
Sicher radeln durch Herbst und Winter

Die kalte Jahreszeit ist angebrochen und bringt neben kürzeren Tagen auch Nässe, Laub und Schnee mit sich. Was es nun für Radfahrende zu beachten gibt, erklärt der ADFC Bayern.

München, 23.10.2018 – Im Herbst macht feuchtes Laub die Straßen und Radwege stellenweise rutschig und damit zu Sturzfallen für Radfahrende. Über den ersten Schnee lässt sich meist noch ohne größere Schwierigkeiten fahren. Ist die Fahrbahn hingegen nass und überfriert die Nässe, dann besteht wieder Rutschgefahr. Gleiches gilt für festgefahrenen Schnee und Schneematsch im Laufe des Winters. Mit der richtigen Vorbereitung und Fahrtechnik sind Radler*innen auch für die kalten Monate gerüstet.

Vorausschauend fahren

In Herbst und Winter ist vorausschauendes Fahren gefragt. Fahrradfahrer*innen sollten einen großzügigen Abstand zu vorausfahrenden Personen halten, das Tempo reduzieren und Vollbremsungen vermeiden. Bei Glätte und fester Schneedecke gilt, vor der Kurve zu bremsen und in der Kurve zu rollen. Generell sollten Radfahrende nicht zu enge Kurven fahren und abrupte Schlenker vermeiden. Der ADFC Bayern empfiehlt, etwas Luft aus den Reifen zu lassen. Damit erhöht sich die Reibung und die Wegrutschgefahr wird verringert.

Abgefahrenen Reifen wechseln

Wichtig ist auch, im Herbst Reifen mit abgefahretem Profil auszutauschen und dünne Rennreifen einer breiteren Variante vorzuziehen. Manche Hersteller bieten auch spezielle Winterreifen an, die durch eine besondere Gummimischung mehr Grip garantieren sollen. Noch mehr Kontrolle bei Eis und Schnee bieten Reifen mit Spikes. Die Metallstifte, die sich seitlich im Mantel befinden, haben jedoch den Nachteil, dass sie bei eisfreier Fahrbahn das Rad langsamer machen. Wer sich unsicher fühlt, kann zudem den Sattel ein paar Zentimeter niedriger Stellen für eine bessere Balance. Nicht zuletzt sollten Radler*innen im Winter statt auf Klick-Pedale lieber auf klassische Pedale setzen.

Bei Dämmerung Licht einschalten

In der dunklen Jahreszeit ist gute Sichtbarkeit für Radfahrer*innen ein Muss. Unabhängig davon, ob Scheinwerfer und Rücklicht von einem Dynamo, von Batterie oder einem Akku betrieben werden – die Beleuchtung muss einwandfrei funktionieren und vom Kraftfahrt-Bundesamt (KBA) zugelassen sein. Gesetzlich vorgeschrieben sind ein Frontscheinwerfer mit großem weißen Reflektor, ein Rücklicht und ein großer roter Reflektor hinten, nach vorne und hinten wirkende gelbe Reflektoren an den Pedalen, durchgehende Reflexstreifen an den Reifen oder je zwei gelbe Speichenreflektoren in jedem Laufrad. Der ADFC Bayern rät, das Fahrradlicht schon bei Dämmerung einzuschalten, die in der dunklen Jahreszeit bereits früh eintritt. Außerdem empfiehlt der Fahrradclub eine möglichst wartungsfreie Lichttechnik wie den Nabendynamo, ein LED-Rücklicht und LED-Frontscheinwerfer jeweils mit Standlicht. Blinkende Beleuchtung ist am Fahrrad übrigens nicht zugelassen.

Helle Kleidung mit zusätzlichen Reflektoren

Auch helle Kleidung und zusätzliche Reflektoren an Jacke, Hose oder Helm erhöhen die Sichtbarkeit von Radler*innen. Zwiebel-Look, wasserfeste Schuhe und warme Socken helfen, den Körper bei Kälte und Fahrtwind warm zu halten. Das gilt insbesondere auch für Pedelec-Fahrer*innen. An die Hände gehören Fingerhandschuhe, am besten atmungsaktive und wasserdichte Radhandschuhe speziell für den Winter. Wenn es im Januar richtig zapfig wird, sollten keine freien Hautstellen hervorblitzen.

Pedelec-Akkus vor Kälte schützen

In Herbst und Winter sollten Fahrräder und besonders Pedelecs trocken und geschützt stehen, z.B. im Keller, Hausflur oder unter einer Schutzhülle. Wer den Akku des Pedelecs über Nacht mit ins Haus nimmt, sorgt dafür, dass die Batterie nicht durch Kälte beschädigt wird. Zusätzlichen Schutz bieten an kalten Tagen Neopren-Hüllen für den Akku.

Fahrradpflege

Sobald auf der Fahrbahn Salz gestreut wird, besteht Rostgefahr. Deshalb: Salz regelmäßig vom Fahrradrahmen wischen und die Kette häufiger reinigen und mit speziellem Kettenöl für nasse Bedingungen einölen. Bremsbeläge, die auf den sommerlichen Touren eventuell abgenutzt wurden, sollten vor dem Wintereinbruch ersetzt werden. Fleißige können im Herbst auch vorsorglich alle Radlager und Gelenke großzügig mit Fahrradfett einschmieren. Ein Tipp: Ein kleines Enteisungsspray in der Tasche öffnet zugefrorene Fahrradschlösser nach einem langen Arbeitstag – auch für die nette Kollegin oder den Kollegen.

Hinweis für Redaktionen

Bildmaterial finden Sie im Anhang. Diese Presseinformation und weitere Meldungen gibt es online in unserem [Pressebereich](#).

Über den ADFC

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V. (ADFC) ist mit bundesweit mehr als 170.000 Mitgliedern, davon mehr als 27.000 in Bayern, die größte Interessenvertretung der Radfahrerinnen und Radfahrer in Deutschland und weltweit. Er berät in allen Fragen rund ums Fahrrad: Recht, Technik und Tourismus. Politisch engagiert sich der ADFC auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene für die konsequente Förderung des Radverkehrs.

„Ein Rad-Gesetz für Bayern!“ auf Twitter: [@RadgesetzBY](#)