

Veranstaltungen des ADFC München im Juni 2023

Radfahrschule: Fahrsicherheitstrainings & Einstiegskurse – Codierung –
Technikkurse – Selbsthilfwerkstatt – Radtouren – Treffen von Radinteressierten –
Infoladen

Radfahrschule

Fahrsicherheitstraining für Senior:innen

Freitag, 2. Juni, 15:00-18:00 Uhr, **Ort:** Theresienwiese, Zufahrt am Esperantoplatz,
Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Freitag, 9. Juni, 15:00-18:00 Uhr

Samstag, 24. Juni, 14:00-17:00 Uhr, **Ort:** Theresienwiese, Zufahrt am Esperantoplatz,
Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Samstag, 1. Juli, 14:00-17:00 Uhr

Mehr Sicherheit im Straßenverkehr für ältere Verkehrsteilnehmer: Im Raum abseits des Verkehrs werden Sicherheitsübungen mit dem Fahrrad/Pedelec wie das Fahren durch eine schmale Gasse, das richtige Bremsen und Schalten, das Kurvenfahren und das sichere Abbiegen im Straßenverkehr gelernt. Das mitgebrachte Fahrrad sollte gute Felgen- oder Scheibenbremsen besitzen.

Teilnahmegebühren: 30,00 €, (ADFC-Mitglieder 15,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://muenchen.adfc.de/radfahrschule>

Fahrsicherheitsaufbaukurs

Freitag, 16. Juni, 15:00-19:00 Uhr, **Ort:** Floßlände,
Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Freitag, 23. Juni, 15:00-19:00 Uhr

In dem Kurs erhalten die Teilnehmenden wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem Fahrrad, zum sicheren Bremsen, richtigen Schalten und zum Verhalten in Kurven sowie auf Schotter und Gefällstrecken. Die in diesem Training erlernten Fähigkeiten sind auch geeignet, im Alltagsverkehr das Fahrrad sicher und souverän in kritischen Situationen zu beherrschen. Der Kurs ist besonders auch für Fahrer:innen von E-Bikes (Pedelecs) geeignet.

Teilnahmegebühren: 40,00 €, (ADFC-Mitglieder 20,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://muenchen.adfc.de/radfahrschule>

Fahrsicherheitsgrundkurs

Samstag, 17. Juni, 14:00-17:00 Uhr, **Ort:** Floßlände,
Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Samstag, 24. Juni, 14:00-17:00 Uhr

In diesem Kurs erlernen die Teilnehmenden in lockerer Atmosphäre wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem Fahrrad, zum sicheren Bremsen und richtigen Schalten und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken. Diese Kenntnisse verhelfen ihnen zu einer besseren Beherrschung ihres Fahrrades auch in kritischen Situationen. Der Kurs ist besonders auch für Fahrerinnen und Fahrer von Pedelecs geeignet.

Teilnahmegebühren: 30,00 €, (ADFC-Mitglieder 15,00 €)

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://muenchen.adfc.de/radfahrschule>

Einstiegskurse für Erwachsene

Kursbeginn: Samstag, 17. Juni, 10:00-13:00 Uhr, Ort: Theresienwiese

Kursbeginn: Samstag, 24. Juni, 14:00-17:00 Uhr, Ort: Theresienwiese

Erwachsene, die noch nie oder schon sehr lange nicht mehr Rad gefahren sind, lernen zuerst, das Gleichgewicht zu halten, dann das Aufsteigen und Fahren. Später üben sie die richtige Haltung auf dem Rad, sicheres Bremsen, Kurven fahren und Handzeichen geben. Die wichtigsten Verkehrsregeln für Radfahrende und Tipps zum sicheren Fahren und zum Kauf des passenden Rades ergänzen die Ausbildung.

Teilnahmegebühren: 100,00 €, 16 Unterrichtsstunden à 45 min.

Weitere Infos & Anmeldung unter <https://muenchen.adfc.de/radfahrschule>

Fahrrad-Codierung zur Diebstahlprävention

Mittwoch, 7. Juni, 16:30-20:00 Uhr, Ort: ADFC München, Platenstr. 4, München,

Terminreservierung notwendig

Samstag, 17. Juni, 10:00-13:00 Uhr, Ort: ADFC München, Platenstr. 4, München,

Terminreservierung notwendig

Freitag, 23. Juni, 13:00-18:00 Uhr, in Zusammenarbeit mit der Polizei,

Ort: Rotkreuzplatz, keine Terminreservierung notwendig

Bei der Fahrradcodierung wird ein persönlicher Code nach einem polizeilich anerkannten System generiert und in den Fahrradrahmen eingepreßt. Über diesen Code kann der rechtmäßige Eigentümer aufgefundener Fahrräder ermittelt werden. Bei den Codier-Aktionen in Zusammenarbeit mit der Polizei können sich Radfahrende über Diebstahlschutz informieren und ihr Fahrrad vor Ort codieren lassen.

Gebühren: 15,00 Euro (ADFC-Mitglieder 8,00 Euro)

Alle Infos und Anmeldung: online unter <https://muenchen.adfc.de/codierung>

Fahrradtechnik-Kurse

Grundkurs GPS-Navigation

Montag, 12. Juni, 18:00-20:00 Uhr, Ort: ADFC München, Platenstr. 4

In Zukunft soll die Tour mit GPS-Navigation stattfinden? Dann ist dieser Grundlagenkurs genau das Richtige. Tour planen, durchführen und im Tourenbuch speichern und auswerten. Dazu gibt es viele Tipps für den Erwerb von Geräten und Apps.

Teilnahmegebühren: 20,00 €, (ADFC-Mitglieder 10,00 €)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/technikkurse>

Grundkurs Fahrradtechnik

Montag, 26. Juni, 18:00-20:00 Uhr, Ort: ADFC München, Platenstr. 4

In diesem Kurs dreht sich alles um Theorie und Praxis der Basiselemente der Fahrradtechnik: Antrieb, Schaltung und Bremsen. Die Kursteilnehmenden können die Schwerpunkte selbst bestimmen. Ein kleiner Exkurs zur Ergonomie ist auch vorgesehen.

Teilnahmegebühren: 20,00 €, (ADFC-Mitglieder 10,00 €)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/technikkurse>

Selbsthilfewerkstatt

Donnerstag, 1. Juni, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 15. Juni, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 22. Juni, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 29. Juni, 17:00-19:30 Uhr

Ort: ADFC München, Platenstr. 4, keine Terminreservierung oder Anmeldung notwendig

Der ADFC München bietet Radfahrenden jeden Donnerstag (außer feiertags) die Möglichkeit, in einer gut ausgestatteten Werkstatt unter Anleitung von ADFC-Profis Reparaturen und Wartungsarbeiten am Fahrrad selbst durchzuführen. Werkzeuge für praktisch alle am Fahrrad anfallenden Arbeiten sind

vorhanden. Gängige Ersatzteile werden gegen eine Spende abgegeben.

Gebühren: Werkstattbenutzung mit Betreuung 10,00 € (ADFC-Mitglieder frei)

Alle Infos: online unter <https://muenchen.adfc.de/selbsthilfewerkstatt>

Tagestouren (Auswahl)

Alle verfügbaren Touren gibt's immer aktuell im [ADFC-Tourenportal](#).

MTB: Um die Rotwand - Elendgraben, Spitzingsee

Samstag, 3. Juni, 10:00-17:00 Uhr, Kategorie: ganztägige MTB-Tour, **Schwierigkeit:** schwer, **Strecke:** 48 km, **Höhenmeter:** 1200, **Treffpunkt:** Fischbachau Bahnhof (BRB), Kirchwandstraße, 83730 Landkreis Miesbach. Anmeldung erforderlich.

Die Umrundung der Rotwand mit dem Mountainbike ist ein echter Klassiker. Von größer angelegten Forststraßen über kleinere nicht oft befahrene Forststraßen und Trails bietet diese Tour einiges. Neben traumhaften Aussichtsplätzen und wunderschönen Tälern enthält diese Rundtour einige Einkehrmöglichkeiten. Vom Ausgangspunkt geht es zuerst über Radwege nach Bayrischzell und in Richtung Österreich. Vom Zipflwirt (842m) durch das Kloo-Aschertal in den Elendgraben, auf den Elendsattel und über den Pfanngraben zum Spitzingsattel und durch das Josephstal zurück zum Ausgangspunkt.

Teilnahmegebühren: 10,00 €, (5,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Gemütliche Sonntagsrunde

Sonntag, 7. Mai, 10:30-16:00 Uhr, Kategorie: halbtägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 40 km, **Höhenmeter:** 50, **Treffpunkt:** Hirschgarten Bahnhof (S), Nordseite, unter der Brücke, 80639 München. Anmeldung erforderlich.

„Venedig und mehr“: Die Streckenführung ist eine Überraschung, enthält keine Steigungen, ist nicht länger als 40 km, führt auf guten, verkehrsarmen Wegen durch eine idyllische Gegend und bietet mindestens eine Einkehrmöglichkeit. Die Tour führt immer zum Startpunkt zurück.

Teilnahmegebühren: 7,00 €, (3,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Rennrad: Feierabendrunde

Mittwoch, 14. Juni, 18:00-20:30 Uhr, Kategorie: halbtägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 60 km, **Höhenmeter:** 400, **Treffpunkt:** Thalkirchen (Tierpark) Bahnhof (U3), Ecke Schäftlarn-/Tierparkstr., 81371 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Die Feierabendrunde findet jeden Mittwoch statt. Die Strecken führen meistens durch die südliche Umgebung von München, sind aber jede Woche eine Überraschung. Dieses Angebot ist kostenlos und Rennrad-Neulinge sind herzlich willkommen.

Teilnahmegebühren: kostenlos, Spenden willkommen

Infos: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Rennrad von München nach Passau

Samstag, 17. Juni, 8:00-22:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** sehr schwer, **Strecke:** 180 km, **Höhenmeter:** 600, **Treffpunkt:** Richard-Strauss-Str. Bahnhof (U4), Denninger Str., 81925 München. Anmeldung erforderlich.

Fahrt Richtung Erdinger Moos, ab Taufkirchen durchs Vilstal bis Vilshofen, dann an der Donau nach Passau. Rückkehr mit DB nach München (ca. 2 Stunden Bahnfahrt).

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Der Welt.Erlebnis.Wald - ferne Wälder ganz nah

Sonntag, 18. Juni, 8:30-18:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel,

Strecke: 80 km, **Höhenmeter:** 280, **Treffpunkt:** Thalkirchen (Tierpark) Bf (U3), am Bücherschrank, Ecke Tierpark-/Schäftlarnstr., 81371 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Im forstlichen Versuchsgarten Grafrath erleben die Teilnehmenden bei einer fachkundigen Führung die Wälder Europas, Amerikas und Asiens an einem einzigen Ort. Auf dem 34 Hektar großen Areal gibt es mehr als 200 Baumarten aus unterschiedlichen Kontinenten zu entdecken. Der Versuchsgarten wurde Ende des 19. Jahrhunderts angelegt und wird noch heute laufend um neue Baum- und Straucharten erweitert. Um dorthin zu kommen, geht's ab Thalkirchen auf Radwegen und Nebenstraßen zunächst bis Fürstenfeldbruck. Ab Kloster Fürstenfeld gemeinsam mit Radlern aus Fürstenfeldbruck und Dachau bis Grafrath. Dort angekommen, Einkehr im Biergarten Dampfschiff an der Amper. Nach einem ausgiebigen Rundgang Welt-Erlebnis-Wald (ca. 2 Stunden) über Gilching und Krailing wieder zurück. Da Grafrath an das MVV-Netz angebunden ist, gibt es auch die Möglichkeit, von dort mit der S-Bahn zurückzufahren.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Stadtrunde durch die südlichen Stadtteile

Freitag, 23. Juni, 10:00-17:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach,

Strecke: 30 km, **Höhenmeter:** 100, **Treffpunkt:** Theresienwiese, Esperantoplatz (Osteingang), 80336 München. Anmeldung erforderlich.

Fahrt durch den Bavariapark, Westpark und den Perlacher Forst. Dabei werden u. a. die Stadtteile Ludwigsvorstadt, Großhadern, Fürstenried, Solln, Giesing, und Isarvorstadt durchfahren. An interessanten Sehenswürdigkeiten werden kurze Stopps eingelegt. Gemeinsames Mittagessen geplant.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Rund um den Starnberger See

Sonntag, 25. Juni, 10:00-17:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel,

Strecke: 50 km, **Höhenmeter:** 320, **Treffpunkt:** Starnberg Bahnhof (S6), Bahnhofsplatz 5, am Döner Bistro, 82319 Starnberg. Anmeldung erforderlich.

Der Starnberger See steckt voller Überraschungen. Ob für Naturliebhaber oder Kulturenthusiasten - die Auswahl an Sehenswürdigkeiten im reizvollen Fünfseenland ist schier unerschöpflich. Radfahren ist dabei sicher die schönste Art, die Region zu erkunden. Abwechslungsreiche Fahrt mit vielen Highlights. Unterwegs erfahren die Teilnehmenden viel Kulturgeschichte, stets begleitet vom herrlichen Blick auf den See. Mittagspause in Tutzing in einem Biergarten, direkt am See. Bei schönem Wetter zusätzlich bei Possenhofen eine Badepause. Der Radweg verläuft überwiegend in Seenähe auf Waldwegen und Nebenstraßen.

Teilnahmegebühren: 9,00 €, (4,00 € für ADFC-Mitglieder)

Infos & Anmeldung: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Öffentliche Arbeitsgruppen & Radltreffs

Stadt

**Treffen der Arbeitsgruppe Verkehr Stadt München –
Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

Termin: Dienstag, 13. Juni, 19:00 Uhr

Ort: ADFC München, Platenstr. 4, **Anmeldung:** verkehr@adfc-muenchen.de

**Treffen der ADFC Jugend München –
Austausch zu allen Radlthemen**

Termin: Mittwoch, 14. Juni, 18:30 Uhr

Ort: ADFC München, Platenstr. 4

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter jugend@adfc-muenchen.de

Landkreis

Radtreff des ADFC Ottobrunn –

Austausch zu allen Radthemen

Termin: Mittwoch, 7. Juni, 18:30 Uhr

Ort: Wirtshaus Zum wilden Bock, Rathausplatz 2, 85521 Ottobrunn

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter ottobrunn@adfc-muenchen.de

Radtreff des ADFC Oberhaching –

Austausch zu allen Radthemen

Termin: Donnerstag, 15. Juni, 18:30 Uhr

Ort: Pizzeria Dei, Am Sportplatz 22, 82041 Oberhaching

Anmeldung: nicht erforderlich, Infos unter: oberhaching@adfc-muenchen.de

Infoladen

Beratung zu allen Themen rund ums Radfahren.

Termin: Jeden Donnerstag (außer feiertags), 17:00-19:30 Uhr

Ort: ADFC München, Platenstr. 4

Hinweise für Redaktionen

Honorarfreies Bildmaterial zum Grundkurs GPS-Navigation finden Sie im Anhang. Bei Nutzung bitte folgende Angabe verwenden: ADFC / Jens Lehmkühler.

Diese Presseinformation und weitere Meldungen gibt es online in unserem [Pressebereich](#).

Martina Tollkühn

Referentin Kommunikation & Marketing

ADFC München e.V.

Platenstraße 4

80336 München

presse@adfc-muenchen.de

Mobil: 0151-170 68 600

<https://muenchen.adfc.de>

Über den ADFC

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) ist mit bundesweit mehr als 220.000 Mitgliedern, davon über 33.000 in Bayern und rund 9.000 in München, die größte Interessenvertretung der Radfahrerinnen und Radfahrer in Deutschland und weltweit. Der ADFC will, dass Deutschland bis 2030 ein attraktives Fahrradland wird, das in allen Städten und Dörfern einladende Rahmenbedingungen zum Radfahren und Qualitätsradwege statt Holperstrecken bietet. Dafür hält der ADFC eine grundlegende Reform des Straßenverkehrsrechts für essenziell.