

## Sicher radeln auf Schnee und Eis

von bb - Dienstag, 7. Januar 2014

[https://www.pd-f.de/2014/01/07/7391\\_sicher-radeln-auf-schnee-und-eis/](https://www.pd-f.de/2014/01/07/7391_sicher-radeln-auf-schnee-und-eis/)



Immer mehr Menschen entdecken Radfahren als Ganzjahresvergnügen. Zu Recht, denn mit der richtigen Ausrüstung und etwas Routine ist die Bewegung auf zwei Rädern auch im Winter ein gesundes und sicheres Vergnügen, wie Recherchen des pressedienst-fahrrad zeigen.

[pd-f/RK] Kein Eiskratzen, keine Staus, keine überfüllten Bahnen und keine langen Wartezeiten an der Bushaltestelle. Wer im Winter radelt, bekommt stattdessen eine gesunde Portion Fitness und Frischluft ab. Dabei fördert die kalte Luft das Immunsystem und macht zudem richtig wach. „Radler sind auf ihrem Weg zur Arbeit oder zur Ausbildungsstätte in der Regel nicht nur pünktlicher, sie sind meist auch gesünder und aufnahmefähiger“, so Anke Namendorf vom niederländischen Fahrradhersteller [Koga](http://www.koga.com) ([www.koga.com](http://www.koga.com)).

Das trifft jedoch nur dann zu, wenn bei Schnee- und Eisglätte ein paar grundlegende Ausrüstungs- und Fahrtechartipps beherzigt werden.

### Perfekter Grip auf Schnee und Eis

„Generell sollte man im Winter den Luftdruck der Fahrradreifen verringern“, empfiehlt Doris Klytta vom Reifenhersteller [Schwalbe](http://www.schwalbe.com) ([www.schwalbe.com](http://www.schwalbe.com)). „Dadurch wird die Auflagefläche vergrößert und der Reifen bekommt mehr Haftung.“ Für den Schneeeinsatz besonders gut geeignet sind natürlich breite und profilierte Reifen. Bei Eisglätte empfehlen sich spezielle Winterreifen mit Spikes, die es je nach Anforderung in verschiedenen Ausführungen gibt und die am Fahrrad erlaubt sind. Im Alltagseinsatz haben sich Reifenmodelle wie Schwalbes „Marathon Winter“ bewährt, die je nach gefahrenem Luftdruck den Metallstiften mal mehr oder weniger Bodenkontakt erlauben und so auch für Fahrten auf Asphalt gut geeignet sind.

Seite 1/4

Abdruck frei | Beleg erwünscht | Download unter [www.pd-f.de](http://www.pd-f.de)

»»»» pressedienst-fahrrad GmbH »»»

ortelsburger straße 7 37083 göttingen

t +49.551.9003377-0 f +49.551.9003377-11 m +49.171.4155331

gf@pd-f.de

[www.pd-f.de](http://www.pd-f.de)

## Keine Pflicht zur Radwegbenutzung

Vielorts werden Radwege aber nicht nur nicht geräumt, sondern sogar zum Abladen zusammengeschobener Schneemassen genutzt. Wenn das Radfahren dort unmöglich oder aus Sicherheitsgründen unzumutbar ist, müssen auch als benutzungspflichtig beschilderte Radwege nicht genutzt werden. Darauf weist Rechtsexperte Roland Huhn vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club ADFC ([www.adfc.de](http://www.adfc.de)) hin. „Der Bundesgerichtshof hat schon 1994 entschieden, dass Radfahrer auf der geräumten oder gestreuten Fahrbahn fahren dürfen, wenn der Radweg durch Schnee oder Eis unbenutzbar ist.“

## Vorausschauend fahren

Damit Radler nicht von Eisglätte und Schneetreiben überrascht werden, sollten sie rechtzeitig vor Fahrtbeginn den Wetterbericht prüfen und neben ihrer Kleidung auch die Fahrweise entsprechend anpassen. „Vorausschauendes Fahren ist besonders im Winter unverzichtbar“, weiß Christian Malik vom Mountainbike-Hersteller Haibike ([www.haibike.de](http://www.haibike.de)). „Erfahrene Biker versuchen selbst in schwierigstem Gelände den Blick vom Vorderrad zu lösen, um möglichst frühzeitig das Gelände lesen und darauf reagieren zu können.“ Zudem senken sie den Sattel etwas ab und fahren stehend mit leicht gebeugten Armen und Beinen. „Diese Position verschafft maximalen Aktionsraum zwischen Bike und Fahrer. Unebenheiten der Fahrbahn bzw. des Geländes können dann durch entsprechendes Beugen und

Strecken der Arme und Beine ausgeglichen werden“, erklärt Biker Malik und empfiehlt den Gebrauch dieser Fahrtechnik auch im Alltag.

Dass der menschliche Körper zu den besten Federelementen gezählt werden kann, weiß auch Tobias Spindler vom Spezialisten für voll gefederte Alltagsräder Riese & Müller ([www.r-m.de](http://www.r-m.de)). Er weiß aber auch, dass der Mensch an Grenzen stößt, etwa bei kleinen, schnell aufeinanderfolgenden Hindernissen oder eben dann, wenn Unebenheiten schlicht nicht gesehen werden (können), wie etwa Schlaglöcher unter einer Schneedecke. „Hier bieten voll gefederte Fahrräder und E-Bikes ein deutliches Komfort- und Sicherheitsplus“, erläutert Spindler.

Paul Hollants von der Liegeradmanufaktur HP Velotechnik ([www.hpvelotechnik.com](http://www.hpvelotechnik.com)) weist in diesem Zusammenhang auf die sicheren Fahreigenschaften von Liegedreirädern gerade bei winterlich glatten Straßenverhältnissen hin: „Mit einem Liegedreirad können Radler nicht nur sehr langsam und dabei kippstabil fahren, auch ein plötzliches Wegrutschen der Vorderräder hat bei dieser Radgattung in den seltensten Fällen einen Sturz zur Folge.“

## Auch E-Radeln klappt im Winter

Generell sind praktisch alle E-Bikes auch im Winter einsetzbar, wenn man ein paar Besonderheiten berücksichtigt. Bei rutschigem Untergrund sind zum Beispiel Vorderradantriebe schwieriger zu beherrschen. „Das Vorderrad wird nur wenig belastet und neigt damit schneller zum Durchdrehen“, betont Victoria Arnold vom Schweizer E-Bike-Spezialisten Biketec ([www.flyer.ch](http://www.flyer.ch)), der bei seinen Flyer-E-Bikes konsequent auf Mittelmotor- und Heckantriebe setzt. Zudem empfiehlt Arnold bei allen Antriebsvarianten bei Schnee- und Eisglätte eine niedrige Unterstützungsstufe zu wählen. „Das Fahrverhalten verbessert sich, die temperaturbedingte Verringerung der Reichweite wird kompensiert und mehr Körperwärme durch den verstärkten Muskeleinsatz gibt es obendrein.“

Auf eine gleichmäßige Verteilung von Transportgut weißt Peter Ronge vom Gepäckträgerspezialisten Racktime ([www.racktime.com](http://www.racktime.com)) hin: „Mit einer cleveren Beladung kann man zum Beispiel mehr Gewichtsbelastung aufs Vorderrad bringen und so die Spurtreue des Velos auf glatten Untergründen erhöhen.“ Hier helfen praktische, weil schnell zu montierende Lenkertaschen- und Körbe, wie sie unter anderem Racktime zuhauf im Programm hat.

## Tipps für Pendler

Wer regelmäßig im Winter radelt, der sollte auch seine Bekleidungsstrategie auf die Jahreszeit abstimmen. Bewährt hat sich das Zwiebelprinzip: „Mehrere atmungsaktive Lagen sorgen dafür, dass Feuchtigkeit nach außen transportiert wird und der Radfahrer die Körpertemperatur regulieren kann“, erläutert Stephanie Herrling von [Vaude \(www.vaude.com\)](http://www.vaude.com). „Zudem sollte man als Schutz vor Kälte und Nässe eine (Helm-)Mütze, Handschuhe und im Idealfall noch eine Regenhose dabei haben.“ Ein eher optisches Problem sind Schnee- bzw. Salzränder an den Schuhen, mit denen man im Büro keine gute Figur macht. „Aber auch hier gibt es mit speziellen Bike-Gamaschen eine gute Lösung“, verrät Herrling und empfiehlt das wärmende Modell „Shoecover Capital Plus“ aus eigenem Hause, das durch Klettverschlüsse an der Rückseite im Nu übergezogen werden kann.

## Radhelm multifunktional

Auch der Radhelm lässt sich auf die kalte Jahreszeit anpassen: „Regenfeste Überzieher in leuchtenden Farben halten Nässe vom Kopf fern und verbessern die Sichtbarkeit. Zusammen mit Unterziehmützen oder Ohrenwärmern bieten Helme dann Schutz und wohlige Wärme bei jeder Wetterlage“, betont Torsten Mendel vom Sicherheitsspezialisten [Abus \(www.abus.com\)](http://www.abus.com). Einen besonderen Clou für Winterfreunde gibt es mit dem Abus Modell „Urbanaut“, der die Sicherheits- und Komfortanforderungen an Rad- und Skihelme gleichermaßen erfüllt. Der Erwachsenen- und Jugendhelm verfügt über regulierbare und vollständig verschließbare Lüftungsöffnungen und kann mit einem optionalen Winterkit für den Skieinsatz vervollständigt werden.

## [Bildauswahl zum Thema \(35 Bilder\)](#)

### Passende Themen beim pd-f:

[Fahrradbeleuchtung: Rückstrahler sorgen für passive Sicherheit](#)

[Radfahren in Herbst und Winter: Wie Radler und Rad wetterfest werden](#)

[Kommentar: Gezielte Verunsicherung durch Unfallzahlen](#)

[Radfahren im Winter: Spike-Reifen kauft man besser jetzt](#)

[Mit dem E-Bike sicher durch Herbst und Winter](#)

[Fahrradbeleuchtung: Warum leuchtet das Licht nicht?](#)

[Kinderanhänger im Winter: Der Spaß auf Schnee und Eis ist sicher](#)

[Themenblatt Radfahren im Winter](#)

[Braucht mein Fahrrad Winterreifen?](#)

[Radfahren im Winter: Akkus bauen ab, LED-Licht wird heller](#)

### Passendes Bildmaterial

