

REGELN und ZEICHEN FÜR DAS GRUPPENFAHREN

1. Die Grundregel ist: Vorsicht und gegenseitige Rücksicht

2. Wie wird gefahren: Nebeneinander / Hintereinander?? Einerreihe oder Zweierreihe??

Nach der Änderung der STVO (§2 Abs. 4) vom 28.04.2020 heisst es jetzt: mit Fahrrädern darf nebeneinander gefahren werden, wenn dadurch der Verkehr nicht behindert wird; anderenfalls muss einzeln hintereinander gefahren werden.

Ohnehin nach wie vor (§ 27): Für geschlossene Verbände gelten die für den gesamten Fahrverkehr einheitlich bestehenden Verkehrsregeln und Anordnungen sinngemäß. Mehr als 15 Rad Fahrende dürfen einen geschlossenen Verband bilden. Dann dürfen sie zu zweit nebeneinander auf der Fahrbahn fahren.

3. Zeichen geben ist die Grundvoraussetzung für sicheres Fahren: Wer vorne fährt, hat freie Sicht auf die Verkehrsverhältnisse, deshalb...

Mit dem Zeichengeben von „VORNE“ beginnen und diese bis „HINTEN“ weitergeben!

Kein wildes Fuchteln oder Schreie - klare Informationen, deutliche (verabredete oder bekannt gemachte) Zeichen geben!

Zeichenarten:

- **Zeigefinger zeigt gestreckt auf die Fahrbahn**

Warnung vor Schlaglöchern oder gravierenden
Fahrbahnunebenheiten!!
Wichtig: rechtzeitig ausscheren und „längere Zeit“ anzeigen!

- **Winken mit dem ganzen Arm hinter dem Rücken**

Warnung vor Hindernissen am Fahrbahnrand, beispielsweise
parkenden Autos!
Ganze Kolonne muss Spur verlegen
Langsam und frühzeitig ausscheren!

- **Richtungswechsel: seitlich Arm nach links oder rechts ausstrecken**

Rechtzeitig und deutlich vor den Abzweigungen anzeigen!
Geschwindigkeit herabsetzen!

Die ersten nur abbiegen, wenn die Lücke groß genug ist, so dass
die ganze Gruppe folgen kann.

- **Anhalten / Abbremsen der Gruppe: Arm senkrecht nach oben stoßen**

Nicht zu schnell abbremsen, sondern gleichmäßig!
Beim Bremsen Lenker mit beiden Händen festhalten!

4. Verhalten bei Abfahrten

Mit beiden Händen den Unterlenker festhalten! Dies sichert eine
gleichmäßige Gewichtsverteilung auf beiden Rädern und die
Bremsen können optimal bedient werden.
Bei schnellen Abfahrten nicht trinken!

Beide Pedale auf gleiche Höhe nehmen. Kniee bei Geradeaus-Abfahrt an das Oberrohr drücken. Dies beruhigt das Rennrad und bietet eine aerodynamische Position.

Bremsen Sie rechtzeitig und nicht in Kurven. Vorausschauend fahren und vor den Kurven verzögern.

Wie bergauf so sollte auch Bergab jeder sein eigenes Tempo fahren. Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen und fahren Sie bergab kein Rennen.

Einzel abfahren ist sicherer als in der Gruppe, deshalb vor der Abfahrt die Gruppe auseinander ziehen!

Bremsen Sie vorrangig mit der Vorderradbremse, denn diese ermöglicht auch bergab die deutlich größere Bremsleistung. Kurven fahren will geübt sein: Folgende Phasen sind wichtig:

1. Anfahrt: Straßenverlauf einsehen - Bremslinie ohne Schmutz suchen - Linkskurve bremst man am rechten Fahrbahnrand an - Rechtskurven in der Straßenmitte
2. Einfahrt: Kurvenlinie einsehen und optimale Linie fahren. Kurveninneres Pedal nach oben stellen. Bremsen lösen.
3. Einlenken: So lange außen bleiben, bis klar ist, wie die Straße verläuft.
4. Ausgang: Langsam nach außen tragen lassen. Bei Linkskurven nicht an den äußersten Fahrbahnrand, denn da liegt regelmäßig Schmutz. Bei Rechtskurven nur bis zur Fahrbahnmitte.

5. Verhalten bei Bergauffahrten

Gleichmäßigkeit in den Berg hineinfahren - eigenen Rhythmus finden! Nicht von anderen zum Schnellfahren verleiten.

Sammelpunkt ist grundsätzlich der höchste Punkt.

Fährt die Gruppe gemeinsam zum Bergziel, so ist von den Führenden ein Tempo anzuschlagen, welches niemand in der Gruppe überfordert.

Plötzlicher Wiegetritt bringt die Hinteren kurzfristig in Gefahr.

Ein runder Tritt (Druck und Zug) hilft auch bei steilen Anstiegen.

Bergauffahrten eignen sich aus zwei Gründen zum Trinken: Es ist einerseits ungefährlich und andererseits benötigt man dabei Flüssigkeit.

6. Verhalten bei Pannen

Pannen mit Zeichen unverzüglich anzeigen!
Verkehrssichere Anhaltmöglichkeit für die Reparatur und den Aufenthalt der Gruppe wählen.
Arbeitsteilige Pannenhilfe verkürzt die Wartezeit für alle.