

Die Zehn Gebote für sicheres Radfahren

von bb - Donnerstag, 18. September 2014

https://www.pd-f.de/2014/09/18/8009_die-zehn-gebote-fuer-sicheres-radfahren/



[pd-f/cg] Jeder Verkehrsteilnehmer kann durch sein Verhalten dazu beitragen, die Straßen für sich und andere sicherer zu machen. Mit welchem Verhalten und welchen Maßnahmen Radfahrer ihren Beitrag für einen sicheren Straßenverkehr leisten können, hat der pressedienst-fahrrad in den folgenden „Zehn Geboten für sicheres Radfahren“ aufgeführt.

1. Die Regeln der StVO befolgen

An der Ampel halten, auf dem Gehweg schieben, die Einbahnstraße achten: Sich an die Regeln des Straßenverkehrs zu halten ist die Grundvoraussetzung für ein sicheres Miteinander im Straßenverkehr. Doch blindes Befolgen der Regeln ist damit nicht gemeint, wie Roland Huhn, Rechtsreferent des ADFC (www.adfc.de) im zweiten Gebot erläutert.

2. Offensiv denken und defensiv handeln

Radfahrer sollten ihre Rechte kennen – auf diesen Rechten zu bestehen, sei jedoch eine andere Sache, erläutert Huhn: „In einer Situation zu erkennen, wann man besser nachgibt, ist eine Fähigkeit der Eigensicherung, die jeder Radfahrer beherrschen sollte.“ Nicht immer Recht, sondern lieber die Kontrolle zu behalten, müsse daher die Richtschnur im Verkehr sein. „Ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksichtnahme sind oberstes Gebot der StVO und im §1 Absatz 1 verankert“, so der Rechtsexperte.

3. Man selbst und nicht sein Fahrzeug sein

Unter den Verkehrsteilnehmern gibt es keine Rangordnung. Die Akteure sind Menschen, keine Fahrzeugklassen. Auch wenn das

Fahrrad als eines der effizientesten und umweltschonendsten Fortbewegungsmittel gilt, ist moralische Überheblichkeit im Straßenverkehr nicht angebracht: „Wer im Denken ‚Fahrrad gegen Auto = Gut gegen Böse‘ verhaftet ist und auf Konfrontationskurs radelt, schadet nicht nur der gesellschaftlichen Akzeptanz des Fahrrads, er gefährdet vor allem die eigene Gesundheit“, bemerkt Paul Hollants vom Liegeradhersteller [HP Velotechnik \(www.hpvelotechnik.com\)](http://www.hpvelotechnik.com).

4. Deutlich und berechenbar verhalten

Eine echte Gefahrenquelle im Verkehr ist unvorhersehbares Verhalten – gerade, wenn es um Fragen geht wie „Wer fährt wohin?“ oder „Wer fährt zuerst?“. Beherrztes, zielstrebiges Einordnen, klare Zeichen, wenn man anderen die Vorfahrt lässt, schnelles Reagieren auf die Zeichen anderer: „So bringt man Struktur ins manchmal chaotisch anmutende Verkehrsgeschehen“, erläutert Gunnar Fehlau vom pressedienst-fahrrad.

5. Für andere mitdenken, dies aber nicht von anderen erwarten

Wer am Verkehr teilnimmt, muss stets damit rechnen, dass andere die Verantwortung abgeben. „Der Autofahrer, der ohne Schulterblick abbiegt, der Fußgänger, der über Rot geht, der Radler, der in der Einbahnstraße entgegenkommt – sie alle burden ihren Mitmenschen auf, für sie mitzudenken und auf ihr Fehlverhalten zu reagieren“, verdeutlicht Torsten Mendel vom Helmhersteller [Abus \(www.abus.com\)](http://www.abus.com) und rät zu einer vorausschauenden Fahrweise und zum Tragen eines Fahrradhelmes.

6. Gutes tun und Menschen glücklich machen

Dieser Tipp stammt nicht aus der Feder eines Verkehrspsychologen, sondern von Buddha höchstpersönlich. Dass es stimmt, kann jeder Radfahrer leicht nachprüfen: Einfach mal einem Linienbusfahrer die Vorfahrt schenken, der einen zehn Sekunden später mühevoll überholt hätte; in der Innenstadt schieben, auch wenn man fahren dürfte, und die dankbaren Blicke der Passanten registrieren; auf dem Radweg das Tempo raus nehmen, statt die Seniorin knapp zu überholen ...

7. Das Fahrrad beherrschen

„Einen Führerschein fürs Fahrrad muss es natürlich nicht geben“, findet Marc Remmert, [BMX-Experte vom Großhandel Sport Import \(www.sportimport.de\)](http://www.bmx-experte.com). Der ehemalige Profi empfiehlt jedem Radfahrer das Verinnerlichen von Grundtechniken wie die vorausschauende Blickführung und das Beherrschen von Manövern wie Vollbremsung oder schnelle Kurvenfahrten auf verschiedenen Untergründen.

„Auch schweres Gepäck am Rad verändert das Fahrverhalten und will geübt sein“, merkt Peter Ronge vom Gepäckträgerspezialisten [Racktime \(www.racktime.com\)](http://www.racktime.com) an.

8. Flexibel bei der Streckenwahl bleiben

Der kürzeste Weg ist nicht immer der beste – und gerade das Fahrrad ist dafür prädestiniert, flexibel und dynamisch auf den besten aller Wege auszuweichen. „Niemand kann so schnell auf eine Baustelle oder einen Stau reagieren wie der Radfahrer“, erläutert Henning Voss, der sich auf den Vertrieb von Falträdern spezialisiert hat. Voss zieht diesen Umstand gern auch als Kaufargument für seine auf Flexibilität getrimmten Räder wie das [Brompton \(www.brompton.de\)](http://www.brompton.de) heran.

Beim Thema innerstädtische Streckenwahl weiß der Experte, dass der kürzeste Weg nicht auch der schnellste sein muss. „Auf Umwegen mit weniger Verkehr oder Kreuzungen kommen Radler oft deutlich schneller und entspannter am Ziel an“, so Voss.

9. Sehen und gesehen werden

Aktuelle LED-Strahler leuchten die Fahrbahn dutzende von Metern weit aus und ermöglichen es Radfahrern, das „Sichtfahrgebot“ einzuhalten, also innerhalb der einsehbaren Wegstrecke jederzeit zum Stillstand kommen zu können. Außerdem emanzipiert moderne [Fahrradbeleuchtung](#) Radfahrer im nächtlichen Straßenverkehr, wie Sebastian Göttling vom Beleuchtungshersteller [Busch & Müller](#) (www.bumm.de) zu berichten weiß: „Viele unserer Kunden nehmen rücksichtsvollere Autofahrer wahr, seit sie mit unseren lichtstarken Frontstrahlern oder Rücklichtern mit Bremslichtfunktion im Straßenverkehr unterwegs sind.“

10. Das Fahrrad pflegen

Licht (siehe neuntes Gebot) ist nur ein Aspekt, auch in jeder anderen Hinsicht sollten Radfahrer ihr Material in Schuss halten. Schon ein zu geringer Reifendruck verschlechtert das Fahrverhalten des Velos ungemein. „Mit gut gewarteten Fahrrädern schließt man technisch bedingte Unfälle quasi aus. Und erst ein sauberes Fahrrad gewährt wirklich Einblick in mögliche Schwachstellen“, weiß Dieter Schreiber, Deutschlandsprecher des amerikanischen Pflegemittelanbieters [Finish Line](#) (www.grofa.com).

„Die besondere Bedeutung funktionstüchtiger Bremsen sollte sich jedem erschließen. Den regelmäßigen Check der Bremsbeläge, -züge oder -leitungen übernimmt gern auch der Fachmann in der Fahrradwerkstatt“, empfiehlt Tobias Erhard von [Sram](#) (www.sram.com), einem der führenden Hersteller von Brems- und Schaltkomponenten fürs Fahrrad.

„Wie den Geboten zu entnehmen ist, sind es oft nur kleine Dinge, die in ihrer Summe jedoch dafür sorgen, dass der Straßenverkehr entspannter und menschlicher wird“, fasst Gunnar Fehlau zusammen.

[Bildauswahl zum Thema \(39 Bilder\)](#)

Passende Themen beim pd-f:

[Der Radfahrer als Wähler: Stimmen fürs Fahrrad](#)

[Radfahren lernen: Kinder stürzen ganz sicher](#)

[Radfahren im Winter: Akkus bauen ab, LED-Licht wird heller](#)

[Fahrradbeleuchtung: Rückstrahler sorgen für passive Sicherheit](#)

[Fahrradbeleuchtung: Warum leuchtet das Licht nicht?](#)

[Mit dem E-Bike sicher durch Herbst und Winter](#)

[Mit dem Kinderanhänger sicher unterwegs](#)

[Basistext: Der Fahrradhelm – Argumente, Technik, Tipps](#)

[Nichts für Blender: Fahrradscheinwerfer richtig einstellen](#)

[Fahrradspiele für Groß und Klein: Fahrtechnik trainieren mit Spaß](#)

Fahrtechnik-Tipps für schnelle Pedelecs und Gelände-Stromer

Passendes Bildmaterial



