

24. Juli 2023

Veranstaltungen des ADFC München im August

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

Radfahrschule

Einstiegskurse für Erwachsene

Kursbeginn: Dienstag, 1. August, 17:00-19:00 Uhr, Ort: Riem, Heinrich-Böll-Straße 5

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>

Fahrsicherheitstraining für Senior:innen

Freitag, 4. August, 14:00-17:00 Uhr, Ort: Floßlände, Zentralländstraße 49, München

Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Freitag, 18. August, 14:00-17:00 Uhr

Mehr Sicherheit im Straßenverkehr für ältere Verkehrsteilnehmend: 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>

Fahrsicherheitsgrundkurs – Landkreis München

Samstag, 19 August, 14:00-17:00 Uhr, Ort: Brunnthaler Straße 8, 85635 Höhenkirchen-

Siegertsbrunn, Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Samstag, 26. August, 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 Gefällestrecken. 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>

Fahrsicherheitstraining – Aufbaukurs

Freitag, 25. August, 10:00-14:00 Uhr, Ort: Floßlände, Zentralländstraße 49, München

Ersatztermin bei schlechtem Wetter: Samstag, 2. September, 10:00-14:00 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

Gefällestrecken. 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>

Fahrrad-Codierung zur Diebstahlprävention

Stadt München

Mittwoch, 2 August, 16:30-20:00 Uhr, **Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, München,

Terminreservierung notwendig

Freitag, 11. August, 13:00-18:00 Uhr, in Zusammenarbeit mit der Polizei, **Ort:** Georg-Birk-Straße 13, München, keine Terminreservierung notwendig

Samstag, 19. August, 10:00-16:00 Uhr, **Ort:** Tag der offenen Tür im Polizeipräsidium München, Ettstraße 2, 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>

Selbsthilfewerkstatt

Donnerstag, 3. August, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 10. August, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 17. August, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 24. August, 17:00-19:30 Uhr

Donnerstag, 31. August, 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](#).

Rennrad: Feierabendrunde

Mittwoch, 2. August, 18:00-20:30 Uhr, **Kategorie:** halbtägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel,

Strecke: 60-90 km, **Höhenmeter:** 400-700, **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>

Feierabendtour zum Gut Freiham

Freitag, 4. August, 17:00-20:00 Uhr, **Kategorie:** Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 22 km, **Höhenmeter:** 0, **Treffpunkt:** Pasing Bahnhof (S, DB) Südseite, 81245 München. Keine

Anmeldung erforderlich.

Tour durch den schattigen Lochhamer Schlag über Gräfelfing und die Gräfelfinger Holzweiden zum Gut Freiham, wo Brotzeit im renovierten Gasthaus gemacht wird. Zurück geht's über Neuaubing.

Teilnahmegebühren: kostenlos, Spenden willkommen

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

Rennrad Bike & Swim Wörthsee

Sonntag, 6. August, 9:00-18:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Rennrad-Tour, **Schwierigkeit:** schwer, **Strecke:** 100 km, **Höhenmeter:** 800, **Treffpunkt:** Thalkirchner Platz, bei der Eisdiele Gelatobi, 81379 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Moderate Rennradtour über Leutstetten, Maisach und ein paar Umwege zum Wörthsee. In der verlängerten Mittagspause kann im See 1-2 km geschwommen werden. Alternativ gibt es eine extra Runde zum Radeln über Rausch und Ellwang (ca +25 km). Zurück zum Startpunkt nach München geht es über Weßling und Gauting.

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

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

Gemütliche Sonntagsrunde

Sonntag, 6. August, 10:30-17:00 Uhr, Kategorie: halbtägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 40 km, **Höhenmeter:** 100, **Treffpunkt:** Olympiazentrum Bahnhof (U3), Südseite BMW-Welt, 80809 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Zum neu angelegten Hollernersee mit seiner „kroatischen“ Küste. Badegelegenheit geboten. Gemütliche Sonntagsrunde mit Münchner Lässigkeit. 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: <https://muenchen.adfc.de/tagestouren>

Tour in die Schönau

Dienstag, 15. August, 10:00-18:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 60 km, **Höhenmeter:** 400, **Treffpunkt:** Wolfratshausen Bahnhof (S7), 82515 Wolfratshausen. Keine Anmeldung erforderlich.

Genuss pur im Alpenvorland mit Panorama, Baden im Moorweiher, ausgiebige Einkehr in der Schönau im Café Kolb, Öko-Landwirtschaft, Segelflughafen und zum Abschluss Kuchen am Campingplatz in Wiesen.

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

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

Mariabrunn & Amalie Hohenester

Samstag, 19. August, 10:30-16:00 Uhr, Kategorie: ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 50 km, **Höhenmeter:** 200, **Treffpunkt:** Olympiazentrum Bahnhof (U3), Brundageplatz, 80809 München. Anmeldung erforderlich.

Unter der Leitung der Doktorbäuerin Amalie Hohenester, die Bad Mariabrunn 1863 erwarb, entwickelte sich hier in den Folgejahren ein europaweit bekanntes Heilbad. Prominente, darunter Sissi, Kaiserin von Österreich, Zar Alexander II von Russland und Baron von Rothschild aus Frankreich, kurten hier. Tour zum ehemaligen Bad Mariabrunn, um dort im Biergarten die Energiespeicher wieder zu füllen. Vor Ort Informationen zur Geschichte von Mariabrunn.

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

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

Feierabendtour zur Gartlerhütte in Pasing

Donnerstag, 24. August, 17:00-19:00 Uhr, **Kategorie:** Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** einfach, **Strecke:** 19 km, **Höhenmeter:** 0, **Treffpunkt:** Pasing Bahnhof (S, DB) Nordseite, 81245 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Entlang des Würmradwegs und zwischen den Langwieder Seen nach Obermenzing zur Einkehr. Bitte keine eigene Verpflegung zur Einkehr bringen. Schotter- und Teerwege. Anfahrt mit der S-Bahn möglich, da keine Nachmittags-Sperrzeiten in den Ferien.

Teilnahmegebühren: kostenlos

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

Über den Forstenrieder Park nach Andechs

Samstag, 26. August, 10:00-18:00 Uhr, **Kategorie:** ganztägige Tourenrad-Tour, **Schwierigkeit:** mittel, **Strecke:** 75 km, **Höhenmeter:** 600, **Treffpunkt:** Forstenrieder Allee Bahnhof (U3) Ausgang Süd - Cafe Zöttl, 81476 München. Keine Anmeldung erforderlich.

Wir radeln meist abseits der Fahrstraßen durch den Forstenrieder Park über Gauting zum Kloster Andechs. Zurück geht es über den Maisinger See und Forst Kasten zum Startpunkt.

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

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

Öffentliche Arbeitsgruppen & Radtreffs

Stadt

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

Termin: Dienstag, 8. August, 19:00 Uhr

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

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

Termin: Mittwoch, 9. August, 18:30 Uhr

Ort: ADFC München, Platenstr. 4

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

Landkreis

**Radltreff des ADFC Ottobrunn –
Austausch zu allen Radthemen**

Termin: Mittwoch, 2. August, 18:00 Uhr

Ort: Bei gutem Wetter geht's wieder in einen Biergarten. Sollte an diesem Tag kein Biergartenwetter sein, trifft sich die Gruppe um 18:30 Uhr im Wirtshaus „Zum wilden Bock“, Rathausplatz 2, 85521 Ottobrunn. Wer möchte, radelt um 18:00 Uhr ab dem Rathausplatz mit der Gruppe dorthin.

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

**Radltreff des ADFC Unterhaching –
Austausch zu allen Radthemen**

Termin: Mittwoch, 9. August, 18:30 Uhr

Ort: Restaurant Ho, Parkstraße 15, 82008 Unterhaching

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

**Radltreff des ADFC Oberhaching –
Austausch zu allen Radthemen**

Termin: Donnerstag, 17. August, 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 Fahrsicherheitstraining finden Sie im Anhang. Bei Nutzung bitte folgende Angabe verwenden: ADFC/Bernd Seitz.

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.