



FahrSicherheitsTrainings für alle

Der ADFC München bietet FahrSicherheitsTrainings für unterschiedliche Zielgruppen an. In den Trainings erlernst du in lockerer Atmosphäre wichtige Kenntnisse zur Balance auf dem Fahrrad, zum sicheren Bremsen und richtigen Schalten und zum Verhalten in Kurven sowie auf Gefällstrecken.

Diese Kenntnisse verhelfen dir zu einer besseren Beherrschung deines Fahrrades auch in kritischen Situationen.

Unsere Grund- und Seniorenkurse sind besonders auch für Fahrer:innen von Pedelecs geeignet.



Weitere Infos, Termine & Anmeldung unter muenchen.adfc.de/radfahrschule

Falls du Rückfragen hast, wende dich bitte per Email an uns : radfahrschule@adfc-muenchen.de

Radfahrschule

Das geht: Erwachsene lernen bei uns das Radeln!

Dein Einsatz ist gefragt: Du kennst einen Erwachsenen zwischen 20 und 70, der nicht Rad fahren kann, es aber lernen will? Da kannst Du helfen! Der QR-Code führt zu Beschreibungen unserer Anfängerkurse in Deutsch und Englisch. In den Kursen ab April sind noch Plätze frei. Vielen Dank für deine Mithilfe!



Weitere Infos, Termine & Anmeldung unter muenchen.adfc.de/radfahrschule-anfaenger



Davon profitierst du als Mitglied im ADFC

- ADFC-Pannenhilfe – unkomplizierte Hilfe bei Pannen und Unfällen mit 24-Stunden-Service
- Rechtsschutzversicherung als Fahrradfahrer:in und Fußgänger:in sowie als Nutzer:in öffentlicher Verkehrsmittel in Verbindung mit einem Fahrradtransport
- Kostenfreie Rechtsberatung bei allen Fragen rund um das Fahrrad
- Kostenlose Nutzung der Selbsthilfwerkstatt
- Kostenfreie Nutzung der ADFC-Infoline, der exklusiven Beratung für ADFC-Mitglieder
- Ermäßigte oder kostenfreie Teilnahme an Radtouren und Kursen des ADFC
- Viermal im Jahr das ADFC-Mitgliedermagazin „Radwelt“ per Post oder als E-Paper

🚲 **Alle Vorteile findest du hier:** muenchen.adfc.de/sei-dabei

Treib die Verkehrswende mit uns voran – für eine bessere und sichere Fahrradinfrastruktur in München!

Werde ADFC-Mitglied und gib unseren politischen Forderungen mehr Gewicht. Du machst uns stark und wir machen uns für dich stark!

🚲 **Jetzt online Mitglied werden:** www.adfc.de/beitritt

Impressum

ADFC München e.V.
Platenstraße 4, 80336 München, Tel. (089) 77 34 29
E-Mail: info@adfc-muenchen.de
Verantwortlich: Andreas Schön (1. Vorsitzender)
Gestaltung: wieganddeSign.de



Unsere Radtouren

Losradeln 2025

Technikkurse für alle

Schaltung, Bremsen und GPS-Systeme sind böhmische Dörfer für dich?

Wir bieten ein breites Spektrum an Kursen zur Fahrradtechnik an. Nach einer theoretischen Einführung und Hinweisen zur Ergonomie gibt es einen Praxisteil. Dabei legen wir Wert auf eine nette Atmosphäre und arbeiten in Kleingruppen. Wer am Kursende noch keine dreckigen Finger hat, muss nachsitzen! Natürlich bieten wir auch reine Frauenkurse an.

Kursort

Die Kurse finden in unserem Radlerhaus in der Platenstraße 4 statt (soweit in der Kursbeschreibung nicht anders angegeben).

Kursgröße

ca. 10 Teilnehmer*innen / Für alle Kurse ist eine Anmeldung erforderlich.

Kursgebühr

Nicht-Mitglied 20,00 € | ADFC-Mitglied 10,00 €



← Hier geht es zur Anmeldung für einen Technikkurs

Du möchtest mehr Informationen zu den Technikkursen : muenchen.adfc.de/technikkurse

Fahrrad-Codierung für alle

Du möchtest dein Rad codieren lassen und es Dieben so schwerer machen, es wieder zu verkaufen?

Bei der Codierung wird ein persönlicher Code, der die Eigentümerin oder den Eigentümer eines Fahrrades eindeutig identifiziert, in den Fahrradrahmen eingepreßt. Die Polizei kann somit, ohne Registrierung in einer zentralen Datenbank, bei einem codierten aufgefundenen Fahrrad die Person ausfindig machen, der das Rad gehört.

Terminvereinbarung erforderlich.

Preise für Einzelcodierung

Einzelcodierung		Codierung + Zubehör (z.B. Akku)	
Nicht-Mitglied	15,00 €	Nicht-Mitglied	20,00 €
ADFC-Mitglied	8,00 €	ADFC-Mitglied	10,00 €



← Hier geht es zur Fahrrad-Codierung

Weitere Infos & Anmeldung unter muenchen.adfc.de/artikel/anmelden-zur-fahrrad-codierung



Radtouren – eine Auswahl

Steig mit uns aufs Rad und wähle aus unseren **rund 120 Rad-touren** die Schönste aus. Egal, ob du Tourenrad, Mountainbike oder Rennrad fährst, ob du entspannt oder sportlich unterwegs bist – das vielfältige Programm enthält für alle die passende Radtour. Oft verbinden wir die Touren mit dem Besuch eines Biergartens oder einer Sehenswürdigkeit. Bei mehreren Touren fahren wir auch mit dem Zug. Alle Radtouren werden von qualifizierten ADFC-Tourenleiter:innen ausgearbeitet und geleitet.



← Hier findest Du die **Tourentermine** und alles, was Du über die **Tagestouren** wissen möchtest – inklusive tabellarischer Übersicht, auch zum Ausdrucken.

Terminserie Feierabendrunde

Rennradtreff am Mittwoch

Das Richtige für sportliche Leute mit Rennrad und guter Kondition! Die Strecken führen uns meistens durch die südliche Umgebung von München. Das Tragen eines Helmes wird empfohlen, ebenso solltest du eine Beleuchtung dabei haben, Ersatzschlauch, Regenjacke und ausreichend Verpflegung.

- Länge 60 bis 90 km (je nach Tageshelligkeit), bis zu ca. 700 Höhenmeter
- Geschwindigkeit 24 bis 29 km/h, je nach Tourenleiter:in und Gruppenkonstellation

Treffpunkt: Thalkirchen (U3) Kreuzung Schäftlarn-/Tierparkstr



Terminserie Sonntagsrunde

Gemütliche Sonntagsrunden

Immer wieder sonntags... Radfahren kann so schön sein! Lange ausschlafen, mit dem Rad zum Treffpunkt kommen und mit Münchner Lässigkeit eine angenehm entspannte, gemütliche Tour genießen. Was kann es Schöneres geben?

- jeden 1. und 3. Sonntag des Monats immer um 10:30 Uhr
- keine Steigungen
- nicht länger als 40 km
- bis zu 4 Stunden Fahrtzeit
- nette Einkehrmöglichkeit zum Mittag
- Tour führt immer zum Startpunkt zurück

Thementouren

Hier eine Auswahl von Tagestouren, die mit besonderen Ereignissen, Themen, Plätzen, etc. verbunden sind:

Titel	Datum	Tourleiter	km	Anspruch
Zum Spargelfest nach Schrobenhausen	26.04.25	Lothar Röth	50	mittel
Die oberirdischen Münchner Kanäle	02.05.25	Richard Roth	40	mittel
Wie wird der Klimawandel gemessen?	28.05.25	Heinrich Kolster	45	ein-fach
Walchensee	01.06.25	Michael Schmidt	110	schwer
Über zwei Berge zu Tausend Kaffeemühlen	23.07.25	Alfred Vollmer	75	schwer
Baden im Simssee	23.08.25	Anton Scheppach	95	schwer
Indian Summer im wilden Isartal und im Ahornboden	25.09.25	Alfred Vollmer	93	schwer
Kirchsee; einmal anders	11.10.25	Petra Meerwald	58	mittel
Rennrad Ins Goldene Tal (mittelschwer)	07.06.25	Hermann Moseler	125	mittel
Rennrad Von München nach Passau (schwer)	02.08.25	Bernhard Eller	180	schwer
MTB: Mangfall mit Taubenberg	04.05.25	Christoph Chruse	50	mittel
MTB: Klassische Karwendelrunde	20.09.25	Thomas Fandrich	70	sehr schwer



BIST DU NEUGIERIG GEWORDEN?

← Hier geht es zum Radtouren- und Veranstaltungs-Portal. Alle Details zu den Touren findest du hier – topaktuell!



Mehrtägige Radreisen

In kleinen Gruppen einen geführten Radurlaub genießen. Das Angebot umfasst Touren unterschiedlicher Dauer und Schwierigkeit und richtet sich sowohl an Radelnde mit sportlichen Anspruch als auch an kulturell interessierte und Genussradelnde. Bitte aktuellen Stand/Buchungen der Mehrtagestouren über u. g. QR-Code prüfen.

Die Touren sind nur für Mitglieder. Um selbst Mitglied zu werden, günstige Probemitgliedschaft nutzen und vorher auf www.adfc.de/einstieg bequem online beitreten (wichtig: Aktionscode 52-F21 eintragen).

TOURENNAME	TAGE	TERMIN
Alpenpanoramen im Ruperti- und Flachgau mittelschwer	3	18.05. - 20.05.
7 Kapellen mit Sicherheit mittelschwer	3	23.05. - 25.05.
Alpensommer: Strampeln, Paddeln und Hatschen sportlich	7	29.05. - 03.06.
Flüsse, Berge und Seen in Bayern und Tirol sportlich	4	01.08. - 04.08.
Alpenherbst: Moore und Filze mittelschwer	2	18.10. - 19.10.



← Hier geht es zum Anmeldeportal für alle mehrtägigen Radreisen des ADFC München. Falls du Rückfragen hast, wende dich bitte per Email an uns: reisen@adfc-muenchen.de

Jetzt Mitglied beim ADFC werden:



Name, Vorname Geburtsjahr

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon (freiwillig) Beruf (freiwillig)

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/vorteile.

Einzelmitglied (Jahresbeitrag)

ab 27 Jahre (66 €) 22-26 Jahre (33 €)

Jugendmitglied 7-21 Jahre (16 €)
Ich bin minderjährig. Mein'e Erziehungsberechtigte'r ist mit meinem ADFC-Beitritt einverstanden.

Name des'der Erziehungsberechtigten (Vor- und Nachname)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft (Jahresbeitrag)

ab 27 Jahre (78 €) 18-26 Jahre (33 €)

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Weitere Mitglieder und deren Mailadressen können unter www.adfc.de/mitgliedschaft nachgemeldet werden.

Name, Vorname Geburtsjahr

Name, Vorname Geburtsjahr

Name, Vorname Geburtsjahr

Zusätzliche jährliche Spende: €

Ich erteile dem ADFC 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 (nur bei ausländischen Bankverbindungen)

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

Zahlung per Rechnung.

Datum, Unterschrift (bei Jugendmitgliedern unter 18 Jahren des'der Erziehungsberechtigten)

Bitte einsenden an ADFC e. V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de. Sie können auch online Mitglied werden unter: www.adfc.de/mitgliedschaft. Dort finden Sie auch den Link zu unserer Datenschutzerklärung.