

23. Januar 2024

## Veranstaltungen des ADFC München im Februar 2024

ADFC-Winterprogramm: Vorträge – Technikkurse – Selbsthilfwerkstatt – Treffen von Radinteressierten – Infoladen

### ADFC-Winterprogramm

#### Stadt München

**Vortrag: Von München bis nach Georgien: 10 Länder und 10.000 km auf dem Fahrrad**

**Donnerstag, 1. Februar, 19:00-20:30 Uhr, Ort:** Alte Utting, Hecksalon, Lagerhausstraße 15, 81371 München.

Im Mai 2021 macht sich Sophia Schlederer auf den Weg. Erst geht es entlang der Isar und der Donau bis ans Schwarze Meer. Von dort aus weiter Richtung Istanbul. Eine Covid-Infektion übersteht die damals 27-jährige Radl-Enthusiastin und entscheidet sich, weiter zu fahren. Vier Monate bleibt sie in der Türkei, bevor sie nach Georgien radelt. Sie erlebt bei den schweißtreibenden Touren atemberaubende Landschaften und erfährt eine Menge Gastfreundschaft.

**Anmeldung:** nicht erforderlich, **Eintritt:** frei, Spenden erwünscht.

#### Landkreis München

**Vortrag: Vom Couchpotato zur Langstreckenfahrerin – 1600 Kilometer mit dem Fahrrad!**

**Mittwoch, 21. Februar, 19:00 Uhr, Ort:** Gemeindebücherei Höhenkirchen, Schulstr. 11c. 85635 Höhenkirchen-Siegersbrunn.

Nachdem Gemeinderätin Janine Schneider (44), Mutter von drei Kindern, die Idee schon länger mit sich herumgetragen hat, ist sie im letzten Jahr mit dem Fahrrad von Höhenkirchen-Siegersbrunn nach Flensburg geradelt. Doch wie kommt jemand auf die Idee so eine Reise anzutreten – dazu alleine? Wie hält man diese Tortur durch, wenn es eine Panne gibt oder das Wetter nicht mitspielt? Und wie plant man das Ganze? Janine Schneider spricht über ihre Motivation und darüber, wie es ihr als Alltagsradlerin auf dieser Tour allein quer durch Deutschland ergangen ist.

Der Eintritt ist frei, um Anmeldung wird gebeten unter [buecherei@hksbr.de](mailto:buecherei@hksbr.de)

#### Fahrrad-Codierung zur Diebstahlprävention

**Mittwoch, 7. Februar, 16:30-20:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, München, Terminreservierung notwendig

**Samstag, 17. Februar, 10:00-14:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, München, Terminreservierung notwendig

Bei der Fahrradcodierung wird ein persönlicher Code nach einem polizeilich anerkannten System generiert und in den Fahrradrahmen eingepreßt. Über diesen Code kann der rechtmäßige Eigentümer aufgefundener Fahrräder ermittelt werden. Bei den Codier-Aktionen in Zusammenarbeit mit der Polizei können sich Radfahrende über Diebstahlschutz informieren und ihr Fahrrad vor Ort codieren lassen.

**Gebühren:** 15,00 Euro (ADFC-Mitglieder 8,00 Euro)

**Alle Infos und Anmeldung:** online unter <https://muenchen.adfc.de/codierung>

## **Fahrradtechnik-Kurse**

### **Ladies Day – Allgemeine Fahrradtechnik**

**Samstag, 24. Februar, 10:00-12:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

Der Reifen ist platt, das Rücklicht leuchtet nicht, die Bremse quietscht: Solche Pannen kann jede Radfahrerin selbst beheben. ADFC-Fachkräfte erklären den Radlerinnen alles, was sie schon immer über Fahrradtechnik wissen wollten. Vom lästigen Platten über Schaltungen bis hin zur oft vernachlässigten Ergonomie werden die Grundlagen der Radtechnik gemeinsam erörtert. Der Kurs richtet sich ausschließlich an Frauen.

**Teilnahmegebühren:** 20,00 €, (ADFC-Mitglieder 10,00 €)

**Infos & Anmeldung:** <https://muenchen.adfc.de/technikkurse>

### **Technik-Grundkurs – Fahrräder mit Kettenschaltung**

**Mittwoch, 28. Februar, 18:00-20:00 Uhr, Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

In diesem Kurs konzentrieren sich die Teilnehmer:innen ganz auf Kette und Schaltung. Das korrekte Einstellen wird geübt sowie die korrekte Bedienung einer Kettenschaltung und das Auswechseln von Schaltzügen und Ritzel erlernt. Außerdem erfahren die Teilnehmer:innen alles Wissenswerte über Pflege und Reparatur der Kette. Ein bewusst kurz gehaltener theoretischer Teil für die Fragen rundet diesen Kurs ab.

**Teilnahmegebühren:** 20,00 €, (ADFC-Mitglieder 10,00 €)

**Infos & Anmeldung:** <https://muenchen.adfc.de/technikkurse>

## **Selbsthilfwerkstatt**

**Donnerstag, 1. Februar, 17:00-19:30 Uhr**

**Donnerstag, 8. Februar, 17:00-19:30 Uhr**

**Donnerstag, 15. Februar, 17:00-19:30 Uhr**

**Donnerstag, 22. Februar, 17:00-19:30 Uhr**

**Donnerstag, 29. Februar, 17:00-19:30 Uhr**

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, keine Terminreservierung oder Anmeldung notwendig

Der ADFC München bietet Radfahrenden die Möglichkeit, in einer gut ausgestatteten Werkstatt unter Anleitung von ADFC-Profis Reparaturen und Wartungsarbeiten am Fahrrad selbst durchzuführen.

Werkzeuge für praktisch alle am Fahrrad anfallenden Arbeiten sind vorhanden.

### **Junge Selbsthilfwerkstatt – jeden 1. Freitag im Monat**

**Freitag, 2. Februar, 18:30-20:00 Uhr**

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, keine Terminreservierung oder Anmeldung notwendig

Der Junge ADFC München bietet einen zusätzlichen monatlichen Termin (außer feiertags und in den Ferien) in der Selbsthilfwerkstatt an. Das junge Team aus Technikprofis leitet die Teilnehmenden so an, dass die Radreparaturen leicht von der Hand gehen.

**Gebühren:** Werkstattbenutzung mit Betreuung 10,00 € (ADFC-Mitglieder frei). Gängige Ersatzteile werden gegen eine Spende abgegeben.

**Alle Infos:** online unter <https://muenchen.adfc.de/selbsthilfwerkstatt>

## **Öffentliche Arbeitsgruppen & Radltreffs**

### **Stadt**

#### **Treffen der Arbeitsgruppe Verkehr Stadt München – Diskussion aktueller radverkehrspolitischer Themen**

**Termin:** Dienstag, 13. Februar, 19:00 Uhr

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

**Anmeldung:** [verkehr@adfc-muenchen.de](mailto:verkehr@adfc-muenchen.de)

**Treffen des Jungen ADFC München –  
Austausch zu allen Radlthemen**

**Termin:** Mittwoch, 14. Februar, 18:30 Uhr

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4

**Anmeldung:** nicht erforderlich, Infos unter [jugend@adfc-muenchen.de](mailto:jugend@adfc-muenchen.de)

**Landkreis**

**Radltreff des ADFC Ottobrunn –**

**Austausch zu allen Radthemen**

**Termin:** Mittwoch, 7. Februar, 18:30 Uhr

Mit Bildervortrag über eine Mountainbike-Tour über die Alpen durch drei Länder.

**Ort:** Wirtshaus Ottobrunn, Rathausplatz 2, 85521 Ottobrunn.

**Anmeldung:** nicht erforderlich, Infos unter [ottobrunn@adfc-muenchen.de](mailto:ottobrunn@adfc-muenchen.de)

**Radltreff des ADFC Neubiberg –**

**Austausch zu allen Radthemen**

**Termin:** Mittwoch, 7. Februar, 19:00 Uhr

Mit Bildervortrag über eine Mountainbike-Tour über die Alpen durch drei Länder.

**Ort:** Wirtshaus Ottobrunn, Rathausplatz 2, 85521 Ottobrunn.

**Anmeldung:** nicht erforderlich, Infos unter: [neubiberg@adfc-muenchen.de](mailto:neubiberg@adfc-muenchen.de)

**Radltreff des ADFC Planegg –**

**Austausch zu allen Radthemen**

**Termin:** Mittwoch, 21. Februar, 19:30 Uhr

**Ort:** Naturfreundehaus am Feodor-Lynen-Gymnasium, Feodor-Lynen-Straße 7, 82152 Planegg.

**Anmeldung** unter: [planegg@adfc-muenchen.de](mailto:planegg@adfc-muenchen.de)

**Infoladen**

Beratung zu allen Themen rund ums Radfahren.

**Termin:** Jeden Donnerstag (außer feiertags), 17:00-19:30 Uhr

**Ort:** ADFC München, Platenstr. 4, 80336 München

**Hinweise für Redaktionen**

**Alle Termine** finden Sie chronologisch geordnet [im ADFC-Veranstaltungsportal](#).

**Honorarfreies Bildmaterial** zum Winterprogramm und den Technikkursen finden Sie im Anhang. Bei Nutzung bitte folgende Angabe verwenden – Winterprogramm: ADFC/Sophia Schlederer bzw.

Technikkurse: ADFC/Eva-Maria Feilkas

Diese Presseinformation und weitere Meldungen gibt es online in unserem [Pressebereich](#).

**Martina Tollkühn**

Referentin Kommunikation & Marketing

ADFC München e.V.

Platenstraße 4

80336 München

[presse@adfc-muenchen.de](mailto:presse@adfc-muenchen.de)

Mobil: 0151-170 68 600

<https://muenchen.adfc.de>

**Über den ADFC**

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) ist mit bundesweit mehr als 220.000 Mitgliedern, davon über 33.000 in Bayern und über 9.000 in München, die größte Interessenvertretung der Radfahrerinnen und Radfahrer in Deutschland und weltweit. Der ADFC will, dass Deutschland bis 2030 ein attraktives Fahrradland wird, das in

allen Städten und Dörfern einladende Rahmenbedingungen zum Radfahren und Qualitätsradwege statt Holperstrecken bietet. Dafür hält der ADFC eine grundlegende Reform des Straßenverkehrsrechts für essenziell.