

Hier melden Sie sich an:

Alle Informationen zu den Kursen und weiterführende Links finden Sie unter: <https://bonn-rhein-sieg.adfc.de/artikel/pedelec-kurse>



Oder brauchen Sie eine andere Lösung?

- Ihnen sagen die angebotenen Termine nicht zu?
- Sie wünschen lieber eine individuelle Schulung?
- Sie haben noch weitergehende Fragen?

Dann schreiben Sie eine Mail an: pedelec@adfc-bonn.de.



PEDELEC

sicher fahren

Impressum:

ADFC Bonn/Rhein-Sieg e.V.
Breite Str. 71, 53111 Bonn
0228-629 6364
info@adfc-bonn.de
www.bonn-rhein-sieg.adfc.de

Martin Jennes: Sprecher der ADFC-Radfahrschule
Bonn/Rhein-Sieg
Paul Kreutz: Leiter der Pedelec-Kurse
Fotos: Paul Kreutz
Druck: DCM Druck Center Meckenheim GmbH
Frühjahr 2023

Was sind Ihre Sorgen?

- Fühlen Sie sich unsicher, weil das Pedelec zu schwer ist oder Sie plötzlich schneller damit fahren können als Sie es eigentlich gewohnt sind?
- Sie sind viele Jahre nicht mehr Fahrrad gefahren und wollen nun lieber mit einem Pedelec statt mit einem normalen Fahrrad neu beginnen?



Der ADFC möchte Ihnen helfen

Wir – der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) – möchten Ihnen bei den ersten Metern auf dem Pedelec helfen, damit Sie sicher unterwegs sind und eine Menge Spaß haben mit ihrem Fahrrad mit eingebautem „Rückenwind“.

Viele glauben, dass das Fahren mit einem Pedelec doch nicht viel anders ist als mit einem normalen Rad. Doch gerade ältere und ungeübte Fahrer werden feststellen, dass sie mit einem Pedelec deutlich schneller unterwegs sind, mit bis zu 25 km/h.

Und das hat Folgen: Sie überholen viel mehr; das Bremsen, Kurven fahren oder Bewegen im dichten Verkehr verändert sich und stellt höhere Anforderungen – all das will geübt sein. Um Ihnen sicheres Fahren mit Ihrem Pedelec

zu vermitteln, bietet der ADFC Kreisverband Bonn/Rhein-Sieg Pedelec-Kurse an, in denen wir Ihnen in circa drei Stunden die Funktionen und das sichere Fahren mit dem Pedelec in verschiedenen Verkehrssituationen und bei unterschiedlichen Landschaftsprofilen vermitteln möchten.



Das Anfahren und das sichere Bremsen werden intensiv im flachen Gelände wie auch an Steigungen geübt.



So können wir Sie unterstützen:



Zwischen April und September finden monatlich mehrere Kurse in Bonn und der Region statt.

Lehrinhalte:

- Wie fahre ich sicher mit meinem Pedelec im Straßenverkehr, im Gelände?
- Wie bremsen ich richtig?
- Wie steuere ich den Elektromotor in Kombination mit der Gangschaltung?
- Wie stelle ich meine Sitzposition am Pedelec ein?
- Wie pflege ich mein Pedelec und den Akku?
- Wie sichere ich mein Pedelec im Alltag?

Wie betreuen wir Sie im Kurs?

- Die Teilnehmenden werden persönlich betreut, ganz nach ihrem Leistungsvermögen.
- Es werden alle Situationen des Alltags angesprochen und geübt.
- Begleitet werden wir von Polizistinnen und Polizisten, die auch über das richtige Verhalten im Straßenverkehr informieren.