

Winterprogramm 2015 / 2016

Radreisevorträge
Fahrradtouren
Technikkurse



ADFC-WINTERPROGRAMM

Auch in der kälteren Saison bieten wir ein fahrradfreundliches Programm: Mit dem MTB, dem Tourenrad oder auf Schusters Rappen erleben Sie hautnah die 4. Jahreszeit. Lassen Sie sich durch unsere Radreisevorträge für den nächsten Fahrradurlaub inspirieren. Für technisch Interessierte bieten wir hilfreiche Kurse an.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Fahrradwinter.

ARBEITSKREISE & TREFFEN

Unsere Arbeitskreise und Treffen finden im Infoladen statt. Neue Teilnehmer/innen sind stets willkommen!

Aktiventreffen: Jeden 2.+ 4. Donnerstag im Monat, 19:00 Uhr

Verkehr: Jeden 1.+ 3. Montag im Monat, 19:30 Uhr

Infoladen: Jeden 2. Montag im Monat, 19:00 Uhr

Codierung: Jeden 4. Montag im Monat, 19:00 Uhr
(im Dezember kein Treffen)

Fahrrad-Navi: Jeden 1. Dienstag im Monat; 19:00 Uhr

Techniktreff: Jeden 3. Donnerstag im Monat, 19:30 Uhr

Radtouren: Termine bitte im Infoladen erfragen

ADFC Ortsgruppe Schwabach:

Allgemeines Treffen: jeden 2. Montag im Monat, 19:30 Uhr, Restaurant „Melathron“, Südliche Ringstraße 22-26, Schwabach

AG Verkehr: jeden 3. Donnerstag im Monat, 20:00 Uhr; Treffpunktbeantwortung auf Anfrage: schwabach@adfc-nuernberg.de

Infos: www.adfc-nuernberg.de/schwabach

ADFC Ortsgruppe Nürnberger Land

Wann: Sonntag 22.11.2015 und Sonntag 21.02.2016 zur Sonntag-Nachmittags-Radtour mit anschließender Einkehr.

Wo: Lauf (nähere Infos und evtl. weitere Treffen siehe Internet)

Internet: www.adfc-nuernberger-land.de

ADFC Fürth

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 19:30 Uhr, „Zu den sieben Schwaben“, Otto-Seeling-Promenade 20, Fürth

Daneben gibt es noch folgende Treffen in unserem Verbandsgebiet, an denen der ADFC beteiligt ist:

„meier-Alltagsradler“ in Wendelstein

Jeden 2. Dienstag im Monat, 20:00 Uhr, Sportgaststätte TSV Röthenbach, Alte Salzstraße 24, Röthenbach bei St. Wolfgang
Aktuelle Themen unter www.alltagsradler.de

Kontakt: Markus Streck, meier@alltagsradler.de; Tel. 09129/28 95 51

Forum „Radfahren im Nürnberger Land“:

Jeden letzten Mittwoch im Monat, Sportheim Lauf, 18:30 Uhr, jedoch nicht im Dezember

<http://landkreis.nuernberger-land.de/index.php?id=4565>

INFOLADEN

Auch im Winter ist unser Infoladen montags und mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr für Sie geöffnet, zwischen Weihnachten (24.12.2015) und Hl. 3 Könige (06.01.2016) ist geschlossen.

Wir beraten über alle Themen rund ums Rad:

- Angebote des ADFC
- Verkehrspolitik
- Tourenplanung, Fahrradmitnahme in Bus & Bahn
- Fahrradtechnik und Kaufberatung

Außerdem erhalten Sie in unserem Infoladen umfangreiches Informationsmaterial, Radtourenführer und -karten sowie Earbags und Reflektorbänder, die sich auch hervorragend als Geschenke eignen.

FAHRRAD-CODIERUNG

Wir bieten Diebstahlschutz durch Codierung. Der Fahrradrahmen wird mit der verschlüsselten Adresse des Eigentümers versehen. Dieser persönliche Code erschwert den Dieben den Weiterverkauf von gestohlenen Fahrrädern und erleichtert der Polizei die Rückgabe von aufgefundenen Fahrrädern an den rechtmäßigen Besitzer.

Für die Codierung im Infoladen ist eine vorherige **Anmeldung** nötig. Wir haben uns zu dieser Maßnahme entschlossen, um Ihnen lange Wartezeiten und Enttäuschungen zu ersparen. Bitte melden Sie sich über den Infoladen an.

Mitzubringen sind **Kaufbeleg** und **Personalausweis!**

Termine für die Codierung sind montags im Infoladen in der Heroldstr. 2, jeweils von 17:30 bis 19:00 Uhr:

23.11.2015, 25.01.2016, 22.02.2016, 21.03.2016

Preis: Gravur: 16,- € (Standardmethode)
Etikett: 10,- € (Carbon-, Ultraleichtträder)
Ermäßigungen für Mitglieder, Kinder und Familien

FAHRRAD-NAVIGATION

Die Navi-Gruppe plant in den Wintermonaten neben dem monatlichen GPS-Navigations-Stammtisch wieder mehrere Arbeitstreffen, in denen Spezialthemen beleuchtet werden.

Termine Navi-Stammtisch sind dienstags im Infoladen, jeweils um 19:00 Uhr:

03.11.2015, 01.12.2015, 05.01.2016, 02.02.2016, 01.03.2016

Die Fachthemen werden im Internet frühzeitig angekündigt.

Weiter Infos unter:

<http://www.adfc-nuernberg.de/fahrrad-navigation/>

RADLER-STAMMTISCH

- Sie suchen Ideen für Ihren nächsten Fahrradausflug?
- Sie benötigen Tipps zum Fahrradkauf?
- Sie haben Fragen zur Fahrradmitnahme in der Bahn?
- Sie wollen sich einfach nur mit anderen Radfahrern austauschen?

Beim Radler-Stammtisch finden Sie Fahrradbegeisterte und Gleichgesinnte! In geselliger Runde plaudern wir über das Fahrrad, das Radfahren und Dies und Das.

Wir treffen uns jeden ersten Donnerstag im Monat ab 19:00 Uhr im Restaurant Kopernikus (im Krakauer Turm), Hintere Insel Schütt 34, 90403 Nürnberg.

Natürlich ist jede/r willkommen, man muss kein Mitglied des ADFC sein.

Termine: 05.11.2015, 03.12.2015, 04.02.2016, 03.03.2016, 07.04.2016

RADREISEVORTRÄGE

Von November bis April präsentieren wir Digital-Vorträge über Radreisen. Sie zeigen Kultur, Land und Leute aus Radfahrersicht. Für Fragen zu Planung, Ausrüstung und Anreise stehen wir gern zur Verfügung. Auch ein kleiner Infostand ist vor Ort.

Unkostenbeitrag: 5,- € (ADFC-Mitglieder frei)

LONI-ÜBLER-HAUS

Nürnberg, Marthastr. 60, **Beginn: 19:30 Uhr**

9.000 km durch Nord- und Osteuropa

Mittwoch, 04.11.2015, Gerhard Wendler

Erst mal den Rhein-Main-Donau-Kanal und die Donau abwärts, dann abbiegen und durch Tschechien nach Polen. An der Weichsel bis kurz vor Warschau und anschließend durch die drei baltischen Länder. Mit der Fähre nach Helsinki und im Osten von Karelien parallel zur russischen Grenze zum Polarkreis und zum Inarisee. Rückwärts dann an die Ostsee, durch Schweden und Dänemark bis nach Roth geradelt.

Jorito en bici - Eine Radreise durch die Anden Südamerikas

Mittwoch, 02.12.2015, Jörg Korte

Peru - Das Land der Inka. Die Radreise beginnt in Trujillo im Norden Perus, der geprägt ist durch beeindruckende Küstenwüste und uralte Prä-Inka Kultur. Durch enge karge Schluchten führt die Tour hinauf zu den Eisriesen der Cordillera Blanca, der wohl schönsten Gebirgskette der hohen Anden. Weiter geht es zur höchsten Stadt der Welt Cerro Pasco und der alten malerischen Kolonialstadt Ayacucho. Über zahllose Pässe von mehr als 4.000 m windet sich die Strasse in das unbestrittene Zentrum der alten Inka Kultur Cusco. Nach einem Abstecher nach Machu Pichu, der einst vergessenen Inkastadt geht es über das Hochplateau Altiplano zum berühmten Titicacasee an der Grenze zu Bolivien.

Waterkant - Von Nürnberg zur Nord- und Ostsee und zurück Mittwoch, 13.01.2016, Dieter Hof

Entlang Tauber, Main, Rhein und Ems, die Küsten von Nord- und Ostsee von der holländischen zur polnischen Grenze, Oder-Neiße-Radweg, Elbe und Moldau bis Prag, über Pilsen und Regensburg zurück nach Nürnberg - im durchregneten Mai und kühlen Juni waren Handschuhe, Regenjacke und ein warmer Schlafsack die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände. Flusslandschaften, Küsten und Strände, alte Hansestädte, Burgen und Schlösser, Radwege unterschiedlichster Art verquickten sich zu einem höchst eindrucksvollen, in vielen Bildern festgehaltenen Gesamterlebnis.

Bolivien/Chile - Auf sandigen Pisten durch den Altiplano Mittwoch, 03.02.2016, Jörg Korte

Vom Titicacasee, dem größten See Südamerikas, geht es los nach La Paz der imposanten Großstadt Boliviens, die sich auf einer Höhe von etwa 4.000 m wie ein Kolosseum in einen riesigen Talkessel schmiegt. Ein Abstecher führt fast 3.500 Hm hinab ins grüne Tiefland des Amazonasbeckens. Die Abfahrt folgt der Todesstrasse „Camino de la Muerte“, die als gefährlichste Strasse der Welt zweifelhaften Ruhm erlangt hat. Von La Paz geht es dann vorbei am schneebedeckten Vulkan Sajama über sandige Pisten, schwer bepackt mit Proviant und Wasser für mehrere Tage, durch die menschenleere Wüste Chiles. Erst zurück in Bolivien wird die 4.000 m Marke wieder unterschritten. Es folgt die Durchquerung zweier riesiger Salzseen, auf denen sich der Horizont verliert. Den Abschluss bildet die „Lagunenroute“, eine kaum befahrbare Sandpiste zum lebendigen Wüstenstädtchen San Pedro de Atacama. Die Route führt in extremer Höhe durch die lebensfeindliche Wüste des Altiplano mit ihrem rauen Klima, vorbei an spuckenden Geysiren, rauchenden Vulkanen und malerisch gefärbten Lagunen.

Tour de Bretagne

Mittwoch, 02.03.2016, Peter Bäumler

Fachwerk, Kirchen, Meer und Hinkelsteine - 1.400 km von Vannes bis zum Mont St.-Michel. Eine abwechslungsreiche Radreise durch Frankreichs äußersten Westen.

Gaststätte „Zum Tannenbaum“

Fürth, Helmstraße 10, **Beginn: 19:00 Uhr**

Radeln auf dem spanischen Jakobsweg

Dienstag, 10.11.2015, Christa u. Horst Albrecht

Beschreibung siehe Kulturladen Gartenstadt, 05.11.2015

Giro d'Italia - Mit Fahrrad und Zelt rund um Italien

Dienstag, 16.02.2016, Dieter Hof

Berge und Meer, traumhafte Strände und Felsenküsten, lebhaft Metropolen und verschlafene Städtchen, Schlösser und Paläste, Spuren der Etrusker, Griechen und Römer, gefolgt von Normanen, Staufern und Bourbonen: die Gegensätze zwischen Nord und Süd-Italien waren 10 Wochen und 4.000 km ein Dauererlebnis.

Irland - Eine Fahrradreise durch den Süden und Südwesten der grünen Insel

Dienstag, 12.04.2016, Peter Bäumler

Beschreibung siehe Nachbarschaftshaus Gostenhof, 15.01.2016.

KULTURLADEN GARTENSTADT

Nürnberg, Frauenlobstr. 7, **Beginn: 19:30 Uhr**

Radeln auf dem spanischen Jakobsweg

Donnerstag, 05.11.2015, Christa u. Horst Albrecht

Der Jakobsweg bietet für jeden etwas: für Naturfreunde und sportliche Radler - weite, einsame Landschaften, unzählige Anstiege und traumhafte Ausblicke. Für Kulturfreunde - mittelalterliche, fast ausgestorbene Dörfer, romanische Kirchen und prächtige gotische Kathedralen, lebhafte Städte und stille Klöster. Wir fahren auf dem „klassischen“ Weg vom Fuß der Pyrenäen nach Santiago de Compostela und zurück auf dem Küstenweg über Santander und Bilbao nach St. Jean-Pied-de-Port.

Faszination Wüste - Durch die Atacama im Norden Chiles

Freitag, 12.02.2016, Peter Bäumler

Sonne, Staub und Stille - doch die angeblich trockenste Wüste der Welt bietet noch mehr: Blühende Oasen und hübsche Indiodörfer, das größte Loch der Welt und das höchstgelegene Geysirfeld der Erde, zum Baden geeignete Salzlagunen, frei lebende Flamingos und Vicuñas, verlassene Geisterstädte und verfallene Friedhöfe, unwirkliche Landschaften und schneebedeckte Vulkane. Drei Wochen lang sind wir per pedales unterwegs, dann gönnen wir uns und unseren Rädern eine Erholung und fahren per Pickup u.a. zu den pulsierenden Küstenstädten am Pazifik. Ein Aufenthalt in der Metropole Santiago de Chile rundet die Reise ab.

NACHBARSCHAFTSHAUS GOSTENHOF

Nürnberg, Adam-Klein-Straße 6, **Beginn: 19:30 Uhr**

Pacific Coast Bike Tour- Von Vancouver BC nach San Francisco

Freitag 20.11.2015, Gerhard Illig

Von Vancouver geht es zunächst quer durch die Inselwelt von British Columbia zum Olympic National Park in Washington. In Astoria überqueren wir den Columbia River und damit die Grenze zu Oregon, wo wir dem Highway 101 weiter folgen, der sich unablässig am rauhen Pazifik entlangschlängelt. In Kalifornien verlassen wir für eine Weile das Meer, um über den Redwood Highway den Humboldt Redwood State Park zu erreichen. Über Mendocino gelangen wir schließlich nach Sausalito. Die Golden Gate Bridge und San Francisco sind in Sichtweite.

Irland - Eine Fahrradreise durch den Süden und Südwesten der grünen Insel

Freitag, 15.01.2016, Peter Bäumler

Steile Klippen und sandige Strände, keltische Hochkreuze und christliche Klöster, prähistorische Steinkreise und verfallene Abteien, trutzige Burgen und fröhliche Dörfer mit „Smartiehäusern“ und Pubs, Palmen, Hortensien und Fuchsien, freundliche Menschen, unzählige Schafe und 40 verschiedene Grüntöne begegnen uns während einer 4wöchigen Tour auf der „grünen Insel“.

TOUREN

Das Fahrrad ist ein „Ganz-Jahres-Fahrzeug“. Getreu diesem Motto veranstalten wir im Winter eine Reihe von Radtouren. Für Radler zu Fuß bieten wir eine Wanderung an.

Unkostenbeitrag für die Radtouren:

Ganztages- 6,- €, Halbtages- 4,- €, Feierabend-Touren 2,- €
ADFC-Mitglieder frei

Aufgrund der unvorhersehbaren Witterung behalten wir uns vor einzelne Touren auch kurzfristig entfallen zu lassen. Dies liegt im Ermessen des Tourenleiters.

RADTOUREN

Kategorien dieser Touren entsprechend des Sommerprogramms:

☺	Gemütlich	15 km/h in der Ebene
☺ ☺	Locker	17 km/h in der Ebene
☺ ☺ ☺	Flott	19 km/h in der Ebene
☺ ☺ ☺ ☺	Sportlich	21 km/h in der Ebene

Sonntag, 01.11.2015 (Kat. ☺ ☺ ☺ ☺)

Allerheiligen-Tour

Wir fahren ins Nürnberger Land. Eine Mittagseinkehr ist geplant. Abkürzung mit der Bahn möglich.

Treffpunkt: 09:45, Nürnberg, Tiergarten Haupteingang

Strecke: ca. 75 km Leitung: Lilith Przygoda

Samstag, 07.11.2015 (Kat. ☺ ☺ ☺)

Nach Vogtsreichenbach

Tour mit Mittagseinkehr.

Treffpunkt: 09:30, Nürnberg, S-Bahnhof Eibach

Strecke: ca. 75 km Leitung: Lilith Przygoda

Sonntag, 08.11.2015 (Kat. ☺ ☺ ☺ ☺)

In den Landkreis Nürnberger Land

Eine Runde ins südöstliche Umland Nürnbergs.

Und natürlich – mit Mittagseinkehr.

Treffpunkt: 09:15, Nürnberg, Tiergarten Haupteingang

Strecke: ca. 80 km Leitung: Lilith Przygoda

Sonntag, 08.11.2015 (Kat. ☺ ☺ ☺)

Nach Roßtal zum Martinimarkt

Wir fahren ins Fürther Land und besuchen den Roßtaler Martinimarkt. Durchs Biberttal und den Hainberg geht es anschließend wieder zurück.

Treffpunkt: 13:00, Nürnberg, Straba-Endhaltestelle Gibitzenhof
13:10, S-Bahnhof Eibach

Strecke: ca. 40 km Leitung: Simone Schradi, Ulrich Epperlein

Sonntag, 15.11.2015 (Kat. ☺ ☺ ☺ ☺)

In den Landkreis Roth

Wer an diesem Tag eine sportliche Herausforderung annehmen will, folgt dieser Tour in den nordwestlichen Teil des Landkreises Roth.

Treffpunkt: 09:00, Nürnberg, S-Bahnhof Eibach

Strecke: ca. 95 km Leitung: Lilith Przygoda

Sonntag, 22.11.2015 (Kat. 3 3)

Sonntagsnachmittags-Tour

Zuerst den Nachmittag bei einer je nach Wetter gemütlichen oder flotten Runde in und um Lauf genießen und danach ein gemütliches Beisammensein mit netten Menschen zum Austausch über interessante Themen rund ums Fahrrad.

Die Tour findet nur bei fahrradtauglichen Verhältnissen statt. Kurzfristige Informationen am Vorabend im Internet (www.adfc-nuernberger-land.de/radtouren).

Treffpunkt: 13:45, Lauf, S-Bhf links der Pegnitz, am Bhfsgebäude

Strecke: ca. 25 km Leitung: Thomas Löffler, ADFC-Team

Kontakt: kontakt@adfc-nuernberger-land.de, 0160/929 746 68

Sonntag, 22.11.2015 (Kat. 3 3 3 3)

In den Landkreis Erlangen-Höchstadt

Auf zu einer Runde in den Nordwesten.

Treffpunkt: 09:15, Nürnberg, Tiergarten Haupteingang

Strecke: ca. 75 km Leitung: Lilith Przygoda

Sonntag, 29.11.2015 (Kat. 3 3 3 3)

Advent Advent...

Ja, es ist schon wieder so weit. Begleiten Sie uns zu einer Runde mit Besuch auf dem Weihnachtsmarkt in Lauf.

Treffpunkt: 09:45, Nürnberg, U-Bhf Ziegelstein, beim Blumen Graf

Strecke: ca. 55 km Leitung: Stephanie Przygoda, Lilith Przygoda

Samstag, 26.12.2015 (Kat. 3 3 3)

Weihnachtstour

Wer an diesem Tag Lust auf Radfahren hat, gibt dieser Ausfahrt die Ehre.

Treffpunkt: 10:00, Nürnberg, Tiergarten Haupteingang

Strecke: ca. 65 km Leitung: Lilith Przygoda

Mittwoch, 06.01.2016 (Kat. 3 3 3)

Drei-Königs-Tour

Eine Drei-Königs-Tour ins Blaue.

Treffpunkt: 09:30, Nürnberg, Hauptmarkt, Schöner Brunnen

Strecke: ca. 65 km Leitung: Lilith Przygoda

Samstag, 30.01.2016 (Kat. 3 3)

Winter-Schnitzeljagd

Auch bei kälteren Temperaturen wollen wir ein Schnitzel erjagen und fahren daher am Kanal nach Seukendorf zur Einkehr. Gestärkt führt uns der Rückweg durch den Fürther Umkreis wieder zum Ausgangspunkt zurück.

Treffpunkt: 10:40, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 33 km Leitung: Simone Schradi, Ulrich Epperlein

Sonntag, 21.02.2016 (Kat. 3 3 3)

Über die Höhen

Auf dieser Tour suchen wir die Höhen des Nürnberger Landes.

Eine Mittagseinkehr gibt es auch.

Treffpunkt: 10:00, Nürnberg, Tiergarten Haupteingang

Strecke: ca. 60 km Leitung: Lilith Przygoda

Sonntag, 21.02.2016 (Kat. 3 3 3)

Sonntagsnachmittags-Tour

Zuerst den Nachmittag bei einer je nach Wetter gemütlichen oder flotten Runde in und um Lauf genießen und danach ein gemütliches Beisammensein mit netten Menschen zum Austausch über interessante Themen rund ums Fahrrad.

Die Tour findet nur bei fahrradtauglichen Verhältnissen statt. Kurzfristige Informationen am Vorabend im Internet (www.adfc-nuernberger-land.de/radtouren).

Treffpunkt: 13:45, Lauf, S-Bhf links der Pegnitz, am Bhfgebäude

Strecke: ca. 25 km Leitung: Thomas Löffler, ADFC-Team

Kontakt: kontakt@adfc-nuernberger-land.de, 0160/929 746 68

Samstag, 27.02.2016 (Kat. 3 3 3)

Jahreszeiten-Tour (Teil 1 – Winter)

Mit dieser Tourenserie wollen wir die gleiche Strecke zu unterschiedlichen Jahreszeiten erkunden. Dieses Jahr sind wir wieder südlich von Nürnberg unterwegs und erkunden dort die Landschaft beidseits des Rednitztals. Zur Winter-Ausgabe starten wir früh am Morgen und machen nach kurzer Fahrstrecke eine gemeinsame Frühstücks-Einkehr; Rückkehr ist gegen 11:30 geplant. Die Fortsetzung der Serie folgt im Sommerprogramm.

Treffpunkt: 08:00, Nürnberg, Straba-Endhaltestelle Gibitzenhof

Strecke: ca. 36 km Leitung: Simone Schradi, Ulrich Epperlein

Sonntag, 13.03.2016 (Kat. 3 3 3)

Im Märzen...

Der Frühlingsanfang naht und wir stimmen uns mit einer flotten Runde auf die neue Saison ein. Es ist eine Mittagseinkehr geplant.

Treffpunkt: 10:30, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 55 km Leitung: Liliith Przygoda

MOUNTAIN-BIKE-TOUREN

In dieser Wintersaison fahren wir an jeweils einem Sonntag pro Monat Mountainbike Touren:

08.11.2015, 06.12.2015, 03.01.2016, 07.02.2016, 06.03.2016

Um flexibel je nach Wetteraussichten und Bodenverhältnissen die aktuell geeigneten Tourengebiete und Strecken aussuchen zu können, werden wir die Treffpunkte und Zeiten in unserem E-Mail Verteiler am Donnerstag vor der Tour ankündigen. Die Touren werden je nach Wetter zwischen 3 und 5 Stunden dauern und von verschiedenen Treffpunkten in Nürnberg oder Fürth starten, teilweise mit Bahnfahrt.

Um in unseren MTB-Verteiler aufgenommen zu werden bitte eine leere E-Mail senden an:

ADFC-Nuernberg-MTB-subscribe@yahoogroups.de

(Achtung: Die Bestätigungsnachricht von yahoo muss man an yahoo zurücksenden, erst das ist die Bestätigung der Anmeldung)

Oder die Emails ohne yahoo Anmeldung im Forum lesen:

<http://de.groups.yahoo.com/neo/groups/ADFC-Nuernberg-MTB/info>

Wie im Sommer besteht auch im Winter Helmpflicht!



Tourenleiter: Klaus Bär, Heinz Gieselmann, Heinz Sturm, Stefan Ruttman, Andreas Wimmer

WANDERTOUR

Unsere Wanderung bieten wir zusammen mit dem Blindenverein TCF (Tandem-Club Franken) an. Wer an dieser teilnehmen möchte, meldet sich bitte 3 Tage vor der Wanderung bei Karl Rügamer an.



Tel. 0911/86 26 97 oder über tandemclub-franken@gmx.de

Samstag, 07.11.2015

Wanderung von Henfenfeld über Glatzenstein nach Neunkirchen am Sand, ca. 14 km

Treffpunkt: Hbf Nürnberg, 09:00 Uhr, Abfahrt S1 um 09:13 Uhr

TECHNIKKURSE

Wir vermitteln theoretische Kenntnisse über die verschiedenen Bauteile und Baugruppen der Fahrräder und geben praktische Anleitungen dazu.

Die **Anmeldung** zu allen Kursen ist im Infoladen, telefonisch oder per E-Mail bzw. per Fax möglich. Die Kurse finden bei einer Mindestteilnahme von 5 Personen statt.

Die **Teilnahmegebühr** ist bei den jeweiligen Kursen genannt. Kinder bis 14 Jahre zahlen jeweils die Hälfte. Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr unmittelbar nach der Anmeldebestätigung auf unser Konto bei der Sparkasse Nürnberg:

IBAN: DE95 7605 0101 0001 1225 54 - BIC: SSKN DE 77.

Bremsen und Ketten-Schaltungen

Mittwoch, 27.01.2016, 19:00 bis 21:30 Uhr

Es wird gezeigt, wie diese wichtigen Komponenten richtig eingestellt und repariert werden können. Hierzu sind entsprechende Modelle vor Ort.

Teilnahmegebühr: 16,- € (ADFC-Mitglieder: 8,- €)

Ort: Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

Bremsen und Ketten-Schaltungen

Mittwoch 17.02.2016, 19:00 bis 21:30 Uhr

Es wird gezeigt, wie diese wichtigen Komponenten richtig eingestellt und repariert werden können. Hierzu sind entsprechende Modelle vor Ort.

Teilnahmegebühr: 16,- € (ADFC-Mitglieder: 8,- €)

Ort: Loni-Übler-Haus, Marthastr. 60

Die Kunst des Laufradbaus (Kurs über 2 Abende)

Donnerstag, 25.02. und 03.03.2016, 19:00 bis 21:30 Uhr

Hier können die Teilnehmer ein Laufrad selbst aufbauen und zentrieren. Im Kurs werden Theorie und Praxis des Laufradbaus vermittelt, wobei an maximal 4 Laufrädern jeweils 2 Personen im Team arbeiten. Wer dafür sein eigenes Material (Felge, Nabe und passende Speichen – in Einzelteilen!) mitbringt, kann am Ende ein perfektes selbstgebautes Laufrad mit nach Hause nehmen. Dies bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben.

Teilnahmegebühr: 32,- € (ADFC-Mitglieder: 16,- €)

Ort: Loni-Übler-Haus, Marthastr. 60

Kette und Ritzel

Mittwoch, 09.03.2016, 19:00 bis 21:30 Uhr

Welche Pflege und Wartung brauchen diese, für den Antrieb so wichtigen Komponenten?

Teilnahmegebühr: 16,- € (ADFC-Mitglieder: 8,- €)

Ort: Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

Reifenpannen beheben

Mittwoch, 16.03.2016, 19:00 bis 21:30 Uhr

Wie baue ich das Laufrad aus? Wo ist das Loch? Was kann man dagegen tun?

Teilnahmegebühr: 16,- € (ADFC-Mitglieder: 8,- €)

Ort: Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

Reparaturkurs von Frauen für Frauen

Samstag, 12.03.2016, 14:00 bis 17:00 Uhr

Samstag, 16.04.2016, 14:00 bis 17:00 Uhr

In diesem Kurs lernen Sie, selbständig eine Reifenpanne an Ihrem eigenen Fahrrad zu beheben. Dazu gehört auch der Aus- und Wiedereinbau der Laufräder. Grundlegende Wartungsarbeiten, die Sie regelmäßig durchführen sollten, ergänzen das Programm.

Bitte bringen Sie zu dem Kurs Ihr eigenes Fahrrad und - soweit vorhanden - Werkzeug mit.

Teilnahmegebühr: 20,- € (ADFC-Mitglieder: 10,- €)

Ort: ADFC-Infoladen, Heroldstr. 2

ADFC-Kreisverbände

Nürnberg und Umgebung e.V.

Heroldstr. 2, 90408 Nürnberg

Öffnungszeiten: montags + mittwochs, 17:00 bis 19:00 Uhr

Tel.: 0911/39 61 32 Fax: 0911/33 56 87

E-Mail: kontakt@adfc-nuernberg.de

Internet: <http://www.adfc-nuernberg.de>

Konto: IBAN: DE95 7605 0101 0001 1225 54

BIC: SSKN DE 77 (Sparkasse Nürnberg)

Spenden an den ADFC sind steuerlich absetzbar!

Der ADFC Nürnberg ist Partner von:

Fürth

Kontakt: c/o Zentralrad

Moststr. 25, 90762 Fürth

Tel.: 0911/74 60 90

E-Mail: info@adfc-fuerth.de

Internet: <http://www.adfc-fuerth.de>



Jetzt Mitglied werden und die Vorteile nutzen. Weiter Infos unter:

<http://www.adfc-nuernberg.de/mitglied-werden/>

10–18 Uhr

5.+6. März 16


Fahrradmesse in der Stadthalle Fürth

mit „Radreisen 2016“

des



rad 16



Rahmenprogramm
und mehr Infos
im Internet!

www.rad16.de