in Regensburg

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 Radfahrende möglich wären? Oder wollen Sie einfach andere nette Radlerinnen und Radler in einem ungezwungenen Rahmen kennenlernen?

Dann fahren Sie doch einfach mal mit bei einer unserer zahlreichen Touren (ab S. 20) oder schauen dienstags und donnerstags in unserer Selbsthilfewerkstatt (S. 60) 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 zeitnah zurück, wenn Sie uns Ihre Telefonnummer nennen.

Auf unserer Weihnachtsfeier im Gemeindehaus St. Markus, Killermannstraße 56a, 93049 Regensburg, am Dienstag, 12. Dezember ab 19:30 Uhr, lassen wir unser 2023er Jahresprogramm ganz entspannt mit Feuerzangenbowle und Plätzchen ausklingen. Hier sind natürlich alle willkommen!

Einladung zu den Jahreshauptversammlungen 2023 und 2024

Die diesjährige JHV ist am **9. Mai**, 19:30 Uhr im Gemeindehaus St. Markus, Killermannstraße 56a, 93049 Regensburg.

Die JHV 2024 mit Vorstandswahl findet am 23. Januar am selben Ort statt.

Hierzu sind alle Mitglieder des Kreisverbands herzlich eingeladen. Wir freuen uns aber auch über interessierte Gäste, die sich einen Einblick in unsere Aktivitäten verschaffen möchten.



Anfragen wegen der Ausleihe : elvira@adfc-regensburg.de, ralf@adfc-regensburg.de

ELVIRA = Elektro-Lasten-Velo Im Regensburger ADFC

RALF = Regensburger ADFC Lasten-Fahrrad

Jetzt Mitglied beim ADFC werden:



Name	, Vomame	Geburtsjehr		
Straß	e, Hausnummer			
PLZ, C	on.			
E-Mai	I			
Total	n (helwillig)	Beruf (frelwillig)		
leacar	Ja, ich trete dem ADFC bel. Als Mitgli			
	die Zeitschrift Radweit und genieße siehe) www.adfc.de/vortelle.			
Einz	elmitglied (Jahresbeitrag)			
0	ab 27 Jahre (66 €)	22-26 Jahre (33 €)		
0	Jugendmitglied 7-21 Jahre (16 €) lith bin minderjährig. Hein'e Erziehungsberechtigt	o'r ist mit meinem ADFC-Beitritt einverstanden.		
Name	e des'der Erziehungsberechtigten (Vor- und Nachner	(red)		
Fam	ilien-/Haushaltsmitgliedscha	aft (Jahresbeitrag)		
0	ab 27 Jahre (78 €)	O 18-26 Jahre (33 €)		
Famili	en-/Haushaltsmitglieder:			
Weltere	Mitglieder dieser Mitgliedschaft, können unter 🕻 w	ww.adfc.de/mitgliedschaft nachgemeldet werder		
Name	, Vолзетие	Geburtgehr		
Norne	, Vorname	Geburtsjehr		
	, Vorname	Geburtsjelv		
	Zusätzliche jährliche Spende: €			
Ich erteile dem ADFC ein SEPA-Lastschriftmandat bis auf Widerruf: Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847 Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC seperat mit				
	Ich ermächtige den ADPC, Zahlungen von meinem i weise ich mein kindipretitut an, die vom ADPC auf- Prof die Vonbiehnformeton Dierr den Zahlungseinberg Kalendertagen vor Fälligheit, vereinbert. Himweis ich dem Belastungsdetum, die Einstattung des belastet meinem Kreditinstitut wereinbersen Bedingungen.	mein Konto gerogenen Lasbschriften einzuldsen, wird eine verkünds Pitstwon mindesbins fünf i kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit.		
Konto	ánhaber'in			
D.E.				
BIC In	ur bel ausländischen Bankverbindungen)			
Debur	n, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)			
	Schicken Sie mir bitte eine Rechnun	g.		
Debu	τι, Unbarschrift (bei Jugendmitgiliedern unter 16 Jahr)	er des'der Erziehungsberechtigten)		

Bitte einsenden an ADFC e. V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen oder per E-Nail an mitgliederskadit.de.

umerer Deberschutzerklärung.

Sie können auch online Mitglied werden unten www.adfc.de/mitgliedschaft. Dort finden Sie auch den Link zu

Postfach 10 77
28077 Bremen

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



Online beitreten

Sie sind Gewerbetreibende(r) oder selbständig? Fördermitglied bei Ihrem ADFC werden!

Fördermitglieder unterstützen den ADFC ideell und finanziell. Die Arbeit der meist ehrenamtlich tätigen Aktiven in den Bereichen Verkehrspolitik, Fahrsicherheitstraining, Fahrradinstandsetzung oder Radtouristik bringt auch Sachausgaben mit sich, die gedeckt werden müssen. Der Jahresbeitrag eines Fördermitglieds beginnt bei 200,00 € und ist als Betriebsausgabe absetzbar, denn das Fördermitglied darf mit seinem Engagement werben und erhält hierzu auch Unterstützungsmaterialien und Ratschläge.

Neben der finanziellen Stärkung profitiert Ihr ADFC auch davon, dass wir uns als in der Regensburger Unternehmerschaft verwurzelt darstellen und dadurch noch mehr Gewicht bei manchen Gesprächspartnern erlangen. Aktuell haben wir vier Fahrradhändler als Fördermitglieder.

Die Branche oder Art der unternehmerischen bzw. selbständigen Tätigkeit spielt keine Rolle. Apotheken, Steuerberatungen, Ladengeschäfte aller Art, Handwerker und viele andere mehr sind willkommen. Auch Behörden und ähnliche Institutionen können Fördermitglied werden.

Wenn Sie das interessiert, dann zögern sie nicht lange! Ich bin gut erreichbar:

Stefan Pusch, stellv. Vorsitzender, 0170 8500092, pusch@adfc-regensburg.de



ADFC Regensburg aktuell

Lieferdienste, die sich gerne für Ihre Kunden abstrampeln

Man staunt schon ein wenig, was in Regensburg alles per Fahrradkurier zugestellt wird. Neben den Postboten der Deutsche Post und der Firma City-Mail entdeckt man im Stadtbild Lastenräder eines Gemüsehändlers, eines Kaffeerösters, einer Buchhandlung und einer Brauerei. Und sicherlich ist diese Aufzählung noch nicht vollständig.

Ich finde es sehr sympathisch, mir Bücher per Radkurier statt Paket-Auto bringen zu lassen. Meine Straße ist eng und ideal für ein Lastenrad geeignet. Freunde von uns sind Kunden eines Öko-Lieferdienstes für frisches Obst und Gemüse. Hier kommt wöchentlich das Lastenrad und bringt die Gemüsekiste – im Sommer mit Kühlakkus gekühlt, im Winter mit Isohauben geschützt. 400 Haushalte in Regensburg werden so beliefert.

Wer nachfragt, erfährt, dass die meisten der Radkurier-Dienste mit Feine Räder in der Furtmayrstraße kooperieren. Dort gibt es die Abteilung "Feine Fracht", die Lieferdienste aller Art unterstützt.

Nutzen Sie die Angebote der Fahrradkurier-Dienste!

Stefan Pusch, Mitglied im Vorstand des ADFC Regensburg







ADFC Regensburg Touren

Teilnahmebedingungen für unsere Radtouren

Für einen ordnungsgemäßen Ablauf der Touren gelten folgende Teilnahmebedingungen.

Mit der Teilnahme an einer Tour werden diese Bedinqungen anerkannt:

- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Weder der ADFC noch die Tourenleitung k\u00f6nnen im Schadensfall haftbar gemacht werden, außer bei vors\u00e4tzlichem oder grob fahrl\u00e4ssigem Handeln.
- Die Teilnahme unter 16 Jahren ist nur in Begleitung einer/eines Erziehungsberechtigten möglich
- · Die Straßenverkehrsordnung ist einzuhalten.
- Mit der Teilnahme erklären die Mitfahrenden das Einverständnis zur eventuellen Veröffentlichung von Tourenfotos in Print- und/oder Online-Medien.
- Aus versicherungsrechtlichen Gründen sind alle Mitfahrenden verpflichtet, sich in die Teilnehmerliste einzutragen, die von der Tourenleitung geführt werden.

Im Übrigen bleibt es unseren Tourenleiterinnen und Tourenleitern vorbehalten, Personen auch ohne Angabe von Gründen von Touren auszuschließen, wenn zu erwarten ist, dass deren Teilnahme den ordnungsgemäßen Ablauf der Tour erschwert. Sie können von einer Tour ausgeschlossen werden, wenn ihr Fahrrad z.B. nicht den gesetzlichen Bestimmungen zur Verkehrssicherheit entspricht oder wenn sie Anweisungen, die der Sicherheit der Teilnehmenden und dem ordnungsgemäßen Ablauf der Tour dienen oder aus sonstigen Gründen erforderlich sind, nicht befolgen. Die Entscheidung der Tourenleitung ist aus obigen Gründen zwingend und nicht anfechtbar.

Durchführung der Touren

Bitte finden Sie sich 10 bis 15 Minuten vor dem angegebenen Termin am Startort ein. Wir starten pünktlich zur angegebenen Zeit. Die Radtouren finden bei fast jedem Wetter statt. Bei starkem Regen wird am Startplatz über die Durchführung entschieden.

Änderungen der Streckenführung, die z.B. durch das Wetter, unpassierbare Straßen oder allgemein un-

vorhersehbare Umstände erforderlich werden, liegen allein im Ermessen der Tourenleitung, ebenso die Absage einer Tour wegen zu geringer Teilnahme.

Im Regelfall werden die Touren von zwei Personen geführt. Die Tourenleitung kennt die Strecke und hilft im Rahmen des Möglichen bei einer Panne.

Anmeldung

Für die Feierabendtouren ist keine Anmeldung erforderlich. Bei allen anderen Touren finden Sie im Beschreibungstext einen Hinweis, falls eine Anmeldung notwendig ist.

Teilnahmegebühren 2023

	ADFC-	Nicht-
	Mitglieder	mitglieder
Feierabendtour	0	3
Tagestour	0*/**	7
Stadtteiltour	5*/**	10
Mehrtagestour	10 je Tag	20 je Tag

- gilt bei Genusstouren auch für Slow Food Mitglieder
- ** gilt bei Architek-Tour auch für Architekturkreis Mitglieder

Für Kinder unter 16 Jahren ist die Teilnahme i.d.R. kostenlos. Zusätzliche Kosten oder abweichende Teilnahmegebühren (auch für Kinder unter 16) können anfallen. Diese sind – sofern bereits bekannt – bei den Tourenbeschreibungen angegeben.

Einteilung unserer Touren

Damit die Teilnehmenden ihre Fähigkeiten leichter beurteilen können, haben wir unsere Touren in Kategorien eingeteilt. Es ist zu beachten, dass nicht nur die Streckenlänge den Schwierigkeitsgrad bestimmt. Insbesondere die Streckenbeschaffenheit und das Streckenprofil, können zu einer anspruchsvolleren Einstufung führen. Die tatsächlich gefahrenen Kilometer können aufgrund situationsbedingter Entscheidungen der Tourenleitung von der angegebenen Streckenlänge abweichen. Damit eine Tour nicht zur unfreiwilligen Tortur wird, werden die Teilnehmenden deshalb um eine realistische Einschätzung ihrer Fahrfertigkeiten und ihrer Kondition gebeten.

Kooperationen

Einzelne Touren führen wir durch in Kooperation mit folgenden Partnern:









Tourenkategorien

Die Einteilung unserer Touren erfolgt seit diesem Jahr zunächst nach den zwei grundlegenden Kategorien ruhig und flott wie nachfolgend beschrieben:

ruhige Tour

In der Ebene wird etwa 14 bis 18 km/h gefahren, bei Anstiegen deutlich langsamer – bis hin zum kurzzeitigen Schieben des Fahrrads bei langen oder steilen Anstiegen.

Konzipiert ist diese Tour für nicht motorisierte Radler*innen, die über eine gewisse Ausdauer und Mindestkondition verfügen. Auch Pedelec- bzw. E-Bike-Fahrende, die ohne Motorunterstützung nicht mitkämen, sind willkommen. Das Akzeptieren der genannten Geschwindigkeiten und Verhaltensweisen wird vorausgesetzt.

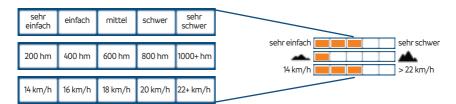
Wer ständig überholt oder drängelt, wird gebeten alleine weiterzufahren.

flotte Tour

Es wird zügig gefahren (ca. > 20 km/h auf ebener Strecke); Steigungen werden in der Regel ohne abzusteigen bewältigt.

Geeignet sind diese Touren für Pedelecoder E-Bike-Fahrende, aber auch für Radler mit gehobener Kondition und Kraft. Wer ständig zurückbleibt, wird gebeten alleine weiterzufahren.

Zusätzlich finden sie nun für jede Tour einen Hinweis zu Schwierigkeitsgrad, Höhenmetern und Durchschnittsgeschwindigkeit:



Allgemeine Hinweise zur Teilnahme mit Pedelecs

Auch Pedelec-Radlerinnen und -Radler sind bei unseren Touren willkommen. (Pedelecs sind E-Bikes ohne Versicherungskennzeichen bis max. 25 km/h.) Die Regeln einer Gruppenfahrt gelten für alle Teilnehmenden. Wir nehmen Rücksicht auf andere. Die Tourenleitung gibt die Geschwindigkeit gemäß Tourenbeschreibung vor und fährt voraus. Nach Steigungen gibt es Pausen zum Verschnaufen und Sammeln der Gruppe. Einzelne Touren werden auch als spezielle Pedelectour angeboten.





ALLE TERMINE IMMER AKTUELL IM VERANSTALTUNGS-UND TOURENPORTAL DES ADFC





Radtouren und Veranstaltungen für Regensburg und bundesweit unter tourentermine.adfc.de

TOURENLEITER/INNEN 2023





0174.6008270 reimann@adfc-regensburg.de



Nadine Schulle 0175.2810793 schuller@adfc-regensburg.de



0171.9304802 vonspiessen@adfc-regensburg.de



Willi Rester 0152,27332051 rester@adfc-schwandorf.de



Arno Busch 0160.90725087 busch@adfc-regensburg.de



Bernhard Grad 0151.51821878 gradl@adfc-regensburg.de



Konstanze Welck-Beyer welckbeyer@adfc-regensburg.de



achter@adfc-regensburg.de





fa-tour@adfc-regensburg.de



Christoph Beck 0160.97225620 beck@adfc-schwandorf.de

ADFC Regensburg Touren

Feierabendtouren

Ab Mittwoch, den 19. April, laden wir alle Mitglieder des ADFC und natürlich auch Nichtmitglieder wieder zum Feierabendradeln ein. Bis Mitte September können Sie dann bei uns jeden Mittwoch mitradeln.

Wir bieten verschiedene Strecken zwischen 25 km und 35 km Länge mit einer Fahrtdauer von ca. zwei Stunden an. Das Tempo der Touren ist nicht zu flott und wird der Gruppe angepasst.

Drei Touren werden dieses Jahr als Pedelec-Tour angeboten, bei denen das Tempo teilweise auch etwas höher sein kann. Entsprechende Fitness vorausgesetzt, sind selbstverständlich auch Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Motorunterstützung gerne gesehen.

Termine und Startpunkte

- ► Startzeit für die Feierabendtouren ist immer Mittwoch, 18:00 Uhr.
- ► Kontakt: fa-tour@adfc-regensburg.de

Donauarena (Parkplatz beim Donauradweg), Regensburg

19.4. / 3.5. / 31.5. / 14.6. / 28.6. / 12.7. 1 / 9.8. / 23.8. / 6.9. / 20.9.

ADFC-Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

26.4. / 10.5. / 24.5. / 7.6. / 5.7. / 19.7. / 2.8. 1 / 16.8. 1 / 13.9.

Jahnstadion Haupteingang, P1 (Parkplatz Ostseite), Franz-Josef-Strauß-Allee 22, Regensburg

17.5. / 21.6. / 26.7. / 30.8.

Genusstouren

Unsere Genusstouren in Kooperation mit dem Evangelischen Bildungswerk (EBW) Regensburg und mit Slow Food Convivium Regensburg-Oberpfalz führen uns zu 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 oder vom Genussführer ausgewählte Köche und ihre Gerichte zu genießen.

Wichtig:

Alle Änderungen werden im ADFC Radtourenund Veranstaltungsportal bekannt gegeben. touren-termine.adfc.de



Ruhige Tagestour | Samstag, 22. April

Von Schwandorf zum Naturschutzgebiet Bodenwöhr
Ein Schmankerl für Naturliebhaber: sandige Wald- und
Heidelandschaften, mit Ranger-Führung.

14 km/h



Strecke: 50 km, 250 hm, fester Belag

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Schwandorf, Bahnhofplatz

Sonstiges: Anreisemöglichkeiten mit der Bahn: aus Regensburg ab 9:27 Uhr,

bitte ggf. selbst organisieren. Rückfahrt: Vom Bahnhof Schwandorf geht

mind. stündlich ein Zug in jede Richtung.

Die Kosten der Bahnfahrten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten.

Das bis 2008 als Standortübungsplatz genutzte Gebiet bildet einen wertvollen Rückzugsraum für Arten, die auf anderen, vegetations- und nährstoffreicheren Standorten nicht überlebensfähig sind. Durch die flächige Ausdehnung der mageren Wald- und Heidelandschaften auf Sand ist das Gebiet im Landkreis Schwandorf einzigartig und trägt wesentlich zum Erhalt und zur Entwicklung vieler gefährdeter Arten bei.

Um 13:30 Uhr beginnt unsere 2,5-stündige Zu-Fuß-Führung durch den ehemaligen Standortübungsplatz. Auf der 5 km langen Runde erläutert uns Birgit Simmeth, Gebietsbetreuerin Naturpark Opf. Wald, die Besonderheiten dieses Biotops. 16:00 Uhr Rückfahrt nach Schwandorf.

Diese ruhige Tour wird mit ca. 17–19 km/h gefahren. Es ist eine Mittagsrast in Bodenwöhr geplant. Bei der Führung können auch Teilnehmer außerhalb der Radtour mit dabei sein.

Anmeldung: bis 16. April im ADFC Tourenportal, max. 7 Personen **Tourenleitung:** Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 0152 27332051

Ruhige Tagestour | Sonntag, 23. April

Von der Donau über die Schwarze Laber an die Naab Ruhige Tour aus dem Donautal durch das Tal der Schwarzen Laber über den Jura an die Naab.



Strecke: 75 km, 300 hm, unbefestigte Wege

Treffpunkt: 10:00 Uhr, ADFC-Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

Auf der ruhigen, aber anstrengenden Tour entlang der Donau radeln wir über Kleinprüfening nach Sinzing, wo wir in das Tal der Schwarzen Laber abbiegen. Dem Flussverlauf folgend, erreichen wir zur Mittagsrast Beratzhausen. Nach der Stärkung geht es noch ein kurzes Stück entlang der Schwarzen Laber bis wir nach Osten abbiegen und den Anstieg nach Schwarzenthonhausen bewältigen müssen. Von dort geht es über Rechberg ins Naabtal bei Duggendorf. In Heitzenhofen, in der Schlosswirtschaft kehren wir zur Kaffeepause ein, bevor wir uns dann entlang der Naab wieder in Richtung Regensburg bewegen.

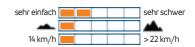
Anmeldung: bis 15. April im ADFC Tourenportal, max. 16 Personen

Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

ADFC Regensburg Touren

Sternfahrt | Sonntag, 23. April

Große Radsternfahrt nach München – Demo im Rahmen des Volksbegehrens Radentscheid Bayern



Strecke: 70 km, 75 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Vorplatz

Sonstiges: Details findet man unter www.muenchen.adfc.de/sternfahrt



Die große Radsternfahrt des ADFC München am Sonntag, den 23. April, steht ganz im Zeichen des Radentscheid Bayern. Mit der Fahrrad-Demo will der ADFC gemeinsam mit den Bündnispartnern bessere Bedingungen für Radfahrende bayernweit einfordern. Ein Höhepunkt der Radsternfahrt ist die Tour auf den für den Kfz-Verkehr gesperrten Straßen der Innenstadt.

Daneben gibt es ein umfangreiches Bühnenprogramm mit prominenten Gästen und Bands auf dem Odeonsplatz.

Auch von Regensburg aus wollen wir uns an der Sternfahrt beteiligen. Wir bieten die Möglichkeit gemeinsam mit dem Zug Richtung München zu fahren und uns dort einem der Demozüge

anzuschließen. Dies könnte schon in Freising geschehen oder am Ostbahnhof für die innerstädische Runde. Die Rückfahrt erfolgt mit dem Zug.

Wegen der Zugfahrt ist eine Anmeldung erforderlich und die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wer ein Faltrad hat, sollte es für diese Tour nutzen, da es keinen der wertvollen Fahrrad-Plätze in der Bahn beansprucht.

Die Kosten für die Bahnfahrt tragen die Teilnehmer selbst.

Anmeldung: bis 20. April im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Regine Wörle, regine.woerle@adfc-regensburg.de, 0151 57777363



Ruhige Tagestour | Sonntag, 7. Mai

Regensburg, Falkensteinradweg, Burg Lobenstein, Zell, Brennberg, Frauenzell, Forstmühler Forst, Hammermühle, Regensburg.



Strecke: 70 km, 855 hm, fester Belag

Treffpunkt: 8:00 Uhr, Donauarena (Parkplatz am Donauradweg), Regensburg

Von der Donauarena radeln wir den bewährten Falkensteinradweg aufwärts bis Wald. Danach geht es endlich bergab, bis wir in Zell die Burgruine Lobenstein erreichen. Von hier genießen wir die Rundumaussicht über weite Teile des Bayerischen Waldes. Nach einer Mittagspause im Biergarten nehmen wir einige Hügel über Martinsneukirchen und Brennberg bis Frauenzell. Hier tauchen wir in den Forstmühler Forst ein, den wir erst an der Hammermühle wieder verlassen. Durch Donaustauf gelangen wir wieder nach Regensburg.



Dies ist eine eher ruhige Tour mit ca. 14 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit.

Anmeldung: bis 5. Mai im ADFC Tourenportal, max. 16 Personen

Tourenleitung: Detlev Reimann, reimann@adfc-regensburg.de, 0174 6008270

Ruhige Tagestour | Sonntag, 14. Mai

Lockere Muttertagsrunde in den südlichen Landkreis sehre Meist auf Radwegen und Nebenstrecken nach Donaustauf, dann quer nach Bad Abbach und an der Donau zurück.



Strecke: 63 km, 220 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, ADFC-Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

Sonstiges: Die Tour findet nicht bei Regen statt.

Meist auf Radwegen und Nebenstrecken nach Donaustauf, denn quer hinüber nach Bad Abbach und an der Donau zurück.

Die lockere Muttertagstour startet bei unserer Selbsthilfewerkstatt, von wo aus wir in Richtung Donau aufbrechen. Bei Donaustauf queren wir den Fluss in Richtung Roither See und fahren durch den südlichen Landkreis Regensburg, ehe wir vorbei an Mintraching und Köfering wieder an der Donau ankommen. Unterwegs kehren wir ein. Über Bad Abbach, Oberndorf und Matting folgen wir dem Radweg bis zur Ankunft im Regensburger Westen.

Anmeldung: bis 12. Mai im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Nadine Schuller, schuller@adfc-regensburg.de, 0175 2810793

ADFC Regensburg Touren

Ruhige Tagestour | Samstag, 20. Mai

Das Tal der Großen Laber – Von Schlössern, Wallfahrtskirchen und Schlachten



Strecke: 80 km, 360 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, Jahnstadion Haupteingang, P1 (Parkplatz Ostseite),

Franz-Josef-Strauß-Allee 22, Regensburg

Über die Orte Köfering, Alteglofsheim, Moosham und Taimering kommen wir nach anfänglichen Hügeln nach Sünching, in das flache Tal der Großen Laber. Zum Mittagessen erklimmen wir die Höhen von Aufhausen, genießen das Essen und den wunderbaren Blick über das Labertal.

Beeindruckend sind sowohl der Bau als auch die Geschichte der Wallfahrtskirche Maria Schnee, der wir nach dem Essen einen Besuch abstatten werden.

Die Abfahrt ins Tal bringt den Schwung für den Nachmittag. Nach Eggmühl wird es auf dem Rückweg wieder hügelig. Dafür liegt am Weg aber Beeindruckendes: die Wolfgangseiche, Schloss Haus, St. Bäuml.

Anmeldung: nicht erforderlich

Tourenleitung: Regine Wörle, regine.woerle@adfc-regensburg.de, 0151 57777363

Flotte Tagestour | Sonntag, 4. Juni

Durch den unbekannten und oft unterschätzten Naturpark Hirschwald.

Flotte Frühlings-Tour mit einigen Steigungen

sehr einfach sehr schwer

14 km/h > 22 km/h

Strecke: 70 km, 400 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, Schmidmühlen, Bahnhofstraße 6, Parkplatz beim Nettomarkt

Nach Durchquerung der malerischen Ortsmitte von Schmidmühlen fahren wir nach kurzer ebener Strecke gleich zügig bergauf, um dann in steiler Abfahrt die Talsohle des Taubenbachs zu erreichen. Nun geht es in gemächlicher Steigung im frühlingshaften Tal Richtung Norden, bis wir Hohenkemnath erreichen. Von dort folgen wir der ehemaligen Trasse der Bahnstrecke Amberg – Kastl. Alte und zum Teil denkmalgeschützte Brückenbauwerke liegen dabei am Weg oder werden von uns genutzt. Etwa 3 km nach der eindrucksvollen Hoibrücke verlassen wir die ehemalige Bahntrasse und nutzen im weiteren Verlauf Wege und kleine Straßen zum Hainthal und nach Kastl. Hier oder im Lauterachtal gibt es Gelegenheiten für eine ausgiebige Rast. Ab Kastl radeln wir für rund 25 km durch Wiesen und Auen des Lauterachtals zurück nach Schmidmühlen.

Anmeldung: bis 2. Juni im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Tagestour | Samstag, 10. Juni

Genusstour in die idyllischen Auen der Isarmündung

Mit Rad und einheimischem Führer

durch die Idyllischen Auen von Donau und Isar

sehr einfach sehr schwer

Strecke: 50 km, 150 hm, fester Belag

Treffpunkt: 7:45 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Bahnhofsvorplatz

Sonstiges: Zusatzkosten für Bahn- und Fährfahrt

Mit Rad und einheimischem Führer durch die Idyllischen Auen von Donau und Isar.

Wir fahren mit dem Zug um 8:10 Uhr in Regensburg ab und werden 40 Minuten später Plattling erreichen. Dort treffen wir unseren örtlichen Führer, Hans Lemberger, der uns schöne Wege und die idyllischen Isarauen seiner Heimat zeigen wird.

Wir fahren über Moos und Langisarhofen zur Mittagseinkehr im Mühlhammer Keller, einem schönen Biergarten mit Donaublick.

Mit der Donaufähre werden wir nach Niederalteich übersetzen und dann nach Deggendorf radeln. Dort fahren wir entlang der Donaupromenade zu einer Einkehr beim Strandhaus vor der großen Radlerbrückenüberquerung.

Unser Weg führt uns weiter über Natternberg, Mainkofen und zurück zum Plattlinger Bahnhof. Kurz nach 17:00 Uhr wollen wir dort den Zug zurück nach Regensburg nehmen. Ankunft am Bahnhof in Regensburg gegen 18:00 Uhr (oder stündlich später).

Wegen der Zugfahrt ist eine Anmeldung erforderlich und die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wer ein Faltrad hat, sollte es für diese Tour nutzen, da es keinen der wertvollen Fahrrad-Plätze in der Bahn beansprucht.

Anmeldung: bis 5. Juni im ADFC Tourenportal

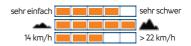
Tourenleitung: Regine Wörle, regine.woerle@adfc-regensburg.de, 0151 57777363



ADFC Regensburg Touren

Flotte Tagestour | Sonntag, 11. Juni

Tour im Grenzland – große Stille Fahren im Grenzgebirge: stilles Land mit grandiosen Ausblicken und unberührter Natur.



Strecke: 83 km, 1000 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, Oberviechtach, Am Bahnhof 4



Eine Tour für flotte FahrerInnen mit größeren Anstiegen (1000 m). Von Oberviechtach radeln wir stetig ansteigend über die ehemalige Bahntrasse bis Schönsee. Weiter ansteigend erreichen wir Stadlern, wo wir die höchste Stelle der Tour mit knapp 800m Höhe erreichen.

Nahe Stadlern pausieren wir kurz am Hochfels, eine eigentümliche felsige Heidelandschaft mit sehr seltenen Pflanzen, bevor wir weiter fast eben nach Waldhäuser radeln – mit prachtvoller Aussicht über die Cham-Further Senke hinweg bis zum Arber.

Wir lassen die Räder rollen – etliche Kilometer bis zum deutlich tiefer gelegenen Grenzübergang Schwarzach. Über eine fast unbekannte, erst vor kurzer Zeit wieder geöffnete Grenze radeln wir ins Nachbarland Tschechien hinein, überwinden fast unmerklich die europäische Hauptwasserscheide zwischen Donau und Elbe. Dort drüben geht es durch wunderbare, stille Täler nordwärts und abwärts – bis wir bei Smolov das Tal der Radbuza verlassen und uns durch mehrere Dörfer und Standorte ehemaliger Glashütten wieder hinaufarbeiten. Bei Zelezna erreichen wir wieder die deutsche Grenze und passieren den Grenzübergang Tillyschanz.

Nahe an der Grenze entlang radeln wir auf guten Waldwegen südwärts – die Natur hier ist still und unberührt. Kilometerweit geht es – ohne jedes Dorf – durch die Quellwiesen von Fahrbach und Lindauer Bach. Hier findet man noch Pflanzen wie Arnika oder die Orchideenarten Knabenkraut und Händelwurz.

In Lindau kehren wir beim Lindauer Wirt ein – hier gibt es kräftigende Brotzeiten, erstklassigen Kuchen und sicher auch das gute Gefühl: Das meiste ist geschafft. Gestärkt ist Schönsee plötzlich ganz nah, von dort geht es fast von selbst nach Oberviechtach zurück.

Anmeldung: bis 9. Juni im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620





Aktiv sein lohnt sich doppelt.

Die Gesundheit fördern und gewinnen. Ab Mai 2023 geht es wieder los. Einfach mit Ihrem Account anmelden oder neu registrieren.

Mehr erfahren auf mdrza.de

Mit dem

RAD

zur Arbeit

Gesundheit nehmen wir persönlich. AOK Bayern. Die Gesundheitskasse. Eine Initiative von ADFC und AOK

APRIL

- 1 Sa
- 2 So
- 3 Mo
- 4 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 5 Mi
- 6 Do SEI BSTHILFEWERKSTATT
- 7 Fr

OSTERMONTAG

- 8 Sa
- 9 So
- 10 Mo
- SELBSTHILFEWERKSTATT 11 Di 🥒
- 12 Mi
- 13 Do 🥒 SELBSTHILFEWERKSTATT
- 14 Fr
- 15 Sa
- 16 So
- 17 Mo
- 18 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 20 Do 4 SELBSTHILFEWERKSTATT
- 21 Fr
- 22 Sa TAGESTOUR Bodenwöhr
- TAGESTOUR Laber Naab
 - RADSTERNFAHRT n. München
- 24 Mo
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Selbsthilfew
- 27 Do 🖋 SELBSTHILFEWERKSTATT
- 28 Fr
- 29 Sa
- 30 So
- **FEIERABENDTOUR** Start: Selbsthilfewerkstatt, 18.00 Uhr
- **FEIERABENDTOUR** Start: Donau-Arena, 18.00 Uhr
- **FEIERABENDTOUR** Start: Jahnstadion, 18.00 Uhr
- **TAGESTOUR**
- **STADTTEILTOUR**
- SELBSTHILFEWERKSTATT geöffnet

TERMINKALENDER 2023

MAI

- 1 Mo "Mit dem Rad zur Arbeit" (Mai Aug.)
- 2 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 3 Mi FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- 5 Fr
- 6 Sa Regensburg-mobil, Neupfarrplatz
- 7 So TAGESTOUR Burg Lobenstein
- 8 Mo
- 9 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
 - JHV Gemeindehaus St. Markus

SELBSTHILFEWERKSTATT

- 10 Mi FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 12 Fr
- 13 Sa Landestag Verkehrssicherheit
- 14 So TAGESTOUR Muttertagsrunde
- 15 Mo
- 16 Di 🥒 SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Jahnstadion
- 18 Do SELBSTHILFEWERKSTATT 19 Fr
- 20 Sa TAGESTOUR Tal d.Großen Laber
- 21 So
- 22 Mo
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- 26 Fr
- 27 Sa
- 28 So
- 29 Mo
- 30 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 31 Mi FEIERABENDTOUR Donau-Arena

PFINGSTMONTAG

JUNI

- 1 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 2 Fr
- 3 Sa
- 4 So TAGESTOUR Hirschwald
- 5 Mo
- 6 Di 🥒 SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 8 Do
- 9 Fr
- 10 Sa TAGESTOUR Isarmündung
- 11 So TAGESTOUR Grenzland/Tschechien
- 12 Mo
- 13 Di 🥒 SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- 16 Fr
 - 17 Sa
- 18 So TAGESTOUR Straubing Mitterfels
- 19 Mo
- 20 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- FFIFRABENDTOUR Jahnstadion
- 22 Do 🧪 SELBSTHILFEWERKSTATT
- 23 Fr
- 24 Sa TAGESTOUR Landshut Freising
- 25 So
- 26 Mo
- SELBSTHILFEWERKSTATT
- FFIFRABENDTOUR Donau-Arena
- SELBSTHILFEWERKSTATT 29 Do 🖋
- 30 Fr

STADTRADELN 2023 17. Juni bis 7. Juli

www.regensburg-radelt.de

JULI

- 1 Sa
- 2 So TAGESTOUR Rennradtour
- 3 Mo
- 4 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 6 Do SEI BSTHILFEWERKSTATT
- 7 Fr
- 8 Sa ARCHITEKTUR-Tour Hafen
- 9 So
- 10 Mo
- 11 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 12 Mi FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 13 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 14 Fr
- 15 Sa
- 16 So TAGESTOUR Nabburg
- 17 Mo
- 18 Di
- 19 Mi FEIERABENDTOUR Selbsthilfew
- 20 Do
- 21 Fr SELBSTHILFEWERKSTATT
- 22 Sa TAGESTOUR Oberpfälz. Seenland
- 23 So
- 24 Mo
- 25 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 26 Mi FEIERABENDTOUR Jahnstadion
- 27 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 28 Fr
- 29 Sa ZWEI-TAGESTOUR Amberg
- 30 So ZWEI-TAGESTOUR Hersbruck
- 31 Mo

AUGUST

- 1 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 2 Mi FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 3 Do SEI BSTHII FEWERKSTATT
- 4 Fr
- 5 Sa
- 6 So TAGESTOUR Vier-Flüsse-Tour
- 7 Mo
- 8 D i SELBSTHILFEWERKSTATT
- 9 Mi FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 10 Do SEI BSTHII FEWERKSTATT
- 11 Fr
- 12 Sa
- 13 So TAGESTOUR Holledau
- 14 Mo
- 15 Di TAGESTOUR Laber Naab
- 16 Mi FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 17 Do SEI BSTHILFEWERKSTATT
- 18 Fr
- 19 Sa TAGESTOUR Donau Große Laber
- 20 So TAGESTOUR Künisches Gebirge
- 21 Mo
- 22 Di SEI BSTHILFEWERKSTATT
- 23 Mi FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 24 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 25 Fr
- 26 Sa TAGESTOUR Parsberg Hohenfels
- 27 So TAGESTOUR Tangrintel-Runde
- 28 Mo
- 29 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 30 Mi FEIERABENDTOUR Jahnstadion
- 31 Do SELBSTHILFEWERKSTATT

SEPTEMBER

- 1 Fr
- 2 Sa
- 3 So
- 4 Mo
- 5 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 7 Do SEI BSTHII FEWERKSTATT
- 8 Fr
- 9 Sa
- 10 So TAGESTOUR Rohrbach/Vilstal
- 11 Mo
- 12 Di SEI BSTHII FEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
- 14 Do SEI BSTHII FEWERKSTATT
- 15 Fr
- 16 Sa
- 17 So
- 18 Mo
- 19 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- FEIERABENDTOUR Donau-Arena
- 21 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 22 Fr
- 23 Sa
- 24 So
- 25 Mo
- 26 Di SELBSTHILFEWERKSTATT
- 27 Mi
- 28 Do SELBSTHILFEWERKSTATT
- 29 Fr
- 30 Sa

OKTOBER

- SELBSTHILFEWERKSTATT:
- 5., 10., 12., 17., 19., 24., 26. und 31.
- 8 So TAGESTOUR Abschlusstour

NOVEMBER

- SELBSTHILFEWERKSTATT:
- 2., 7., 9., 14., 16., 21., 23. und 28.



Ruhige Tagestour | Sonntag, 18. Juni

Von Straubing über Oberalteich im Menachtal aufwärts bis Mitterfels. Ascha, Kinsachtal, Gschwendt, Steinach, Münster, zwischen den Seen und an der Donau nach Obermotzing und zurück nach Straubing.



Strecke: 61 km, 738 hm, fester Belag

Treffpunkt: 7:45 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Bahnhofsvorplatz

Sonstiges: Bahnfahrt nach Straubing

In der niederbayerischen Stadt Straubing beginnt die Radeltour. Wir nehmen ein Stück Donauradweg, zweigen dann ab nach Oberalteich, um im lieblichen Menachtal aufwärts nach Mitterfels zu radeln. Dort besichtigen wir den Burghof und machen Mittagspause in einem Gasthaus. Über einige Hügel vorbei an Aschau gelangen wir an der Kinsach nach Gschwendt. Gute Forstwege führen uns durch den Wald nach Steinach und zwischen den Seen der Gemeinde Parkstetten wieder an die Donau. Zunächst begleitet uns die Große Laber ein Stück, bis wir über Obermotzing und an den Attinger Weihern entlang wieder nach Straubing rollen. Heimfahrt wieder mit dem Zug.

Anmeldung: bis 16. Juni im ADFC Tourenportal, max. 12 Personen

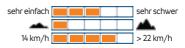
Tourenleitung: Detlev Reimann, reimann@adfc-regensburg.de, 0174 6008270



ADFC Regensburg Touren

Ruhige Tagestour | Samstag, 24. Juni

Unsere reizvolle Etappe entlang der Isar führt uns von Landshut nach Freising und zurück in einer grünen Landschaft mit Auwäldern und reich an unterschiedlichsten Pflanzen und Tieren.



Strecke: 80 km, 100 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, Landshut, Grieserwiese, Parkplatz P1

Sonstiges: Anreise mit der Bahn ggf. selbst organisieren, z.B. ab Regensburg Hbf. 8:14 Uhr.

Die Kosten der Bahnfahrten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten.

Es ist eine Badepause geplant.

Der Isar-Radweg führt ca. 300 km von Scharnitz in Österreich bis zur Mündung in die Donau, wir erradeln einen Teil davon.

Sie startet in der Stadt der Landshuter Hochzeit, führt über Weixerau zum Moosburger Stausee von dem wir dann auf die linke Isarseite wechseln.

Entlang des Werkkanals folgen wir danach wieder der Isar weiter bis Oberhummel. Ab hier führt uns der Weg zwischen Isar und dem Mühlbach an Marzling vorbei bis in die historische Domstadt Freising, der ältesten Stadt an der Isar.

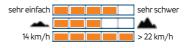
Nach einer ausgiebigen Einkehr geht es dann auf der rechten Isarseite zurück nach Landshut. Dazwischen sind natürlich genügend Pausen als auch eine Bademöglichkeit in der Isar eingeplant. Achtung, da die Isar ein Gebirgsfluss ist, kann die Strömung etwas stärker und die Wassertemperatur etwas frisch sein. (19–21°)

Dies ist eine eher ruhige Tour mit ca. 19 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit ohne größere Steigungen.

Anmeldung: bis 22. Juni im ADFC Tourenportal, max. 12 Personen **Tourenleitung:** Maximilian Achter, achter@adfc-regensburg.de

Ruhige Tagestour | Sonntag, 2. Juli

Rennradtour für Anfänger und Wiedereinsteiger Tour für alle, die ein zu lange ungenutztes Rennrad zu Hause haben oder locker in der Gruppe eine erste längere Tour ausprobieren wollen.



Strecke: 56 km, 500 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, ADFC Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

Sonstiges: Bei Regen findet die Tour nicht statt.

Rennradtour für alle, die ein zu lange ungenutztes Rennrad zu Hause haben oder locker in der Gruppe eine erste längere Tour ausprobieren wollen.

Bei nicht wenigen steht ein seit vielen Jahren ungenutztes Rennrad in der Garage oder der Neukauf während der Pandemie hat sich bisher noch nicht wirklich gelohnt. Diese Tour ist ein Angebot für alle, die in der Gruppe in einem moderaten Tempo den Landkreis erkunden

möchten. Die ein oder andere Steigung darf zwar nicht fehlen, aber wir haben genügend Zeit, damit alle Teilnehmer diese in einem selbstgewählten Tempo bewältigen können.

Wir starten bei unserer Selbsthilfewerkstatt am Weinweg und queren die Donau. Über Etterzhausen fahren wir vorbei an Nittendorf, durch Undorf und Deuerling. Über Hohenschambach geht es über eine längere Steigung nach Hemau, anschließend zurück über Deuerling und ab Schönhofen, Eilsbrunn und Alling wieder in Richtung Regensburg.

Anmeldung: bis 30. Juni im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Nadine Schuller, schuller@adfc-regensburg.de, 0175 2810793

Stadtteiltour | Samstag, 8. Juli

Architektur-Tour – Bayernhafen Regensburg Stadtteiltour zur Geschichte und Entwicklung des Hafengebietes sehr einfach sehr schwer

14 km/h > > 22 km/h

Strecke: 20 km, 0 hm, fester Belag

Treffpunkt: 13:00 Uhr, Linzer Straße 6, Regensburg

Sonstiges: In Kooperation mit dem Architekturkreis Regensburg und dem

Evangelischen Bildungswerk (EBW) Regensburg

Der Bayernhafen in Regensburg ist ein wichtiger Wirtschaftsfaktor für die Stadt. Vielen ist das Hafengebiet unbekannt. Wir werden bei unserer Halbtagestour heute von Carsten Conrad über die Geschichte und Entwicklung des Hafengebietes informiert. Dabei wird uns auch Rainer Zimmermann vom Wasserwirtschaftsamt über den Hochwasserschutz des Hafengebietes informieren und berichten, wie schwierig es war, für diesen Teil der Stadt den Hochwasserschutz zu realisieren. Natürlich werden wir bei unserer Tour auch über das unter Denkmalschutz stehende Stadtlagerhaus diskutieren und erfahren, wie der Stand der Planung für die Realisierung als Kulturspeicher ist.

Anschließend können wir dann noch im Gasthaus "Zum Schlachthof" beieinander sitzen und uns über die Erfahrungen austauschen.

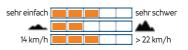
Anmeldung: bis 30. Juni im ADFC Tourenportal, max. 20 Personen

Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802



Ruhige Tagestour | Sonntag, 16. Juli

Z'Nappurch Marckt & Gaudium Zum 16. Mal lädt Nabburg zum Mittelalterfest in die historische Altstadt. Fahrt entlang von Regen und Naab, am Nachmittag Besuch des Mittelaltermarktes.



Strecke: 60 km, 350 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Bahnhofsvorplatz

Sonstiges: Zusatzkosten durch Bahnfahrt

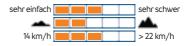
Z'Nappurch Marckt & Gaudium heißt es zum 16. Mal, wenn die ehemalige Residenzstadt Nabburg zum Mittelalterfest in die historische Altstadt einlädt. Die Fahrt führt entlang von Regen und Naab über Regenstauf, Maxhütte-Haidhof, Schwandorf, Schwarzenfeld nach Nabburg und endet dort., Anschließend besteht am Nachmittag Gelegenheit zum Besuch des Mittelaltermarktes.

Von Nabburg fahren stündlich Züge über Schwandorf nach Regensburg. Die Rückfahrt erfolgt eigenständig. Die ruhige Tour wird mit ca. 17 km/h gefahren.

Anmeldung: bis 9. Juli im ADFC Tourenportal, max. 7 Personen **Tourenleitung:** Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 0152 27332051

Ruhige Tagestour | Samstag, 22. Juli

Seenland – Radeln, wo andere Urlaub machen. Eine Tour im Oberpfälzer Seenland in Kooperation mit der Kolpingsfamilie Teublitz.



Strecke: 75 km, 300 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, Teublitz, Schützenstraße 2 (vor dem Pfarrheim)

Eine eher ruhige Tour mit 15–18 km/h und nur mäßigen Steigungen.

Zum Start der Tour treffen wir uns vor dem Pfarrheim von Herz Jesu Teublitz, radeln von dort über Klardorf nach Oder und dann am oft überlaufenen Steinberger See und Knappensee vorbei nach Wackersdorf. Von dort geht es auf kleinen Wegen aussichtsreich nach Neuenschwand mit seiner kleinen, aber sehenswerten Kirche St. Bartholomäus, wo wir eine Pause einlegen. Weiter geht es bergab nach Bodenwöhr-Blechhammer. Auch hier werden wir nach Möglichkeit einen Blick in die eher modern und schlicht gehaltene Kirche Maria Königin mit ihren eindrucksvollen Buntglasfenstern werfen.

Vom Bahnhof Blechhammer geht es auf alter Bahnstrecke nordwärts und aufwärts – um dann wiederum auf aussichtsreicher Strecke ins nördliche Seengebiet zu gelangen. Lindensee, Aussee, Brückelsee und Murnersee liegen wie eine Kette vor uns. Wir radeln zwischen den beiden erstgenannten hindurch und dann wieder aussichtsreich oberhalb der Seen westwärts.

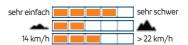
Voraussichtlich in Hohenirlach machen wir ausgiebig Pause, dann geht es weiter durch das wunderbare Charlottenhofer Weihergebiet. Wir erreichen Schwandorf von Norden kommend, umfahren die Innenstadt westlich, erfrischen uns in einem der am Wege liegenden Biergärten und erreichen dann nach wenigen Kilometern das Ziel.

Anmeldung: bis 20. Juli im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Mehrtagestour | Samstag, 29. - Sonntag, 30. Juli

Genussradeltour in der zentralen Oberpfalz Wir besuchen Erzeuger nachhaltiger Lebensmittel, übernachten im Knast in Amberg, lassen uns in Slow Food Restaurants bekochen und fahren am 2. Tag durch das Birgland nach Hersbruck



Strecke: 120 km, 300 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, ADFC Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

Sonstiges: In Kooperation mit Slow Food Deutschland, Convivium Regensburg-

Oberpfalz, und dem Evangelischen Bildungswerk (EBW) Regensburg Für die Übernachtung fallen zusätzliche Kosten an, die direkt vor Ort zu bezahlen sind; EZ 73,- €, DZ 91,- € zzgl. 14,- € Frühstück pro Person. Bei Reservierung einer Übernachtung gelten die AGB (Stornobedingungen) des Hotels Hotel Fronfeste in Amberg – Knasthotel in Bayern (hotel-fronfeste.de). Weitere Kosten fallen für die Bahnfahrten (Rückfahrt) sowie für Speisen und

Getränke an beiden Tagen an (Selbstzahler).

Wir erleben die Flusstäler der zentralen Oberpfalz und das Birgland zwischen Amberg und Hersbruck und natürlich erwarten uns auch kulinarische Höhepunkte...

1. Tag:

Wir treffen uns an der Werkstatt des ADFC am Weinweg. Von dort radeln wir nach Mariaort und dann entlang der Naab nach Kallmünz. Im Ortsteil Rohrbach besuchen wir den Rotviehhof der Familie Graml, die neben Rindern auch Thüringer Waldziegen und Coburger Fuchsschafe hält, alles vom Aussterben bedrohte Rassen. Der Hof ist auch im Einkaufsführer vom Slow Food Convivium Regensburg-Oberpfalz gelistet.

In der nahen Metzgereiwirtschaft kehren wir zum Mittag ein, bevor wir dann am östlichen Rand des Truppenübungsplatzes nach Amberg fahren, wo wir im ehemaligen Gefängnis übernachten. Nach der Zellenbelegung machen wir einen kleinen Spaziergang durch die Stadt zum Casino Amberg, einem im Genussführer von Slow Food geführten Restaurant.

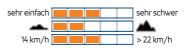
2. Tag:

Am nächsten Morgen starten wir nach dem Frühstück in westlicher Richtung. Über Ammerthal, Illschwang erreichen wir den Weiler Frechetsfeld. Dort betreibt Familie Heldrich einen Bioland Betrieb mit einem breiten Angebot. Die Rinder werden auf artenreichen Wiesen gehalten, auf den Äckern wird Weizen, Dinkel, Roggen, Braugerste, Kartoffeln und Klee-Gras angebaut. Daneben produzieren die Heldrichs aus den Streuobstbeständen wunderbare Säfte. Von dort ist es nicht mehr weit zu unserer Mittagsrast im Gasthaus Ritter in Eckelshof. Das Gasthaus Ritter ist auch im Genussführer von Slow Food gelistet. Von dort geht es über Alfeld nach Hersbruck, von wo wir mit dem Zug nach Regensburg zurück fahren. Wer mag kann auch noch in Hersbruck die Tour in einem Biergarten ausklingen lassen und mit einem späteren Zug nach Regensburg zurück fahren.

Anmeldung: bis 16. Juli über ebw@ebw-regensburg.de. Vom EBW wird auch das Hotel gebucht! **Tourenleitung:** Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Flotte Tagestour | Sonntag, 6. August

Vier-Flüsse-Tour im Oberpfälzer Wald Aus dem mittelalterlichen Nabburg durch romantische Täler in den Oberpfälzer Wald. Flotte Tour für Pedelec- und sportliche Fahrer*Innen ohne Motor



Strecke: 65 km, 400 hm, fester Belag Treffpunkt: 9:45 Uhr, Nabburg Bahnhof

Sonstiges: Anreise mit der Bahn ggf. selbst organisieren (z.B. ab Regensburg Hbf. 8:57 Uhr).

Die Kosten der Bahnfahrten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten.

Ab Nabburg folgen wir dem Naabtal-Radweg bis Pfreimd, dort biegen wir ins Tal der Pfreimd ab. Im Bereich der Talsperre verlassen wir das Tal, um Höhe zu gewinnen. Wir passieren Gleiritsch und erreichen aussichtsreich die Hochfläche von Schömersdorf und damit auch den höchsten Punkt der Tour. Von dort geht es genussvoll bergab ins Murachtal, wo wir auf den Bayerisch-Böhmischen Freundschaftsweg stoßen. Diesem Weg auf ehemaliger Bahntrasse folgen wir abwärts und erreichen bei Zangenstein das Schwarzachtal.

Im nahegelegenen Pertolzhofen bietet sich die an der Strecke gelegene Stodlwirtschaft als Rastplatz an.

Von hier aus geht es weiter in Richtung Schwarzenfeld, welches wir aber südlich liegen lassen und bei Wölsendorf wieder das Naabtal und damit den Naabtal-Radweg erreichen, der uns zurück nach Nabburg führt.

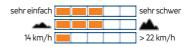
Bei gutem Wetter ist es empfehlenswert, die Radtour im idyllischen Biergarten "Sterngarten" bei schöner Aussicht auf die Naab, die Stadt und den Oberpfälzer Wald ausklingen zu lassen.

Anmeldung: bis 4. August im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Tagestour | Sonntag, 13. August

Von Geisenfeld durch die grüne Holledau Geisenfeld, an der Ilm nach Wolnzach, Mainburg, Ratzenhofen, durch den Dürnbucher Forst nach



Münchsmünster und über Ilmendorf zurück nach Geisenfeld.

Strecke: 75 km, 474 hm, unebener Untergrund

Treffpunkt: 8:00 Uhr, Pentling V-Markt, Parkplatz ggü. der Tankstelle, Hölkeringer Straße 20

Für die Fahrt vom Treffpunkt nach Geisenfeld bilden wir Fahrgemeinschaften mit Autos mit Fahrradträgern. Für die Koordination der Mitfahrgelegenheiten für die Personen und der Mitnahme der Fahrräder auf den Fahrradgepäckträgern ist eine Anmeldung notwendig.

Ausgangspunkt der Radeltour, um auf die Spur des Grünen Goldes zu kommen, ist Geisenfeld mit seinem historischen Ortskern, der mit dem Ensemble von Benediktinerinnenkloster, Stadtpfarrkirche und dem alten Rathaus beeindruckt. Wir starten an der Ilm entlang

und erreichen durch bis zu acht Meter hohe Hopfenranken Wolnzach und das Herz der Hallertau, Mainburg. Von hier aus nehmen wir den Hopfenerlebnispfad, dem wir nach Ratzenhofen zur Mittagspause im zünftigen Biergarten folgen. Nachmittags durchradeln wir den schattigen Dürnbucher Forst nach Münchsmünster und wenden uns nach Ilmendorf, von wo uns die Ilm zurück nach Geisenfeld begleitet.

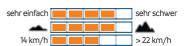
Dies ist eine eher ruhige Tour mit ca. 14 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit.

Anmeldung: bis 10. August beim Tourenleiter, max. 16 Personen

Tourenleitung: Detlev Reimann, reimann@adfc-regensburg.de, 0174 6008270

Ruhige Tagestour | Dienstag, 15. August

Fahrt zum blauen Kaffeeauto nach Kallmünz Von Regensburg über Laaber nach Kallmünz, Jura- und Flusslandschaften im Laber- und Naabtal



Strecke: 70 km, 790 hm, fester Belag

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Bahnhof Prüfening, Prüfeninger Schloßstraße 30, Regensburg

Sonstiges: Anreise mit der Bahn ggf. selbst organisieren (z.B. ab Schwandorf 9:17 Uhr).

Die Kosten der Bahnfahrten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten.

Von Regensburg geht es erst mal über die Sinzinger Eisenbahnbrücke ins Labertal. Dem Fluss folgen wir bis zur gleichnamigen Ortschaft. Dort zur Mittagsrast eingekehrt werden. Ab Laaber wird es anstrengender, denn es gilt, den östlichsten Teil des Oberpfälzer Juras überwinden, bis es nach steiler Abfahrt ins Naabtal Kallmünz zugeht. Alleine die Fahrt durch den Markt bis zum Zusam-



menfluss von Vils und Naab ist eine kleine Kunstausstellung. Am Schmidwöhr erwartet uns dann das blaue Kaffeeauto – hoffentlich, denn darauf hat der ADFC keinerlei Einfluss.

Abschließend führt die Strecke entlang der Naab mit ihren Paddlern und Booten über Krachenhausen und Kloster Pielenhofen nach Mariaort, wo die Tour endet.

Anmeldung: bis 8.August im ADFC Tourenportal, max. 7 Personen Tourenleitung: Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 0152 27332051

Ruhige Tagestour | Samstag, 19. August

Ruhige Tour entlang der Donau bis Bad Abbach, set wo wir über die Hügel ins Tal der Großen Laber fahren. Von dort geht es ostwärts bis nach Aufhausen, Sengkofen und Köfering wieder zurück nach Regensburg.

sehr einfach sehr schwer

14 km/h sehr schwer

> 22 km/h

Strecke: 90 km, 200 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:00 Uhr, ADFC-Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

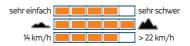
Vom Startpunkt bei der Werkstatt des ADFC am Weinweg in Regensburg bis Bad Abbach radeln wir entlang der Donau. Dann geht es über die tertiären Hügel nach Langquaid, wo wir das Tal der Großen Laber erreichen. Flussabwärts erreichen wir unsere Mittagsraststätte in Schierling. Nach der Stärkung geht es am Nachmittag noch bis Irnkofen entlang der Großen Laber. Von dort über Sengkofen nach Alteglofsheim und Köfering wieder nach Regensburg zurück.

Anmeldung: bis 11. August im ADFC Tourenportal, max. 16 Personen

Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Flotte Tagestour | Sonntag, 20. August

Künisches Gebirge und Böhmerwald Auf aussichtsreicher Strecke ins Künische Gebirge und eine uralte Kulturlandschaft.



Strecke: 75 km, 900 hm, fester Belag

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Furth im Wald, Bahnhof

Sonstiges: Anreise mit der Bahn möglich ab Regensburg 8:15 Uhr, Schwandorf 8:52 Uhr

Bitte ggf. selbst organisieren. Kosten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten $\,$

Vom Bahnhof in Furth im Wald radeln wir zum Drachensee, von dessen nördlicher Uferstraße wir schon zu Beginn unserer Tour einen phantastischen Blick auf das Hohe-Bogen-Massiv und den Kleinen und Großen Osser haben.

Wir erreichen auf kleinen Straßen die Grenze, die wir am Grenzübergang Vseruby-Eschlkam überfahren. Weiter geht's durch herrliche Kulturlandschaft über Vseruby, am dortigen See entlang und ein wunderbares Bachtal. Fast unmerklich erreichen wir einen Sattel mit herrlicher Aussicht zur Cham-Further Senke. Durch welliges Bergland auf wenig befahrenen Straßen erreichen wir Nyrsko. Nach ausgiebiger Mittagspause radeln wir durch herrliche Landschaft stetig bergan und gelangen an den Grenzübergang Fleky / Hofberg.

Hier öffnet sich ein sensationeller Ausblick auf den Hohe-Bogen-Winkel. Ab hier geht es fast nur noch bergab: Über Eschlkam erreichen wir das Tal der Chamb, und von dort ist es nicht mehr weit zum Ziel. Auf dem Stadtplatz von Furth im Wald findet sich sicher noch ein Platz für einen angenehmen Ausklang..

Anmeldung: bis 18. August im ADFC Tourenportal

Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Tagestour | Samstag, 26. August

Rund um den Truppenübungsplatz Hohenfels Von Parsberg aus wird das in einem Hochtal des Oberpfälzer Juras gelegene Militärgelände umrundet. Die Strecke verläuft weitgehend in Bachtälern, aber auch zwei Anstiege sind mit dabei.



Strecke: 80 km, 840 hm, fester Belag Treffpunkt: 9:00 Uhr, Parsberg, Bahnhof

Sonstiges: Anreisemöglichkeiten mit der Bahn: Schwandorf ab 7:07 Uhr,

Regensburg ab 7:53 Uhr, Bitte ggf. selbst organisieren.

Rückfahrt: von Parsberg geht mind. stündlich ein Zug nach Regensburg.

Bahnkosten sind nicht im Teilnehmerbetrag enthalten.

Auf der Ebene zwischen Laber und Vils liegt der Truppenübungsplatz Hohenfels. Nach der Ankündigung des ehemaligen US-Präsidenten zum Abzug der US-Truppen wurde als mögliche Nachfolgenutzung auch ein 3. Nationalpark in Bayern in die Diskussion eingebracht. Höchste Zeit also, sich anzuschauen, welche Flora und Fauna die Gegend für uns so wertvoll macht.

Vom Bahnhof Parsberg geht es erst mal nach Velburg und rauf auf die Höhe zur König-Otto-Tropfsteinhöhle. Vor Utzhofen gibt es noch eine kleine Steigung, bevor es im Lauterach-, Vils- und Forellenbachtal fast eben bis zur Ortschaft Hohenfels verläuft. Nach Hohenfels folgt eine stärkere Steigung, bevor es zur letzten Abfahrt nach Parsberg geht. Das Abschlusseis am Parsberger Marktplatz gibt es allerdings nur nach einem allerletzten Anstieg. Diese ruhige Tour wird mit ca. 17 km/h gefahren.

Während der Tour ist eine Mittagspause in einer Gaststätte vorgesehen.

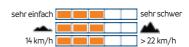
Anmeldung: bis 20. August im ADFC Tourenportal, max. 7 Personen **Tourenleitung:** Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 0152 27332051



Ruhige Tagestour | Sonntag, 27. August

Tangrintel-Runde

Eine Rundtour vom Labertal ins Altmühltal



Strecke: 75 km, 600 hm, fester Belag

Treffpunkt: 8:45 Uhr, Parkplatz Krankenhaus Barmherzige Brüder, Prüfeninger Straße,

Regensburg

Die Tour verläuft zunächst auf dem ebenen Labertal-Radweg bis Deuerling, wo wir in ein Seitental Richtung Painten abbiegen. Ständig leicht ansteigend erreichen wir in Aichkirchen (562m Höhe) den höchsten Ort im Tangrintel mit schönen Ausblicken.

Tangrintel ist die historische Bezeichnung für ein Gebiet auf der Hochfläche rund um die Stadt Hemau zwischen den Flüssen Schwarze Laber und Altmühl.

Überwiegend bergab durch die Orte Maierhofen und Keilsdorf erwartet uns Essing im Altmühltal (bei 45 km) mit seinem historischen Marktplatz und der längsten Holzbrücke Europas (190 m). Dort kehren wir im Biergarten des Gasthofs Ehrl ein.

Entlang der Altmühl über Kelheim und der Donau über Kapfelberg und Sinzing werden wir wieder in Regensburg ankommen.

Eine ruhige Tour mit beträchtlichen Steigungen.

Anmeldung: nicht erforderlich

Tourenleitung: Bernhard Gradl, gradl@adfc-regensburg.de, 0151 51821878

Ruhige Tagestour | Sonntag, 10. September

Auf zur Kirwa nach Rohrbach, ein Dorf im Vilstal unweit von Kallmünz gelegen.

sehr einfach	sehr schwer
-	_
14 km/h	> 22 km/h

Strecke: 60 km, 300 hm, fester Belag

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Bahnhof Prüfening, Prüfeninger Schloßstraße 30, Regensburg

Sonstiges: Anreise mit der Bahn ggf. selbst organisieren (z.B. ab Schwandorf 9:17 Uhr).

Die Kosten der Bahnfahrten sind nicht im Teilnahmebeitrag enthalten.

In Rohrbach ist Kirwa. Der kleine Ort im Vilstal, unweit von Kallmünz hat Bäcker und Metzger verloren. Aber Kirwa können sie nach wie vor feiern.

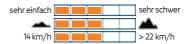
Nach dem Start am Prüfeninger Bahnhof überqueren wir die Donau an der Mariaorter Eisenbahnbrücke. Wir folgen der Naab bis Kallmünz. Nach einer kurzen Rast sind es nur wenige Kilometer noch bis Rohrbach. Dort besteht Gelegenheit zum Mittagessen. Eine kleine Wanderung durchs Dorf zur Wallfahrtskapelle und Alte Mühle verschafft wieder Appetit auf Kaffee und Kuchen, um anschließend die Rückfahrt anzutreten.

Diese ruhige Tagestour wird mit ca. 17 km/h gefahren.

Anmeldung: bis 3. September im ADFC Tourenportal, max. 10 Personen **Tourenleitung:** Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 0152 27332051

Ruhige Tagestour | Sonntag, 8. Oktober

Kulinarische Abschlusstour Ausklang der Tourensaison 2023 mit einer abwechslungsreichen Tour und gutem Essen.



Strecke: 70 km, 500 hm, fester Belag

Treffpunkt: 9:30 Uhr, Donau-Arena (Parkplatz beim Donauradweg), Regensburg

Wie alle Jahre lassen wir die Radsaison bei einer Abschluss-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. Das Ziel der diesjährigen Abschlusstour steht noch nicht fest, wird aber im Tourenportal des ADFC Regensburg im Laufe des Sommers noch bekannt gegeben.

Anmeldung: bis 1. Oktober im ADFC Tourenportal, max. 15 Personen

Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Bitte beachten Sie auch das Radtouren-Angebot unserer Nachbarn:

ADFC Landshut: www.adfc-landshut.de
ADFC Neumarkt: www.adfc-neumarkt.de
ADFC Amberg-Sulzbach: www.adfc-amberg.de

Veranstaltungshinweise finden Sie immer aktuell im bundesweiten Tourenund Veranstaltungsportal des ADFC:

touren-termine.adfc.de

sowie unter

www.adfc-regensburg.de



Das 49-Euro-Ticket kommt – radeln mit dem Deutschlandticket

Ab Mai wird das neue Deutschlandticket gelten. Für 49 Euro pro Monat sind beliebig viele Fahrten im Nahverkehr in ganz Deutschland möglich. Da bietet es sich an, auf Tagestouren mit Rad und Bahn das Land zu erkunden.

Für die Fahrradmitnahme braucht man noch je eine Fahrrad-Tageskarte für 6 Euro. Eine Mitnahme kann allerdings nicht garantiert werden, wenn im Zug kein Platz mehr dafür ist. Vermutlich wird das Deutschlandticket aber nicht so zahlreich gekauft wie letztes Jahr das 9-Euro-Ticket, so dass die Engpässe bei der Beförderung zumindest seltener sein werden. Praktischer sind da Falträder, denn sie gelten im zusammengeklappten Zustand als Handgepäck und können kostenfrei mitgenommen werden.

In der Tabelle haben wir als Anregung einige Vorschläge für solche Radtouren gesammelt, die an einem Tag gut zu schaffen sind, wenn man halbwegs früh aufbricht. Die Zahlenangaben sind ungefähre Werte und ersetzen keinesfalls eine individuelle Planung mit Fahrplan und Karten. Hierfür haben wir einfache Kurz-Adressen eingerichtet, die direkt zu den wichtigsten Planungs-Tools anderer Anbieter führen:

Bahnland Bayern (Fahrplan) http://bahn.adfc-r.de auch als App für iOS/Android Bayernnetz für Radler http://karte.adfc-r.de auch als App für iOS/Android auch als App für Android

Perfekte Begleiter jeder Radtour sind natürlich die ADFC-Regionalkarten von BVA BikeMedia: www.fahrrad-buecher-karten.de

ron Regensburg nach	Fa hr-	Radstrecke	_	_	Rückfahrt von	Fahi
ggf. Umstieg in)	zeit		in km	in hm	(ggf. Umstieg in)	zeit
Vald münchen (über SAD, Cham)	150	Schwarzachtał, Naahtal-RW	67	200	Schwandorf	0:30
emnath-Neustadt (über Weiden)	1:40	Haidenaab-Radweg	45	70	Lu he-Wild en au	1:00
Marktleuthen (über Marktred witz)	2:00	Eger-RW, Franzensbad, Eger	56	335	Schirnding (über Marktred witz)	2:00
cham (über Schwandorf)	110	Do na u- Regen-Rad weg	66	250	S tra ub ing	0:30
piegelau (über Plattling, Zwiesel)	2:20	National park-, Grünes-Dach-RW	58	810	Lam (über Cham, Schwandorf)	2:15
a nds h ut	0:45	Isar-Rad weg	71	100	Plattling	0:45
/ik biburg (übe r Lands hut)	110	Vilstal-Radweg	80	30	∨ils ho fen (über Plattling)	1:10
Pfarrkinchen (über PAoder LA)	250	Bockerl, Isar-Radweg	73	370	Plattling	0:45
imbach (über LA, Mühldorf)	2:20	Inn-RW (West- oderOstseite)	65	110	Passau (über Plattling)	1:30
aufen (über Landshut, Mühldorf)	2:40	Tauem-Radweg (Sakach, Österr.)	63	290	Simbach (über Mühklorf, LA)	2:20
terrsching (über München)	2:30	Ammersee-RW, Wörthsee	40	140	Steinebach (über München)	2:20
Domb ühl (über Nümberg)	2:00	Romanische Straße, Dinkelsbühl	65	200	Nố rd lingen (über Dona uwốrth)	2:40
kothenburg (über N, Ansbach)	2:30	Aischtal Radweg	52	55	Neustadt an der Aisch (über N)	2:00
keustadt an der Aisch (über N)	2:00	A is c ht a F Rad weg	53	55	Hirschaid (über Nümberg)	2:00
phofen (über Nürnberg)	2:30	Kitzingen, Main-Radweg	51	45	Würzburg (über Nürnberg)	3:00
tamberg (über Nümberg)	2:00	Main-Radweg	62	45	Schweinfurt (über Nürnberg)	2:40
sayneuth (überWeiden)	2:00	Fränkische-Schweiz-Radweg	65	450	Fort hheim (über Nürnberg)	1:50
ngoktadt Nord	1:20	Schambachtal-, Altmühltal-RW	60	110	Saal	0:20
(inding (ii ber Ingolstadt)	1:30	Altmühl-Rad weg	62	85	Saal	0:20
appen heim (über Ingolstadt)	2:20	Altmühl-Rad weg	68	225	Kinding (über Ingolstadt)	1:30
Veißenburg (über Nürnberg)	2:00	Anlautertal-Radweg	45	300	Kinding (über Ingolstadt)	1:30
Xollnstein (überIngolstadt)	210	Urdo nau, Amper-Alt mühl RW	75	120	Schrobenhausen (über IN)	1:40
eutershonWiedersbach (über N)	2100	Altmühl, Fränk-Wasser RW	63	115	Pleinfeld (über Nümberg)	2:00
Burgthann (über Neumarkt)	1.00	Lud wigs la na i-, Alt mühl-RW	63	125	Kinding (über Ingolstadt)	1:30
te u markt	050	Schweppermann-Radweg	58	430	Amberg	1:00

Zwei Tourenvorschläge mit Bahnfahrt haben wir schon für sie vorbereitet

Vorschlag 1: Aus dem Bayerischen Wald ins Naabtal

Sie fahren mit dem Zug nach Waldmünchen. Auf dem Streckenabschnitt von Cham nach Waldmünchen durch herrliche Landschaft stellt sich sofort Ausflugs-Stimmung ein. In Waldmünchen radeln Sie – ggf. nach einem Blick ins Stadtzentrum – zum Perlsee, der je nach Wetter und Temperatur schon die Lust auf Badespaß weckt.

Von dort geht es im Tal der böhmischen Schwarzach nach Rötz und weiter auf alter Bahntrasse zum Eixendorfer Stausee, bis die Trasse im See verschwindet. Am Staudamm erreichen Sie erneut die Bahntrasse und radeln durch das romantische Murnthal über Kröblitz nach Neunburg vorm Wald. In Kröblitz oder Neunburg bietet sich Gelegenheit für eine ausgiebige Mittagspause.

Ab Neunburg folgen Sie wieder der Bahntrasse – nach einem längeren Anstieg erreichen Sie die Wasserscheide zwischen Schwarzach / Naab und Regen. **

Bald darauf verlassen Sie die alte Bahntrasse, biegen nordwärts ab, passieren das Geotop Pingartener Porphyr mit Möglichkeit für ein erfrischendes Bad und erreichen die Tagebauseen des ehemaligen Abbaugebietes Wackersdorf. Sie radeln kilometerweit aussichtsreich oberhalb der Seen, bis Sie in das Charlottenhofer Weihergebiet gelangen. Hier finden sich herrliche Fotomotive. Von dort geht es über Rauberweiher zu den Schwandorfer Ortsteilen Prissath und Fronberg, und schon bald erreicht man den Bahnhof Schwandorf. Streckenlänge 80 km mit einem größeren Anstieg.

Infos – auch GPX-Daten zu dieser Tour – erhalten Sie bei Tourguide Christoph Beck, 0160 97225620 oder beck@adfc-schwandorf.de



^{**} Wer die Tour abkürzen will, bleibt auf der Bahntrasse und erreicht nach wenigen Kilometern den Bahnhof Bodenwöhr-Nord, von dem stündlich Züge nach Cham oder Schwandorf gehen.

Vorschlag 2: Furth im Wald, das Tor zu den Nachbarn



Mit dem Zug fahren Sie nach Furth im Wald; mit dem Alex in Richtung Prag ist man schnell dort. Wir empfehlen jedoch die Regionalbahnen von Schwandorf, denn mit den Rädern ist diese Verbindung beguemer und ruhiger.

Nach einer guten Stunde Zugfahrt ab Schwandorf erreicht man den Bahnhof Furth im Wald. Ein Abstecher in die Innenstadt lohnt auf jedem Fall.

Von Furth ist die Stadt Domažlice in gut 20 km auf fast ebener Strecke erreichbar – eine

Stadt mit sehenswertem, historischem Stadtzentrum. Der Fahrradweg ist beschildert. Zurück geht es auf gleichem Weg oder auch über Chodov (Chodenmuseum) und mit deutlichem Anstieg über den Grenzkamm nach Waldmünchen.

Wer alte Kulturlandschaft mag und sich nicht selbst um den Streckenverlauf kümmern will, dem empfehlen wir unsere geführte Tour am 20. August "Künisches Gebirge und Böhmerwald". Diese aussichtsreiche Tour führt uns über landschaftlich reizvolle Täler und Höhen nach Nýrsko; von dort auf den Grenzkamm und sehr aussichtsreich über Eschlkam zurück nach Furth im Wald. Anmeldung erforderlich!

Infos zu dieser Tour erhalten sie bei Tourguide Christoph Beck, 0160 97225620 oder beck@adfc-schwandorf.de



Anbindung des Pendlerparkplatzes Lappersdorf an den Regentalradweg

Ein Vorschlag des ADFC Regensburg an die Stadt Regensburg

Der Pendlerparkplatz am Lappersdorfer Kreisel ist stark frequentiert. Wie der ADFC schon im Rahmen des Radkonzepts des Landkreises 2020 anregte, sollte der Parkplatz auch für den nichtmotorisierten Verkehr zugänglich sein. Damals stellte sich jedoch heraus, dass dies schon städtischer Grund ist und der Landkreis nicht zuständig ist.

Der Pendlerparkplatz ist leider gefahrlos nur per Kfz über den Kreisel erreichbar. Auch ein Anschluss an den ÖPNV fehlt.

Radfahrende können den Parkplatz entweder von Lappersdorf über die B16 erreichen oder über den Regentalradweg. Das Befahren der B16 ist zwar nicht verboten, ist aber aufgrund der dortigen Verkehrssituation sehr gefährlich. Der Regentalradweg führt direkt am Parkplatz vorbei, jedoch nicht auf selbem Niveau, sondern ca. 4 m tiefer. Er kann nur über einen ca. 130 m langen Trampelpfad durch einen kleinen Wald erreicht werden.

Diesen Trampelpfad für Radfahrende und Zufußgehende zu ertüchtigen, wäre zum einen wohl sehr aufwendig und zum andern zu wenig naturverträglich. Wir schlagen vor, Fahrradabstellanlagen auf Niveau des Radweges zu errichten und den Parkplatz über eine Treppe anzuschließen.

Eine Treppe, ähnlich der Treppen an der Kanalbrücke Pfaffenstein, ließe sich relativ einfach errichten und mit wenig Aufwand pflegen und unterhalten.

Idealerweise sollten an dieser Stelle eine Leihradstation installiert werden.

Der ADFC hat diesen Vorschlag auch bei der Stadt eingebracht. Mal sehen, ob wir etwas erreichen.

Evi Pschorr-Schoberer, Mitglied im Vorstand des ADFC Regensburg





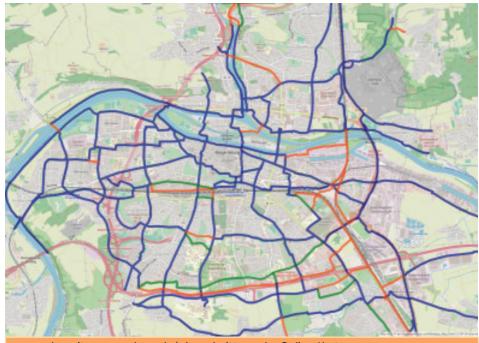
Das Team des Radentscheids Regensburg sammelte 2019 über 11.300 Unterschriften von Menschen, die sich ein zusammenhängendes Netz von Hauptrouten für den Regensburger Radverkehr wünschen. Ebenfalls 2019 übernahm der Stadtrat das Bürgerbegehren. 2020 folgte eine Ausschreibung zur Ausarbeitung der Routen an ein externes Planungsbüro, im Januar 2022 lag der Abschlussbericht vor. Dieser enthält auf 284 Seiten Steckbriefe zu allen Abschnitten des 172 km langen "Hauptradroutennetzes". Dessen Umsetzung wurde im März 2022 vom Ausschuss für Stadtplanung des Stadtrates Regensburg beschlossen.

Jedoch müssen alle Routenabschnitte, die Verkehrsraum umverteilen (z. B. Parkplätze zu Fahrradstraße), noch einmal dem Verkehrsausschuss vorgelegt werden. Das macht aus dem ursprünglich als großen Wurf gedachten, zusammenhängenden Hauptroutennetz ein Stückwerk an Einzelentscheidungen. Diese Entscheidungen sind selbst für das Organisationsteam des Radentscheids nicht im Detail nachzuvollziehen, es gibt keine Übersicht zum konkreten Stand der Umsetzung.

Um diese Informationslücke zu schließen, wurde im März 2023 der Radmonitor Regensburg veröffentlicht. Er enthält sowohl eine zeitliche Auflistung aller Entscheidungen als auch eine Online-Karte, die das zukünftige Routennetz detailliert dokumentiert. Hier können sich alle Interessierten einen Überblick über den Stand des Projektes verschaffen und welche konkreten Maßnahmen beschlossen wurden.

Die Karte enthält mehrere Ebenen, um alle Informationen übersichtlich darstellen zu können. Die zentrale Ansicht ist die Einteilung in ausstehende und (teils) abgeschlossene Routenabschnitte, die jeweils in rot, blau, bzw. grün eingefärbt sind. Die teilweise abgeschlossenen Strecken umfassen fast alle bisher eröffneten Fahrradstraßen. Diese sollen laut Planungsbüros auf den Regensburger Standard der "Fahrradstraßen plus" angehoben werden, wie er in der Alfons-Auer- und der Burgunderstraße angewendet wurde: Spezielle Markierungen in den Kreuzungsbereichen und Vorfahrt entlang der Fahrradstraße ermöglichen ein zügiges Vorankommen. Dies ist in den meisten Fahrradstraßen im Stadtgebiet wie der Hemauerstraße oder der Ostengasse noch nicht der Fall.

Als Organisationsteam des Radentscheids Regensburg wünschen wir uns zusammen mit vielen Regensburgerinnen und Regensburgern eine zügige Umsetzung der Hauptrouten im Sinne der Verkehrswende, des Klimaschutzes und einer lebenswerten Stadt. Wir werden weiterhin häufig auf den Radentscheid angesprochen, da seine Auswirkungen noch nicht in der Öffentlichkeit erkennbar sind. Der Radmonitor soll diese Öffentlichkeit schaffen und der Politik und der Verwaltung bei der Umsetzung auf die Finger schauen. Zu finden ist er unter www.radmonitor-regensburg.de.



www.radmonitor-regensburg.de | Ausschnitt aus der Online-Karte



SCHLÜSSEL LÖFFLER

93047 Regensburg · Kramgasse 5 (Nähe Dom) Tel. 0941 / 5 20 74 · Mobil: 0171-43 32 178

Schlüssel und Schlösser nur von Löffler!

- Sicherheitsbeschläge rund ums Haus
- Beratung und Montage vom Fachmann
- Aufsperrdienst

SICHER RADELN. JETZT!



Bayern nennt sich Radlland, obwohl an über der Hälfte der Landstraßen und oft auch innerorts Radwege fehlen. Statt eines durchgängigen Alltagsradwegenetzes haben wir ein Flickwerk, Radwege enden oft im Nichts oder werden zugeparkt. Mit dem Rad unterwegs zu sein, ist deshalb besonders für junge und ältere Menschen ziemlich riskant. Die Kombination von Rad und ÖPNV ist ebenfalls schwierig. Weil Geld und Personal fehlen und weil Verfahren, Standards und Zuständigkeiten nicht klar geregelt sind, wird jahrelang diskutiert und die Verantwortung hin- und hergeschoben, anstatt geplant und gebaut.

Aktuell geht es bei der Verbesserung der Radinfrastruktur nur mühsam voran. Die Kommunen sind weitestgehend auf sich allein gestellt. Der Freistaat muss hier mehr Verantwortung übernehmen — auch bei der Radmitnahme im Zug!

Wir wollen flächendeckend sichere Radwege, damit Kinder - wie Leonie - sicher und selbstständig zur Schule radeln können.

Sei dabei - bei der Radsternfahrt in München am 23.04.23!

Infos unter https://muenchen.adfc.de/sternfahrt

Gemeinsam sind wir stark und können erreichen, dass Bayern wirklich ein Radlland wird!



Damit sich die Rahmenbedingungen massiv verbessern und deine Kinder, Großeltern und du selbst überall sicher und entspannt Rad fahren können, fordern wir ein Radgesetz für Bayern, das endlich den nötigen Rahmen für rasche Verbesserungen schafft. Die Staatsregierung hat jahrelang ein solches Radgesetz abgelehnt und möchte offenbar nicht, dass es zu einem Volksbegehren kommt. Deshalb soll jetzt erstmal der Bayerische Verfassungsgerichtshof die Zulässigkeit prüfen, während die CSU plötzlich selbst ein eigenes Radgesetz schreiben will.

Sei mit dabei - mit Eurer Spende. Jeder Euro hilft uns.



Spendenkonto:

ADFC Landesverband Bayern e. V. IBAN: DE51 7002 0500 0008 8263 02 Verwendungszweck: Radentscheid Bayern PayPal:

https://www.paypal.com/paypalme/radentscheidbayern

Bleib informiert, indem du unseren Newsletter radentscheid-bayern.de/newsletter abonnierst oder uns auf Social Media folgst.



Verkehrspolitische Radtour des ADFC und VCD am 17. Septemer 2022



Am Samstag, 17. September veranstalteten der ADFC und VCD gemeinsam ihre alljährliche verkehrspolitische Radtour, zu der sie Vertreter aus Verwaltung und Politik einluden, um verschiedene problematische Stellen für den Radverkehr vor Ort zu erläutern.

Dieses Jahr führte die Route entlang von Schulund Pendlerwegen von den St. Marien-Schulen an der nördlichen Kumpfmühler Straße über die Pindl-Schulen um den Platz der Einheit zum

Albertus-Magnus-Gymnasium und zur Bischof Manfred Müller Schule am Weinweg. Weiter ging es über die Pfaffensteiner Fuß- und Radbrücke am Europakanal zur Gerhardinger-Grundschule.

Entlang der Route wurde aufgezeigt, dass an vielen Stellen die Verkehrsflächen mit zunehmendem Radverkehr neu aufgeteilt werden müssen. Radwege sind oft zu schmal, an Kreuzungen fehlen Aufstellflächen für Radfahrende, und ein Winterdienst erfolgt auch an wichtigen und viel befahrenen Strecken nicht oder nur mangelhaft.

Um den Stadträten die Situation zu zeigen, wie sie sich werktags vor 8 Uhr darstellt, wurden vorab Fotos gemacht.

Am Weinweg herrschen vor Schulbeginn chaotische Zustände. Hier werden Schüler mit Schulbussen gebracht, die durch parkende Fahrzeuge behindert werden. Bei Gegenverkehr geht dann gar nichts mehr. Da bleibt den Radfahrenden oft nur noch die Flucht auf den Gehweg, um überhaupt ans Ziel zu kommen.

Die Verbände begrüßen, dass die Route entlang des Europakanals bis zur Protzenweiher Brücke als Fahrradstraße ausgewiesen werden soll. Die Strecke ist von Pfaffenstein durchgängig befahrbar, seit der ADFC vor



Jahren erreicht hat, dass die Dammauffahrten asphaltiert wurden. Der ADFC mahnt aber erneut eine Verbesserung der Anbindung an die Protzenweiher Brücke an. Zu oft wurden hier die Radfahrenden im Zuge von Bautätigkeiten vergessen. So sollte eine direkte Abfahrt von der Brücke über die Drehergasse zum Europakanal ermöglicht werden.

Schließlich appellierten die Verbände nochmals nachdrücklich an die Politik den Winterdienst neu zu ordnen. Schul- und Pendlerwege müssen auch im Winter befahrbar sein. Es kann nicht im Interesse der Stadt sein, dass im Winter die Radfahrenden auf das Auto umsteigen oder die Busse überfüllen.

Evi Pschorr-Schoberer, Mitglied im Vorstand des ADFC Regensburg

Mit dem Fahrradbus nach Falkenstein

Radlgenuss mit der ganzen Familie.



Ehrenamtliche Helfer für (Klein-) Projekte gesucht!

HELFER GESUCHT Es gibt ein paar Aufgaben, die gerne mal liegen bleiben. Entweder, weil in den jeweiligen Monaten zu viel los ist, oder weil sich niemand in Vorstand und Aktivenkreis für die jeweilige Aufgabe findet. Dennoch sind diese Aufgaben wichtige Bausteine zur Erreichung unseres Vereinsziels, der Förderung des Radverkehrs.

Wir suchen unter unseren rund 800 Mitgliedern diejenigen, die für einen begrenzten Zeitraum eine klar definierte Aufgabe übernehmen wollen, die den ADFC Regensburg voranbringt. Bestimmt gibt es unter

euch Leute, denen die ausgeschriebenen Aufgaben leichtfallen, weil sie ihren Interessen entsprechen und sich mit dem eigenen Zeitbudget gut abdecken lassen.

Wir suchen beispielsweise:

1 Person,

als Betreuer*in unserer Social Media Kanäle und Pflege des facebook-Auftritts

3 bis 4 Personen,

zum Aufbau eines Codierteams für die Codierung von Fahrrädern in der Selbsthilfewerkstatt und bei Aktionen und Veranstaltungen

Kontakaufnahme jederzeit unter kontakt@adfc-regensburg.de oder 0941 8703007 (AB)



ADFC FAHRSICHERHEITSTRAINING - WIR MACHEN SIE FIT FÜRS RAD

z.B. wenn Sie:

- nach einer längeren Pause wieder loslegen wollen oder sich einfach nur unsicher fühlen,
- auf ein Pedelec umgestiegen sind und noch Berührungsängste haben,
- nach einem Sturz wieder Vertrauen für das Radfahren gewinnen wollen.

In unserem ADFC-FahrSicherheitsTraining lernen Sie, alle Herausforderungen im Straßenverkehr selbstbewusst und mit dem nötigen Know-how zu meistern.

Unsere FahrSicherheitsTrainer*innen wurden durch den ADFC ausgebildet und haben schon viele Kilometer auf dem Fahrrad zurückgelegt – ob als Tourenleiter oder bei privaten Fahrten.

Termine: 22. April, 6. oder 20. Mai, jeweils von 14 – 17 Uhr
Ort: An der Irler Höhe 42 (Parkplatz der Fa. Rexel gar

An der Irler Höhe 42 (Parkplatz der Fa. Rexel ganz am Ende der Vilshofener Straße im Ortsteil Hohes Kreuz)

Kursgebühr: 36 € für einen Termin

Anmeldung: nur über die Volkshochschule VHS Regensburg oder

das Evangelische Bildungswerk **EBW Regensburg**

Kontakt: regine.woerle@adfc-regensburg.de, 0151 57777363

Ein Helm wird empfohlen und ein verkehrssicheres Rad muss mitgebracht werden. Mindestalter 16 Jahre, max. 12 Teilnehmer. Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.



STADTMARKETING REGENSBURG PRÄSENTIERT

Regensburg mobil



Fahrräder, E-Bikes, E-Autos & neue Mobilität

Samstag, 06. Mai, 11-18 Uhr Rund um den Neupfarrplatz







Monatlicher Fahrrad-Flohmarkt in Neutraubling

Suchen Sie ein gutes Gebraucht-Fahrrad zum günstigen Preis? Möchten Sie sich von nicht mehr benötigten Fahrrädern trennen?

Unser Fördermitglied – die Fa. bikezeit in Neutraubling – veranstaltet im Sommer regelmäßig einen Flohmarkt für Fahrräder. Dort werden gebrauchte Fahrräder von privat an privat verkauft, wobei die Fa. Bikezeit die Räder zuvor begutachtet und bewertet, d.h. Preisempfehlungen gibt.

Die Termine:

 Samstag, 25. März, 	10 – 12 Uhr
• Samstag, 29. April,	10 – 12 Uhr
• Samstag, 27. Mai,	10 – 12 Uhr
• Samstag, 24. Juni,	10 – 12 Uhr
• Samstag, 29. Juli,	10 – 12 Uhr
• Samstag, 26. August,	10 – 12 Uhr
• Samstag 30 September	10 – 12 Uhr

Die Anlieferung der Fahrräder geschieht zwischen 9 und 10 Uhr; es werden nur fahrtüchtige Räder angenommen!

Abholung der nicht verkauften Räder ist zwischen 12 und 13 Uhr.

Fragen? Bei Fa. bikezeit anrufen: 09401 913870 oder unter www.bikezeit.de



ADFC-Tipp: Sollte Ihr Fahrrad nicht verkauft worden sein oder haben Sie weitere nicht mehr benötigte Räder, spenden Sie es der ADFC-Selbsthilfewerkstatt zum Aufarbeiten und zur Weitergabe an Bedürftige. Kurze E-Mail an werkstatt@adfc-regensburg.de schreiben; wir holen ab.

Mach Dich unabhängig mit unserer Selbsthilfewerkstatt!

Alles ist reparierbar (du benutzt unsere Werkzeuge)

Mach es selbst (wir sagen dir, wie es geht, und du reparierst eigenverantwortlich)

Benötigte Ersatzteile bringst du mit (ein kleiner Vorrat gängiger Verschleißteile steht für "Notfälle" zur Verfügung)

Wann? von März bis Ende November jeden Dienstag und Donnerstag jeweils von

18 bis 20 Uhr.

Wo? Weinweg 2 (Zugang über Altheimer-

weg), 93049 Regensburg

Kosten? Die Nutzung ist kostenlos, aber über

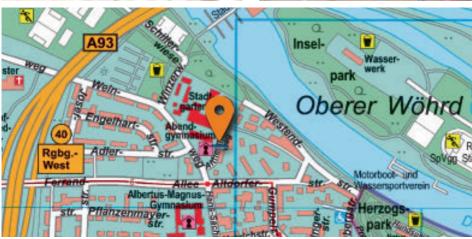
eine kleine Spende freuen wir uns sehr.

Fragen? werkstatt@adfc-regensburg.de









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 ein aufgefundenes Fahrrad dem Besitzer zuzuordnen. Der ADFC verwendet das System der Fahrradcodierung, das die Polizei in den 90er Jahren entwickelte. Dabei werden Name und Adresse des Eigentümers oder der Eigentümerin 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 oder der Eigentümerin zurückgegeben werden!

Die **Etikettencodierung** kostet 5 €, ADFC-Mitglieder bezahlen die Hälfte.

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



Wir machen Druck!



Der ADFC hat es sich zum Ziel gesetzt die Diebstahlprävention und die Aufklärungsquote von Fahrraddiebstählen deutlich zu erhöhen. Dazu soll die seit 1990 angebotene Codierung von Fahrrädern mit einer Eigentümer-Identifizierungs-Nummer (kurz "EIN") stärker verbreitet werden.

Zu diesem Zweck haben wir uns eine sogenanntes "Nadelprägegerät" angeschafft, mit dem der Code der Eigentümer an mög-

lich vielen Fahrrädern angebracht werden kann. Damit wird unser bisheriges Angebot der Etikettencodierung zukünftig ergänzt.

Für den Aufbau einer tatkräftigen Codiergruppe suchen wir dich!

So nebenbei ist eine hohe Durchdringungsrate von Codierungen an Fahrrädern aber nicht zu schaffen. Wenn sich zu unseren zwei Frei-willigen noch ein paar mehr hinzugesellen, kann auch der ADFC Regensburg Codieraktionen in der Innenstadt, bei Fahrradhändlern, bei Veranstaltungen oder bei Firmenaktionen anbieten.

Wir zeigen dir, wie der Code generiert und am Rad angebracht wird. Wie ihr die Aktion gestaltet, wie oft und wo sie durchgeführt werden soll, liegt in eurer Hand.

Die Codierung mit Nagelprägung kostet 15 €, für ADFC-Mitglieder 10 €.

ROUGEEICHENBIAHS23

Kontaktaufnahme:

Jederzeit unter werkstatt@adfc-regensburg.de oder 0941 8703007 (Anrufbeantworter)

ADFC Regensburg aktuell

Kommt ihnen das bekannt vor? Radwege in schlechtem Zustand, gefährliche Situationen oder andere Mängel?







Melden Sie ihre Beobachtungen unkompliziert über folgende Portale:



Mängel im Landkreis Regensburg

Fehlende Markierungen, unklare Wegweiser oder zugewachsene Wege – solche und andere Schäden an Radwegen im Landkreis Regensburg können Radfahrerinnen und Radfahrer seit Februar 2022 über ein eigenes Serviceportal melden:

www.landkreis-regensburg.de/wirtschaft-energie/mobilitaet/radverkehr/serviceportal-radwege



Mängel im Stadtgebiet Regensburg

Für das Stadtgebiet Regensburg können Sie den kürzlich überarbeiteten allgemeinen Mängelmelder "sag's Regensburg" nutzen:

formulare.regensburg.de/frontend-server/form/provide/859/



Gefahrenstellen bundesweit

Über dieses Portal können Sie bundesweit Gefahrenstellen im Straßenverkehr melden:

www.gefahrenstellen.de Auch als App für iOS und Android verfügbar





E-Bikes - Mountainbikes - Trekkingräder - Rennräder - Kinderräder - Crossbikes - Cityräder



Direkt an der B8/Osttangente

gegenüber Mc Donald's Vilsstraße

final land

Mo. - Fr. 10.00 - 19.00 Uhr Samstag 10.00 - 16.00 Uhr

CS Regensburg GmbH Innstraße 23 93059 Regensburg

Geschäftsführer: Felix Zimmermann Gerichtsstand Regensburg HRB 18210 0941 600196-0 info@cube-store-regensburg www.cube-store-regensburg.de





Verkehrsgemeinschaft Landkreis Kelheim

Tel.: 0800 333 8383

Mehr Informationen unter:

www.freizeitbusse.de

