

Zehn Tipps für einen gelungenen Fahrradausflug

von Thomas Geisler - Dienstag, 7. Mai 2024

https://www.pd-f.de/2024/05/07/zehn-tipps-fuer-einen-gelungenen-fahrradausflug_19298



Sonnenschein, warme Temperaturen und diverse Feiertage laden im Frühjahr und Sommer zu ausgiebigen Radtouren ein. Der pressedienst-fahrrad liefert eine Checkliste für Radfahrende, was man für einen gelungenen Fahrradausflug beachten sollte.

1) Reizvolle Routen suchen

Landschaftliche Highlights und Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke steigern die Lust, aufs Rad zu steigen. Die richtige Streckenplanung ist dabei das A und O. Navigations-Apps, die speziell für Radfahrer:innen konzipiert sind, helfen bei der Routenplanung. E-Bike-Fahrende genießen hier ein paar Vorzüge: so lassen sich bei manchen Antriebssystemen die geplanten Routen aus der Smartphone-App direkt auf das Display für eine genaue Navigation übertragen. Auch möglich: Systeme, die die Akku-Kapazität für die Tour ausrechnen, wie bei der Lösung von Fit E-Bike. So ist ein leerer Akku auf der Tour kein Thema mehr.

2) Strecken mit geringem Verkehrsaufkommen wählen

Ein entspannter Fahrradausflug führt nicht entlang einer vielbefahrenen Bundesstraße, sondern über Seiten- und Nebenstraßen. Um dort auch einmal gemütlich (und kommunikationsfreundlich) nebeneinander zu fahren, ist ein Griff mit Rückspiegel wie der „RM Touring“ von Ergon ein praktischer Helfer. Der Spiegel ermöglicht es, den rückwärtigen Verkehr zu sehen, ohne dass man den Kopf drehen muss. So rollt es sich entspannter.

3) Reifendruck überprüfen

Der Zustand des Fahrrads ist entscheidend für Wohl und Wehe einer Radtour. Vor dem Start sollte deshalb zum Beispiel immer der Reifendruck kontrolliert werden. Mit einer Standpumpe mit Manometer, wie dem „Airkompressor Compact 10.0“ von SKS

[Germany](#), lässt sich der Reifen nach den Vorgaben an der Reifenflanke richtig aufpumpen. Falls der Schlauch auf der Tour doch mal ein Loch bekommt, sind Reifenheber, Ersatzschlauch bzw. Flickset sowie eine Handpumpe im Gepäck Pflicht.

4) Passende Kleidung anziehen

Bei der Kleidung gilt: lieber ein Kleidungsstück ausziehen, wenn es wärmer wird, als schon beim Start zu frieren. Arm- und Beinlinge sind praktische Helfer, die sich schnell an- und ausziehen lassen und auch in kleine Taschen passen. Gerade wenn es am Morgen noch etwas kälter ist oder ein leichter Wind geht, lohnt sich eine leichte Windweste wie zum Beispiel die „Matera“ von [Vaude](#).

5) An Verpflegung denken

Pausen bei der Radtour gehören einfach dazu – am besten mit ordentlich Proviant. Eine Fahrradtasche wie die „Back-Roller“ von [Ortlieb](#) bietet Platz für allerlei Verpflegung. Auch ein Flaschenhalter wie der „BC 45“ von [M-Wave](#) mit einer speziellen Fahrradtrinkflasche sollte immer mit dabei sein.

6) Ein Schloss mitnehmen

Um Sehenswürdigkeiten ungestört besichtigen zu können, darf ein Fahrradschloss nicht fehlen. Ein leichtes Kabelschloss wie das „Racer 6415K“ von [Abus](#) reicht oft aus, um das Fahrrad kurzfristig zu sichern. Wenn man es in einer längeren Variante nimmt, kann man auch mehrere Räder zusammenschließen. Am besten sollte allerdings jedes Rad extra mit einem Schloss gesichert sein, ansonsten kann es sein, dass Versicherungen einen möglichen Diebstahl nicht anerkennen. Wer auf Nummer sicher gehen will, wählt ein Schloss mit höherer Sicherheitsstufe wie das Faltschloss „Bordo“ von Abus.

7) Immer ein Licht dabeihaben

Bei der Biergartenpause etwas länger geblieben als gedacht und es wird schon dunkel? Kein Problem, viele Fahrräder haben ja eine festinstallierte Lichanlage. Ist das Fahrradlicht nicht am Rad verbaut, gehört eine Akku-[Beleuchtung](#), z. B. der Scheinwerfer „Ixon Rock“ und das Rücklicht „Ixxi“ von [Busch & Müller](#), immer mit ins Gepäck.

8) Regenschutz für den Notfall

Die beste Regenjacke ist die, die man nicht braucht. Doch plötzlich auftretende Gewitter haben schon viele Touren nass enden lassen. Die Regenjacke „Kuro“ von Vaude beispielsweise lässt sich kompakt zusammenfalten und nimmt kaum Platz in der Fahrradtasche weg.

9) Sonnenschutz nicht vergessen

Vor der Radtour heißt es eincremen, Sonnenbrand oder Hautschäden sind sonst vorprogrammiert. UV-Schutz ist auch für die Augen wichtig. Eine Sonnenbrille wie die „Rayon Flexi 4“ von M-Wave bietet ein breites Sichtfeld und seitlichen Schutz gegen Fahrtwind und Insekten.

10) Umwelt schützen

Denken Sie daran, die Natur zu respektieren, indem Sie keinen Müll hinterlassen, auf den Wegen bleiben und die Regeln in Naturschutzgebieten beachten. Ein kleiner, verantwortungsvoll gepflückter Blumenstrauß kann jedoch den Tag verschönern, ohne der Umwelt zu schaden.

Thomas Geisler | pressedienst-fahrrad

[Express-Bildauswahl](#) (11 Bilder)

[Erweiterte Bildauswahl zum Thema](#) (49 Bilder)

[Direktdownload Bildauswahl und Artikel](#) (11 Bilder)

Passende Themen beim pdf:

[Reiserad: Zwischen Sixpack und E-Mobilität](#)

[Das ist ja der Gipfel! – Räder für den Urlaubsausflug in den Bergen](#)

[Zehn Fehler, die man bei einer Radreise verhindern kann](#)

Passendes Bildmaterial



