

DÄNEMARK



AGENTUR. HH



JETZT NEU!

BESUCHEN SIE UNS AUF DER RADREISEMESSE 2006 IN HALLE 3, STAND 3043



AUSGEZEICHNETE QUALITÄT

Unser kleines Königreich bietet Ihnen 10.000 km ausgezeichneter Radwege, von denen ein großer Teil sogar qualitätsgeprüft ist. Bestellen Sie jetzt kostenlos unsere aktuellen Broschüren mit vielen

Tipps, Tourenvorschlägen, Angeboten, Adressen und vielem mehr. Einfach Coupon ausfüllen und ab die Post an: **VisitDenmark, Dänemarks offizielle Tourismuszentrale, Postfach 70 17 40, D-22017 Hamburg. Fax: 040/65 03 19 30 oder E-Mail an: daninfo@visitdenmark.com. Weitere Infos gibt's auch telefonisch: 01805/32 64 63 (12 Cent/Min.)**

- Schicken Sie mir bitte folgendes Material: (Bitte ankreuzen!)
- Fahrradparadies Dänemark 2006
 - Hauptbroschüre 2006
 - Camping-Urlaub Dänemark 2006
 - Straßenkarte Dänemark



Vor-/Nachname _____

Straße/Nr. _____

PLZ/Ort _____

@

E-Mail-Adresse _____

Ja, ich möchte den kostenlosen Dänemark-Newsletter an meine E-Mail-Adresse erhalten.



VisitDenmark.com



ADFC 06

Der ADFC

kommt groß raus: Weithin sichtbar prankt das Plakat zur Radreise-Messe 2006 am Radisson, bestimmt haben Sie es auch schon gesehen, oder nicht!? Nicht? Dann atmen Sie auf, denn die RRM ist auch im Jahr 10 ihrer Existenz kein Mega-Event, sondern immer noch eine Regionalmesse mit Charme, unserem Titelblatt-Layouter juckte es einfach in den Fingern...

Denn wir von RadCity tun alles, damit Sie diesen Pflichttermin nicht verpassen. Es gibt in Hamburg und Umgebung keine bessere Gelegenheit, in die neue Saison zu starten. Unabhängig vom Wetter können Sie sich in den Sälen des CCH auf Entdeckungsreise begeben, ob ins Binnenland Schleswig-Holsteins oder quer durch Südamerika.

Nach einem Gang über die RRM 2006 werden Sie den Beginn der Saison sicher kaum erwarten können – der ADFC hilft Ihnen beim Aufstieg mit einem attraktiven Radtourenprogramm. Mitglieder bekommen es wie gewohnt zugeschickt – alle anderen erhalten es auf der RRM oder treten schnell ein. Dann gibt es RadCity und das Tourenprogramm frei Haus und obendrein noch ein Rad zu gewinnen.

Übrigens: Der ADFC Hamburg wird 25 Jahre alt – das ist uns auf der Messe einen Extrastand wert. Vielleicht haben Sie ja noch ein Erlebnis aus den letzten zwei Jahrzehnten Ihrer Mitgliedschaft in Erinnerung; erzählen Sie es uns, damit die Geburtstags-Sonderausgabe von RadCity noch bunter wird.

Ihre Redaktion

Mitglieder werben Mitglieder

Seite 8



01
2006

INHALT

06	ADFC Radreise-Messe – Highlights
08	Mitglieder werben Mitglieder
09	Radfahren – mobil und fit sein
10	Fahr nicht nach Albanien! – Europa per Rad
12	ADFC Radreise-Messe – Programm
13	Hamburg bis Lüneburg – Elbetour per E-Rollstuhl
18	Touren in Hamburg – Der Twietenkieker
19	Karten für Hamburg und Umgebung

STÄNDIGE RUBRIKEN

04	Kurzfütter
04	Fördermitglieder
16	Impressum
17	Mitglied vorgestellt
21	Adressen/Beitritt
22	Veranstaltungen – Infoabende beim ADFC

Leserbriefe

Aus Platzgründen müssen die Leserbriefe diesmal entfallen. Im nächsten Heft gibt es sie dann wieder.
redaktion@hamburg.adfc.de



www.STEVENSBIKES.de

Fon +49 (0) 40 71 60 70-0 info@Stevensbikes.de

STEVENS

B I K E S



SOVEREIGN



GALANT



ESPRIT 05/05



JAZZ 05/04



STRADA 07/05

Vorschau

Die RadCity 2/06 befasst sich mit dem Fahrrad als Arbeitsgerät, für den Weg zur Arbeit und den Folgen von Alg II für Rad und Ehrenamt.

Ihre Beiträge, Notizen, Tipps gehen an redaktion@hamburg.adfc.de oder an die Geschäftsstelle.

ADFC Fahrrad-Flohmarkt

Am Samstag, 29. April, veranstaltet der ADFC den traditionellen Fahrrad-Flohmarkt im Umweltzentrum Karlshöhe. In der Zeit von 10 bis 12 Uhr wird um Fahrräder und Zubehör gefeilscht. Auch andere umweltfreundliche Verkehrsmittel, wie Roller, Inliners, Skateboards und Rutscheautos können angeboten werden.

Eine Anmeldung ist nicht nötig, es werden keine Standgebühren verlangt. Ort: Umweltzentrum Karlshöhe, Hamburg-Farmsen, Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg

Spendenkonto

Weil's jetzt Gebühren kosten sollte, hat der ADFC sein Spendenkonto gekündigt. Spenden für unsere Verkehrssicherheitsarbeit können nun ganz einfach auf das »normale« Konto überwiesen werden. Wir stellen ab einem Betrag von 50 Euro automatisch eine Spendenquittung aus. Für die Steuer reicht ansonsten der Einzahlungsbeleg.

ADFC Hamburg, Postbank Hamburg,
BLZ 200 100 20, Kto.-Nr.: 1 48 80 92 01

Fahrradsternfahrt

Für Fahrradsternfahrt Hamburg am 18. Juni werden noch Ordner gesucht. Mit 10.000 Teilnehmern war die Demo 2005 ein großer Erfolg. Diesmal verdoppelt sich die Anzahl der Start/Treffpunkte auf ca. 40. Dafür brauchen wir Helfer – jeder kann in seinem Stadtteil eingesetzt werden.

Für diese Teilstrecken werden noch Tourenleiter gesucht:

Von Wedel nach Schenefeld oder über Blankenese nach Bhf. Altona, von Rahlstedt nach Wandsbek, von Buxtehude nach Neugraben oder Finkenwerder, von Geesthacht nach Bergedorf.

Weitere Infos gibt es unter www.fahrradsternfahrt-hamburg.de

Ordnern können sich in der ADFC-Geschäftsstelle melden.

Fördermitglieder

Diese Unternehmen fördern den ADFC Hamburg. Schon ab 100 Euro pro Jahr können Sie die Interessen der Radfahrer unterstützen und gleichzeitig für sich werben.

Infos: ADFC Hamburg e. V.,

Postfach 70 21 08, 22021 Hamburg,
Tel.: 39 39 33,
Fax: 390 39 55, info@hamburg.adfc.de

Fahrradhandel

Biedler Bikes
Jarrestraße 29
22303 Hamburg
Tel.: 27 80 08 00

Die Luftpumpe –
Fahrradtechnik
Lübecker Straße 112-114
22087 Hamburg
Tel.: 25 49 98 55

Eimsbüttler Fahrradladen
Uwe Krafft
Osterstr. 13
20259 Hamburg
Tel.: 49 30 61

Fahrrad Buck
Tibarg 28
22459 Hamburg
Tel.: 58 20 98

Fahrrad Cohrt
Saseler Chaussee 52
22391 Hamburg
Tel.: 640 60 64

Fahrrad Löwe
Wandsbeker Chaussee 13
22089 Hamburg
Tel.: 25 59 91

Fahrrad Nielandt
Friedrich-Ebert-Damm 30
22049 Hamburg
Tel.: 693 00 20

Fahrrad Nielandt
Straßburger Str. 9-11
22049 Hamburg
Tel.: 61 22 80

Fahrrad Pagels
Horner Landstraße 191
22111 Hamburg
Tel.: 651 83 86

Fahrrad & Outdoor
Center Harburg
Großmoordamm 63
21079 Hamburg
Tel.: 32 31 00 10

Fahrradstation Dammtor/
Rothenbaum einfall GmbH
Schlüterstraße 11
20146 Hamburg
Tel.: 41 46 82 77

Fahrradzentrum-
Eppendorf
Ludolfstraße 39
20249 Hamburg
Tel.: 51 32 66 66

Fahrradladen Achim Rose
Erikastraße 45
20251 Hamburg
Tel.: 46 45 21

Family-Move
Jörn Schwalba
Rathausallee 6
22846 Norderstedt
Tel.: 522 46 55

Flottbike
Osdorfer Weg 110
22607 Hamburg
Tel.: 89 07 06 06

Jody 2 Rad
Hofweg 68
22085 Hamburg
Tel.: 22 73 94 74

Koech 2-Rad Technologie
Sievekingsallee 94-96
20535 Hamburg
Tel.: 219 46 34

MEGABike Bramfeld
Bramfelder Chaussee 148
22177 Hamburg
Tel.: 64 22 23 88

MSP Martin Eberle GmbH
Renzelstraße 7
20146 Hamburg
Tel.: 45 03 61 80

Rad & Service Niendorf
Rudolf-Klug-Weg 7-9
22455 Hamburg
Tel.: 41 45 37 83

Rad & Tat
Am Felde 2
22765 Hamburg
Tel.: 39 56 67

Radsport von Hacht
Breitenfelderstr. 9
20251 Hamburg
Tel.: 48 06 04 17

Radwerk Eimsbüttel
Langenfelder Damm 5+6
20257 Hamburg
Tel.: 49 93 37

RBK – Fahrräder
Denickestraße 25
21073 Hamburg
Tel.: 765 84 89

Wheels GmbH
Alter Steinweg 14
20459 Hamburg
Tel.: 34 27 85

Fahrradunterricht für Erwachsene

Micha Löwe
Wendlohstraße 29
22459 Hamburg
Tel.: 58 97 67 47

Öffentliche Verkehrsmittel

Hamburger
Verkehrsverbund
Steinstraße 7
20095 Hamburg
Tel.: 32 57 75-0

Reiseveranstalter

Die Landpartie
Radeln & Reisen GmbH
Lindenweg 75
25436 Tornesch
Tel.: 04122/965 55

Grün Travel
Radreisen Masuren
Kirchenstr. 7
25358 Hohenfelde
Tel.: 04127/96 30

Stadtführungen

Hamburg-City-Radtour
Bernd Kaupert
Nienstedter Str. 13
22609 Hamburg
Tel.: 0172-511 76 57

Twietenkieker
in Hamburg Reisen
Carsten Ruthe
Harmsenstraße 20
22763 Hamburg
Tel.: 85 38 27 94

Die Webadressen finden Sie bei www.hamburg.adfc.de

bettelampel.de



»Schöner warten!« konnten Passanten bei einem Pressetermin zum Start der Unterschriftensammlung. Bei Kaffee und Keksen gaben einige ihren über Monate aufgestauten Ärger zu Protokoll: »Die Ampelschalter müsste man alle mit dem Hammer wegkloppen« war nur einer der Kommentare.

Dabei sind nicht die Taster das Problem sondern die neuen Schaltungen. Sie zwingen den Radler zukünftig dazu, selbst an großen Kreuzungen Grün anzufordern. Eine automatische Grünschalung mit dem parallel fahrenden Autoverkehr – so wie bisher – gibt es dann nicht mehr.

Organisiert wurde die Veranstaltung von ADFC, VCD, FUSS e.V. und der Bürgerini Ring 2. Arno Reglitzky vom ADAC zählt nicht zu den Unterstützern von bettelampel.de. Doch auch er betonte, dass eine automatische Grünschalung für Fußgänger und Radfahrer bei jedem Schaltumlauf zu fordern ist.

Unterstützen Sie unsere Aktion für Ampelschaltungen, die den Interessen der Radfahrer und Fußgänger entgegen kommen: www.bettelampel.de (siehe auch RadCity 6/05, Seite 19).

Foto: Ulf Dietze

Fahrradreparatur Seminare des ADFC 2006

Thema: Pannenhilfe und Fahrradpflege

Lernen Sie bei uns, wie Sie mit einfachen Mitteln kleine Pannen am Fahrrad schnell beheben können. Außerdem geben wir Ihnen Tipps zur optimalen Pflege des Fahrrades. In kleinen Gruppen wird alles Wissenswerte von fachlich versierten Referenten erklärt. Auch für individuelle Fragen steht ausreichend Zeit zur Verfügung. Vorerfahrungen im Bereich von Fahrradtechnik und -reparatur sind nicht erforderlich.

Veranstaltungsort: Honigfabrik Wilhelmsburg, Industriestraße 125; Kosten: ADFC-Mitglieder 23 €, Nicht-Mitglieder 29 €; Zeit: 11 bis 17 Uhr; Anmeldung: online unter www.hamburg.adfc.de oder schriftlich mit den Anmeldeunterlagen, die beim ADFC erhältlich sind.

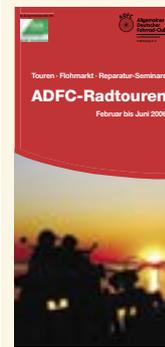
FRS 1, Sonntag, 26.03.2006, Anmeldeschluss 10.03.

FRS 2, Sonntag, 07.05.2006, Anmeldeschluss: 21.04.

25 Jahre ADFC Hamburg

Der Verein feiert dieses Jahr sein 25-jähriges Bestehen. Das Jubiläum beginnt auf der ADFC Radreise-Messe. Ebenfalls am 26. Februar startet der spezielle Internetauftritt unter www.25-Jahre-ADFC-Hamburg.de. Dort finden Sie alle Termine und Veranstaltungen rund um den Geburtstag.

Unsere Mitglieder erhalten im April zusätzlich zur Nummer 2/06 eine Sonderausgabe der RadCity. Vielleicht haben Sie aus den Anfangstagen des Vereins noch ein paar historische Fotos, interessante, skurrile Unterlagen oder spannende Geschichten? Die Redaktion würde sich darüber freuen. redaktion@hamburg.adfc.de



Radtouren

Die aktuellen Touren finden Sie im Radtourengenprogramm (gegen 1,45 € Rückporto an die Geschäftsstelle), bei zahlreichen Fahrradhändlern oder unter www.hamburg.adfc.de ADFC-Mitglieder erhalten das RTP mit dieser RadCity.

radfahren*



Wälder, Seen und Herrschaftshäuser

Kenner schwärmen von einer der schönsten Landschaften in Deutschlands Norden. Und erfahrene Radler schätzen ihre Eignung für abwechslungsreiche Tages- oder Mehrtagestouren. Der Naturpark Holsteinische Schweiz mit seinen sanften Hügeln, mit über 200 klaren Seen, alten Laubholzwäldern, imposanten Gutsanlagen und historischen Städtchen darin ist zum Radfahren, Kanufahren, Wandern oder Nordic Walking ideal.

Windgeschützt dahingleitend zwischen baumbestandenen Hecken und doch häufig mit überraschend weiten Aussichten über das Land entdeckt der aufmerksame Radfahrer immer wieder kleine Szenen, die man im städtisch geprägten Alltag kaum findet: Einen zur Nahrungssuche über der Bucht kreisenden Seeadler, einen Haken schlagenden Feldhasen, auf alten Baumriesen kletternde Dorfkinder oder den auf's barocke

Herrenhaus zufahrenden Traktor. Im Herzen dieser je nach Jahreszeit rapsgelben, sonnengoldenen oder blätterbunten Naturlandschaft liegen die Städtchen Malente, Plön und Eutin. Sie sind ideale Ausgangspunkte für Ihre Radtouren. Ob Sie komfortabel eine mehrtägige, von uns für Sie vorbereitete Rundtour mit Gepäcktransport buchen wollen oder Ihre Ausflüge von einem Quartier aus selbst planen – kontaktieren Sie uns gerne.

Tourist-Info Eutin,
Markt 19, 23701 Eutin,
www.eutin.de,
Tel. (0 45 21) 70 97 -0, Fax -20

Tourist-Info Plön, Schwentinehaus,
Am Lübschen Tor 1, 24306 Plön,
www.touristinfo-ploen.de,
Tel. (0 45 22) 50 95 -0, Fax -20

Tourismus-Service Malente,
Bahnhofstraße 3, 23714 Malente,
www.bad-malente.de,
Tel. (0 45 23) 98 99 -0, Fax -99

Die RRM 2006

Es muss der Alptraum eines jeden Organisationsteams sein: Acht Wochen vor Beginn der Radreisemesse im Hamburger CCH präsentiert sich der Grundriss einiger Ausstellungshallen wegen Umbauarbeiten komplett neu – die mühsam ausgetüftelte Anordnung der Ausstellungsflächen ist hinfällig, alle Karten werden neu gemischt.

Doch das Team nimmt's gelassen: Bei Weihnachtsgebäck und Kerzen auf dem Tisch werden kurzerhand die Reiseradler umquartiert, die Reiselounge zieht in eine andere Halle und der Rest bekommt die Flächen, die eigentlich Kurzentschlossenen zugesprochen worden wären – man macht so was ja nicht zum ersten Mal ...

Dabei ist aus dem kleinen Pflänzchen »RRM« in den

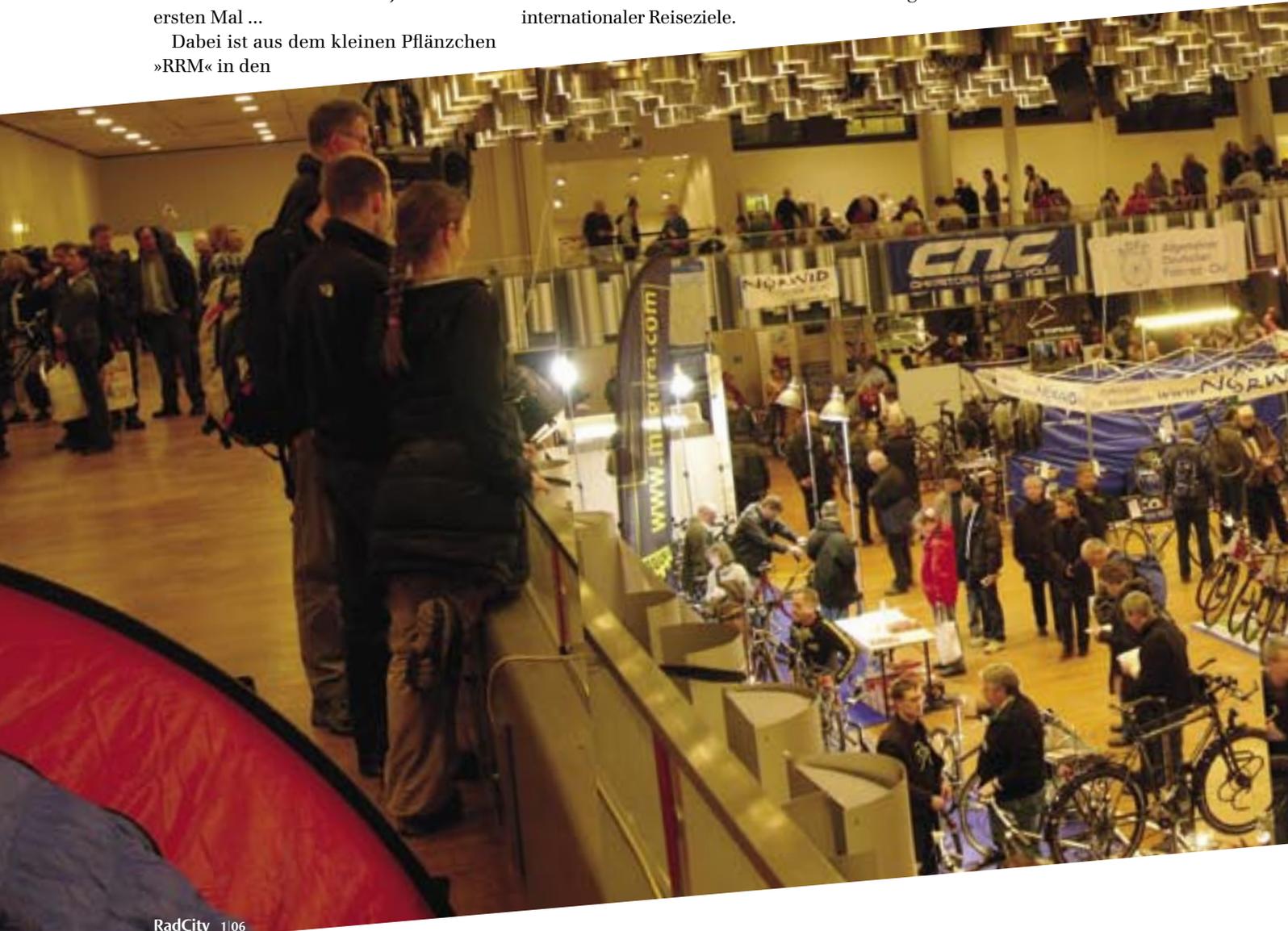
letzten zehn Jahren ein üppiges Bouquet entstanden: 4.000 qm Ausstellungsfläche, über 100 Aussteller und erwartete 5.000 Besucher erfordern eine professionelle Vorbereitung.

Für vier Euro Eintritt (ADFC-Mitglieder bezahlen einen Euro) empfängt ein großer Stand des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs seine Gäste gleich am Eingang und informiert über die Arbeit des Vereins. Aus besonderem Anlass gibt es zum 25-jährigen Jubiläum des ADFC in diesem Jahr zusätzliche Informationen über Veranstaltungen und Parties rund um den Geburtstag. Wer hier im Gespräch mit den Radverkehrsexperten nicht hängenbleibt, taucht ein in die Vielfalt norddeutscher wie auch internationaler Reiseziele.

Das Reisen

Kanada ist ebenso vertreten wie Südamerika, aber die größte Präsenz zeigt naturgemäß der heimische Tourismusmarkt. Wer von Hamburg aus zu einem Kurztrip ins nahe Umland aufbrechen möchte, dem bieten sich genügend Möglichkeiten. Zum Beispiel

- in Rotenburg/Wümme: Dort wurde die Mühlenroute neu gegliedert in eine Nord-, eine Mittel und eine Südroute mit Längen von 90 bis 100km, für trainierte Zeitgenossen also an einem Tag zu schaffen (Toursimusverband Rotenburg/Wümme)
- 33 neu ausgeschilderte Routen durch den Landkreis Harburg, die auf zwei »offiziellen Radwanderkarten« im Maßstab von 1:50.000 dargestellt beschrieben sind (Lüneburger Heideland Touristik)
- eine dreitägige Fahrradreise durch die Hansestadt Hamburg mit 43/22/46 Tageskilometern auf dem



Rad und vier Kilometern in einem Ruderboot (Die Landpartie)

- der historische »Stapelholmer Weg«, als »Frachtweg der Flensburger Kaufleute« so etwas wie der kleine Ochsenweg. Über sieben Brücken geht es links und rechts der Treene von Munkwölstrup (sic!) bis Hollenstedt (Grünes Binnenland)
- im niedersächsischen Grenzland »Vom Teufelsmoor zum Wattenmeer« – es gibt verschiedene Kombinationen mit einer Gesamtlänge von 450 Kilometern und natürlich eine Reihe von Pauschalangeboten (Tourismusverband Stade), oder
- drei Tagestouren (30 bis 40 Kilometer) rund um Ratzeburg, die bequem mit einem GPS-Gerät erkundet werden können. Geräte werden vor Ort verliehen (Herzogtum Lauenburg).

Mehr zu diesen und weiteren Angeboten erfährt der RRM-Besucher bei den angegebenen Ständen. Hamburg selbst ist übrigens auf der Hamburger Radreise-messe nicht vertreten, was beim örtlichen Angebot für Radtourenfreunde aber auch peinlich wäre – dabei bieten sich auch innerhalb der Stadtgrenzen viele Möglichkeiten für attraktives Radfahren, wenn man nicht gerade versucht, einen vorbildlichen Radweg zu finden. Die Hansestadt verlässt sich da gänzlich auf die Vattenfall (früher: HEW)-Cyclastics als Aushängeschild für eine rad(sport)freundliche Hansestadt.

Technik und Know How

Wem für die kommende Saison das richtige Rad fehlt (oder das notwen-

dige Drumherum), der wird im großen Saal 3 fündig: Fast alle namhaften Hamburger Fahrradhändler sind vertreten und präsentieren die aktuelle Modellvielfalt von »Cruiser« bis »Full Suspension Mountain Bike« sowie allerlei mehr oder weniger nützliches Zubehör.

Wer wissen will, was man wirklich unterwegs benötigt, der bekommt bei den Reiseradlern im Foyer des Saals 4 sehr unterschiedliche, aber immer praxiserprobte Antworten. Einer ist Rolf Lüneburg, der auf seiner Homepage »www.rolfsradreisen.de« 25 seiner seit 1983 absolvierten Radreisen präsentiert. Nach seiner Definition bedarf es zur Radreise »mindestens vier Übernachtungen und gleichzeitig mindestens 400 Kilometer«. Akribisch notiert

Foto: Stefan Kayser



Lüneburg Streckenlängen (zum Beispiel 1.556 km vom »Elbestrand ins Alpenland« im Jahr 2004) und prozentualen Anteil der Übernachtungsarten (54% Jugendherberge, 1% Campingplatz). Dabei bleibt Rolf Lüneburg seinem Heimatland immer nahe. Seine Homepage ist schon fast ein Zeitdokument des Radreisens der letzten Jahrzehnte – man sollte ihn und seine Reisekolleg(inn)en auf der Messe besuchen.

Wem die HTML-Kenntnisse fehlen oder wer seine Radabenteuer lieber persönlich erzählt, der nutzt die mittlerweile schon fast antiquierte Technik des Bilder-Zeigens mittels eines Diaprojektors – zur Freude vieler Messebesucher. Hans Windisch zum Beispiel zog es Ende 2002



Bei Flottbike werden Fahrräder individuell angepasst.

nach Ushuaia in Feuerland. Dort startete seine »große Reise« durch Südamerika, die seit über 40 Jahren in seinem Kopf herumspukte. Seine Geschichte verspricht interessant zu werden, Auzug aus einem Reisebericht (www.globetrotter.de): »Für viele Radler ein Horror, fand ich es hochinteressant, 1.150 Kilometer Autobahn durch das fruchtbare chilenische Längstal bis Santiago de Chile und dann weiter über Valparaiso bis nach La Serena am Pazifik zu radeln. Wann habe ich in Europa schon mal die Möglichkeit dazu?« Für seinen Diavortrag um 11.30 Uhr im Saal 2 hält er weitere Geschichten vom anderen Ende der Welt bereit. Nebenbei: Windisch legte in knapp 200 Tagen 15.000 Kilometer zurück – im Durchschnitt 78 Kilometer pro Tag bei 14,3 km/h und etwa sechs Stunden im Sattel – was wären Radreisen ohne Statistik (siehe Ralf Lüneburg oder auch Andreas Thinius im Bericht auf Seite 10)? Die Anfangszeiten der weiteren Diavorträge finden Sie auf Seite 12.

Und nicht zuletzt sorgen fünf Vorträ-

ge in Saal 13 für Hintergrundwissen zu den Themen Liegerad, Ernährung, GPS, Reiserad und Fahrrad-Ergonomie. Die Wort- und Bildvorträge finden in diesem Jahr leider außerhalb des eigentlichen Messegeländes, einen Stock höher, statt.

Ein paar Spots als kleiner Ausblick auf das, was die Radreisemesse 2006 bieten wird – wer's genau wissen will, sollte kommen: am Sonntag, den 26. Februar von 11.00–18.00 Uhr!

Stefan Kayser



ADFC-Urgestein Torsten Prinzelin beantwortet Fragen am ADFC-Infostand.

Mitglieder werben neue Mitglieder – es lohnt sich!

Der ADFC hat Geburtstag – und Sie feiern mit! Bis Ende Oktober 2006 können ADFC-Mitglieder sich intensiv um neue Mitglieder bemühen und werden dafür am Ende des Jahres belohnt. Auf dem Anmeldevordruck (gibt's u.a. am ADFC-Stand und in diesem Heft auf Seite 21) notiert der Werber Name und Mitgliedsnummer, dann nimmt er (oder sie) an der Verlosung eines Rades im Wert von 1.100 Euro teil, das Fahrrad Cohrt stiftet. Das Schöne: Nicht nur die Werber können gewinnen, sondern auch die Neumitglieder haben die Chance auf ein entsprechendes Rad. Weitere Preise kommen hinzu. Beide Räder sind auf der RRM zu besichtigen. Die Preisübergabe findet Ende November auf der Geburtstagsfeier des ADFC statt. Hinweis: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Aus der Teilnahme an der Aktion ist kein Anspruch auf einen Gewinn abzuleiten. Mitglieder des Vorstands dürfen nicht teilnehmen.



Mitglieder werben Mitglieder – und können z. B. ein hochwertiges Fahrrad gewinnen (Abb. ähnlich).



Radfahren – mobil und fit sein

Die AOK Hamburg auf der Radreise-Messe

Radfahren ist in. Im Alltag mobil sein und gleichzeitig auch noch fit werden - das klappt am besten mit einem Fahrrad. Wer zu kleinen oder auch größeren Touren starten will, muss sich entscheiden. Soll es ein City-, Trekking-, Fitness- oder Mountainbike sein - oder sogar eine Rennmaschine?

500 Euro muss man für ein Markenrad im Fachhandel einkalkulieren, darunter findet man selten etwas Vernünftiges. Fachhändler bieten zusätzliche Servicepakete an: Körpergerechtes Einstellen von Sitz und Lenker, Justieren der Gangschaltung sowie die erste Inspektion.

Wichtig für Fahrrad-Einsteiger: Sport ist natürlich nicht

Die AOK Hamburg – Partner des ADFC

Seit Januar 2002 ist die AOK Hamburg Partner des ADFC in der Hansestadt – denn Gesundheit und Radfahren passen besonders gut zusammen. Vorteil für AOK-Mitglieder: Sie zahlen bei Radtouren nur den ADFC-Beitrag anstatt des vollen Teilnehmerbeitrags.

ausschließlich etwas für Gesunde. Gerade Radfahren ist oft noch möglich, wenn bereits andere Sportarten tabu sind, und moderater Sport trägt bei vielen Beschwerden sogar zur Besserung von Krankheiten bei. Trotzdem sollten Sportanfänger und Untrainierte über 35 Jahre sowie besonders Personen mit chronischen Erkrankungen unbedingt mit ihrem Arzt sprechen, bevor sie ein Sportprogramm beginnen.

Auf der Radmesse präsentiert sich die AOK Hamburg mit einem großen Beratungsstand. Am Stand gibt es kostenlose Infobroschüren rund um das Thema Gesundheit, Aktuelles zum neuen AOK-Bonusprogramm und individuelle Ernährungsberatung. AOK-Mitglieder zahlen gegen Vorlage ihrer Versichertenkarte nur einen ermäßigten Eintritt von 1 Euro statt 4 Euro.

Andreas Brannasch



Stadt-Land-Fluss-Heu

Eine Radtour in die Heuherberge



Tour-Termine 06	
6. / 7.	Mai
17. / 18.	Juni
8. / 9.	Juli
26. / 27.	August
9. / 10.	September
7. / 8.	Oktober

Twietenkieker - in Hamburg reisen

Buchung über www.anderereisewelten.de
 Informationen 040 - 85 38 27 94 / info@twietenkieker.de

Auf dem Trans Canada Trail unterwegs



Mit dem Fahrrad auf stillgelegten Bahntrassen durch die Wildnis von British Columbia.

In 3 Wochen - 800 km

Paket Preis incl. Flüge ab 3.290,- EUR

Besuchen Sie uns:
 ADFC Radreismesse CCH 26.2.06
 Vortrag Globetrotter Ausrüstung 27.2.06
 Vortrag ADFC Geschäftsstelle 28.2.06

WEST CANADA BIKE TOURS

c/o Vermittlungsagentur
 BE SUNNY TOURISTIK SERVICE
 Obermühlenweg 6
 79235 Vogtsburg

Tel. 07662-949263
 Fax. 07662-949264
 mobil: 0170-5101106
 mail: agenturwcbt@be-sunny.de



www.kanada-bike.com

Ab dem 1. März 2006!
Die neue Erfahrung des Fahrradurlaubs

Wir transportieren Ihr Fahrrad in Ihre Urlaubsregion - europaweit



Entdecken Sie bislang unerreichbare Reiseziele

Entspannt in den Radurlaub
www.bikepackers.com
 Tel. 089-273735-0

www.citybike-hamburg.de • Tel. 040 • 49 30 61



Osterstraße 13
 Ecke Eppendorfer Weg
 22059 Hamburg Eimsbüttel

City Manufaktur der Marken Sinus und Böttcher Safari

24 Stunden Reparaturservice

Sightseeing in Hamburg – zu Fuß und per Rad

Stadtrundgänge
Stadttouren mit dem Rad
Ins Grüne mit dem Rad



Wir fördern den ADFC Hamburg: 10 % Rabatt für alle ADFC-Mitglieder!

Tel. 040-85 38 27 94 • info@twietenkieker.de • www.twietenkieker.de

HOHENFELDE | EILBEK | BORGFELDE

DIE LUFTPUMPE

HAMBURG



VSF-Manufaktur
Wanderer
Riese+Müller
Maxcycles
Fold- und Spezialräder

Lübecker Straße 114
Tel. 25 49 28 00
Werkstatt 25 034 73
Fax 25 49 28 01
luftpumpe-hamburg@hamburg.de

Mo. – Fr. 10.00–19.00 Uhr • Sa. 10.00 – 14.00 Uhr

Radtouren von Jugendherberge zu Jugendherberge



Per Rad von Ort zu Ort quer durch's Land fahren und dabei unkompliziert und kostengünstig in Jugendherbergen übernachten. Ob alleine, zu zweit, als Familie oder Gruppe, Sie sind uns immer herzlich willkommen - und das gleich 51mal in Schleswig-Holstein, Hamburg und entlang der Elbe.

Infos unter www.jugendherberge.de/nordmark



MEISTERBETRIEB • ERSATZTEILE • VERMIETUNG

DER HAMMER

Lassen Sie Ihr Fahrrad maßschneidern:
individuell durch Body-Scanning –
exklusiv bei Ihrem BICO-Händler,

Sievekingsallee 96
20535 Hamburg-Hamm
Tel. 040 - 219 46 34
info@koech2rad.de
www.koech2rad.de



Fahr nicht nach Albanien!

Im Zickzack durch Europa

Hamburg Airport, Terminal 2, Ebene 3. Ein drahtiger, hochgewachsener Kerl in Radlerhose umkurvt geschickt die mit Schlips und Kragen besetzten Tische des Mövenpick-Restaurants. Andreas Thinius prüft noch einmal die Wegweiser zur »europe-unplugged«-Pressekonferenz. Er wirkt etwas beunruhigt, aber das liegt sicher nicht an seinem airport-untypischen Outfit. Immerhin ist Thinius in den letzten drei Jahren über 60.000 Kilometer entsprechend gekleidet in die hintersten Ecken Europas gefahren und wurde überall freundlich wahrgenommen. Nein, das Problem ist eher die mangelnde Aufmerksamkeit der heimischen Presse für sein internationales Radreiseprojekt.

An der Präsentation kann es nicht liegen. Das Logo seiner Firma »cycolution« prangt auf Thinius' Radshirt, auf Briefköpfen, Websites, Schlüsselanhängern und Filmtrailern. Es gibt einen Presstext, eine CD mit Bildern und »Kaffee für umsonst«. Das Fahrrad steht zur Ablichtung bereit und eine große Europa-Karte visualisiert eindrucksvoll die Leistung des Reiseradlers. Wahrscheinlich ist der Flughafen einfach zu weit entfernt von den Schreibstuben der

journalistischen Zunft. Dabei hat Andreas Thinius einiges zu erzählen:

Am 14. November 2002 startete der Diplom-Ingenieur auf den Kanarischen Inseln seine Tour und kehrte vor gut drei Monaten vom entgegengesetzten Ende Europas, dem Schwarzen Meer, zurück. Dazwischen lagen 60 Staaten, Tagesetappen bis zu 200 Kilometern, insgesamt 3.721 Fahrstunden, zwei zerbrochene Freiläufe, gebrochene Lenker und Sättel und Ständer. Und an jedem Tag eine neue Begegnung mit Europa.

Wolkenbrüche in Italien oder Schnee in Spanien, Pferdekarren in Lettland oder Eselkarren in Portugal, mit dem Rad in Berlin oder Paris oder London, Schnee«radler» auf Korsika oder Picknick unter Palmen(-sonnenschirm): »Europe-unplugged« ist eine Reise durch die Gegensätze einer künstlich zusammengeschürnten Welt, die außer dem Namen nicht viel gemeinsam hat. Aber vielleicht sieht Andreas Thinius das ja heute mit ganz anderen Augen, nachdem er sich Europa aus der Nähe

angeschaut hat: »Die Erlebnisse, die sich hinter der nächsten Kurve versteckten und auf mich warteten, motivierten mich täglich neu«, erzählt Thinius. Zum Beispiel am Checkpoint zwischen Mazedonien und Albanien. Niemand riet Thinius wirklich zum Überschreiten dieser Grenze, weil ihn jenseits das Schlechte erwarte: »Fahr' nicht nach Albanien!« Thinius fuhr trotzdem und wurde von einem verwunderten Grenzbeamten empfangen. Drei Jahre sitze er nun schon an diesem Schlagbaum, aber ein Deutscher auf einem Fahrrad sei ihm hier noch nicht begegnet ... Thinius passierte die Grenze dennoch und wurde belohnt – drüben empfing Albanien ihn auf diese besondere Art der Herzlichkeit, wie sie Menschen am Rande Europas oft eigen ist.

Aber es gab auch Hindernisse und schlechte Erlebnisse: In Rumänien wurde für das Fotografieren von Sehenswürdigkeiten Geld verlangt, an der Grenze von Estland nach Russland ließ man Thinius drei Stunden warten, auf Kreta führten die Karten ins Nirwana (siehe großes Bild oben links) und in Norwegen verabschiedete sich der Freilauf.

Aber das sind alles Kleinigkeiten angesichts einer Europa-Reise, die so wohl noch kein Radtourist vor ihm unternommen hat. Eine Europa-Karte mit den markierten Strecken sieht aus wie das Fernstreckennetz der Bahn. Selbst entlegene Destinationen auf Spitzbergen, Grönland oder den Azoren sind darauf verzeichnet – und die Reise

ist noch nicht zu Ende: Im Frühjahr 2007 macht sich Andreas Thinius wieder auf den Weg; noch immer gibt es weiße Flecken auf seiner Eroberungskarte, das Schwarze Meer will umrundet werden, der Ural wartet und vielleicht kommt es sogar noch zu einer Umrundung des Mittelmeeres. Doch zunächst steht das Rad still, solange Andreas Thinius seine Erlebnisse im kommenden Frühjahr auf verschiedenen Radreisemesen vorstellt und dabei gleichzeitig seine Firma »cycolution« vermarktet. Denn die Reise war nicht bloß Selbstzweck, sondern gleichzeitig auch der Grundstein für Thinius' neuen Lebensunterhalt. »Frische Ideen rund um das Thema Fahrradreisen«. Ende Februar wird Andreas Thinius gemeinsam mit anderen Reiseradlern auf der RRM sein und von »seinem« Europa erzählen – unplugged.

Stefan Kayser

cycleguide.info

Umfangreiche Informationen über alle Etappen gibt es unter www.cycleguide.info. Radcity-Leser können alle Fotos und Höhenprofile in voller Auflösung nutzen: einfach als Bonuskey »radcity« eingeben.



Andreas Thinius präsentiert, was sonst auf der Strecke bleibt: ein Zahnkranz nach 63.000 Kilometern ...

...in London, den Alpen, Island (v. l.)

Fotos: Andreas Thinius



**HAMBURG CENTRUM:
NUR FÜNF MINUTEN VOM
HAUPTBAHNHOF:**

Schmilinskystraße 6

20099 Hamburg

Tel/Fax: 040 - 24 39 08

E-Mail: FahrradladenStGeorg@freenet.de

**Fahrradladen
St. Georg**



ADFC

Radreise-Messe

Das Programm



Aussteller

Saal 3

Aktiv Tours Dresden
AOK Hamburg
AQUAMARIS Strandresidenz Rügen
Bernds Falträder
Bett & Bike
Dänische Tourismuszentrale
DB NachtZug UrlaubsExpress
Die Landpartie
Die Luftpumpe / Fahrradtechnik
Dr. Götte Land & Karte
Elberadweg Süd
Fahrrad & Outdoor Center Harburg
Fahrrad Cohrt
Fahrrad Nielandt
Fahrradladen St. Georg
Fahrradreisen Weltweit
Family-Move
Galli Verlag
Gräber Fahrräder
holst Kamera-Rucksäcke
Int. Dollard Route
Jeantex Sportswear
Lüneburger Heideand Touristik
Masuren Radtour
Mecklenburger Fahrrad-Touristik
Mittelweser Touristik
Müritz-Sternfahrten
NORWID Fahrradbau
Polizei Hamburg
Radissimo Radreisen
Radsport von Hacht
RADWERK
Reisedienst Bölc
Schneider Reisen
Sixt AIR-SEAT
Spreewald Rad Akademie
Stadt- und Freizeitverlag
Tour de Müritz
Tourismusverband Oldenburger Land
Utopia Velo
Valhalla Tours
Werratal Touristik

Café

Im Foyer Saal 3 befindet sich die ADFC Lounge. Sie ist für alle Besucher offen. Die Preise sind für Mitglieder des ADFC und für Nichtmitglieder identisch.

Fahrräder parken

Eine Fahrradabstellanlage, an der sich Fahrradrahmen anschließen lassen, finden Sie direkt vor dem Eingang des CCH.

Foyer Saal 3

25 Jahre ADFC Hamburg
ADFC Hamburg
ADFC Schleswig-Holstein
Globetrotter Ausrüstung
Mega - Bike

Saal 4

BahnRadelReisen
Best Budget Bonn Hotels
Bike Packers
Deutsches Jugendherbergswerk
Fremdenverkehr Oberlausitz
Grünes Binnenland
Haase's Heu-Hof
Herzogtum Lauenburg
Hotel Goos
K & K Radsport + Reisen
Mecklenburger Radtour
miljöTours
Nature Travel
Neubauer Reisen
Pension Sperlingshof
RBK - Fahrräder
Schl.-Holst. Binnenland-Tourismus
Teutoburgerwald-Wellness
Tourismusverband Oder-Spree
Tourismusverband Rotenburg/
Wümme
Tourismusverband Stade
Toxy-Liegeräder
Traditionsschiff Archimedes
VIA Urlaub-Service
VUELTA Rad- und Wandertouren
WAMA-Tour
West Canada Bike Tours
Wikinger Reisen

Vorträge

In 30 - 45 Minuten erfahren Sie das Wichtigste zum Thema.

Saal 12, Moderator Christian Scholz

11.30 Uhr, Hans Windisch: Von Feuerland zur Karibik. Allein mit dem Fahrrad durch Südamerika
12.30 Uhr, Christian Scholz: Der Oder-Neiße-Radweg – wechselvolle Grenzerfahrungen
13.30 Uhr, Markus Tischler: Jenseits aller Kategorien. Mit dem Rad über die höchsten Alpenpässe
14.30 Uhr, Ulrich Roeder: Indien per Rad. Rajastan – Kamele, Staub und Paläste
15.30 Uhr, Jörg Wellendorf: Durchs Elsass – nicht wegen des Sauerkrautes
16.30 Uhr, Klaus Gattner: Durch die Wildnis von British Columbia. Radtour auf dem Trans Canada Trail

Saal 13, Moderator Thomas Nittka

12.00 Uhr, Christoph Hipp: Die (R)Evolution des Liegeradfahrens – Geschichte, Bautypen, Vor- und Nachteile gegenüber anderen Fahrradkonzepten
13.00 Uhr, Maren Maiwald: Gut speisen – mehr Power auf Radreisen! Gesunde Ernährung auf Radtouren und Radurlaubsreisen
14.00 Uhr, Stefan Kayser: Eine verTRACKte Sache. Auf neuen Wegen – Radtouren mit dem GPS
15.00 Uhr, Ralf Klagges: Das passende Reiserad – Tipps und Hinweise zur Fahrrad-Auswahl
16.00 Uhr, Juliane Neuß: Fahrrad-Ergonomie: Richtig sitzen – entspannt fahren

Reiseradler

Foyer Saal 4

Tourenfahrer stellen ihre Ausrüstung vor und zeigen Fotos und Karten der Reiseregionen. Gerne werden dort Ihre Fragen beantwortet.

ReiseradlerIn: bereiste Regionen

Antje Giesenberg: IRL, SCO, USA, CDN, NZ, Malaysia
Roswitha Goetze: D,F, I, USA, NZ
Petra Hardtstock und Gudrun Lenhardt-Kelper: Elbe, BRD
Gabi Hentschke: Weser- und Elberadweg, Lüneburger Heide
Heidrun Jancke: Ostdeutschland, Dänemark, Süd-Schweden
Gudrun Lenhardt-Kelpe: ??
Rolf Lüneburg: Osteuropa, Baltikum, D
Peter Meyer: Flüsse, Masuren, Baltikum
Sigrid Rohrer: England
Herbert Rönneburg: Frankreich, GB, Alpen, Benelux
Andreas Thinius: 63.333 km Europa
Wolfgang Tobergte: D, Osteuropa, Baltikum
Silke van Ophuysen: D,F, I, USA, NZ
Malte Wiedenmann: Skandinavien, Kanada, Neuseeland
Hans Windisch: Südamerika
Weiße Speiche: Tandem Gruppe

Hamburg bis Lauenburg

Wie man einen Rollstuhl zu Schrott fährt

Marlies Lehmann-Brune hat sich in ihren Träumen nie in einem Rollstuhl gesehen. Doch vor fünf Jahren erlitt sie einen Schlaganfall und ist seither auf »Emil VII« angewiesen, einen E-Rolli mit 120 kg Gewicht und einer Reichweite von ca. 50 km. Nach und nach fand sie ihren Lebensmut wieder und wagte im Sommer 2002 ein Abenteuer der besonderen Art: Sie befuhr mit ihrem Lebenspartner Harald Petersen den Elberadweg flussaufwärts bis nach Prag. In dieser Ausgabe von RadCity drucken wir eine Passage aus dem lesenswerten Buch »Gegen den Strom« ab. Marlies Lehmann-Brune erzählt ohne Larmoyanz, aber auch ohne Scheu von den schwierigen Momenten einer Reise, die trotz oder gerade wegen all der Schwierigkeiten unterwegs Mut macht, die eigenen Grenzen zu erfahren. Nebenbei erfährt man viele historische oder kulturelle Details vom Wegesrand, und diese Kombination macht den Reisebericht wirklich lesenswert.

Jahrtausendwechsel. Dem Übergang in das Jahr 2000 wollte ich einen besonders festlichen Rahmen geben und entschied mich für Hamburgs berühmteste Kirche, den Michel. Ich höre es wie damals, das »Hallelujah« aus Händels »Messias«: ein beglückender Anfang ... Dann – wie ein Blitz aus heiterem Himmel – Schlaganfall! Linksseitige Lähmung!

Eineinhalb Jahre sind seitdem vergangen. Ich habe diesen Einschnitt in mein Leben nicht nur überlebt, ich habe Kraft und Mut für einen Neubeginn gefunden. Dabei haben mir meine vier Kinder und andere liebe Menschen, vor allem aber mein Partner, geholfen. Ganz entscheidend war für mich, dass Harry in dieser anfangs fast hoffnungslosen Situation zu mir hielt. So etwas ist nicht selbstverständlich. Ich wollte ihn nicht verlieren, darum mobilisierte ich all meine Kräfte, um wieder ein einigermaßen normales Leben führen zu können. Es ist mir gelungen. Gemeinsam meistern wir meine Behinderung, wie diese Ra-Ro-Tour beweist.

(...) Ein heißer Tag im Juli. Nach kurzfristiger Planung starten wir morgens dort, wo wir den ersten Teil der Strecke beenden, in Altona. Die Sonne brennt schon jetzt vom wolkenlosen Himmel. Wir fahren quer durch Hamburg, eine interessante, aber nervige Route: Fischmarkt, Alter Elbtunnel, Landungsbrücken, Hamburgs Wahrzeichen, der Michel, die Backstein-Schönheit Speicherstadt und dann das verwirrende Labyrinth des Hafens. Er ist mit Abstand der bedeutendste deutsche Seehafen und einer der größten Containerhäfen der Welt. In dieser imponierenden Hafenlandschaft der Technik und des Verkehrs ist für Seefahrer-Romantik kein Platz mehr. Als ich kürzlich wieder einmal die obligatorische Hafenrundfahrt machte, war

ich enttäuscht. Die Atmosphäre, die ich von Fahrten in früheren Jahren noch in Erinnerung hatte, suchte ich vergebens. Gewiss, wir bekamen viel Interessantes zu sehen, aber die alten Handelsschiffe fehlen, die dieses besondere Fluidum ferner Kontinente, ihrer Farben und Gerüche mitbrachten. Auf den nüchternen Container-Riesen und Tankern tummelt sich kein buntes Völkchen, sie wirken menschenleer, zeigen nur glatte Flächen, die der Phantasie keinen Raum lassen.

Wir folgen der in unserem Radwanderführer empfohlenen Strecke nach Rothenburgsort. Auf der gesamten Tour von Cuxhaven hatte ich kaum Probleme mit Bordsteinkanten, – bis wir nach Hamburg kamen. Mein Rolli kann nur 6 cm Höhe überwinden. In der Hansestadt sind aber viele Fußwege nicht abgesenkt, parkende Autos oder Baugerüste versperren den Übergang. Ein Hindernisrennen für Rollstuhlfahrer. »Halt!«, ruft Harry in diesem Moment, »eine Baustelle.« Also umkehren oder ... Mit Hilfe von Brettern bastelt er eine provisorische Rampe, damit ich von dem hohen Kantstein herunterkomme. Mein Leben war ja eine Zeitlang auch eine Baustelle, geht es mir durch den Sinn. Es ging nicht mehr weiter. Die Grundfes-



Die Mecklenburger Radtour
Rad- und Wanderreisen

Entdecken Sie auf unseren Touren die Schönheit von Deutschland & Europa!

Eradeln Sie Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein, den Elberadweg, Spreeradweg und weitere Regionen Deutschlands.

Besuchen Sie das Baltikum, Polen, Irland, Österreich, Holland, Italien und andere Länder...

Die 80 schönsten Touren

Jetzt Katalog kostenlos anfordern!
Die Mecklenburger Radtour · Zunftstraße 4 · 18437 Stralsund
Tel: 03831 - 28 02 20 · Fax: 03831 - 28 02 19
www.mecklenburger-radtour.de · info@mecklenburger-radtour.de

ten mussten neu verankert werden. Sie waren ins Wanken geraten, weil das Fundament nicht mehr trug, die Statik fehlte. Als der engste Lebenskreis gesichert war, mussten neue Wege gefunden werden. Viele standen mir nicht mehr offen. Es war schmerzvoll, erkennen zu müssen, dass vieles für mich nun unerreichbar sein würde.

Wir fahren durch alte Gebiete des Hamburger Hafens. Der Strom wurde hier in unzählige Arme gespalten, die in Gestalt der Hafenbecken oft noch erkennbar sind. Das alte Hafengebiet hat einen morbiden Charme mit seinen verfallenen Schuppen und rostigen Kähnen. Allmählich lässt der Verkehr nach. Ohne uns zu verfahren, kommen wir über die Andreas-Meyer-Brücke zum Moorfleeter Deich. Tausende von Gewächshäusern stehen in Reih und Glied, auf den Glasdächern spiegelt sich die Sonne. Alte Elbarme, von Brackwasser gefüllte Tümpel und Binnendeiche wechseln einander ab. Wir sind in den Vier- und Marschlanden, der Obst- und Gemüsekammer Hamburgs.

Ein hilfreicher Mensch weist uns den Weg über die Dove (taube) Elbe nach Tatenberg zu einem hübschen Restaurant mit schattiger Terrasse. Nach einer erholsamen Rast sind wir dann unversehens auf dem Damm der ehemaligen Marschbahn, auf dem wir nun kilometerweit dahinrollen durch eine zauberhaf-

te Landschaft. Mit der Marschbahn transportierten die Bauern früher ihr Obst und Gemüse nach Hamburg. Die Schrebergärten-Kolonien gleichen hier einem einzigen großen Park.

Ab Ochsenwerder geht der Marschbahndamm als Betonspurenweg über drei Kilometer bis Fünfhausen. Eine Spur hat exakt Rollstuhlbreite. Ich muss mich sehr konzentrieren, Emil auf dem schmalen Plattenweg zu halten ohne abzugleiten. Ähnlich

ist es auch mit meinem Leben nach dem Tage Null. Nur mit äußerster Disziplin und Konzentration auf das Wesentliche kann ich die Schwierigkeiten meistern. Manchmal fällt es mir gar nicht leicht, mich Tag für Tag zu all den therapeutischen Anwendungen zu überwinden, die für meine Rehabilitation notwendig sind: Ergotherapie, Krankengymnastik, logopädische Übungen. Ich darf aber nicht nachlassen in meinem Bemühen, nicht resignieren. Das gelingt natürlich nicht immer. Ich bin leidenschaftlich

gern gelaufen und gewandert. Kein Weg war mir zu weit, kein Berg zu hoch. Manchmal träume ich, ich könnte wieder ganz normal gehen. Dann wache ich auf, will aufstehen, loslaufen, aber es geht nicht. Das linke Bein macht nicht mit. In solchen Augenblicken möchte ich in einem Meer von Tränen versinken. Selbstmitleid!? Nur das nicht! Ich reiße mich zusammen, humpele ins Bad und spüle die trübsinnigen Gedanken unter der Dusche fort. Habe ich mich also mit meinem Handicap abgefunden?

Nein, ich akzeptiere es zwar, stelle mich darauf ein, aber mich damit abfinden würde aufgeben bedeuten. Nach wie vor hoffe ich auf Besserung. In jedem Fall werde ich versuchen, das Beste aus meinem Leben zu machen. Auch Schicksalsschläge haben einen Sinn, sie machen stärker und selbstsicherer.

Die Fahrt durch das Naturschutzgebiet Kirchwerder Wiese ist einsam und schön, ein typisch norddeutsches Landschaftsbild. Der Weg will kein Ende nehmen. Die Ruhe und die unberührte Natur ringsum lassen mir Zeit, meinen Gedanken nachzuhängen. Eigentlich hatte ich viel Glück im Leben, eine lange glückliche Ehe, vier liebevolle Kinder, keine ernstlichen Krankheiten. Der Schlag ließ mich einigermaßen glimpflich davonkommen. Ich fand einen neuen Lebensgefährten. Ohne ersichtlichen Grund halte ich an, schaue mich nach Harry um.



Zeichnung: Harald Petersen



Der luftgefederte Fahrradsattel

mit einer handelsüblichen Luftpumpe können Sie die Härte des Sattels selbst einstellen

- Hoher Fahrkomfort
- Entspanntes Sitzen



Sixt GmbH
Rudolf-Diesel-Str.1
71106 Magstadt
Tel. (07159) 94483 0
info@luftsattel.de
www.luftsattel.de

Besuchen Sie unseren Stand im CCHI!

VON HACHT

Radsport von Hacht GmbH · Breitenfelder Str. 9 · 20251 Hamburg
Fon (040) 48 06 04 17 · Fax (040) 46 58 42 · www.radsportvonhacht.de

BIKES
PARTS
SERVICE
BIKEFASHION

»Was ist los? Kannst du nicht mehr?«, fragt er besorgt. »Im Gegenteil, ich bin einfach nur glücklich.«

Endlich kommt der Abzweig nach Zollenspieker, dem südlichsten Punkt Hamburgs. Am späten Nachmittag sind wir im »Zollenspieker Fährhaus«, einem ehemaligen Zoll- und Fährhaus aus dem 15. Jahrhundert. Vom Deich kann man kilometerweit spähen oder »spicken«. Ein komfortables Zimmer mit Elblick wartet auf uns. Man ist sehr um uns und Emil bemüht. 25 Kilometer sind bei dieser Hitze eine gute Leistung. Eine erfrischende Dusche und ein weiches Bett unter altem Gebäck muntern uns wieder auf.

Am nächsten Morgen meldet das Radio schwere Gewitter mit Hagel. Der Himmel ist bezogen. Keine guten Aussichten für unsere Weiterfahrt. Als wir starten, zeigt sich erstes Blau. Ein frischer Ostwind vertreibt die Wolken bald ganz. Wir fahren auf einem Radweg, der immer wieder von Baustellen unterbrochen wird, an der Elbe entlang nach Altengamme. Die schöne alte Feldsteinkirche mit ihrem hölzernen Turm liegt inmitten des Friedhofs. Eine heile, in sich geschlossene kleine Welt. Doch der Schein trügt: Der Wegweiser nach Neuengamme macht es mir bewusst. Der Gedanke an das ehemalige Konzentrationslager wirkt wie ein Schock. Für einige Zeit war es mir gelungen, all das zu verdrängen, worüber ich recherchiert und ein Buch geschrieben habe, den Massenmord an den Juden – Auschwitz! Es war genauso ein friedlicher Sommertag wie heute, als ich diese Stätte des Grauens besuchte. Ich fröstelte plötzlich, die Sonne scheint ihre wärmende Kraft verloren zu haben.

Über Borghorst fahren wir weiter nach Geesthacht. Der Weg

verläuft unmittelbar am Hang des Urstromtals der Elbe. Ein Bad würde bei dieser Hitze gut tun, oder irgendeine andere Art von Abkühlung. In der Gastwirtschaft »Lindenhof« in Geesthacht soll es noch einen Eiskeller geben. Früher hat man dort im Winter Elbeeis eingelagert, um im Sommer kaltes Bier trinken zu können. Harry wischt sich den Schweiß von der Stirn und meint, ich müsse mit meinen bierseligen Gelüsten bis zum Abend warten.

Der Radweg führt durch idyllische Gegend, immer mit Blick auf die Elbe. Leuchtend weiß glänzen die Stämme der Birken in dem satten Grün. Wir rasten an einem Grillplatz, bevor wir den letzten und mühsamsten Teil der Strecke unter die Räder nehmen, einen endlos schlechten Waldweg mit vielen Steigungen. Das Gebiet gehörte zum Limes Saxoniae Karls des Großen gegen die Slawen. Für mich ist es eine Freude, endlich einmal wieder einen richtigen Wald zu erleben. Für Emil bedeutet dieser Weg eine Zumutung. Er rumpelt und hopst stöhnend über



Marlies Lehmann-Brune:
Gegen den Strom,
Verlag Mein Buch,
Hamburg 2004,
ISBN 3-86516-090-5,
162 Seiten,
14,80 Euro

Fahrräder nach Maß



Ihr Neues steht bei Gräber Räder.

Komfort in jeder Klasse: Gräber Räder hat das elegante Touren- oder Reisefahrrad, das jedem Anspruch gerecht wird. Hochwertige Stahlrahmen – individuell abgestimmt auf Ihre Wünsche; mit ausgesuchten Komponenten, die Sie weiterbringen.

Gräber Räder

Fuhlsbüttler Straße 269 • 22307 Hamburg • Telefon: 0 40/6 92 87 70 • Fax: 0 40/6 90 11 03
Mo. 12–18 Uhr, Di.–Fr. 10–18 Uhr, Sa. 10–14 Uhr • www.graeber-raeder.de • info@graeber-raeder.de

ROHLOFF • MAGURA • SON • TUBUS • SHIMANO • CARRADICE • GARMIN • BROOKS

Urlaub erleben!
 Rad – Kanu – Wandern
 Segeln – bike & bus
 geführte oder
 individuelle Touren
NATOURS
 info@natours.de
 Tel. 0 54 73 / 9 22 90 • Fax 82 19
 www.natours.de



Zeichnung: Harald Petersen

**In weniger als fünf
 Sekunden bereit für
 die schönsten Bilder!**



**Fotorucksäcke
 von
 www.holst-direct.com**

Stock und Stein und irgendwann kracht es im Getriebe. Vermutlich hat sich ein Ast festgesetzt. Emil gibt knackende Geräusche von sich, fährt aber weiter – Protest? Auch Harry kommt nicht ungeschoren davon. Mit zwei schweren Satteltaschen beladen, verliert er bei dem langsamen Fahren das Gleichgewicht und kippt im Zeitlupentempo um. Erschreckt schreie ich auf. Er grinst beruhigend: »Nichts passiert.« Das Blätterdach schützt uns zwar vor der Sonne, aber langsam wird mir mulmig. Wenn wir in dieser Wildnis eine Panne bekommen? Meine blühende Phantasie malt mir ein Schreckensszenario aus. 120 kg toter Emil, der sich nicht vom Fleck bewegen lässt. Weit und breit keine Menschenseele und wer weiß, wo wir hier sind? Vielleicht haben wir uns verfahren. Das wäre bei der schlechten Wegmarkierung nicht verwunderlich. Aber wir haben ein Handy, können Hilfe herbeitelefonieren. Am Samstagnachmittag? Besser nicht weiter darüber nachdenken. Ich vertraue auf unser Glück, rolle stur weiter und sage nichts von meinen Ängsten. Harry kennt mich aber viel zu gut, er lässt sich nicht täuschen. Wenn ich mein verkniffenes Gesicht mache, weiß er Bescheid.

Sandkrug, Ende des Holperweges. Über die Alte Salzstraße fahren wir durch Schnakenbek auf die B 5 und sind gegen Abend in Lauenburg. Ein nicht zu übersehender Hinweis auf das »Bellevue« lässt uns gleich am Ortsanfang Halt machen. Wir sind beide ziemlich ruhebedürftig, kein Wunder nach 35 Kilometern bei der Hitze. Die »Schöne Aussicht« hält, was sie verspricht: Restaurant und Café-Garten mit Elbblick. Unser Zimmer: angestaubter Charme der Fünfziger, aber seitliche Sicht auf die Elbe. Der Elbblick muss am ganzen Strom teuer bezahlt werden.

Ein lauer Sommerabend auf der Terrasse. Endlich bekommen wir das ersehnte Bier. In der Ferne zucken die ersten Blitze, aber das Gewitter wartet, bis wir unter der Bettdecke liegen. In der Nacht stürzen Regenfluten herab. Uns kann es nicht mehr tangieren, wir haben unser Ziel erreicht. Am Sonntagmorgen gießt es immer noch. Um 10:00 Uhr fährt unser Taxi vor und bringt uns trocken und sicher nach Hause. Es gibt für uns keine andere Möglichkeit, mit E-Stuhl und Rad nach Hamburg zu kommen.

Impressum

Herausgeber: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club, Landesverband Hamburg e. V., Wandsbeker Marktstraße 18, 22041 Hamburg
 Postanschrift: ADFC Hamburg, Postfach 70 21 08, 22021 HH
 e-Mail: redaktion@hamburg.adfc.de
 Redaktion: Eva Binde, Amrey Depenau, Ulf Dietze (V. i. S. d. P.), Stefan Kayser, Peter de Leuw, Michael Prahl, Rainer Schleevoigt

Titelfotos [M] und -gestaltung: Michael Prahl
 Layout: Ulf Dietze (Stefan Kayser); Internet: Heiko Schütz
 Anzeigen: Marina Schrod. Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 8
 ISSN: 16 17-092X, Auflage dieser Ausgabe: 18.000
 Nachdruck oder Weiterverwendung von Beiträgen und Abbildungen nur mit Genehmigung des ADFC Hamburg.
 Nachbestellungen unter o.g. Adresse oder im Internet.

...nicht ohne mein GPS

Wer ist eigentlich in diesem Verein? Wir stellen hier jeweils eines von zur Zeit rund 5600 Hamburger Mitgliedern vor.

Stefan Kayser ist 38 Jahre alt, von Beruf Mediendesigner und betreut zur Zeit als Hausmann seine Kinder Paula und Jorma.

Stefan ist seit sechs Jahren Mitglied im ADFC und engagiert sich seit geraumer Zeit ehrenamtlich als Redakteur der Mitgliederzeitschrift RadCity. Zudem bietet er regelmäßig ADFC-Radtouren an und hält Vorträge in der Geschäftsstelle und auf der ADFC Radreise-Messe.

Sein besonderes Interesse gilt dabei dem satellitengestützten Navigationssystem für das Fahrrad. Vor circa einem halben Jahr gründete er eine entspre-

chende Arbeitsgruppe, die »GPS-AG«, deren Teilnehmer sich alle vier Wochen in der ADFC-Geschäftsstelle zu einem Informationsaustausch treffen.

Auch auf der Radreise-Messe wird Stefan sein Wissen über Möglichkeiten und Grenzen von GPS am Fahrrad weitergeben: Besuchen Sie Stefan Kayser auf der ADFC Radreise-Messe und erfahren Sie in seinem Vortrag Neues über technische Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten von GPS-Geräten (Saal 13, 14 Uhr). Am Ende des Vortrags ist ausreichend Zeit zur Klärung individueller Fragen vorhanden.

Nicola Meyer



Fragen zu GPS

Möchten Sie mehr Informationen über die GPS-AG, oder haben Sie weitere Fragen zu GPS-Geräten, dann wenden Sie sich direkt an Stefan Kayser: stefan.kayser@hamburg.de, oder 040-380 62 26.

Foto: privat

FAHRRAD & OUTDOOR Center Harburg

Hamburgs größte Auswahl an:
Fahrrädern Zubehör Ersatzteilen

www.fahrradcenter.de



TRENGA DE • VSF Fahrradmanufaktur • Gudereit • Rotwild • Scott • Focus

Großmoordamm 63-67
Innungsstraße 2

21079 Hamburg-Harburg
21244 Buchholz/Nordheide

Tel: 040 / 32 31 00 1-0
Tel: 04181 / 360 60

mo-fr: 10 - 19, sa: 9 - 16 Uhr
info@fahrradcenter.de



Der Twietenkieker

Carsten Ruthe ist der »Twietenkieker«. Seit drei Jahren führt er seine Gäste an die spannendsten Orte des Hamburger Westens, mal zu Fuß, mal mit dem Fahrrad. Er legt Wert auf überschaubare Gruppen und einen individuellen Service, und für ADFC-Mitglieder ist ein Nachmittag unterwegs mit dem Twietenkieker besonders lohnenswert.

Sie kommen aus Hamburg? Dann waren Sie sicher schon mal auf dem Hafengeburtstag, in der Speicherstadt, an der Alster ...? Aber wussten Sie, dass wir den Geburtstag angeblich Barbarossa zu verdanken haben, dass für den Bau der Speicherstadt vor 120 Jahren 20.000 Menschen fortgejagt wurden, und dass es seit 350 Jahren bei Strafe verboten ist, Alsterschwäne »zu schießen, totzuschlagen oder zu beleidigen«? Dann waren Sie wohl nicht mit Carsten Ruthe unterwegs, der in den letzten zehn Jahren schon so ziemlich alle »Twieten« im Hamburger Westen durchstreift und zu den meisten auch eine Geschichte zu erzählen hat.

Twieten, das sind die kleinen Gänge zwischen den alten Häusern in den Stadtvierteln des Hamburger Westens, die Kriege, Brände und struktureller Wandel übrig gelassen haben. Sie liegen oft versteckt und abseits der Alltagsrouten, und deshalb ist es gut, dass Menschen wie Carsten Ruthe es sich zur Aufgabe gemacht haben, die Hamburger Geschichte „zwischen den Zeilen« zu vermitteln. Das kann kein geschriebener Reiseführer, und auch die klassischen Stadtrundgänge spulen oft das Einheitsprogramm ab.

Individuelle Stadtrundgänge

Carsten Ruthe hält nicht viel davon. Er ist mit kleinen Gruppen unterwegs, und zu Beginn seiner Rundgänge fragt er die Zuhörer, was sie denn am meisten interessieren. Wenn sie sagen: Architektur!, dann liegen auf der Strecke die architektonischen Perlen; wenn sie sagen: Handel!, dann fallen Ruthe sicher viele Details über Traditionen und hanseatischem Kaufmannslatin ein. Leider interessiert das die Hamburger aber kaum.

Das hatte sich der Diplom-Geograph vor drei Jahren etwas anders vorgestellt. Seine Leidenschaft für die Geschichte Hamburgs, dachte er, müsste doch auch bei seinen Mitbürgern ausgeprägt sein ... Doch das hat sich bisher nicht betätigt. Nur ein knappes Drittel seiner Kundschaft kommt aus dem Hamburger Raum. Und auch aus dem Rest der Republik dürften sich, ginge es nach dem Twietenkieker Ruthe, gerne mehr für seinen besonderen Service interessieren.

Der Twietenkieker konzentriert sein Angebot auf den Hamburger Westen und die City. Neben Stadtrundgängen in Ottensen, Altona und Blankenese führt Carsten Ruthe seine Gäste natürlich auch in die Speicherstadt und in die City, die

beiden Klassiker des Hamburg-Tourismus. Aus ADFC-Sicht aber mindestens genauso interessant sind die geführten Touren mit dem Rad, die ebenfalls an die genannten Orte führen. Hier bietet sich das Rad als Verkehrsmittel an, weil sich auf einer Tour durch den Hamburger Westen viele verschiedene Bereiche miteinander verbinden lassen, zum Beispiel die Speicherstadt und der Hafen. Wer kennt schon den 50er Schuppen, eine Außenstelle des Museums für Arbeit in Barmbek: »Bis in die 80er Jahre hinein sind hier die Ladungen ungezählter Seeschiffe aus aller Welt umgeschlagen worden. Hunderte von Hafentarbeitern fanden in den Schuppen ihr Auskommen, tausende von Hamburgern haben hier als junge Leute nebenbei gejobbt«, schreibt die Stiftung Hamburg Maritim auf ihrer Homepage – Carsten Ruthe spendiert diesen nüchternen Fakten das notwendige Fleisch, denn hinter jeder Zahl steckt spannende Geschichte. Eine Tour durch die Speicherstadt findet mit dem Besuch dieses Ortes einen tiefgründigen Abschluss, nachdem die Fahrt (mit dem Rad) durch den Hamburger Hafen so manche Schauergeschichte bereit hält.

Radtouren ins Hamburger Umland

Das Radfahren ist die große Leidenschaft von Carsten Ruthe. Viele Jahre lang hat er sich beim ADFC in der Hamburger Radverkehrsplanung engagiert – er hat das mittlerweile begrabene Velorouten-Konzept entscheidend mitgestaltet. So verwundert es nicht, dass der Twietenkieker seine Gäste die Hansestadt und ihr Umland mit dem Rad erkunden lässt. Dabei sind es durchaus klassische Routen entlang des Alsterlaufs oder ins Alte Land, die sich beim Twietenkieker buchen lassen. Den feinen Unterschied macht auch hier die individuelle Betreuung: Kleine Gruppen und flexible Termi-

Foto: privat

Fahrrad-Löwe – wir machen mehr ...

- Meisterwerkstatt
- Eigenbau
- Rennräder
- Trekking-Bikes
- Mountain-Bikes
- Kinderräder
- Cityräder
- Markenräder



☎ 040 / 25 59 91

www.loewe-bike.de

22089 Hamburg-Eilbek • Wandsbeker Chaussee 13
verkehrsgünstig an der **U**-Bahnhofstation Wartenau

ne ermöglichen kurzfristige Planung. Als Fördermitglied des ADFC gewährt der Twietenkieker Mitgliedern einen Rabatt von zehn Prozent.

Vor dem Vergnügen steht aber eine Menge Arbeit: Es gilt, eine große Anzahl von historischen Fakten ansprechend zu verpacken, und dazu auch noch auf dem aktuellen Stand zu bleiben: »Wäre schon peinlich, wenn die Queen Mary 2 im Trockendock liegt, und der Stadtführer weiss von nichts«, sagt Carsten Ruthe.

Seit einem halben Jahr ist ein zweitägiger Wochenendtrip im Programm (siehe Kasten), der mit einer Schiffspassage von den Landungsbrücken nach Wedel beginnt und durch die Haseldorfer Marsch zum Tannenhof Bornholdt bei

Barmstedt führt. Nach Lagerfeuer-Romantik und einer Nacht im Stroh geht es weiter über einen stillgelegten Bahndamm und schließlich zur Oberalster, um entlang des Flüsschens wieder ins Zentrum Hamburgs zurückzukehren. Sicher, werden erfahrende Radtourenleiter des ADFC nun sagen, das würd' ich auch gern machen, wenn man mich ließe – aber ob sie es mit diesem gestandenen Stadtführer aufnehmen können, wird man sicher nie erfahren – Mehrtagestouren bietet der ADFC Hamburg prinzipiell nicht an.

Stefan Kayser

Stadt-Land-Fluss-Heu

ist ein ca. 115 Kilometer langer Wochenend-Trip durch das westliche Hamburger Umland; unterwegs weist der »Twietenkieker« Carsten Ruthe auf Besonderheiten von Landschaft und Geschichte hin; der Übernachtung in einer Heuherberge (zünftig mit Grillen und Lagerfeuer) folgt am Sonntag die Rückfahrt nach Hamburg über weitgehend autofreie Strecken; Leihfahrräder werden gestellt, ein Gepäcktransport ist organisiert, ebenso ein Lunchpaket. Die Termine: 6./7. Mai, 17./18. Juni, 8./9. Juli, 26./27. August, 9./10. September und 7./8. Oktober; der Preis beträgt 159,00 Euro; weitere Infos unter www.twietenkieker.de

Soweit der Fahrschein reicht ...

Drei Radtourenführer wissen, wo's langgeht

Wenn man die Anzahl der Neuerscheinungen in der Hamburger Radreiseliteratur betrachtet, muss man eigentlich von einem Boom bei den Radtouren ausgehen. Leider lässt sich dieser Trend aber nicht belegen, denn niemand führt eine Statistik, und die Verlage werden sich hüten, ihre Verkaufszahlen offenzulegen. Das ist vielleicht auch gut so, denn Reiseradler fragen sich immer wieder, ob sich wirklich Menschen mit dem Buch in der Hand auf den beschriebenen Weg machen und dem seitenlang beschriebenen Tourenverlauf folgen (wenn das der Fall ist, bitte melden: redaktion@hamburg.adfc.de). Andererseits zeigt die Erfahrung, dass man manchmal an den Schätzen der Natur vorbei fährt, wenn niemand darauf hinweist. Vor kurzem war der Autor dieses Beitrags im Hamburger Osten mit einer Gruppe unterwegs und streifte das relativ neue Naturschutzgebiet Höltigbaum, nur wusste er davon zu diesem Zeitpunkt noch gar nichts. Hätte er da schon eines der hier vorgestellten Bücher gelesen, wäre das nicht passiert ...

Das Hamburger Umland ist, radtouristisch gesehen, immer noch auf einem sehr niedrigen Entwicklungsstand. Drei Bundesländer, acht Landkreise und mindestens so viele Konzepte, Radfahrer auf ihren Touren zu unterstützen – aber keine gemeinsame

Linie. In aller Regel werden Ausschilderungen für Radwege innerhalb der Kreise aufgestellt, wenn es denn überhaupt welche gibt ...

Wer sich auf das Abenteuer einer Radwanderung im Hamburger Umland einlässt, ist also weitgehend auf die eigenen Fähigkeiten im Umgang mit Karten und Tourenbeschreibungen angewiesen (wenn er sich nicht gleich einer der vielen ADFC-Radtouren anschließt, die an jedem Wochenende stattfinden).

In diesem Beitrag sollen drei Bücher vorgestellt werden, die Antworten geben auf die Fragen: Wo kann ich eine schöne Radtour machen?, Wie komme ich dahin?, Was erwartet mich dort? Dabei verfolgt jedes Buch – auch wenn es die ähnlichen Titel nicht vermuten lassen – einen eigenen Ansatz:

Reiner Elwers: Ab ins Grüne. Ausflüge rund um Hamburg. via reise verlag 2005(2), 192 Seiten, ISBN 3-935029-15-2, 9,90 Euro

Der Tourenplaner ist in Zusammenarbeit mit dem HVV entstanden. 70 Rad-, Wander- und Stadttouren starten und enden jeweils an einem Haltepunkt des HVV. Wen das Sponsoring nicht stört, der kann aus einer Vielzahl von Informationen und Ausflugstipps wählen. Die muss man sich aller-

dings erarbeiten, denn die Reihenfolge der Touren ist bunt gemischt. Immerhin gibt es eine Grobsortierung nach den vier Himmelsrichtungen.

Die große Zahl an Tourentipps reduziert sich deutlich, wenn man eine reelle Radtour über mehr als 20 Kilometer plant. Dann verbleiben noch etwa zwei Dutzend Touren, die meist ausgeschilderten Radfernwegen folgen. Daher halten sich die angekündigten Geheimtipps in Grenzen.

Vielleicht aber kann man eine Gruppe von Wochenendradlern mit diesem Buch glücklich machen, die sonst eher stiefmütterlich behandelt werden – die Familie. Denn viele der kleineren Touren sind als »(Rad-)Wanderungen« charakterisiert, weisen eine Länge von zehn bis 20 Kilometern auf und sind damit auch für Kinder erfahrbar. Zu jeder Tour wird ein Ausschnitt des HVV-Schnellbahnplanes mit der entsprechenden Station gezeigt, so lässt sich schnell feststellen, ob man mit dem Kinderanhänger eine Chance hat, den Bahnsteig zu verlassen. Wer noch nie mit seinen Kindern im Klövensteen war, dem sei als Beispiel der Startpunkt Rissen empfohlen: Hier führt eine lange Rampe zur Straße hinauf. Im Klövensteen selbst gibt's Ponyreiten, einen kleinen Wildpark und mehrere große Waldspielplätze. Wer nicht von alleine auf die Idee kommt, dem hilft der



Tourenplaner mit einer flott geschriebenen, aber inhaltlich wenig ergiebigen Doppelseite vielleicht aufs Rad.

Ganz anders aufgemacht ist

Sönke Jacobsen: Die schönsten Radtouren rund um Hamburg. BVA 2004(4). 140 Seiten. ISBN 3-87073-113-3, 12,95 €

das mittlerweile in der vierten Auflage erscheint und damit schon eine gewisse Anerkennung durch die kritische Radlergemeinschaft erfahren hat. Als Dank spendierte der Verlag eine Spiralbindung, die den Lebenszyklus des Paperbacks erheblich verlängert. Jacobsen hat elf Radtouren herausgearbeitet, die alle an der Peripherie des Hamburger Stadtgebietes liegen. Schon das Inhaltsverzeichnis gibt Aufschluss über den Charakter der Strecke, ihren groben Verlauf und die Länge (zwischen 34 und 69 Kilometer). Jede Tour wird komprimiert auf einer

Seite beschrieben, das dient als eine Art »Roadbook« mit Abbiegehinweisen, Straßennamen und besonderen Sehenswürdigkeiten entlang der Route. Ergänzend dazu gibt es einen meist stark verkleinerten Ausschnitt der bekannten BVA-Regionalkarte »Hamburg und Umgebung«, die Ende des vergangenen Jahres neu erschienen ist (siehe rechte Spalte).

Schließlich folgt eine ausführliche Beschreibung der Radtour, farblich getrennt nach Beschreibung der Strecke (in gelben Kästen) und Beschreibung der Sehenswürdigkeiten.

Wer den Nutzen dieses Buches voll ausschöpfen will, muss gerne und viel lesen – kann sich nach der ausführlichen Routenbeschreibung aber tatsächlich zurechtfinden. Es spricht für die gelungene Auswahl attraktiver Strecken – sowohl von Jacobsen also auch von den Radtourenleiter(inne)n des ADFC, dass die Tourenvorschläge sich teilweise mit der ADFC-Regionalkarte decken. Angereichert mit vielen Informationen, Details und Telefonnummern (z.B. von den Fährlinien auf der Elbe, die saisonal sehr unterschiedlich verkehren) macht eine Kombination aus BVA-Karte und BVA-Buch einen erfolgversprechenden Eindruck – auf diesen Touren kann man viel Spaß haben. Dieser Spaß beginnt bei

Lars Schneider: Hamburg und Umgebung. Die schönsten Radtouren. Bruckmann Verlag 2005, 144 Seiten, ISBN 3-7654-4136-8, 16,90 €

schon beim Durchblättern: Mit erstklassigen Bildern, einem ansprechenden Layout und nicht zuletzt einer eigenständigen und gut lesbaren Kartographie (die für unterwegs zusätzlich in einem Kartenheft verfügbar ist) schürt dieser Radtourenführer schon rein äußerlich Vorfreude und Neugier. Mit dem Lesen reißt die Freude nicht ab, denn Lars Schneider kann schreiben, und das stellt er auch in diesem Buch unter Beweis. Ihm gelingt der Spagat zwischen dröger Streckenbeschreibung und fast schon spannender Vermittlung wichtiger Details am Wegesrand. Dabei scheut er sich nicht, fast romantisch vom »Spaß« zu berichten, »wie die Stämme vorbeifliegen und der Wind in den Blättern rauscht.« Auf diese Weise erlebt man die Radtour, schon bevor das Rad rollt, und das gelingt den wenigsten Radtourenbuch-Autoren.

Schneider unterteilt das Buch in drei Bereiche: Touren im Stadtgebiet sowie Touren nördlich und südlich der Elbe. Symbole ermöglichen eine schnelle Orientierung über Art und Schwere sowie Dauer der Radtour. Ein einleitender Satz charakterisiert die Auswahl, ein Kasten enthält Wissenswertes über Anreise, Sehenswertes und einen Hinweis auf eine geeignete Karte. Infokästen zu besonderen Attraktionen runden die Tourenbeschreibungen ab.

Da kommt man sich schon fast kleinlich vor, die Auswahl der Touren zu monieren, die eingefleischten Hamburger Tourenradler zum großen Teil bekannt sind, für Gä-

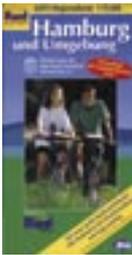


te aber eine gelungene Zusammenstellung der landschaftlichen Highlights im Hamburger Umland darstellen. Die auf zehn Meter genauen Kilometerangaben mögen den einen oder anderen schlecht geeichten Tachometer verwirren und

auch die Karten stimmen im Detail nicht immer mit der Beschreibung überein, aber diese Kriteleien schmälern nicht den Gesamteindruck dieses vor einem Jahr erschienenen Buchs, und der ist sehr gut.

Stefan Kayser

Neuland



Die Regionalkarte Hamburg zeigt sich in ihrer aktuellen Ausgabe erheblich gewandelt.

Sie erscheint mit neuem Blattschnitt. Dadurch können interessante Gebiete insbesondere im Osten Hamburgs dargestellt werden. Ein Ausflug in die Waldgebiete um Mölln, zu den Lauenburgischen Seen, an die Westseite des Schaalsees oder an das ehemalige Grenzgebiet östlich des Elbe-Lübeck-Kanals ist mit diesem Plan jetzt möglich.

Koordiniert von Dietmar Palme haben 15 ehrenamtliche Tourenleiter des ADFC neue Strecken gesucht, Oberflächenqualitäten notiert sowie Sehenswürdigkeiten, Fährverbindungen und Reparaturmöglichkeiten erfasst. Geholfen haben dabei auch die bisherigen Kartennutzer, deren Rückmeldungen der ADFC jeweils bis zur Neuauflage sammelt und auswertet.



Bereits in der zweiten Auflage im Jahr 2000 erhielt die Karte zahlreiche Straßennamen, die besonders in Ortschaften helfen, den weiteren Weg zu finden. Jetzt ist das UTM-Gitter zur Entfernungsmessung und Standortbestimmung mit GPS-Geräten hinzugekommen.

Mit der ADFC-Regionalkarte Hamburg lassen sich nicht nur eigene Routen zusammenstellen – sie enthält zusätzlich 27 Tourenvorschläge mit Längen zwischen 25 und 85 km. Das sollte reichen, um im Sommer ein wenig Neuland zu entdecken.

Ulf Dietze

ADFC-Regionalkarte Hamburg und Umgebung

Maßstab 1:75.000
Bielefelder Verlag
3. Auflage 2005
Preis: € 6,80

Geschäftsstelle und Infoladen Wandsbek

ADFC Hamburg, Postfach 70 21 08, Wandsbeker Marktstraße 18, 22021 Hamburg
Tel.: 39 39 33, Fax: 390 39 55, info@hamburg.adfc.de.
HVV: U/S Wandsbeker Chaussee (zwei Min. Fußweg) oder U-Wandsbek Markt
Öffnungszeiten: fr 10-14 Uhr
telefonisch erreichbar: di-fr 10-13 Uhr + mi 15-17 Uhr

ADFC-Infoladen Ohlsdorf

Im Grünen Grunde 1 c, 22337 Hamburg (direkt am Bahnhof U/S Ohlsdorf)
Tel.: 50 04 88 25
Öffnungszeiten (ab 1.1.06): di+do 17:30 - 19 Uhr (1.11.-28.2. nur di)

Infoline (aktuelle Hinweise und Veranstaltungstermine) Tel: 390 70 50

Internet www.hamburg.adfc.de

Bankverbindung

ADFC Hamburg, Postbank Hamburg,
BLZ 200 100 20, Kto.-Nr.: 1 48 80 92 01

Spendenkonto

Jetzt identisch mit der o. g. Bankverbindung



neu

- Sie sind als RadfahrerIn, FußgängerIn und BenutzerIn öffentlicher Verkehrsmittel als Privatperson haftpflichtversichert (bis zu 2 Mio. EUR, Eigenbeteiligung 150 EUR je Fall) und rechtsschutzversichert (bis zu 0,25 Mio. EUR, Eigenbeteiligung 150 EUR je Fall).
- Sie erhalten sechs Mal im Jahr die Zeitschrift »Radwelt« – inklusive Regionalteil »RadCity«.
- Sie können kostenlos bzw. preisgünstig an Veranstaltungen wie Radreisemesse, Reparatur-Seminaren oder Themenvorträgen teilnehmen.
- Sie erhalten Rabatt bei der Fahrraddiebstahlversicherung.
- Ihnen steht ein umfangreiches Angebot interessanter Radtouren zur Verfügung, an denen Sie zu günstigen Konditionen teilnehmen

- können. Die Radtourenprogramme werden kostenlos zugeschickt.
- Bei den ADFC-Partnerorganisationen im Ausland nehmen Sie deren Leistungen in Anspruch, als seien Sie dort Mitglied.
- In den ADFC-Infoläden können Sie sich ausführlich beraten lassen.
- Mit Ihrem Beitrag unterstützen Sie das Engagement der ADFC-Aktiven für einen menschengerechten Verkehr.

Jahresbeitrag

- für eine Einzelmitgliedschaft EUR 38,- (ermäßigt EUR 25,-*)
 - für die Familienmitgliedschaft EUR 48,- (ermäßigt EUR 38,-*)
- * Ermäßigt für Schüler/Studenten etc. mit Nachweis

Arbeiten Sie mit uns!

Rufen Sie einfach die AnsprechpartnerIn an. Wir freuen uns über jeden neuen Aktiven. Verwenden Sie diese Telefonnummern bitte nur, wenn Sie Interesse an der Mitarbeit haben. Für alle anderen Anfragen steht Ihnen die Geschäftsstelle zur Verfügung.

Gruppen im ADFC Hamburg ...

Bezirksgruppe (BG) Altona: Keine regelmäßigen Treffen; Frank Bokelmann
BG Mitte: Stefan Warda
BG Nord: Termine und Treffpunkte bitte telefonisch erfragen; Ole Burmester
BG Wandsbek: 1. Di im Monat, 19:30 Uhr, »Trattoria San Giorgio«, Bramfelder Chaussee 265; Gundi Schuck
Arbeitskreis (Ak) Radtouristik/Radtourenprogramm: Dietmar Palme, Renate Böttcher
Ak Verkehr: 2. Do im Monat, 19 Uhr ADFC-Geschäftsstelle Wandsbek; Stefan Warda
Ak Computer: Jörg Wellendorf, info@hamburg.adfc.de
Ak Fahrrad-Reparatur-Seminare: Jörg Wellendorf, info@hamburg.adfc.de
Fahrgastbeirat (HVV): Eckhard Cappell
Liegeradstammtisch: 1. Mi im Monat, 19 Uhr in der »Lotte«, Haus drei, Hospitalstr. 107, www.liegerad-hamburg.de; Frank Bokelmann
GPS-Arbeitsgruppe: Stefan Kayser
Radreise-Messe-Team: Uwe Jancke
Redaktion RadCity: Ulf Dietze
Redaktion www.hamburg.adfc.de: Heiko Schütz
Infoabende in der Geschäftsstelle: Petra Hardtstock
Infoladen Ohlsdorf: Helga Grewe
Vorstand: Heiko Schütz (Vorsitzender)
Sie wollen aktiv werden und wissen noch nicht, wo? Susanne Plath berät Sie gern.

... und ihre AnsprechpartnerInnen

Bokelmann, Frank	Tel.: 82 50 21, k1@frank-bokelmann.de
Böttcher, Renate	Tel.: 59 46 03 61
Burmester, Ole	Tel.: 61 33 93, Ole.Burmester@web.de
Cappell, Eckhard	Tel.: 672 53 86, capell@t-online.de
Dietze, Ulf	Tel.: 63 27 07 94, ulf_dietze@magicvillage.de
Grewe, Helga	Tel.: 29 82 05 62
Hardtstock, Petra	Tel.: 602 62 11, aphardtstock@t-online.de
Jancke, Uwe	Tel.: 60 09 65 76, uwe.jancke@adfc.de
Kayser, Stefan	Tel.: 380 62 26, stefan.kayser@hamburg.de
Kuhlmann, Meike + Matthias	Tel.: 850 88 65, meike.ten.brink@gmx.de
Plath, Susanne	Tel.: 85 87 48, susanne.plath@adfc.de
Palme, Dietmar	Tel.: 20 66 34, palme@etech.haw-hamburg.de
Schuck, Gundi	Tel.: 647 27 99
Schütz, Heiko	Tel.: 63 65 59 51, heiko.schuetz@adfc.de
Warda, Stefan	Tel.: 319 38 91, stefan.warda@adfc.de

ADFC Hamburg
Postfach 70 21 08
22021 Hamburg

Tel.: 040-39 39 33
Fax: 040-390 39 55
info@hamburg.adfc.de

	Name
	Vorname
	Straße, Nr.
	PLZ, Ort
Geburtsjahr	Telefon
Ich trete dem ADFC bei. Mein Beitrag unterstützt die Arbeit für ein besseres Verkehrssystem in Deutschland und Europa.	
<input type="checkbox"/> Einzelmitglied, Jahresbeitrag 38,- Euro	<input type="checkbox"/> ermäßigt 25,- Euro*
Einzelmitglieder können ihre minderjährigen Kinder kostenlos mit anmelden.	
<input type="checkbox"/> Haushalts-/Familienmitglied 48,- Euro	<input type="checkbox"/> ermäßigt 38,- Euro*
mit folgenden Personen, die mit mir in einem Haushalt wohnen: Versicherung nur für namentlich mit Geburtsjahr gemeldete Haushaltsmitglieder!	
	Name, Vorname, Geburtsjahr
* Für Ermäßigung bitte Nachweis beilegen.	
Datum, Unterschrift	
Zusätzlich zu meinem Beitrag unterstütze ich den ADFC jährlich mit einer Spende in Höhe von _____ Euro.	
<input type="checkbox"/> Ich erteile dem ADFC e. V. hiermit bis auf Widerruf eine Einzugsermächtigung über die Summe aus Jahresbeitrag und Spende zu Lasten meines Kontos:	
Kontonummer	Bankleitzahl
	Geldinstitut
	Kontoinhaber
Datum, Unterschrift	
<input type="checkbox"/> Ich überweise nach Erhalt der Beitragsrechnung.	
<input type="checkbox"/> Ich wohne nicht in Hamburg, möchte jedoch die Informationen und Radtourenprogramme dieses Landesverbands erhalten und werde deshalb Mitglied im ADFC Hamburg.	
Name des Werbers/der Werberin	
Mitgliedsnummer	
ADFC Hamburg Postfach 70 21 08 22021 Hamburg	Mitglieder werben Mitglieder Aktion befristet bis 30.10.2006. Infos: www.25-Jahre-ADFC-Hamburg.de



Mittwoch, 8. März 2006, 19:30 Uhr

Weniger nützt mehr: Gepäckminimierung auf Radreisen

Wer länger als einen Tag mit dem Rad unterwegs ist, hat Gepäck dabei, egal, ob er von Hotel zu Hotel fährt oder ob er zeltet. Mancher stand schon etwas ratlos vor einem riesigen Berg Ausrüstung und fragte sich, wie das wohl in die »winzigen« Fahrradtaschen passen solle. Die Lösungen fallen unterschiedlich aus: Der eine kauft noch zwei Packtaschen, der andere bricht von seiner Zahnbürste den Stil ab.

In diesem Vortrag geht es um die Auswahl von Ausrüstungsgegenständen mit maximalem Mehrfachnutzen ohne Komfortverlust. Dabei will der Referent nicht nur Material zeigen, sondern auch die Teilnehmer sind aufgefordert, bewährte Ausrüstung mitzubringen und vorzustellen.

Jörg Wellendorf lässt sich von Wind und Weite treiben; er ist seit 1987 Radreisender. Übernachtet wird in allen Sparten: Zelt, Pension und Hotel und per »Dachgeber«. Gepäckgewicht: 10 bis 22 kg



Mittwoch, 22. März 2006, 19:30 Uhr

GPS auf der Radtour

GPS am Fahrrad kommt auf Touren: Neue Geräte und ein wachsendes Angebot im Internet machen die Entscheidung für oder gegen diese Technik nicht leichter. Der Vortrag stellt die Grundlagen der Satellitennavigation vor, die sich in der Anwendung wesentlich vom mittlerweile weit verbreiteten »Auto«-Routing unterscheidet und präsentiert die ersten Ergebnisse der GPS-AG, die seit Mitte 2005 an einem Angebot für GPS-Tourenradler arbeitet.

Stefan Kayser, 38, folgt seinem GPS-Gerät am Lenker seit drei Jahren und berichtet darüber in Vorträgen, schreibt Artikel für die RadCity und bietet gelegentlich auch GPS-Touren zum Ausprobieren an.

Dienstag, 4. April 2006, 19:30 Uhr

Andenüberquerung an der breitesten Stelle

Ein paar Alpenpässe hatte Hans Windisch schon befahren, nun wollte er hoch hinaus. Für den Südamerika-Fan sollten es die Anden sein, die er in einer 5-wöchigen Tour überqueren wollte.

Seit jeher faszinierte ihn der Titicacasee, deshalb legte Hans Windisch zu Beginn der Planungen den Finger im Atlas auf den See und suchte dazu die entsprechende Verbindung. Daraus ergab sich der Startpunkt im Tiefland Boliviens und der Endpunkt in Nordchile am Pazifik. Es war die erste Fahrt dieser Art, und entsprechend beklemmend war anfangs auch das Gefühl in diesem fremden Land.

Die Reise führte über 2.000 bis 3.600 Meter hohe Pässe, bevor es über die Ostcordillere (4.500 Meter) auf den 4.000 Meter hohen Altiplano (Hochebene) ging. Von La Paz führte der Weg zur Westcordillere (4.700 Meter) und schließlich hinab zur Küste. Windisch zeigt Dias von der Reise.

Reiseradler Hans Windisch ist 65 Jahre alt, Österreicher und lebt seit 46 Jahren in Hamburg

Dienstag, 18. April 2006, 19:30 Uhr

Grenzenlos: Eine Radreise rund um Deutschland

Einige Jahre nach dem Fall der Mauer beschlossen Petra und Armin Hardtstock ihre alte und neue Heimat kennen zu lernen. Wie? Indem sie Deutschland umrunden. Womit? Natürlich mit dem Fahrrad. Sie fuhren in mehreren Abschnitten 5.500 Kilometer und werden in Wort und Bild von ihrer Reise, ihren Eindrücken und Erfahrungen erzählen.

Petra und Armin Hardtstock sind Reiseradler und arbeiten mit im ADFC-Messteam

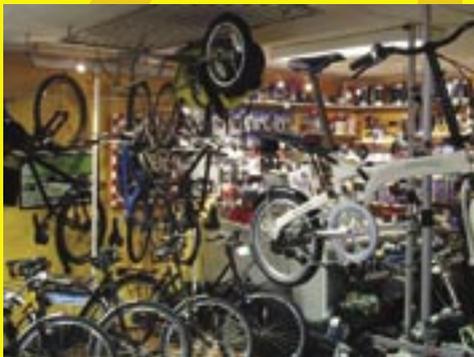
Unsere Themenabende...

...sollen Mitglieder und Interessierte informieren, unterhalten und beraten. Für Mitglieder sind die Vorträge kostenlos. Nicht-Mitglieder zahlen 2,50 €. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Veranstaltungsort: ADFC-Geschäftsstelle, Wandsbeker Marktstraße 18, (Nähe U/S-Wandsbeker Chaussee). Angebote und Vorschläge für Vorträge nehmen wir gerne entgegen. Tel.: 39 39 33, info@hamburg.adfc.de

SERVICE-CENTER



Kompetenz für Ihr individuelles Fahrrad



Regional- und Stützpunkthändler für:



Fahrrad Cohrt

Saseler Chaussee 52 • 22391 Hamburg-Wellingsbüttel

Tel. 040-640 60 64 • Fax 040-639 18 730

S-Bhf. Wellingsbüttel • Haltest. Rolfinckstraße, Linie 8

www.fahrrad-cohrt.de • info@fahrrad-cohrt.de

Qualität und Leidenschaft.

Foto: Jörn Rixen



MAM

Foto: Holde Schneider

36
Monate
Garantie auf
alle Artikel.

Jörn Rixen, Ausrüstungs-Experte bei Globetrotter Ausrüstung, hat sich mit einer Rad-Rundfahrt durch British-Kolumbien einen Traum erfüllt.

Bei uns im Wiesendamm finden Sie nicht nur über 20.000 Ausrüstungs-Ideen bester Qualität, sondern vor allem Ausrüstungs-Experten, die Ihre Leidenschaft teilen: den Traum von der nächsten großen Rad-Tour!

Träume leben.

www.**Globetrotter**.de
Ausrüstung

Globetrotter Ausrüstung
Wiesendamm 1, 22305 Hamburg
Telefon: 040/29 12 23, shop-hamburg@globetrotter.de
Mo. bis Fr.: 10.00 – 20.00 Uhr, Sa.: 9.00 – 20.00 Uhr

HAMBURG BERLIN DRESDEN FRANKFURT BONN KÖLN