

# Winterprogramm 2016 / 2017

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

### **ADFC Kreisverband Nürnberg**

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

**Aktiventreffen:** Jeden 2.+ 4. Mittwoch 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; Treffpunkt-  
bekanntgabe auf Anfrage: [schwabach@adfc-nuernberg.de](mailto:schwabach@adfc-nuernberg.de)  
Infos: [www.adfc-nuernberg.de/schwabach](http://www.adfc-nuernberg.de/schwabach)

### **ADFC Ortsgruppe Nürnberger Land**

Wann: Im Anschluss an das Forum Radfahren (siehe unten)  
Nähere Infos und evtl. weitere Treffen siehe Internet  
Internet: [www.adfc-nuernberger-land.de](http://www.adfc-nuernberger-land.de)

### **ADFC Kreisverband Fürth**

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 19:30 Uhr, Gaststätte „Herr & Kaiser“, Kaiserstraße 89, Fürth

### **ADFC Kreisverband Erlangen**

Jeden Donnerstag 18:30 Uhr, im Freizeitzentrum Frankenhof, Raumerstr. 6, 7.Stock

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

#### **„meier-Alltagsradler“ in Wendelstein**

Jeden 2. Dienstag im Monat mit Kurzvortrag und Austausch, 20:00 Uhr, Sportgaststätte TSV Röthenbach, Alte Salzstraße 24, Röthenbach bei St. Wolfgang

Aktuelle Themen unter [www.alltagsradler.de](http://www.alltagsradler.de)

Kontakt: Markus Streck, [meier@alltagsradler.de](mailto: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>

# WEITERE ANGEBOTE

## INFOLADEN

---

Auch im Winter ist der Nürnberger Infoladen montags und mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr für Sie geöffnet, zwischen Weihnachten (24.12.2016) und Hl. 3 Könige (06.01.2017) 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.

Der ADFC Erlangen, in der Raumerstr. 6, 91054 Erlangen hat jeden Donnerstag (außer an Feiertagen) von 18:30 bis 19:30 Uhr für Sie geöffnet.

## 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 Nürnberg an.

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

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

24.10.2016, 28.11.2016, 23.01.2017, 27.02.2017, 27.03.2017

Preis: Mechanisch: 16,- € (Standardmethode)

Etikett: 10,- € (Carbon-, Ultraleichtträger)

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:

08.11.2016, 06.12.2016, 03.01.2017, 07.02.2017, 07.03.2017

Die Fachthemen werden im Internet frühzeitig angekündigt.

Weitere 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: 03.11.2016, 01.12.2016, 02.02.2017, 02.03.2017, 06.04.2017

In Erlangen treffen sich Fahrradbegeisterte jeden Donnerstag ab 20:00 Uhr in der Blauen Traube (Luitpoldstr. 24) zum ungezwungenen Plausch - nicht nur über Fahrrad-Themen.

## 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

**Einmal nach Santiago de Compostella und zurück  
Mittwoch, 02.11.2016, Christa und Horst Albrecht**

Vom Fuß der Pyrenäen fahren wir zunächst durchs Baskenland und über den Somportpass nach Spanien, wo wir kurz darauf auf den klassischen Weg, den Camino Francés, stossen. Dabei durchquerten wir die unterschiedlichsten Landschaften: Hochgebirge, welliges Land mit riesigen landwirtschaftlichen Flächen, einsame Landstriche wie die schier endlose Meseta und erfreuten uns im Rioja an den grünen Weinstöcken. Wir sahen prächtige Kathedralen in den Weltkulturerbestädten Burgos und Leon, stille Klöster und wir passierten halb verlassene Dörfer, ehe wir nach 1.000 km am Ziel waren. Die Rückfahrt ging entlang der relativ unbekanntes Nordküste über unzählige Anstiege und lange Abfahrten durch grüne Landschaften von Galicien ins Baskenland. Abwechslungsreich verläuft die Route an der Steilküste entlang mit traumhaften Ausblicken und Abstechern ins gebirgige Hinterland. Entschädigt werden wir durch mittelalterliche Dörfer, idyllische Küstenorte, einsame Strände und die lebhaften Städte Bilbao und San Sebastian.

## **Von Nürnberg nach Graz – Warum immer in die Ferne schweifen?**

**Mittwoch 07.12.2016, Gerhard Illig und Ursula Roth**

Von zu Hause aus zu starten hört sich ja nicht besonders aufregend an. Aber biegt man erst mal um die Ecke, lassen die Überraschungen nicht lange auf sich warten. Bereits der Regenradweg ist eine kleine Offenbarung. Und dass in Bad Kötzing Whiskey gebraut wird, wussten wir auch nicht. Der Böhmerwald ist das reinste Rad-El Dorado und die mittelalterliche Stadt Cesky Krumlov ist fürwahr eine Perle. Das hügelige Mühlviertel ist für das Auge so reizvoll wie für die Beine mühsam. Hat man aber erst die Donau erreicht, geht es genussvoll dahin – auch kulinarisch. Schon mal vom Traisen- und Mürztal gehört? Unbedingt sehenswert – vor allem St. Pölten, die Hauptstadt Niederösterreichs. Noch ein Tag an der Mur und wir gelangen schließlich nach Graz (das ist sowieso unsere Lieblingsstadt). Hinter uns liegen 700 erlebnisreiche Kilometer.

## **Kambodscha per Fahrrad erleben – Ökotourismus, Weltkulturerbe und noch mehr**

**Mittwoch, 11.01.2017, Thomas Häfner**

Von der geschäftigen Hauptstadt Phnom Penh geht es durch endlose Reisfelder zu den historischen Seebädern Kep und Kampot. Vermutlich als erste Radfahrer erreichen wir die Insel Koh Ta Kiev, auf der es nur Trampelpfade durch den Urwald gibt. Abseits der Haupttrouten liegt das Dorf Chi Phat, ein Modell für gemeindebasierten Ökotourismus. Die Überquerung der Cardamom Mountains auf Staubpisten erweist sich für Fahrer und Material als echte Herausforderung. Auf dem Boot von Battambang nach Siem Reap erleben wir eine amphibische Fluss- und Seenlandschaft. Krönender Abschluss unserer Reise ist die antike Tempelstadt Angkor.

## **Von Roth auf die grüne Insel – Per Rad nach Irland**

**Mittwoch, 01.02.2017, Gerhard Wendler**

Mit dem Rad an Regnitz, Main und Rhein bis Amsterdam und mit der Fähre nach Nordengland. Am Hadrianswall nach Westen zur Fähre nach Belfast und von dort durch Nordirland und Irland. Der Heimweg führt durch Südeuropa, Belgien, Luxemburg, das Saarland und die Pfalz.

## **Im Herzen des Inkareiches – Unterwegs in Peru**

**Mittwoch, 01.03.2017, Peter Bäumler**

Unsere Reise beginnt in Cusco, wo wir uns zum Akklimatisieren 5 Tage gönnen – immerhin liegt der „Nabel der Welt“, wie die Inkas Cusco nannten, auf 3400m Höhe. Von Cusco radeln wir ins Valle Sagrado de los Incas, ins Heilige Tal der Inkas. Von dort machen wir einen Abstecher mit der Bahn ins legendenumwobene Machu Picchu, Perus bekannteste Sehenswürdigkeit. Wir besuchen nicht nur die beeindruckenden Inkaruinen von Ollantaytambo und Pisac, sondern wir werden von den Quechuas auch in die Webkünste der andinen Bevölkerung eingeführt, bekommen Einblicke in die Technik des Maisbierbrauens und in die Geheimnisse der Meerschweinchenzucht und nehmen an einer Lama-Trekking-Tour teil. Schließlich geht es per Bus zum Cañón del Colca, den zweittiefsten Canyon der Welt, in die „weiße Stadt“ Arequipa und in Perus Hauptstadt Lima.

# KULTURLADEN GARTENSTADT

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

## **Europas gar nicht wilder Osten – Ungarn – Ukraine – Russland Freitag, 04.11.2016, Dieter Hof**

Wer vermutet schon Burgen und Schlösser in der Ukraine? Hilfsbereite und gastfreundliche Menschen in Russlands Großstädten? 5.000 km auf den schlechtesten Straßen Europas in der Ukraine, auf Autobahnen in Russland. Die Metropolen Kiew, Moskau, St. Petersburg, malerische Dörfer und Städte. Paläste und Hütten, Kultur und Natur, Aufregendes und Besinnliches - der gar nicht wilde Osten Europas bietet viele meist angenehme Überraschungen und Sehens- und Erlebniswertes.

## **Tour de Bretagne**

### **Freitag, 03.03.2017, Peter Bäumler**

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

# NACHBARSCHAFTSHAUS GOSTENHOF

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

## **USA per Fahrrad – Von Küste zu Küste quer durch die USA**

### **Freitag 18.11.2016, Dieter Hof**

Von Utah rund 1.000 km nach Süden an die mexikanische Grenze und in den Big Bend National Park.

## **Basel – Avignon Vom französischen Jura in die Provence**

### **Freitag, 20.01.2017, Gerhard Illig**

Die südlichen Elsassausläufer erinnern zunächst an fränkische Landschaft. Aber je weiter wir nach Süden kommen, desto imposanter werden die Jurafelsen und tiefer eingeschnitten die Flusstäler. Die weißen Gipfel der Alpen kommen in Sichtweite, während wir durch erste Lavendelfelder radeln. Die Provence empfängt uns mit wunderbaren Düften, malerischen Orten und fröhlichen Bars. Die Ockerbrüche von Roussillon sind ein letzter Höhepunkt, bevor wir nach zwei Wochen auf ruhigen Landstraßen in das ausgelassene Stadtleben Avignons eintauchen.

# LESECAFÉ ALTSTADTMARKTPASSAGE

**Erlangen, Hauptstraße 55**

Themen und Termine finden Sie unter:

[www.adfc-erlangen.de](http://www.adfc-erlangen.de)

oder über den Radtouren-Newsletter

[www.adfc-erlangen.de/radtouren-newsletter/](http://www.adfc-erlangen.de/radtouren-newsletter/)

# 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.

## WANDERTOUREN

**Samstag, 19.11.2016**

Diese Wanderung bieten wir zusammen mit dem Blindenverein TCF (Tandem-Club Franken) an.



**Wanderung von Parsberg nach Batzhausen, ca. 15 km**

Treffpunkt: Hbf Nürnberg, 09:15 h (lange Rolltreppe U1)

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](mailto:tandemclub-franken@gmx.de)

**Samstag, 17.12.2016**

**Wanderung „Am Röthenbach“, ca. 12 km**

Ganztagestour, vom Treffpunkt mit Bus nach Brunn. Am Röthenbach entlang über den Birkensee nach Diepersdorf zur Mittags-einkehr beim Gasthof Löhner und zurück nach Brunn.

Treffpunkt: 10:00 U-Bahn Langwasser Süd,

Leitung: Erwin Meier

## MOUNTAIN-BIKE-TOUREN

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

06.11.2016, 04.12.2016, 08.01.2017, 05.02.2017, 05.03.2017

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 Mittwoch 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 Bahnanfahrt.

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

[ADFC-Nuernberg-MTB-subscribe@yahoo.com](mailto:ADFC-Nuernberg-MTB-subscribe@yahoo.com)

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

Oder die E-Mails 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



# RADTOUREN

## Kurzfristige Tourenangebote:

Zusätzlich zu den hier im Programm veröffentlichten Touren gibt es die Möglichkeit, sich via Internet kurzfristig zu gemeinsamen Touren zusammenzufinden. Weitere Informationen erhalten Sie unter:

<http://www.adfc-nuernberg.de/radtouren/kurzfristige-angebote.html>

## Tourenangebote:

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

## Touren ab Erlangen und Umgebung

Um auch bei winterlichen Verhältnissen flexibel mit Tourenangeboten aufwarten zu können, nutzen wir den Radtouren-Newsletter [www.adfc-erlangen.de/radtouren-newsletter/](http://www.adfc-erlangen.de/radtouren-newsletter/). Er informiert ein paar Tage vorher per E-Mail, wann eine Tour stattfindet.

Oder Sie werfen einen Blick auf den Veranstaltungskalender unter [www.adfc-erlangen.de/](http://www.adfc-erlangen.de/)!

**Samstag, 05.11.2016 (Kat. ☺ ☺ ☺)**

### Alles Bio, oder was?

Wir unternehmen eine Einkaufstour durch den Nürnberger Süden und steuern dabei diverse Stationen an, an denen es Käse, Gemüse, Obst und vieles mehr zu kaufen gibt. Zur Halbzeit der Tour ist eine Café-Pause in der Winkler-Mühle in Gustenfelden geplant. Treffpunkt: 10:00, Nürnberg, Straba-Endhaltestelle Gibitzenhof  
Strecke: ca. 34 km Leitung: Simone Schradi, Ulrich Epperlein  
Kontakt: [simiusteff@web.de](mailto:simiusteff@web.de)

**Samstag, 19.11.2016 (Kat. ☺ ☺ ☺)**

### Kammersteiner Waldmarkt

Mitradler aus Erlangen sind herzlich willkommen (Anreise per Bahn oder Rad). Über ruhige, zunächst autofreie Wege an der Rednitz entlang durch den Locher Grund und Gustenfelden gelangen wir zum Waldmarkt in Kammerstein. Dort gibt es eine reiche Auswahl an regionalen Produkten: Michael Meier fertigt vor Ort besonders langlebige Körbe aus Holzspänen. Bewährte Tipps seit Jahren sind selbstgemachter, weißer Glühwein und am Stand der Grundschule Weihnachtsplätzchen. Individuelle Rückfahrt mit der Bahn ab Schwabach ist möglich und verkürzt die Strecke auf insgesamt 35 km.

Treffpunkt: 09:30, Fürth, Hauptbahnhof Südausgang

Strecke: ca.60 km Leitung: Martina Jung

**Sonntag, 04.12.2016 (Kat. ☺ ☺)**

### Weihnachtsmarkt im Wolfgangshof

Am zweiten Advent wollen wir dem Weihnachtsmarkt im Wolfgangshof einen Besuch abstatten (Eintritt 5 € pro Person). Wir nehmen uns eine knappe Stunde Zeit dort, bevor wir die Rückfahrt antreten. Heimkehr in der Dämmerung, bitte auf funktionsfähige Beleuchtung achten. Individuelle Rückfahrt mit der S-Bahn ist ebenfalls möglich.

Treffpunkt: 14:15, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 24 km Leitung: Ulrich Epperlein, Simone Schradi

Kontakt: [adfc@epperleinu.de](mailto:adfc@epperleinu.de)



**Mittwoch, 21.12.2016 (Kat. ☸)**

### **Fotografieren in der Blauen Stunde (Tour 1)**

Wir nutzen die besondere Lichtstimmung eine halbe Stunde nach Sonnenuntergang und machen available-Light-Aufnahmen. Davor und danach kommt das Radeln auch nicht zu kurz. Tour 1 geht rund um die Burgmauer und zum Abschluss auf den Christkindlesmarkt.

Treffpunkt: 17:00 Nürnberg, vor dem Opernhaus (auf dem Platz)

Strecke: ca. 15 km Leitung: Christa Caspar

**Sonntag, 15.01.2017 (Kat. ☸)**

### **Fotografieren in der Blauen Stunde (Tour 2)**

Wir nutzen die besondere Lichtstimmung eine halbe Stunde nach Sonnenuntergang und machen available-Light-Aufnahmen. Tour 2 führt uns nach Zabo und die Pegnitz entlang.

Treffpunkt: 17:00 Nürnberg, Norikus-Hochhaus (Wöhrder See)

Strecke: ca. 15 km Leitung: Christa Caspar

**Sonntag, 29.01.2017 (Kat. ☸☸☸)**

### **Prinzenfrühstück in Schwabach**

Durch den Wintermorgen radeln wir ein gutes Stündchen bis Schwabach, wo wir ein ausgiebiges Frühstück genießen. Frisch gestärkt schlagen wir danach noch einen Haken durch die Landschaft und erreichen gegen 13:00 Uhr wieder den Ausgangspunkt.

Treffpunkt: 08:30, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 44 km Leitung: Ulrich Epperlein, Simone Schradi

Kontakt: [adfc@epperleinu.de](mailto:adfc@epperleinu.de)

**Samstag, 04.02.2017 (Kat. ☸)**

### **Fotografieren in der Blauen Stunde (Tour 3)**

Wir nutzen die besondere Lichtstimmung eine halbe Stunde nach Sonnenuntergang und machen available-Light-Aufnahmen. Auf Tour 3 gibt es hoffentlich genug Schnee - diesmal radeln wir in den Nürnberger Süden.

Treffpunkt: 16:00 Nürnberg, vor dem Wanner (Dutzendteich)

Strecke: ca. 15 km Leitung: Christa Caspar

**Sonntag, 26.02.2017 (Kat. ☸☸☸)**

### **Jahreszeiten-Tour (Teil 1 – Winter)**

Mit dieser Tourenserie wollen wir die gleiche Strecke zu unterschiedlichen Jahreszeiten erkunden. Für 2017 haben wir eine Tour in südwestlicher Richtung im Programm. Zur Winter-Ausgabe starten wir früh am Morgen und machen nach kurzer Fahrstrecke eine gemeinsame Frühstücks-Einkehr; Rückkehr ist gegen 11:45 geplant. Die Fortsetzung der Serie folgt im Sommerprogramm.

Treffpunkt: 08:00, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 42 km Leitung: Simone Schradi, Ulrich Epperlein

Kontakt: [simiusteff@web.de](mailto:simiusteff@web.de)

**Samstag, 25.03.2017 (Kat. ☸☸)**

### **Frühling-Einkehr**

Je nach Wetterlage radeln wir ca. 1-2 Stunden vor der Mittags-einkehr.

Treffpunkt: 11:30, Nürnberg, U-Bahnhof Röthenbach, am Aufzug

Strecke: ca. 15-25 km Leitung: Beate Stoertzenbach

# 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, 25.01.2017, 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: Nürnberg, Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

## **Bremsen und Ketten-Schaltungen**

**Donnerstag 02.02.2017, 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: Nürnberg, Loni-Übler-Haus, Marthastr. 60

## **Die Kunst des Laufradbaus (Kurs über 2 Abende)**

**Mittwoch, 15.02. und 22.02.2017, 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: Nürnberg, Loni-Übler-Haus, Marthastr. 60

## **Bremsen und Ketten-Schaltungen**

**Mittwoch, 15.03.2017, 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: Nürnberg, Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

## **Kette und Ritzel**

**Mittwoch, 22.03.2017, 19:00 bis 21:30 Uhr**

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

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

Ort: Nürnberg, Vischers Kulturladen, Hufelandstr. 4

## Reparaturkurs von Frauen für Frauen

**Samstag, 11.03.2017, 14:00 bis 17:00 Uhr**

**Samstag, 29.04.2017, 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: Nürnberg, 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>

Facebook: [www.fb.me/ADFCNuernberg](http://www.fb.me/ADFCNuernberg)

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 Bernd Leibinger

Hiltmannsdorferstr. 12, 90768 Fürth

Tel.: 0911/74 60 90

E-Mail: [info@adfc-fuerth.de](mailto:info@adfc-fuerth.de)

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

Facebook: [www.fb.me/ADFCFuerth](http://www.fb.me/ADFCFuerth)

### Erlangen

Raumerstraße 6, 91054 Erlangen

Tel.: 09131/20 96 73

E-Mail: [kontakt@adfc-erlangen.de](mailto:kontakt@adfc-erlangen.de)

Internet: [www.adfc-erlangen.de](http://www.adfc-erlangen.de)

Facebook: [www.fb.me/ADFCERlangen](http://www.fb.me/ADFCERlangen)



**Jetzt Mitglied werden und  
die Vorteile nutzen.**

**Weitere Infos unter:**

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

# Beitritt

auch auf [www.adfc.de](http://www.adfc.de)



# adfc

Allgemeiner Deutscher  
Fahrrad-Club

Bitte einsenden an **ADFC e. V.**, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen,  
oder per Fax an 0421/346 29 50, oder per E-Mail an [mitglieder@adfc.de](mailto:mitglieder@adfc.de)

Name

Vorname

Geburtsjahr

Straße

PLZ, Ort

Telefon (Angabe freiwillig)

Beruf (Angabe freiwillig)

E-Mail (Angabe freiwillig)

- Ja**, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe [www.adfc.de/mitgliedschaft](http://www.adfc.de/mitgliedschaft).

**Einzelmitglied**

ab 27 Jahre (56 €)  18 – 26 Jahre (33 €)

unter 18 Jahren (16 €)

**Familien- / Haushaltmitgliedschaft**

ab 27 Jahre (68 €)  18 – 26 Jahre (33 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

- Zusätzliche jährliche Spende:**

€

**Familien-/Haushaltsmitglieder:**

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

- Ich erteile dem ADFC hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf:

**Gläubiger-Identifikationsnummer:** DE36ADF00000266847

**Mandats-Referenz:** teilt Ihnen der ADFC separat mit

Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber/in

D E

IBAN

BIC

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

- Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Datum

Unterschrift