

Die Erstausrüstung für Radpendler:innen

von bb - Sonntag, 18. April 2021

https://www.pd-f.de/2020/06/10/die-erstausrustung-fuer-den-radpendler_14973



Mit dem Rad zur Arbeit zu fahren ist gesund, praktisch und nützlich. Der Kreislauf wird angeregt, die Produktivität verbessert, das Immunsystem gestärkt. Während der coronabedingten Homeoffice-Phase haben viele Menschen das Fahrrad für sich entdeckt und sind dabei geblieben. Vor allen, wenn die Tage wärmer und länger werden, nutzen viele gern (wieder) das Fahrrad, um ins Büro zu fahren. Der pressedienst-fahrrad präsentiert eine Grundausrüstung für Neu- und Wiedereinsteiger:innen.

Bei Entfernungen bis zu fünf Kilometern ist das Fahrrad das schnellste innerstädtische Verkehrsmittel; Pedelecs sind laut Angaben des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC) sogar auf zehn Kilometern am schnellsten. Das Fahrrad ist auf solchen Strecken somit das ideale Pendlergefährt. Mit der richtigen Grundausrüstung kommt auch der Fahrspaß nicht zu kurz. Wichtig: Damit man den Heimweg nicht zu Fuß antritt, ist ein gutes Schloss die Grundvoraussetzung fürs Pendlerglück. „Das Schloss sollte lang genug sein, damit man den Rahmen und das Vorderrad an einem festen Gegenstand anschließen kann“, rät Torsten Mendel vom Sicherheitsexperten Abus. Egal, ob vor dem Firmengelände, auf der Straße oder am Bahnhof: Man sollte das Rad immer an- und niemals nur abschließen. Das verhindert ein einfaches Wegtragen. „Um als Arbeitgeber attraktiv zu bleiben, achten Firmen vermehrt darauf, überdachte, sichere Abstellmöglichkeiten für Fahrräder anzubieten“, weiß Andreas Hombach vom Fahrradparksystemanbieter WSM. Alternativ kann der Arbeitgeber erlauben, dass das Rad direkt im Büro Unterschlupf findet.

Sicher ist auch das Stichwort für den Arbeitsweg: Zwar gibt es in Deutschland keine Helmpflicht, aber ein Helm minimiert nachweislich das Risiko schwerer Kopfverletzungen in Folge eines Sturzes und ist deshalb aus Eigenschutz empfehlenswert. „Je nach Einsatzzweck gibt es eine breite Palette passender Helme – vom aerodynamischen Modell für Rennradfahrer bis hin zum speziellen Helm für E-Biker“, sagt Mendel. Schicke, dezente Helme mit integriertem LED-Rücklicht wie der „Urban-I 3.0 Ace“ (Abus, 149,95 Euro) sorgen für gute Sichtbarkeit und Sicherheit im Fall eines Sturzes. Um nicht mit dem Hosenbein in die

Fahrradkette zu gelangen (und wohlmöglich zu stürzen) und um die Hose sauber zu halten, findet ein Hosenband von [Fahrer Berlin](#) praktisch. Die breiten Bänder sind Unikate aus recycelten Materialien und werden mit Klett befestigt.

Fahrradtasche als Kofferraum

Was dem Autofahrer der Kofferraum, ist dem Radfahrer die Packtasche. Sowohl Arbeitsmaterialien als auch Einkäufe oder Wechselwäsche finden darin Platz. Wasserdichte Taschen schützen dabei sensible Utensilien wie Laptop oder Akten vor Regen oder Spritzwasser. Die Grundsatzfrage bleibt: Transportiert man sein Gepäck auf dem Rücken oder am Rad? Der Vorteil eines Rucksacks liegt im vergleichsweise großen Volumen und dass kein Gepäckträger am Rad verbaut sein muss. Eine spezielle Radtasche verhindert hingegen nicht nur bei sommerlich heißen Temperaturen, dass man schneller zu schwitzen anfängt. „Bei der Auswahl der passenden Tasche sollte auch berücksichtigt werden, was alles transportiert wird. Fahre ich nach der Arbeit noch zum Sport? Gehe ich regelmäßig auf dem Heimweg einkaufen? Es gibt mittlerweile für fast alles eine passende Lösung“, so Peter Wöstmann vom Taschenspezialisten [Ortlieb](#). Dieser bietet beispielsweise für seine beliebte Gepäckträgertasche „Back-Roller“ einen „Commuter Insert“ genannten Einsatz für Pendler an (43 Euro). „So lassen sich beispielsweise Laptop, Unterlagen, Smartphone sowie Brotzeit und Trinkflasche aufgeräumt in derselben Tasche verstauen, die für Ausflug oder Reise als großes Fach genutzt wird“, erklärt Wöstmann.

Kleine Helfer in der Not

Nicht fehlen sollte im Gepäck eine Regenjacke. Gerade auf dem Heimweg in den Abendstunden ist ein Gewitterschauer im Sommer keine Seltenheit. „Regenjacken für Radfahrer lassen sich klein verpacken und nehmen in der Tasche wenig Platz weg. Dabei sind sie nicht nur bei Regen ein praktischer Helfer – auch in kühlen Morgenstunden eignen sie sich als ein wärmerer Überzieher“, weiß Benedikt Tröster vom Outdoor-Spezialisten [Vaude](#). Ebenfalls wichtig im Alltag ist ein Minitool zum Festziehen lockerer Schraubverbindungen. Eine kleine Luftpumpe kann bei einem Reifendefekt hilfreich sein und findet an Trekking- und Cityrädern am Rahmen Platz. Wobei: Wenn der Arbeitsweg in erster Linie durch die Stadt führt, gibt es diverse Radhändler, die kostenlos oder für wenig Geld die Nutzung einer Luftpumpe ermöglichen. Bei der Suche nach dem nächstgelegenen Händler hilft beispielsweise die App „SKS/My Bike“ von [SKS Germany](#). Das Smartphone wird zur Navigation in einer speziellen Halterung am Lenker befestigt.

Ausrüstungstipps des pressedienst-fahrrad:

- 1) „Bordo Alarm A6000“ von Abus: Faltschloss mit integrierter Alarmanlage (139,95 Euro)
- 2) „Commuter-Daypack High Visibility“ von Ortlieb: Reflektierender Radrucksack mit 21 Liter Volumen (210 Euro)
- 3) „Drop Jacket III“ von Vaude: Regenjacke aus umweltfreundlichem Material (100 Euro)
- 4) „Band“ von Fahrer Berlin: Reflektierendes Klett-Hosenband aus recyceltem Material (14 Euro)
- 5) „Multitool“ von [Schwalbe](#): Handliches Werkzeug mit Ventilschlüssel (23,90 Euro)
- 6) „Injex T-Zoom“ von SKS Germany: Kompaktpumpe für Trekkingrad und [Mountainbike](#) (27,99 Euro)

[Direktdownload Bildauswahl und Artikel \(7 Bilder\)](#)

[Express-Bildauswahl \(7 Bilder\)](#)

[Erweiterte Bildauswahl zum Thema \(63 Bilder\)](#)

Thomas Geisler | pressedienst-fahrrad

Passende Themen beim pd?f:

[Liefersituation bei Fahrradzubehör: „Die Glaskugel ist beschlagen“](#)

[Zehn Fahrradprodukte zum Muttertag](#)

[Nachhaltigkeit – Produkte und Konzepte für zukunftsfähigen Radverkehr](#)

[Zehn Neuheiten von der Eurobike](#)

[Modisches und Praktisches für die Stadt](#)

[E?Bikes 2020: Für jeden etwas dabei](#)

Passendes Bildmaterial



