

„Fit ab 50“

Vor ersten Touren sollte Technik der Fahrräder überprüft werden

Everswinkel (gl). Zur zweiten Informationsveranstaltung der Gruppe „Fit ab 50“ sind 22 Interessierte in den Clubraum des Vitus-Sportcenters gekommen. Als Auftakt zur beginnenden Rad-saison wurden die Themen „Neuerungen der Fahrradtechnik – Tipps und Tricks für Zuhause und unterwegs“ sowie „Verkehrssicherheitsberatung für Senioren“ behandelt.

Im ersten Teil der Veranstaltung gab der Inhaber des Geschäfts Zweirad Knauer, Roland Knauer, Einblick in den derzeit neuesten Stand der Fahrradtechnik. Bevor es aufs Rad gehen

kann, ist jeder Radfahrer angehalten, Maßnahmen der Pflege und Wartung an seinem Fahrrad, eine Art Frühjahrscheck, durchzuführen. Dazu gehören Überprüfung der Kettenspannung, Funktion der Beleuchtung, optimaler Reifendruck, Reinigung und allgemeine Funktionsprüfung, Bremsenprüfung und -reparatur obliegt laut Experten in jedem Falle einer Fachwerkstatt. Ein weiterer Sicherheitsaspekt seien die Reflektoren. Den optimalen Schutz im Straßenverkehr bieten reflektierende Speichenstics, die gewährleisten, rechtzeitig von Verkehrsteilnehmern

gesehen zu werden. Roland Knauer demonstrierte das richtige Wechseln von Schlauch und Reifen und erklärte die wesentlichen Punkte, auf die geachtet werden sollte und den Einsatz der Fußluftpumpe.

Im Segment Pedelec gibt es nun auch leichtere, leisere Motoren und die Akkuunterbringung wurde verbessert. In der Entwicklungsphase befindet sich als neue Technik die Einführung eines ABS-Systems für Fahrräder. Roland Knauer verabschiedete sich von den Teilnehmern und wird künftig für weitere Infoveranstaltungen zur Verfügung stehen.



Zu einem Informationsabend hatte die Gruppe „Fit ab 50“ eingeladen. 22 Interessierte waren in den Clubraum des Vitus-Sportcenters gekommen.

Warnweste, Reflektoren und Fahrradhelm für die Sicherheit

Everswinkel (gl). Im zweiten Teil des Infoabends referierte Polizeihauptkommissar (PHK) Richard Rauer. Er ist Verkehrssicherheitsberater der Kreispolizeibehörde Warendorf und sprach über die Verkehrssicherheit für Senioren. Rauer stellte klar, dass zwingende Voraussetzung für die Teilnahme am Straßenverkehr ein technisch einwandfreies Fahrrad

und das korrekte Verhalten der Radfahrer nach der Straßenverkehrsordnung sein muss. Dies unterstreicht auch die Verkehrsstatistik 2017, wonach mehr als 300 Verkehrsunfälle unter Beteiligung von Radfahrern zu verzeichnen waren. 277 ereigneten sich innerorts durch Abbiege- und Vorfahrtsfehler und 54 außerorts. 77 Radfahrer waren älter

als 65 Jahre. 48 fuhren mit einem Pedelec. Die meisten Verletzungen (82 je 100 Unfälle) betrafen den Kopf. Besten Schutz davor bietet ein korrekt angepaßter und aufgesetzter Fahrradhelm. Zum weiteren Equipment gehören Warnweste, reflektierende Jacke und Hose, Klickarmbänder und Helmüberzug, denn bei Nacht sinkt die Schleistung des mens-

lichen Auges auf fünf Prozent des Tageswerts. Alle 13 Jahre benötigt das Auge die doppelte Lichtmenge, um gleichviel zu sehen wie ein 20-Jähriger.

Weiter wurden das Fahren in der Gruppe, Tipps und Tricks im Umgang mit einem Pedelec und E-Bike sowie die geltenden Promillegrenzen erläutert. Fahrrad- und Pedelecfahrer unterliegen

dem Grenzwert von 1,6 Promille relativer Fahruntüchtigkeit – bei Ausfallerscheinungen wie Schlenkern wird bereits bei 0,3 Promille der Führerschein entzogen. Für E-Bike-Fahrer gelten die strengeren Grenzwerte von Klz-Führern gemäß geltendem Bußgeldkatalog.

Rauer schloß seinen Vortrag mit dem Lehrfilm „Falsche Fahrbahn-

seite“ – ein oftmals begangener Verkehrsverstoß.

Nach Auffrischung ihres Wissensstandes, so hoffen die Verantwortlichen von „Fit ab 50“, Günter Hein und Norbert Seidel, sollten alle Tourenteilnehmer für korrektes Verhalten im Straßenverkehr sensibilisiert sein – daher gilt das Motto „Sicher und geschützt aufs Rad“.