

Allgemeiner Deutscher Fahrrad Club  
Kreisverband Starnberg

Anton Maier  
Alpspitzstraße 4

Feldafing, 4. 4. 2013

An den Starnberger Merkur  
Maximilianstr. 13

82319 Starnberg

Pressemeldung

### **Wir wollen, dass mehr Leute Rad fahren!**

Radfahren bringt Bewegung und fördert damit unsere Gesundheit

Radfahren schafft Kommunikation: Man sieht sich, wenn man sich begegnet

Radfahren spart Zeit, im Bereich bis 5 km ist man schneller da.

Radfahren vermeidet Lärm und Abgase.

Radfahren macht den Schulweg sicherer!

**Mit einem Satz: In fahrradfreundlichen Orten ist die Lebensqualität besser!**

Einen kleinen Beitrag dazu liefern unsere Tourenleiter in diesen Tagen:

### **Das Radtourenprogramm des ADFC-Kreisverbands Starnberg.**

Wir laden Radlerinnen und Radler wieder ein zu vielen Touren im Landkreis und darüber hinaus. Wie im letzten Jahr erheben wir keinen Teilnehmerbeitrag.

Im beiliegenden Programmheft finden Sie die geplanten Touren chronologisch geordnet und im Einzelnen beschrieben:

- In **Gilching** finden im Sommer regelmäßig Freitag abends **Feierabendtouren** statt. Zum Ausklang einer Arbeitswoche ist das ein schöner Start ins Wochenende. Dauer jeweils 2-3 Stunden, Strecke max. 30 km.
- Samstags und Sonntags sind **Tagestouren** geplant, schwerpunktmäßig per Tourenrad in der engeren Umgebung (50 bis ca. 80 km). Vertrauen Sie sich unseren Tourenleitern an, sie kennen die interessanten und verkehrsarmen Wege und zeigen Ihnen bisher unbekannte Winkel im näheren Umkreis.
- Besonders zu erwähnen sind die **thematischen Touren**, z. B. Touren mit archäologischem Schwerpunkt in Gilching, oder mit naturkundlichem Schwerpunkt in Zusammenarbeit mit dem Bund Naturschutz. Sie lernen beim Radeln unsere Umgebung einmal anders kennen.
- Für sportlich Ambitionierte gibt es diverse **Rennradtouren**. Auf weitere Angebote im Landkreis wird verwiesen.

- Drei **Mehrtagestouren** führen aus der Umgebung hinaus:
  1. In drei Tagen von Lindau aus um den Bodensee
  2. Auf der Suche nach dem besten Bier geht's in 7 Tagen nach Bamberg
  3. Main und mehr erleben Sie 7 Tage lang von Bamberg bis Aschaffenburg

### **Stadtradeln 2013**

Wie im vergangenen Jahr wollen wir bei der Durchführung des Stadtradelns im Landkreis mithelfen und gemeinsam die Bilanz unserer Gemeinden durch Touren und Aktionen verbessern.

**Der geplante Aktionszeitraum ist vom 30.6. bis 20.7.2013.**

### **Mit dem Rad zur Arbeit 2013**

Auch in den Sommermonaten können Sie zwischen 1.6. und 31.8. an 20 Tagen mit dem Rad zur Arbeit fahren und bei der abschließenden Verlosung wertvolle Preise gewinnen.

Gewonnen haben Sie in jedem Fall, denn die regelmäßige Bewegung vor allem im Arbeitsalltag fördert Ihre Gesundheit und trägt zum Wohlbefinden bei.

Wir danken der AOK, die mit dieser Aktion seit Jahren zum Radfahren im Alltag beiträgt.

Das Tourenprogramm des ADFC Kreisverbands Starnberg wird in diesen Tagen in den Rathäusern, Büchereien und Fahrradgeschäften im Landkreis verteilt.