

Das ADFC-Magazin für Bremen und umzu

pedal

SPEZIAL



Bremen
Bremerhaven
Osterholz
Achim

www.adfc-bremen.de

rad & touren
2017

mit **pedal-**
Gesundheitstipps
der
AOK
Die Gesundheitskasse.



Outdoor Trekking Bergsport Freizeit

www.unterwegs.biz

UNTERWEGS in Bremen

Domhof 14-15
28195 Bremen

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 9:30 - 19:00 Uhr
Sa: 9:30 - 18:00 Uhr

UNTERWEGS Outlet Bremen

Violenstraße 43
28195 Bremen

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10:00 - 18:30 Uhr
Sa: 10:00 - 18:00 Uhr

UNTERWEGS Orange

Carl-Ronning-Straße 2
28195 Bremen

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10:00 - 19:00 Uhr
Sa: 10:00 - 18:00 Uhr



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Was ist besser als eine Radtour, um sich frische Eindrücke von der Welt da draußen zu verschaffen? Richtig, eine geführte Radtour mit ADFC-Tourenleitung!

Zum 10. Mal bringt der ADFC Bremen die Sonderausgabe **pedal SPEZIAL rad & touren** heraus, die auch in diesem Jahr Angebote für fast jeden Tag des Jahres in Bremen, Bremerhaven, Achim, Osterholz-Scharmbeck und umzu beinhaltet.

Sie haben die Wahl: Tages- oder Abendtouren, Reisen, Touren für Kids oder die ganze Familie, für „Flotte“ oder „Schnecken“, für Anfänger und fortgeschrittene „Radtouristen“. In diesem Jahr wollen wir zudem auf das Demenztouren-Angebot unserer speziell ausgebildeten Tourenleiter/innen hinweisen, welches bereits im Mai 2016 begonnen hat und auch 2017 Radtouren für Personen mit beginnender Demenz umschließt. Zu den regelmäßigen Feierabendtouren können Sie weiterhin spontan und ganz unkompliziert in ihrem Stadtteil aufbrechen. Fahren Sie mit – es lohnt sich! Neben den Tourenleiter/innen sind immer noch mehr nette Leute dabei. ADFC- und AOK-Mitglieder fahren übrigens fast immer günstiger. Wollen Sie auch dazu gehören? Eine Beitrittserklärung sowie die ADFC-Kontakte in der Region haben wir auf Seite 78 untergebracht. Die Tourenleiter/innen erzählen Ihnen gerne mehr.

Online finden Sie die Termine stets aktuell im Radtourenportal www.radtouren-bremen.de – hier können Sie auch gezielt nach Ihren Lieblingstouren suchen.

Wir bedanken uns bei all jenen, die diesen Radtourenkalender ermöglichten, insbesondere bei den Tourenleiterinnen und Tourenleitern, die sich wieder mächtig ins Zeug gelegt haben. Dankeschön an den Künstler Reynaldo K'akachi, dessen Bild der Bremer Stadtmusikanten wir für den Titel verwenden durften. Dank geht auch an die AOK Bremen/Bremerhaven für die Tipps zum Thema Bewegung und an die zahlreichen Anzeigenkunden.

Viel Spaß auf neuen und (un)bekannten Wegen 2017!



Tobias Wolf
Vorsitzender
ADFC Bremen



Jörg Kappmeyer
Vorsitzender
ADFC Osterholz



Willi v. der Höhe
Vorsitzender
ADFC Achim

Impressum

pedal – Regionales Magazin des ADFC für Bremen und Bremerhaven sowie dem Landkreis Osterholz und der Stadt Achim.

Herausgeber

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC) – Landesverband Bremen e. V.,
Bahnhofplatz 14 A, 28195 Bremen,
(0421) 51 77 88 2-0, pedal@adfc-bremen.de,
www.adfc-bremen.de
und die niedersächsischen ADFC-Gliederungen Osterholz und Achim.

ISSN 0934-1161

Heft 1/2017 – SPEZIAL rad & touren 2017,
Auflage: 10.000 Stück
Es gilt die Anzeigenpreisliste 2017.

Beilagenhinweise:

Messe Bremen / DRAUSSEN (Teilauflage)

Redaktion: Hannah Simon (Verantwortlich i.S.d.P.), Brigitte Breyling, Lasse Beckmann, Rainer Hamann, Bärbel Knaack

Anzeigenredaktion: Hannah Simon

Layout: STV

Titelbild: Reynaldo K'akachi

Für Mitglieder der herausgebenden ADFC-Gliederungen ist der Bezug im Jahresbeitrag enthalten.

Nachdruck nur mit Erlaubnis des ADFC Bremen.

Die nächsten **pedal-Heften:**

Anzeigenschluss Ausgabe 2/17:
20. Februar, erscheint Mitte April

Anzeigenschluss Ausgabe 3/17:
24. April, erscheint Mitte Juni

Inhalt

EDITORIAL, IMPRESSUM	3
MELDUNGEN	5-7
PEDAL-GESUNDHEITSTIPPS DER AOK	8
RADREISEN UND RADTOUREN:	
RADREISEN mehrtägige Touren	9-17
TOURS 4 U Jugendtouren	18
START VIELER TOUREN Die Radstation	19
RADTOUREN-KALENDER 2017	20-71
DER DIREKTE DRAHT	72-73
Tourenleiter/innen von A-Z	
AGB Allgemeine Geschäftsbedingungen	74
ADFC KOMPAKT	
Service, Treffpunkte	75
ADFC-Fördermitglieder	76
Mitgliedervorteile	77
ADFC-Beitritt	78
Radstationservice	79



Bauen, klettern, hüpfen, balancieren, Neues ausprobieren, Äpfel in Spiralen schälen, herumtollen, sich bewegen, Butter selber machen ... das alles ist mit bemil möglich.

Das BewegungsErnährungsMobil bringt Abwechslung in Kindergeburtstage, kurze Radtouren und Straßenfeste. bemil ist ein Lastenfahrrad, das in der Radstation des ADFC am Hauptbahnhof für 25 Euro ausgeliehen werden kann.

Auf dem Titel:



„Músicos de Bremen“ von Reynaldo K'akachi

Reynaldo K'akachi wurde in Lima, Peru, geboren. Seit 1996 lebt und arbeitet der Künstler in Deutschland und hat 2006 in Bremen seine künstlerische Heimat gefunden. Seine Arbeiten wurden bisher in zahlreichen Einzel- und Gruppenausstellungen in Spanien, Italien, in den USA und in Deutschland gezeigt.

Der Künstler möchte in seinen Werken Geschichten erzählen, die von innen heraus kommen: „Ich male von innen und das Bild entsteht. Ich male nicht, meine Seele malt.“ Vielleicht ist das die Erklärung, warum in den Arbeiten immer wieder die Motive von Vergangenheit und Gegenwart – von alter und neuer Heimat zu finden sind. Immer wieder zeigt sich Reynaldo K'akachi als Wanderer und Künstler zwischen den Welten. Seit Reynaldo K'akachi in Bremen lebt und arbeitet, tauchen in seinen Bildern immer wieder die Bremer Stadtmusikanten auf. Auch Fahrräder mischen sich mit Elementen und Symbolen der Azteken, Inkas und Mayas – Hommage und Erinnerung an die alte Heimat. Die Verbindung zur neuen Heimat wird doppelt deutlich in seiner Aussage: „Ich bin verliebt in Bremen.“

Weitere Informationen über den Künstler: www.kakachi.de

Neue Ausgabe Der Radurlaubs- planer: „Deutsch- land per Rad entdecken“

Im Februar 2017 erscheint die druckfrische 11. Ausgabe von „Deutschland per Rad entdecken“. Auf 84 Seiten werden handverlesene Routen und Regionen mit Übersichtskarte, Streckeninfos, Sehenswürdigkeiten, Karten- und Literaturempfehlungen, Tipps zur Bahn-Anreise sowie Kontaktdaten der Tourismus-Organisationen vorgestellt.



Der beliebte Planer bietet jede Menge Inspiration für Radtouristen: Ob gemütlich auf beliebten Klassiker-Routen entlang der Elbe, Donau, Weser und Mosel oder auf kultureller Entdeckungstour auf der Romantischen Straße oder im Ruhrgebiet, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Fünf Sterne ADFC-Qualitätsradrouten wie der Klassiker im „Lieblichen Taubertal“ oder die Schlossparkradrunde im Allgäu dürfen natürlich nicht fehlen.

Im Magazinteil gibt es nützliche Tipps zur Vorbereitung und Organisation einer Radreise, ob für den Radurlaub mit Kindern oder für die Radreise per Elektrofahrrad.

Die Broschüre ist in den ADFC-Geschäftsstellen und bei vielen Fahrradhändlern erhältlich. Dank E-Paper können Interessierte die Broschüre auch mobil durchblättern. Im Februar wird der neue Internetauftritt online gehen. Er bietet zusätzliche Serviceangebote und liefert noch mehr Inspiration für die nächste Radreise.

Die Deutsche Zentrale für Tourismus wirbt auf www.germany.travel für das Radreiseland Deutschland und präsentiert ausgewählte Routen aus „Deutschland per Rad entdecken“ für Radtouristen aus dem Ausland in acht Sprachen.

Mobiles Angebot für den Radurlaub Bett+Bike App und Verzeichnis 2017

Auch 2017 können Radurlauber bei der Suche nach fahrradfreundlichen Übernachtungsbetrieben bei Bett + Bike fündig werden. Hierzu können sie die Bett+Bike-Übersichtskarte sowie und die Bett+Bike-App fürs Smartphone nutzen. Die kostenlose Übersichtskarte zeigt alle Orte in Deutschland, die mindestens einen Bett+Bike-Gastbetrieb oder -Campingplatz besitzen. Zudem bietet sie viele Informationen rund um Bett+Bike und die touristischen Produkte des ADFC.



Über die Bett+Bike-App für Android- und Apple-Smartphones finden Nutzer auf mobilen Endgeräten zu Hause oder unterwegs Bett+Bike-Gastbetriebe in Deutschland, Österreich, Luxemburg, Dänemark und Ostbelgien. Die App beinhaltet tagesaktuelle Daten, und der Nutzer erhält damit topaktuelle Suchergebnisse.

Enthalten sind auch Betriebe, die das Label „Bett+Bike Sport“ tragen. Sie berücksichtigen die besonderen Bedürfnisse von Rennrad- und Mountainbikefahrern.

Die Kombination der Medien – von der Bett+Bike-Karte über die App und die Bett+Bike-Internetsuchmaschine bis zu diversen Verlagsprodukten, in denen Bett+Bike-Gastbetriebe veröffentlicht werden – macht Bett+Bike für jeden Radfahrer erreichbar. www.bettundbike.de

Samstag, 29. April 2017
jazzahead!
ADFC-Touren durch
die Clubnacht

In Kooperation mit der Messe Bremen bietet der ADFC geführte Radtouren durch die jazzahead!-clubnight an. ADFC-Tourengui-

des führen durch die Nacht. Zur Wahl stehen unterschiedliche musikalische Routen! Alle Touren starten an der Messehalle 7 zwischen 17 und 18:30 Uhr, genaue Zeiten und Routen gibt es als Einzel-Tourentermine – sobald nähere Einzelheiten feststehen. Bei einer der Late-night Optionen klingen schließlich alle Touren aus. ADFC-Mitglieder erhalten das Ticket zur clubnight zum ermäßigten Preis für voraussichtlich 20 statt 25 Euro (Verkauf am Start der Touren).

Anmeldung bis 27. April, Infos: www.radtouren-bremen.de, jazzahead@adfc-bremen.de, Programm: www.jazzahead.de/festival/jazzahead-clubnight/



Foto: Messe Bremen/Jan Rathje

**Samstag/Sonntag, 11. & 12. März 2017
Aus RAD + OUTDOOR wird DRAUSSEN**
Am Wochenende vom 11. und 12. März startet die DRAUSSEN in die neue Rad- und Freizeitsportsaison: Zum 20. Geburtstag schenkt sich die RAD + OUTDOOR, die Messe für Trends, Neuheiten und Unverzichtbares rund um Sport und Spaß im Freien, einen neuen Namen.

Neue Räder braucht das Land? Kein Problem: Bei der DRAUSSEN testen kleine und große Radler die neuesten Modelle auf verschiedenen Parcours, Händler bieten Zubehör und Ausrüstung für Räder und Fahrer an, Veranstalter informieren über Aktivurlaube und Interessierte absolvieren Fahrtechniktrainings.

Der ADFC Bremen wird erneut die Betreuung eines Kinder- und Jugend-Parcours übernehmen sowie mit einem Kooperationsstand mit der AOK vertreten sein.

**Öffnungszeiten: täglich von 10 bis 18 Uhr
Eintritt: 9 Euro, ermäßigt (ADFC-Mitglieder): 7,50 Euro; das Ticket gilt auch für die PASSION Sports Convention www.draussen-bremen.de.**



Neues Touren-Angebot Radfahren für Menschen mit beginnender Demenz

Seit dem Frühjahr 2016 gibt es in Bremen ein neues Tourenangebot: Begleitendes Radfahren für Menschen mit einer beginnenden Demenz.

Bremen ist eine radfahrerfreundliche Stadt und bietet vielfältige Möglichkeiten für Radtouren in die Natur auf gut ausgebauten und dennoch ruhigen Wegen. Und Menschen mit Demenz tun die Bewegung in der Natur und das Zusammensein mit anderen Menschen gut. Warum diese beiden Aspekte nicht verbinden? Auf Initiative von Elisabeth Kammerer, Mitarbeiterin der Bremer Heimstiftung, haben sie und die vier ADFC-Tourenleiter/innen Wolfgang Reiche, Sylvia und Ronald Schelb sowie Carmen Vogel sich entschlossen, in Bremen Radtouren speziell für Menschen mit beginnender Demenz anzubieten. Sie haben sich beim Verein Leben mit Demenz - Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke e.V., der in Kooperation mit dem ADFC Kreisverband Minden-Lübbecke e.V. schon seit 2009 unterschiedliche Radtouren und Radreisen für Menschen mit Demenz anbietet, in Theorie und Praxis ausbilden lassen.

Mit den Erfahrungen und dem Elan aus dieser Qualifizierung wurde schon im Mai 2016

zur ersten von sechs begleiteten Fahrradtouren eingeladen. Hierbei sollten praktische Erfahrungen gesammelt und getestet werden, ob so ein Angebot auch in Bremen angenommen würde.

Die Strecken wurden von den Tourenleiter/innen sehr sorgfältig geplant, denn stark befahrene Straßen und unübersichtliche Kreuzungen galt es zu vermeiden. Die Touren führten bei angepasstem Tempo bis zu 20 Kilometer weit in die Bremer Randgebiete. Wie bei fast allen ADFC-Touren war auch hier die Einkehr in ein Café oder in eine Eisdielen eine willkommene Unterbrechung.

Den Tourenleiter/innen war es wichtig, erst einmal mit einer kleinen Gruppe zu beginnen. Die Gruppengröße wurde auf fünf Betroffene und fünf begleitende Angehörige beschränkt. So war es besser möglich, einen persönlichen Kontakt herzustellen und die Betroffenen aufmerksamer zu begleiten. Denn ein Ziel war es auch, die Angehörigen zu entlasten und so auch ihnen genussvolle Radtouren zu ermöglichen.

Neben der sorgfältigen Routenauswahl waren die Tourenleiter/innen mehr als sonst gefordert. Die Betreuung einzelner Teilnehmer/innen verlangte viel Aufmerksamkeit: Neben der üblichen Tourenleitung und dem rückwärtigen Absichern, vorausschauendes Fahren, persönliche Ansprache, großzügige Zeitplanung, Nebenherfahren, da wo es die Wege zuließen, um ins Gespräch zu kommen und Bedürfnisse zu erkennen (Durst, Hunger, WC-Besuch, Erschöpfung). Darum ist es notwendig, dass immer mehrere Tourenleiter/innen und weitere Personen die Gruppe begleiten. Die Touren haben dem Tourenleitungsteam viel Freude bereitet, bereichert und darin verstärkt, das Angebot auch 2017 fortzuführen. Gestartet wird zwischen Mai und Oktober immer am 2. Dienstag im Monat um 15:30 Uhr. Die Startpunkte wechseln: Radstation am Hauptbahnhof, Neustadtbahnhof, Wasserwehr und Horn-Lehe. Der genaue Ort wird jeweils bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Touren dauern ca. 3 Stunden und werden im gemütlichen Tempo von 14-16 km/h gefahren. Sie sind kostenlos.

Anmelden kann man sich jeweils bis zum

Montag vor der Tour bei Elisabeth Kammerer, Tel. (0421) 3349-111, E-Mail: elisabeth.kammerer@bremer-heimstiftung.de.

Übrigens: Der neue ADFC-Arbeitskreis „Radfahren mit Demenz“ sucht noch interessierte Personen, die bei den Touren als Begleiter/innen aktiv werden möchten.

25. Juni 2017 Tour de Natur - Save the date!

Zum 13. Mal startet die Tour de Natur am Roland-Center und zeigt in Bremen: Radfahren ist gut für die Fitness, eine Verjüngungskur und gleichzeitig ein Beitrag für den Klimaschutz. Gemeinsam mit vielen hundert Radfahrer/innen wollen das Centerteam und die ADFC-Radtourenleiter/innen die gute Luft und eine super Stimmung genießen!

Details zu Uhrzeit, Ablauf, etc. werden, sobald beschlossen, auf unserer Webseite zu finden sein: www.adfc-bremen.de

Zweirad-Center
H-P JAKST
Davoser Straße 67 - 69
28325 Bremen-Osterholz
Telefon (0421) 40 45 55
www.zweirad-jakst.de

Verkauf
Service
Beratung
Fahrrad-Codierung
Teststrecke im Obergeschoss

Rennräder
MTB
City-Bikes
Trekking-Bikes
Cross-Räder
Kinderräder
Zubehör

ALPEN für weniger Stress im Arbeitsalltag

Acht Stunden gearbeitet, die ganze Zeit im Stress und am Ende des Arbeitstages doch nicht wirklich viel geschafft? Tage wie diese frustrieren und nagen an den Reserven. Helfen kann ein besseres Zeitmanagement.

„Wer den Umgang mit der Zeit selbst gestalten möchte, braucht im Arbeitsleben eine Strategie, wie er die verfügbare Zeit sinnvoll nutzt“, sagt Dr. Dieter Bonitz, Diplom-Psychologe im AOK-Bundesverband. Dafür gilt es zunächst Dinge zu erkennen, die Zeit stehlen. Für den AOK-Experten sind das vor allem Unterbrechungen im Arbeitsablauf. Er rät dazu, ungestörte Arbeitsphasen bewusst einzuplanen und dabei auch das Telefon einfach mal klingeln zu lassen, eingehende E-Mails zu ignorieren und die Tür zu schließen. „Hin und wieder muss man freundlich aber bestimmt Nein sagen“, so der Psychologe.

Eine einfache Formel für sinnvolles Zeitmanagement sieht Dr. Bonitz in der so genannten **ALPEN**-Methode. Das **A** steht für Aufgaben notieren. Hinter dem **L** verbirgt sich Länge schät-

zen – und zwar für jede einzelne Aufgabe. Pufferzeiten sollen Raum für unvorhergesehene Aufgaben schaffen. Das **E** steht dann für die Entscheidung, in welcher Reihenfolge Aufgaben abgearbeitet werden sollen. Übrig bleibt das **N** für Nachkontrolle und für eine Bilanz am Ende des Arbeitstages. „Es motiviert zu sehen, was man alles geschafft hat“, verspricht er. „Sind Punkte übrig, sollte man sich fragen, warum das so ist, und ob sich die Aufgabe auf den nächsten Tag schieben lässt.“

Zeitmanagement, so sagt Dr. Bonitz, ist Selbstmanagement. Das gelinge nicht von jetzt auf gleich. „Es bedarf andauernder Übung, damit es Früchte trägt.“ Als Katalysator wirkt Bewegung und regelmäßige Entspannung – am besten schon auf dem Weg zum Büro oder von dort nach Hause. Gelegenheit dazu bietet die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ vom ADFC und der AOK Bremen/Bremerhaven, die am 1. Mai in ihre nächste Runde geht.

Infos: www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de

Stefanie Waterkamp



Vorteil für AOK-Mitglieder bei ADFC-Radtouren

Der ADFC Landesverband Bremen und die AOK Bremen/Bremerhaven sind Partner. Das bedeutet, dass AOK-Mitglieder bei vielen Angeboten des ADFC Bremen Vergünstigungen wie ADFC-Mitglieder erhalten. Zum Beispiel:

- Ermäßigte Teilnehmerbeiträge bei Tages- und Halbtagestouren in Bremen und Bremerhaven
- Ermäßigte Eintrittsgelder bei Veranstaltungen
- Fahrrad-Codierungen zum ADFC-Mitglieder-Tarif.

Umgekehrt erhalten ADFC-Mitglieder kostenfreien Zugang zu den Kursen im AOK-Gesundheitszentrum.

Foto: AOK

Die ADFC-Radtouren 2017 Mehrtages- und Wochenendtouren



Willkommen bei den Radreisen und Mehrtagestouren des ADFC! Sie möchten gern mit dem ADFC auf Tour gehen? Dann empfehlen wir Ihnen sich frühzeitig anzumelden und nicht bis zum Anmeldeschluss zu warten. Obwohl dieser oft bis zu zwei Monate vor Reisebeginn liegt, kann die Reise schon früher

ausgebucht sein. Bei einem Rücktritt sind je nach Zeitpunkt die Reisebeiträge (abzüglich eingesparter Aufwendungen) anteilig zu zahlen. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen auf Seite 74. Die Legende und alle Kontaktadressen der Tourenleiter/innen finden Sie im Überblick auf den Seiten 72-73.

Dienstag, 11. bis Donnerstag, 13. April 2017

HB

Fast Bikes & Slow Food

n 60 km ⏱ 3 Tage ⚡ 14-16 km/h

Der Frühling ist da und wir gehen wieder auf Radtour! Auf der ersten Tour im Jahr starten wir mit Schwung und leerem Anhänger Richtung Urwald im Hasbruch. Unterwegs entscheiden wir gemeinsam, was wir essen wollen und füllen an verschiedenen Orten unseren Anhänger mit Lebensmitteln, die wir am Abend im Naturfreundehaus zu einem leckeren Mahl zubereiten. Natürlich bleibt viel Zeit, um die Wintermüdigkeit im Urwald wegzuspielen und unterwegs Neues zu entdecken. Die Tour ist für Kinder ab 8 Jahren geeignet.

TOURS
4U

Reiseleistungen: Tourenleitung, Unterkunft und Verpflegung. Lunch für den ersten Tag bringen die Teilnehmer bitte selber mit.

Anmelden bis: Freitag, 31. März 2017**Start:** Stadtteilfarm Huchting, Am Sodenmatt 15, 28259 Bremen**Kosten:** 35 Euro (Gefördert durch "Bingo! Die Umweltlotterie")**Kontakt:** Markus Hübner, ADFC Bremen
Tel. 0421-517 78 82 62
markus.huebner@adfc-bremen.de

Mittwoch, 3. bis Montag, 8. Mai 2017

Mittwoch, 10. bis Donnerstag, 18. Mai 2017 HB
Radpilgerfahrt zu Stätten der Reformation an Unstrut und Saale I

n 235 km ⏱ 9 Tage ⚡ 14-16 km/h

Eine Reise in Kooperation mit dem Evangelischen Bildungswerk Bremen. - Eine Perlenkette geschichtsträchtiger Orte ist auf der schönen Tour entlang der Unstrut und Saale bis nach Halle zu entdecken. Im Mittelpunkt der Radpilgerfahrt stehen Städte wie Mühlhausen und Naumburg, Burgen und Dörfer, die den mit Bauernkriegen, Predigten und intellektuellen Disputen markierten Aufbruch in die bürgerliche Epoche symbolisieren. Unter dem Kürzel Reformation stehen mit Thomas Münzer die gesellschaftlichen Konflikte zwischen Bauern und Adel, mit Martin Luther die Frage nach der Freiheit des Einzelnen im Verhältnis zur überkommenen Glaubensordnung auf der Tagesordnung. Anlässlich des Thesenanschlags Martin Luthers vor 500 Jahren führt diese Radreise zu Spuren der Reformationszeit.

Reiseleistungen: An- u. Abreise mit der DB, 8 ÜF im DZ in radfreundlichen Hotels, Gasthöfen, JHs o.ä., Fährpreise, Reisesicherungsschein, Reiseleitung. Eintrittsgelder nicht enthalten. EZ soweit verfügbar. EZ-Zuschlag 93,- Euro. Vortreffen. Kleine Änderungen im Reise- und Zeitverlauf sind möglich.

Teilnehmerzahl: min. 8 / max. 10 Pers.**Anmelden bis:** Dienstag, 28. Februar 2017**Start:** ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen**Kosten:** 662 Euro, ADFC-Mitgl. 626 Euro**Kontakt:** Uwe Henrion, ADFC Bremen

Tel. 0421-44 48 80

uwe.henrion@adfc-bremen.de

n 350 km ⏱ 6 Tage ⚡ 16-18 km/h
Von Kassel aus geht es in das Kurhessische Bergland nach Fritzlar, wo für 2 Nächte Quartier bezogen wird. Entlang der Eder folgt ein Abstecher zur Edertalsperre mit seiner imposanten 48m hohen Staumauer. Weiter durch über Alsfeld in die Barockstadt Fulda mit ihrem eindrucksvollen Dom, dem Stadtschloss und der Michaelskirche. Die Erlebnisregion Mittleres Fuldatal bietet neben ihrer abwechslungsreichen Landschaft auch eine Menge Sehenswürdigkeiten. In den mittelalterlichen Fachwerkstädten a. d. Fulda und Melsungen wähnt man sich in der Zeit von Rittern und Königen. Ab Kassel mit der Bahn nach Bremen zurück.

Reiseleistungen: 5 ÜF im DZ von guten Hotels, Hin- und Rückreise per Bahn, Führungen, ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein

Anmelden bis: Sonntag, 5. März 2017**Start:** ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

euch überraschen. Nur so viel: Wir besuchen die slawische Siedlung „Stary Lud“ (das alte Volk) und lassen uns an den „Cottbusser Ostsee“ führen. Die Streckenführung ist kaum hügelig, dafür ist das Tempo ein bisschen flotter.

Reiseleistungen: ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein, An- und Abreise mit der DB, 4 ÜF im DZ im Hotel, ein Museumseintritt und zwei Führungen.

Anmelden bis: Mittwoch, 1. März 2017**Start:** Hauptbahnhof, Bremen**Kosten:** 405 Euro, ADFC-Mitgl. 385 Euro**Kontakt:** Carmen Vogel, ADFC Bremen
Tel. 0421-23 25 66 (AB)
carmen.vogel@adfc-bremen.de

Mittwoch, 24. bis Sonntag, 28. Mai 2017

HB

Kulturelle Landpartie im Wendland

n 250-300 km ⏱ 5 Tage ⚡ 16-18 km/h

Die Kulturelle Landpartie (kurz KLP) findet bereits zum 28. Mal statt. Wendländische Künstler und Handwerker öffnen zwischen Himmelfahrt und Pfingsten ihre Werkstätten und Ateliers und präsentieren ihre Arbeiten. Dazu findet ein abwechslungsreiches Veranstaltungprogramm statt mit Angeboten für jeden Geschmack. Neben den zahlreichen Ausstellungs- und Veranstaltungsorten, den sogenannten WUNDE(R)PUNKTE zwischen Gorleben und Kamerun, werden einige malerische Rundlingsdörfer aufgesucht. Weitere Informationen gibt es bei Anmeldung bzw. auf Anfrage.

Anmelden bis: Sonntag, 9. April 2017**Start:** ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen**Kosten:** 35 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 15 Euro**Kontakt:** Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen
Tel. 0421-68 52 47 91
karl-heinz.boettjer@adfc-bremen.de

Mittwoch, 24. bis Sonntag, 28. Mai 2017

HB

Feen radeln im Feen-(Spree-)wald

n 180 km ⏱ 4 Tage ⚡ 14-16 km/h

Was dem einen eine Freude, ist dem anderen ein Leid: Wenn eine Bahnstrecke stillgelegt und darauf ein Radweg angelegt wird, blutet den Eisenbahnfreunden das Herz, aber die Radfahrer freuen sich. So gibt es im westlichen Münsterland gleich mehrere solcher Bahntrassen auf denen idyllische Radwanderwege abseits des motorisierten Verkehrs entstanden sind. Diese

Sonnabend, 20. bis Sonntag, 21. Mai 2017 HB
MTT mit Übernachtung und Spargelessen in Frankenfeld/Bosse.

n 120 km ⏱ 2 Tage ⚡ 14-16 km/h
Unsere Rad-Tour führt uns vom Rathausplatz in Achim entlang der Weser bis Verden. Ab da radeln wir östlich der Aller über Otersen, Groß Häuslingen, Böhme, Bierde, Rethem bis Frankenfeld/Bosse auf der westlichen

Mittwoch, 24. bis Sonntag, 28. Mai 2017

HB

Feen radeln im Feen-(Spree-)wald

n 220km ⏱ 5 Tage ⚡ 16-18 km/h

Der Feenwald, so wird der Spreewald auch genannt, wird über Himmelfahrt von radelnden Feen (nur Frauen) besucht. Vom Standort Lübbenau aus, gewohnt wird in einem kleinen Frühstückshotel, werden (Aus-)Flüge in die interessante Umgebung unternommen. Am Abend dann, wenn die Nebel aufsteigen, ... aber da lässt

werden an drei Tagen befahren und an einem weiteren Tag gibt es einen Ausflug in die Baumberge. Es sind Hügel, die keine große Anstrengung erfordern.

Reiseleistungen: Bahnfahrt Bremen - Rheine und zurück, einschl. Fahrrad, 4 x Ü/HP (Frühstücksbuffet und abends 4-Gang-MENU) im DZ im ***Hotel in Steinfurt (kein EZ-Zuschlag), Organisation und Tourenleitung, Sicherungsschein

Anmelden bis: Donnerstag, 13. April 2017

Start: ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

Kosten: 298 Euro, ADFC-Mitglieder 282 Euro

Kontakt: Renate und Manfred Terhardt-Brigit, ADFC Bremen, Tel. 0441-59 44 11 27 manfred.terhardt@adfc.de



FOTO: Carmen Vogel



FOTO: Klaus Peter Land

Freitag, 2. bis Montag, 5. Juni 2017

HB

Ruhr - Rhein - Römer - Ruhrpott

⌚ 260 km ⏰ 4 Tage ⚠ 16-18 km/h

Über Pfingsten radeln wir durch das landschaftlich schöne Ruhrtal und auch entlang des Rheins, in die römische Stadt Colonia Ulpia Traiana. Wir besuchen den Archäologischen Park Xanten (APX) und das Römer-Museum. Interessante Wege der Industriekulturroute führen uns nach Oberhausen, wo im Gasometer die „Wunder der Natur“ zu bestaunen sind. Auf stetig leicht ansteigenden, ehemaligen Bahntrassen geht es rund um Essen und nach Bochum. Hier erinnern riesige Industriedenkmäler an die Zeiten der Kohleförderung, die der Region ihren Namen „Ruhrpott / Kohlenpott“ gaben. Besucht werden das Weltkulturerbe Zeche Zollverein, das Deutsche Bergbaumuseum in Bochum, die Vila Hügel in Essen, der Gasometer in Oberhausen und das APX in Xanten.

Reiseleistungen: ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein, An- und Abreise mit der DB, 3 Ü/F (F selbst zubereitet) in Ferienwohnungen, alle Eintrittsgelder und Kosten für Führungen.

Anmelden bis: Sonnabend, 1. April 2017

Start: Hauptbahnhof, Bremen

Kosten: 360 Euro, ADFC-Mitgl. 344 Euro

Kontakt: Carmen Vogel, ADFC Bremen

Tel. 0421 - 23 25 66 (AB)

carmen.vogel@adfc-bremen.de

Freitag, 2. bis Montag, 5. Juni 2017

HB

Zum Schlosspark Lütetsburg

⌚ 210 km ⏰ 4 Tage ⚠ 14-16 km/h

Schlosspark Lütetsburg gilt heute als einer der größten und schönsten Parks Norddeutschlands. Er bietet mit seinen ca. 30 Hektar und mehreren Kilometern Wanderwegen eine Erholungs oase für Jung und Alt. An Pfingsten geht es von Achim an der Weser entlang bis nach Farge. Dort setzen wir mit der Fähre über die Weser und werden da das erste Mal übernachten. Am Samstag geht es durch das Stadland an den Jadebusen bis Wilhelmshaven. Sonntag dann durch Jever und Wittmund nach Aurich. Am Pfingstmontag sind noch ca. 25 km bis Schloss Lütetsburg zu radeln. Dort werden wir uns den Schlosspark in Ruhe anschauen. Anschließend fahren wir noch ca. 10 km bis zum Bahnhof Norddeich Mole.

Reiseleistungen: Tourenleitung, Reisesicherungsschein, Eintritt in den Schlossgarten inkl. Führung, drei Übernachtungen mit Frühstück, inkl. Fahrt mit dem Zug von Norddeich nach Achim

Anmelden bis: Sonntag, 23. April 2017

Start: Bahnhofsplatz, 28832 Achim

Kosten: 281 Euro, ADFC-Mitgl. 265 Euro

Kontakt: Herbert Kablitz, ADFC Bremen

Tel. 04207-80 20 97

herbert.kablitz@adfc-bremen.de

Montag, 26. bis Donnerstag, 29. Juni 2017

HB

Abenteuertour für Kinder

⌚ 120 km ⏰ 4 Tage ⚠ 14-16 km/h

Du bist zwischen 8 und 12 Jahre alt? Und hast Lust auf ein spannendes Fahrradabenteuer? Wir fahren von Bremen aus an schöne Plätze in der weiteren Umgebung. Wenn es sich ergibt, gehen wir schwimmen oder machen abends ein Lagerfeuer. Übernachtet wird in eigenen Zelten auf Campingplätzen. Unser Gepäck und

pedal SPEZIAL rad & touren

dem Zug, Reisesicherungsschein, sieben Übernachtungen mit Frühstück in guten Hotels/Pensionen, Zugfahrt zur Neißequelle, mit dem Rad zurück bis Zittau, Stadt führung in Zittau u. Görlitz, Radtour um Görlitz, Besichtigung der Kultursel Einsiedel.

Anmelden bis: Montag, 15. Mai 2017

Start: Bahnhofsvorplatz 1, 28832 Achim

Kosten: 620 Euro, ADFC-Mitgl. 588 Euro

Kontakt: Fred Laackmann, Tel. 04235-94 37 77, fred.laackmann@adfc-bremen.de

Sonntag, 16. bis Sonntag, 30. Juli 2017

HB

ADFC-jugend-fahrrad-festival

⌚ 650 km ⏰ 15 Tage ⚠ 16-18 km/h

Zum 4. ADFC jugend-fahrrad-festival fahren wir von Bremen nach Mannheim. Die Strecke führt in 12 Tagesetappen (ca. 60 - 65 km) entlang von Weser, Fulda, Kinzig und Rhein. Wir übernachten in eigenen Zelten. In Mannheim schlafen wir gemeinsam mit Teilnehmer/innen aus ganz Deutschland in der Jugendherberge. Spaß, Spiel und Sport gibt es vor Ort in verschiedenen Workshops. Freitag werden wir noch bei der Critical Mass mitfahren. Am Sonntag geht es nach der Vorstellung der Workshop-Ergebnisse mit dem Zug zurück nach Bremen. Unterwegs können noch Teilnehmer/innen zu uns stoßen, so dass die Gruppe anwachsen kann. Es findet ein Vortreffen für die Jugendlichen und Eltern statt. Einkommensabhängige Zuschüsse durch die Daniel-Schnakenberg-Stiftung sind möglich - bitte sprechen Sie darauf an!

Reiseleistungen: Tourenleitung, Übernachtung auf Zeltplätzen in eigenen Zelten, Übernachtung in der DJH Mannheim, Verpflegung, anfallende Eintrittsgelder und Fahrtkosten. Achtung, auch ein späterer Einstieg in die Tour ist möglich! Entsprechend geringer ist der Beitrag.

Anmelden bis: Mittwoch, 31. Mai 2017

Start: ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

Kosten: 295 Euro, ADFC-Mitgl. 275 Euro. Weitere einkommensabhängige Zuschüsse durch die Daniel-Schnakenberg-Stiftung sind möglich.

Kontakt: Wolfgang Bevern, ADFC Bremen

Tel. 0421-83 38 39, wolfgang.bevern@adfc-bremen.de

Dienstag, 18. bis Sonntag, 23. Juli 2017

HB

Naturerlebnis Odertal

⌚ 240 km ⏰ 6 Tage ⚠ 16-18 km/h Auf

pedal SPEZIAL rad & touren

13



Foto: Herbert Kablitz

verkehrsarmen Wegen genießen wir die Natur, beobachten Störche, Gänse und Reiher. Mit einem Besuch der Stadt Frankfurt/Oder und ihrer polnischen Partnerstadt Slubice starten wir unsere Reise. Das „Küstriner Pompeji“, die polnische Festungs- und Soldatenstadt Kostrzyn ist ein Muss. Im Nationalpark-Zentrum in Criewen erfahren wir etwas über die Entstehung und Bedeutung des Oderbruchs, welches wir vorher durchradelt haben. Über Schwedt und Gartz geht es in die alte Hansestadt Stettin. Höhepunkt der Reise wird jedoch eine geführte Kanutour durch das geschützte Gebiet des Odertals mit der Natur-Expertin Frauke de Vere Bennett sein.

Reiseleistungen: ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein, An- und Abreise mit der DB, 5 Ü/F in DZ in Hotels, 1x Eintritt und 2 Führungen, geführte Kanufahrt.

Anmelden bis: Montag, 15. Mai 2017

Start: Hauptbahnhof, Bremen

Kosten: 450 Euro, ADFC-Mitgl. 426 Euro

Kontakt: Carmen Vogel, ADFC Bremen

Tel. 0421-23 25 66 (AB)

carmen.vogel@adfc-bremen.de

Sonntag, 13. bis Freitag, 18. August 2017

HB

An Fulda und Weser - ein Festspiel

380 km 6 Tage 16-18 km/h

Entlang des Fulda- und Weserradwegs geht es von der alten Barock- und Bischofsstadt Fulda mit dem beeindruckenden Dom St. Salvator auf gut ausgebauten Radwegen, teilweise etwas hügelig, bis Minden.

In Bad Hersfeld, vor der weltweit größten romanischen Kirchenruine, wird ein beeindruckendes Festspiel erlebt. Die Tour geht durch idyllische Dörfer und malerische Fachwerkstädte, über Melsungen und Kassel nach

Hannoversch Münden. Dort, wo Fulda und Werra sich küssen und ... naja, dort entsteht die Weser. Über Höxter und Hameln, hier darf die Rattenfänger-Geschichte nicht fehlen, geht es - die Weser fast immer im Blick - nach Minden.

Reiseleistungen: ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein, An- und Abreise mit der DB, 5 Ü/F in DZ in guten Hotels, 1x Eintritt, ein Festspiel und eine Führung.

Anmelden bis: Montag, 15. Mai 2017

Start: Hauptbahnhof, Bremen

Kosten: 560 Euro, ADFC-Mitgl. 536 Euro

Kontakt: Carmen Vogel, ADFC Bremen

Tel. 0421-23 25 66 (AB)

carmen.vogel@adfc-bremen.de

Freitag, 18. bis Sonntag, 20. August 2017

HB

Park der Gärten "Bad Zwischenahn"

210 km 3 Tage 16-18 km/h Im Herzen der malerischen Parklandschaft des Ammerlandes liegt das Gartenkulturzentrum Niedersachsen - Park der Gärten - die Gartenschau in Bad Zwischenahn. Es ist ein besonderes schöner Park um den Fahrradtag gemütlich ausklingen zu lassen.

Reiseleistungen: 2Ü/F im 3 Sterne Hotel, Eintritt im Park, ADFC-Tourenleitung (EZ-Zuschlag 20 Euro)

Anmelden bis: Dienstag, 1. August 2017

Start: ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

Kosten: 130 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 120 Euro

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Tel. 0421-602 86 21

baerbel.knaack@adfc-bremen.de

Sonnabend, 19. bis Sonntag, 20. August 2017

HB

Wilhelm Busch Museum Wiedensahl

130 km 2 Tage 14-16 km/h

Von Achim aus geht es mit dem Zug nach Nienburg. Anschließend mit dem Fahrrad noch ca. 35 km bis Wiedensahl. Dort werden wir das Geburtshaus von Wilhelm Busch, das als Museum hergerichtet ist, besichtigen. Danach noch ca. 13 km nach Bad Rehberg unserem Übernachtungsort. Am Sonntag radeln wir schön gemütlich zum Teil auf dem Weser-Radweg nach Achim zurück.

Reiseleistungen: Tourenleitung, Reisesicherungsschein, Eintritt in das Wilhelm Busch Museum inkl. Führung, eine Übernachtung mit Frühstück, inkl. Fahrt mit

dem Zug von Achim nach Nienburg.

Anmelden bis: Sonnabend, 1. Juli 2017

Start: Bahnhofsplatz, 28832 Achim

Kosten: 123 Euro, ADFC-Mitgl. 115 Euro

Kontakt: Herbert Kablitz, ADFC Bremen

Tel. 04207-80 20 97

herbert.kablitz@adfc-bremen.de

Sonnabend, 19. bis Mittwoch, 23. August 2017

HB

Quer durch die blühende Lüneburger Heide bis Stade

190 km 5 Tage 16-18 km/h

Der ADFC-Bremen lädt zu einer wunderschönen Radtour auf dem Ilmenau-Radweg ein. Die Tour beginnt am Bf. Suderburg, Anfahrt erfolgt per Zug, besichtigt wird ein Museumsdorf, in Uelzen ist eine Führung des Hundertwasser Bahnhofes vorgesehen. Übernachtung in Uelzen im Hotel. 2. Tag endet in der Salz- und Hansestadt Lüneburg mit einer Rathausführung. Übernachtung im Hotel. 3. Tag endet in Hamburg. Übernachtung im Seemannsheim. 4. Tag endet in der Hansestadt Stade. Eine Elbüberquerung erfolgt mit der Fähre. Eine Turmführung ist am Abend vorgesehen. Übernachtung im Hotel. 5. Tag Rückfahrt per Zug

Reiseleistungen: Im Reisepreis enthalten sind: ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein, An- und Abreise mit der Bahn (inkl. Fahrradtransport), 4 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Frühstück in Hotels, 1x Eintritt für Besichtigung im Museumsdorf Hösseringen, Führung im Hundertwasser Bahnhof Uelzen, Rathausführung in Lüneburg, Elbüberquerung mit der Fähre und eine Turmführung in Stade.

Nicht im Preis enthalten: (Einzelzimmer-

Zuschlag 80 Euro/Pers.) und Einkehr am Abend

Anmelden bis: Donnerstag, 15. Juni 2017

Start: Hauptbahnhof Bremen

Kosten: 462 Euro, ADFC-Mitgl. 442 Euro

Kontakt: Wilhelm Bolte, Tel. 0421-25 92 34, wilhelm.bolte@adfc-bremen.de

Freitag, 25. August 2017

bis Sonnabend, 2. September 2017

HB

Radpilgerfahrt zu Stätten der Reformation an Unstrut und Saale II

235 km 9 Tage 14-16 km/h

Eine Reise in Kooperation mit dem Evangelischen Bildungswerk Bremen. - Eine Perlenkette geschichtsträchtiger Orte ist auf der schönen Tour entlang der Unstrut und Saale bis nach Halle zu entdecken. Im Mittelpunkt der Radpilgerfahrt stehen Städte wie Mühlhausen und Naumburg, Burgen und Dörfer, die den mit Bauernkriegen, Predigten und intellektuellen Disputen markierten Aufbruch in die bürgerliche Epoche symbolisieren. Unter dem Kürzel Reformation stehen mit Thomas Müntzer die gesellschaftlichen Konflikte zwischen Bauern und Adel, mit Martin Luther die Frage nach der Freiheit des Einzelnen im Verhältnis zur überkommenen Glaubensordnung auf der Tagesordnung. Anlässlich des Thesenanschlags Martin Luthers vor 500 Jahren führt diese Radreise zu Spuren der Reformationszeit.

Reiseleistungen: An- u. Abreise mit der DB, 8 Ü/F im DZ in radfreundlichen Hotels, Gasthöfen, JHs o.ä., Fährpreise, Reisesicherungsschein, Reiseleitung. Eintrittsgelder nicht enthalten. EZ soweit verfügbar. EZ-Zuschlag 101,- Euro. Vortreffen. Kleine Änderungen im

BIKE TEAM
RadReisen

geführte Radreisen
in Europa und weltweit

Trekkingbike - MTB - Rennrad - Städtereisen

www.biketeam-radreisen.de

HAGEN im Bremischen Natur-Oase an der Unterweser

Gemeinde Hagen im Bremischen

Radeln Sie durch vielfältige Landschaften oder an der Unterweser entlang und entdecken Sie die Schätze unserer Natur. Verschiedene regionale Routen und Fernradwege. Sehenswürdigkeiten, Melhus & Cafés, Fähre Sandstedt, fahrradfreundliche Unterkünfte, Camping- und Wohnmobilstellplätze.

Touristikbüro Hagen | Amtsplatz 3 | 27628 Hagen

Tel. 04746/87 29 | Fax 04746/87 27 | info@hagen-cux.de

www.hagen-cux.de

Reise- und Zeitverlauf sind möglich. Teilnehmerzahl: min.8 / max. 10 Pers.

Anmelden bis: Freitag, 28. April 2017

Start: ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

Kosten: 669 Euro, ADFC-Mitgl. 633 Euro

Kontakt: Uwe Henrion, Tel. 0421-44 48 80,

uwe.henrion@adfc-bremen.de

Freitag, 1. bis Sonntag, 3. September 2017

HB

Friesland per Rad entdecken

⌚ 140 km ⏰ 3 Tage ⚾ 14-16 km/h

Eine der schönsten Arten Friesland zu erkunden, ist, mit dem Fahrrad entlang des Ems-Jade-Kanals, durch Felder und Wiesen oder am Meeressaum zu fahren. Die Vielfalt Frieslands, sowohl in kultureller als auch in landschaftlicher Hinsicht, ist beispiellos und eine Entdeckung wert. Sehenswerte Städte wie Jever oder Wilhelmshaven sowie die malerischen Sielorte sind allemal ein Besuch wert.

Reiseleistungen: Bahnfahrt Bremen - Wilhelmshaven und Varel - Bremen einschl. Fahrrad, 2 x ÜF im ***Hotel in Jever, Ortsführungen, Organisation und Tourenleitung, Sicherungsschein

Anmelden bis: Donnerstag, 20. Juli 2017

Start: ADFC Radstation, Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen

Kosten: 194 Euro, ADFC-Mitgl. 182 Euro

Kontakt: Renate und Manfred Terhardt-Britz, ADFC Bremen, Tel. 0441-59 44 11 27 manfred.terhardt@adfc.de

Sonnabend, 9. bis Sonntag, 17. September 2017

HB

Von Achim in unsere Hauptstadt

⌚ 450 km ⏰ 9 Tage ⚾ 14-16 km/h

Die Reise geht zunächst durch die Lüneburger Heide mit ihrer etwas welligen und einzigartigen Kulturlandschaft. Weiter über Lüneburg in Richtung Elbe. Ab Bleckede an der Elbe entlang, mit ihren Natur belassenen Ufern nach Wittenberge. Dort werden wir die Elbe verlassen. Jetzt geht es ins Havelland mit seinen unzähligen Seen und Wäldern bis nach Potsdam. Potsdam ist UNESCO-Welterbe-Stadt, die Stadt der Schlösser und Gärten an den idyllischen Havelseen, eine prachtvolle, historische Kulturstadt. Zum Schluss unserer Reise werden wir durch den Grunewald in die pulsierende Hauptstadtmetropole Berlin bis vor den Bundestag rade-

ln. In Berlin haben wir zwei Übernachtungen und somit einen ganzen Tag, an dem wir etwas von dem Flair dieser Hauptstadt genießen können. Eventuell machen wir eine kleine Besichtigungstour zu einigen Sehenswürdigkeiten der Stadt.

Reiseleistungen: Tourenleitung, Reisesicherungsschein, acht Übernachtungen im DZ mit Frühstück, 1x Abend Buffet, Eintritt Fernsehturm am Alexanderplatz, Rückfahrt mit der Bahn von Berlin nach Achim:

Anmelden bis: Dienstag, 1. August 2017

Start: 28832 Achim, Bahnhofsplatz

Kosten: 661 Euro, ADFC-Mitgl. 625 Euro

Kontakt: Herbert Kablitz, Tel. 04207-80 20 97 herbert.kablitz@adfc-bremen.de

Sonnabend, 16. bis Sonntag, 17. September 2017

HB

September-Liegeradtour

⌚ 75 km ⏰ 2 Tage ⚾ 18-20 km/h

2-tägige Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velo-Mobilisten, einmal im Jahr. Gemeinsame Tour durch Bremen - zum Neu- und Wiederentdecken alter und neuer Stadtgesichter. Mit Übernachtung und gemeinsam organisierter Verpflegung. Nur mit Anmeldung und Vorauszahlung! Angaben vorläufig!

Anmelden bis: Freitag, 1. September 2017

Start: Antikolonialdenkmal "Elefant" Hohenlohestraße/Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen

Kontakt: Antje Hoffmann, Bremer Liegeradtreff Tel. 0151-59 43 39 39, liesaso@bremer-liegeradtreff.de

Dienstag, 19. bis Samstag, 23. September 2017

HB

Mecklenburgische Seen-Rundtour

⌚ 300 km ⏰ 5 Tage ⚾ 16-18 km/h

Eine Radreise in das Land der 1000 Seen, die umgeben sind von einer herrlichen Natur-Landschaft. Neben Naturparks besticht vor allen der Müritz-Nationalpark, wo man Kraniche, Fisch- und Seeadler beobachten kann. Besucht werden die Barlachstadt Güstrow, sowie die malerischen Altstädte von Waren, Plau, Lübz und Schwerin mit ihrer Backstein- und Fachwerk-Architektur.

Reiseleistungen: 4 Ü/F im DZ guter Hotels (EZ-Zuschlag: 55,-Euro) Hinfahrt per Bahn nach Schwerin, Rückreise ab Güstrow, Schiffstour, Führung Nationalpark, ADFC-Tourenleitung, Sicherungsschein

Anmelden bis: Montag, 3. Juli 2017

Start: Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen

Kosten: 375 EUR, ADFC-Mitgl. 355 EUR

Kontakt: Heinz Grevenstette, ADFC Bremen

Tel. 0421-65 32 34

heinz.grevenstette@adfc-bremen.de

Samstag, 30. September 2017

bis Sonntag, 8. Oktober 2017

Tel. 04207-80 20 97

herbert.kablitz@adfc-bremen.de

Donnerstag, 19. bis Sonntag 22. Oktober 2017

HB

Der Dümmer See

⌚ 65-75 km ⏰ 4 Tage ⚾ 18-20 km/h

Die Tour führt uns nach einer kurzen Bahnreise über Bassum, Twistringen, Barnstorf und durch die Diepholzer Moorniederung nach Lembruch am Dümmer See. Von dort geht es die nächsten Tage durch verschiedene, mystische Naturschutzgebiete und Moore in der Umgebung. Weiterhin ist eine Erlebnisräuchereiführung in der Aalräucherei am Olgahafen und eine Cafe-Einkehr in dem berühmten Schäferhof vorgesehen. Ein besonders faszinierendes Naturschauspiel im Dümmer/Weserland sind die Beobachtungen der Kraniche. Der Rückreisetag geht einen Skulpturenpark über sanfte Landschaft mit ausgedehnten Feldern, Wiesen und Wäldern sowie ebene Moorflächen nach Wildeshausen und von dort aus geht es mit dem Zug zurück nach Bremen.

Anmelden bis: Freitag, 10. März 2017

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Bremen

Kosten: 230 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 214 Euro

Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Tel. 0421-396 25 75, sylvia.schelb@adfc-bremen.de

DIE UNIKATBAUER



TOURS 4U 2017

Fahrradabenteuer für Jugendliche, Kinder und Familien



FOTO: Klaus-Peter Land

Der ADFC lädt ein zu Fahrradabenteuern in Bremen und umzu: Es gibt Tages- und Mehrtages-Touren für Kinder und Jugendliche ohne Begleitung der Eltern, sowie Touren für Familien oder Kinder in Begleitung einer erwachsenen Person. Außerdem ist geplant, kurzfristig zu Touren einzuladen. Die finden Sie etwa zwei Wochen vorher auf www.radtouren-bremen.de oder über Anforderung per E-Mail an tours4u@adfc-bremen.de

TOURS 4U Zum Tomatenpflanzen setzen nach Sandhausen - ADFC Familientour
25. März 2017

TOURS 4U Fast Bikes & Slow Food
11. April bis 13. April 2017

TOURS 4U Mountainbiking im Harz
10. Juni 2017

TOURS 4U Abenteuertour für Kinder
26. Juni bis 29. Juni 2017

TOURS 4U ADFC jugend-fahrrad-festival
16. Juli bis 30. Juli 2017

Aktionstouren, Halbtages- und Tagestouren

Ihr habt Spaß an kleinen Touren mit dem Fahrrad und seid neugierig auf Neues? Wir halten für euch die Augen und Ohren offen und schicken euch eine Mail, wenn es eine interessante Veranstaltung oder einen spannenden Ort zu entdecken gibt. Diese Touren sind für Kinder und Jugendliche, (manchmal dürfen auch die Eltern mit). Je nach Ziel der Tour sind auch Familien mit Kindern im Anhänger willkommen. Wir informieren kurz vor der Tour über Start und Ziel sowie die Teilnahmebedingungen. Anmeldungen sind – wenn nicht anders angekündigt – bis drei Tage vorher möglich.

Kosten: Wenn Euch die Tour gefallen hat, freuen sich die ehrenamtlichen Tourenleiter/innen über eine Spende. Eintritt und Verpflegung zahlt jeder selbst.

Kontakt: ADFC Arbeitskreis Kinder
Wolfgang Bevern, Tel. (0421) 83 38 39
E-Mail: wolfgang.bevern@adfc-bremen.de

* Mehr Informationen zu den Touren finden Sie im Reise- und Tourenteil unter dem angegebenen Datum. Die Touren werden von ausgebildeten ADFC-Tourenleiter/innen geführt, die sich auf Radtouren mit Kindern und Jugendlichen spezialisiert haben. Das Tragen eines Helms wird empfohlen. Die gefahrene Geschwindigkeit orientiert sich an den Möglichkeiten der Gruppe.

Start vieler Touren: Die ADFC Radstation Bremen

Die ADFC Radstation wird aufgrund ihrer zentralen Lage häufig als Ausgangspunkt für Radtouren ins Bremer Umland gewählt. Neben ihrer Lage bietet die Radstation aber vor allem einen umfassenden Service rund ums Rad. Wartungsarbeiten und Reparaturen werden – mit Termin oder kurzfristig – durchgeführt. Falls es einmal länger dauern sollte, wird kostenlos ein Ersatzrad zur Verfügung gestellt. Selbstverständlich werden auch Pedelecs / E-Bikes vom Werkstatt-Team professionell und fachgerecht gewartet und repariert. Als Bremens größter Fahrradverleih bietet die Radstation Gästen und Touristen die Möglichkeit, die Stadt und ihre reizvolle Umgebung mit bequemen City-Rädern zu erkunden. Hier-

bei gibt das gut ausgearbeitete und kostenlose Kartenmaterial „Bremen bike-it!“ hilfreiche Informationen. Für diejenigen, die es gemütlich angehen lassen möchten, stehen auch Pedelecs/E-Bikes zur Verfügung.

Gute Rad-schläge, Tourentipps und aktuelle Karten für längere Touren bekommen Sie an bestimmten Tagen durch das ehrenamtliche ADFC Info-Team. Gerne berät Sie das kompetente Verkaufs- und Werkstatt-Team zudem bei Fragen zu Neurädern, Ersatzteilen und Fahrradbelangen im Allgemeinen. Fahrrad-Codierungen sind nach Absprache jederzeit möglich, zu den Öffnungszeiten steht Ihnen eine kostenlose Lufttankstelle zur Verfügung. Gleich neben der Radstation finden Sie die Parkstation – geschütztes Parken rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr.

ADFC Radstation Bremen
Bahnhofsplatz 14a
28195 Bremen

Tel. (0421) 51 77 88 22
www.radstation-bremen.de
radstation@adfc-bremen.de

Servicezeiten:		1. März - 3. Okt	ab 4. Okt.
Montag - Freitag	8 bis 19 Uhr	10 bis 18 Uhr	
Samstag	9 bis 14 Uhr	10 bis 13 Uhr	
Sonntag/Feiertag	9 bis 14 Uhr		





FOTO: Wilhelm Koch

Der ADFC Radtourenkalender

Stets aktuell auf www.radtouren-bremen.de

Herzlich willkommen zu den Touren des ADFC für Bremen, Bremerhaven, Osterholz, Achim und umzu!

Ein paar Infos vorab:

Alle Tourenbeschreibungen sind unverbindlich und Abweichungen lassen sich manchmal nicht vermeiden. Beispielsweise können Touren wegen schlechter Witterungsbedingungen oder zu geringer Teilnehmerzahl ausfallen. Falls keine Anmeldefrist angegeben ist, können Sie spontan zum Treffpunkt kommen. ADFC-Mitglieder und AOK-Versicherte zahlen ermäßigte Preise – deshalb entsprechenden Nachweis nicht vergessen! Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren in Begleitung Erwachsener zahlen bei Touren des ADFC-Landesverbandes Bremen nur die Selbstkosten, wie Fahrtkosten, Einkehr, Eintritte.

Selbstverständlich halten Sie sich als Teilnehmer/in an die Straßenverkehrsordnung, nehmen Rücksicht auf Mitfahrer/innen und andere Verkehrsteilnehmer und beachten die Anweisungen der Tourenleiterin oder des Tourenleiters. Damit alle gut gelaunt und wohlbehalten zurückkommen, gilt: Wer bewusst andere gefährdet und sich absolut nicht an die Regeln halten will, muss damit rechnen von der Tour ausgeschlossen zu werden. Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr.

Für Menschen mit Handicaps:

Haben Sie Diabetes, eine Herz-/Kreislauferkrankung, Allergien oder eine andere Erkrankung, sodass Sie manchmal ganz plötzlich eine kurze Pause zum Verschnaufen brauchen oder etwas essen/trinken müssen? Sie sind willkommen! Sagen Sie's aber bitte – bevor es losgeht.

Samstag, 18. Februar 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 18. Februar 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

Samstag, 25. Februar 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen
Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 25. Februar 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

Samstag, 04. März 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 15-35 km ⌂ 1-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

Samstag, 4. März 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen
Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 11. März 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 25-35 km ⌂ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

Samstag, 11. März 2017, 9:00 Uhr

Rund um den Hamburger Hafen

⌚ 45 km ⌂ 10 Std ⚠ 14-16 km/h
Hamburg hat den schönsten Hafen der Welt denn wo sonst ist das Leben so eng verbunden mit dem Wasser, den Schiffen und der weiten Welt? Mit Fahrrad machen wir uns auf Spurensuche, starten in Harburg entlang beschaulicher Binnenhäfen um in Altenwerder das modernste Containerterminal zu bestaunen, in Walterhof die weltgrößten Containerschiffe, überqueren in Finkenwerder die Elbe, radeln entlang des Flusses zum Alten Elbtunnel um vorbei am Kleinen Grasbrook und Wilhelmsburg zurück nach Harburg fahren. Zwischendurch gibt es immer etwas zu gucken

4.+5. März
2017

Das Gesellschaftsspiele-
Event mit Neuheiten, Turnieren,
Table-Top und Flohmarkt



vhs
www.bremerspielstage.de

Samstag 10–19 Uhr
Sonntag 10–18 Uhr
Faulenstr. 69, Bremen



Samstag, 18. März 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Montag, 20. März 2017, 11:00

Hastedter Montagstour

⌚ 20-40 km ⏰ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 25. März 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Unterwegs nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

und zu staunen, Dein Tourenleiter wird hier zum Stadt-führer und schöne Plätze für eine Pause gibt es auch.

Anmelden bis: Freitag, 10. März 2017

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen

Kosten: 30 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 27 Euro

Kontakt: Uwe Wöhlbrandt, ADFC Bremen

Samstag, 11. März 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 12. März 2017, 11:00 Uhr

Liegeradtour Sternfahrt - Saisonstart

⌚ 51 km ⏰ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liege-radfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. DRAUSSEN. KUNST UND WASSER. Viel Kultur und Natur. Und wer will auch Technik. Antje nimmt euch mit!

Start: Fahrradparkplätze Messe Bremen, Eingang Halle 3, Bürgerweide, 28215 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff

Samstag, 18. März 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

⌚ 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Juergen Schroeder, ADFC Bremen

Schuhe mit.

Anmelden bis: Montag, 20. März 2017

Start: Am Sodenmatt 15, 28259 Bremen

Kosten: 4 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. (mind. ein Familienmitglied) 2 Euro

Kontakt: Sandra Conrad-Juhls, ADFC Bremen

Sonntag, 26. März 2017, 11:00 Uhr

donne veloce 00 "prologo"

⌚ 50-70 km ⏰ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
DIE schnelle Tour NUR für Frauen, nur bei gutem Wetter. **Info:** donne.veloce@gmx.de

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen

Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Dienstag, 28. März 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

⌚ 20 km ⏰ 2 Std ⚡ 14-16 km/h
Dienstags vor der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 29. März 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

⌚ 35-40 km ⏰ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite nach Lemwerder, Ganspe oder Ritzenbüttel. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Samstag, 1. April 2017, 9:00 Uhr

Rund um den Hamburger Hafen

⌚ 45 km ⏰ 10 Std ⚡ 14-16 km/h
Hamburg hat den schönsten Hafen der Welt! Mit Fahrrad machen wir uns auf Spurensuche, starten in Hamburg entlang der Binnenhäfen um in Altenwerder das modernste Containerterminal zu bestaunen, in Walterhof die weltgrößten Containerschiffe, überqueren in Finkenwerder die Elbe, radeln entlang des Flusses zum Alten Elbtunnel um vorbei am Kleinen Grasbrook und Wilhelmsburg zurück nach Harburg fahren. Zwischen-

durch gibt es immer etwas zu gucken und zu staunen, Dein Tourenleiter wird hier zum Stadtführer und schöne Plätze für eine Pause gibt es natürlich auch.

Anmelden bis: Freitag, 31. März 2017

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen

Kosten: 30 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 27 Euro

Kontakt: Uwe Wöhlbrandt, ADFC Bremen

MESSE BREMEN
11.+12. MÄRZ

DRAUSSEN

DIE MESSE FÜR RAD- & FREIZEITSPORT



BREMEN BIKE IT!

draussen-bremen.de

- Mountainbike-Special mit MTB-Parcours
- großer Indoor-Fahrrad-Testparcours
- Spezialthemen: E-Cargo & E-MTB

- Pumptrack



MESSE
BREMEN



AOK



adfc



WESER
KURIER



Sonntag	26. Februar 2017	8:00 Uhr
Sonntag	05. März 2017	8:00 Uhr
Sonntag	12. März 2017	8:00 Uhr
Sonntag	19. März 2017	8:00 Uhr
Sonntag	26. März 2017	8:00 Uhr

Flotte Winterwanderung

⌚ 15-20 km ⏰ 3-4 Std ⚡ 5-6 km/h
Überwiegend in der Stadt, nicht bei Glätte, evtl. Kaffee-Einkehr

Start: Speiche, Fehrfeld 62, 28203 Bremen

Kosten: 3 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 0 Euro, erste Teilnahme ist frei + evtl. Kosten für Bus/Bahn

Kontakt: Rainer Rehbein, ADFC Bremen



Sonntag, 2. April 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 2. April 2017, 10:00 Uhr

Saisoneröffnungstour Bremen-Nord

• 60 km ⚡ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
Die Tourensaison 2017 ist wieder eröffnet. Wie in den Vorjahren gibt es eine Mittagseinkehr. Eine Anmeldung ist zur besseren Einkehrplanung nötig. Einzelheiten bitte ab Februar beim Tourenleiter erfragen.

Anmelden bis: Montag, 27. März 2017
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen 287 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Sonntag, 2. April 2017, 10:00 Uhr

Saisoneröffnungstour Bremen-Stadt

• 60-70 km ⚡ 7-8 Std ⚡ 16-18 km/h
Winter ade, scheiden tut weh - sagt man. Für uns heißt das: Rauf auf's Rad und los geht's. Tut gar nicht weh!

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen
Kontakt: Ronald Schelb, ADFC Bremen

Sonntag, 2. April 2017, 11:00 Uhr

Radtour ins Kührstedter Holz

• 55 km ⚡ 6-7 Std ⚡ 14-16 km/h
Auf Wirtschafts- und Waldwegen über Hymendorf ins

Kührstedter Holz. Packtaschenverpflegung empfohlen. Zur Kaffeezeit besteht die Möglichkeit einer Einkehr.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Montag, 3. April 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⚡ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 4. April 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⚡ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Utbremmer Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen-Findorff
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Dienstag, 4. April 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 4. April 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 4. April 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⚡ 2 Std ⚡ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Dienstag, 4. April 2017, 19:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Mit Einkehr.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Donnerstag, 6. April 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⚡ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Bösch, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 6. April 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 7. April 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Jeder, der noch ein wenig Bewegung braucht, ist willkommen. Eine Einkehr ist geplant.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 8. April 2017, 10:00 Uhr

Lilienthal – Teufelsmoor – Worpsswede – Sankt Jürgensland – Höftdeich

• 50-60 km ⚡ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
Die Tour führt von Lilienthal über Heidberg, Lüningsee nach Worpsswede. Von hier aus nach Neu Helgoland, Melchers Hütte und über dem neuen Weg nach Tietjenshütte. Über St. Jürgen und Höftdeich zurück nach Lilienthal. Mittags Rucksackverpflegung, nachmittags ist eine Einkehr geplant.

Start: Klosterstraße 16, Rathaus Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Sonntag, 9. April 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 9. April 2017, 10:00 Uhr

Le Tour de Suisse brêmois

• 65 km ⚡ 5-6 Std ⚡ 14-16 km/h
Anradeln im Nordosten, damit startet die Borgfelder Eröffnungstour die diesjährige Radtourensaison in die Bremische Schweiz. Die Strecke führt auf verkehrsberuhigten Straßen, Forst- und landwirtschaftlichen Wegen in den nördlichen Teil von Bremen, nach Leuchtenburg. Eine Kaffeeeinkehr vorgesehen

Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

BREMERVÖRDE - Vom Sattel aus auf Entdeckungsreise!

Bequeme Tagestouren: Geest-Route, Moorteufel-Route, Ostekultur-Route und Waldentdecker-Route.

Der Natur auf der Spur: Radwanderweg "Vom Teufelsmoor zum Wattenmeer".

Immer am Wasser entlang: "Oste-Radweg" und "Deutsche Fährstraße Bremervörde - Kiel".

Pedes statt Pedal? Wandern auf den einzigartigen NORDPFADEN.

Wann ERFAREN Sie Bremervörde?
Fordern Sie jetzt ausführliches Informationsmaterial an!



bremervörde
DIE ÖSTESTADT.

Sonntag, 9. April 2017, 11:00 Uhr
donne veloce 01 "entra"

• 50-70 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 20-22 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Montag, 10. April 2017, 10:00 Uhr
Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden.
 Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Berliner Freiheit 1E, med. Warenhaus, Bremen
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Dienstag, 11. April 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Evtl. Einkehr.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 11. April 2017, 18:30 Uhr
Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⚡ 1-2 Std ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 12. April 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Walle

• 25-40 km ⚡ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 In geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen. Eine Einkehr am Ende möglich.
Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hübötter, 28217 Bremen-Walle
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Mittwoch, 12. April 2017, 18:00 Uhr
Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⚡ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 13. April 2017, 18:00 Uhr
Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 14. April 2017, 17:00 Uhr
Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 16. April 2017, 8:00 Uhr
Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Montag, 17. April 2017, 10:00 Uhr
Frühlingstour ins Umland

• 60 km ⚡ 6-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Zum Ausklang des Osterfestes geht es auf ruhigen Wegen ins hoffentlich schon grüne Bremer-Umland. Das Ziel wird Anfang April feststehen. Mit Cafébesuch
Start: Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Heinz Grevenstette, ADFC Bremen

Dienstag, 18. April 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Mittwoch, 19. April 2017, 18:00 Uhr
Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenberggebiet und Bremen. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 19. April 2017, 18:30 Uhr
Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⚡ 2,5-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.
Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 28213 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 20. April 2017, 16:00 Uhr
Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⚡ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 20. April 2017, 18:00 Uhr
Borgfelder Feierabendtour

• 20-35 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Runde miteinander. Bewegung an frischer Luft, nette Unterhaltung, ein bisschen Spaß und evtl. ein kleiner Umtrunk zum Abschluss.
Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen

Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Donnerstag, 20. April 2017, 18:00 Uhr
Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 21. April 2017, 17:00 Uhr
Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Freitag, 21. April 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Mit Einkehr
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Samstag, 22. April 2017, 10:00 Uhr
Radtour zum Teekontor

• 60 km ⚡ 8-9 Std ⚡ 14-16 km/h
 Nach der Fährtfahrt über die Weser über Deich-wege und Marschwiesen zum Butjadinger Tee-kontor in Langwarden. Einkehrmöglichkeit vor Ort.
Start: Anleger Weserfähre, 27570 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro für die Weserfähre
Kontakt: Klaus Stelljes, ADFC Bremerhaven

Samstag, 22. April 2017, 13:00 Uhr
Flotte Freizeittour

• 50 km ⚡ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
 Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Ggf. Kaffee-Einkehr
Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen
Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntags
 vom 02. April bis 17. Dezember 2017

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4 bis 6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Die traditionelle Sonntagstour für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Kaffee-Einkehr ist möglich. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151 / Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke) 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren
 Tel. 0421 - 70 29 19 (17 bis 20 Uhr)
 rainer-rehbein@web.de

Samstag, 22. April 2017, 14:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 50 km ⏱ 6 Std ⚡ 18-20 km/h
 Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Der höchste Punkt. Zum Hohen Berg nach Syke, die Aussicht auf Bremen genießen, im Hofcafé einkehren und am Werderee zurück.

Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff

Sonntag, 23. April 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏱ 3 Std ⚡ 20-22 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.

Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 23. April 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Die traditionelle Sonntagstour für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Nur mit (normal-)breiten Reifen! Kaffee-Einkehr ist möglich.

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 23. April 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

• 80-90 km ⏱ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
 Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen in das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.

Anmelden bis: Freitag, 21. April 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Sonntag, 23. April 2017, 11:00 Uhr

Oldtimertreffen

• 85 km ⏱ 6 Std ⚡ 18-20 km/h
 Eine lange Radtour zum Oldtimer Landmaschinen Flohmarkt nach Twistringen. Dort gibt es einen längeren Aufenthalt zum Stöbern und Fotografieren.

Start: Kiosk am Deichschart/Werdersee, 28201 Bremen-Neustadt
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Helmut Tjarks, ADFC Bremen

Dienstag, 25. April 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 25. April 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ 2 Std ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags vor der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 26. April 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏱ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 27. April 2017, 9:00 Uhr

Rund um Achim

• 60 km ⏱ 1 Tag ⚡ 14-16 km/h
 Die Tour führt in die Umgebung von Achim. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen, kann aber auf Wunsch stattfinden. Proviant und Getränke sollten mitgenommen werden.

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Hilmar Kante, ADFC Achim

Donnerstag, 27. April 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 28. April 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 29. April 2017, 17:00 Uhr

Durch die jazzahead!-clubnight

• 10-25 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 12-14 km/h
 In Kooperation mit der Messe Bremen bietet der ADFC geführte Radtouren durch die jazzahead!-clubnight.

ADFC-Tourenführer führen durch die Nacht. Wählt aus musikalisch unterschiedlichen Routen! Alle Touren starten an der Messehalle 7 zwischen 17 und 18:30 Uhr, genaue Zeiten und Routen gibt es als Einzel-Tourenmappe – sobald nähere Einzelheiten feststehen. Alle Touren klingen aus bei einer der Late-night Optionen für Nachtschwärmer. Anmeldung und Infos: jazzahead(at) ADFC-Bremen.de Programm: www.jazzahead.de/festival/jazzahead-clubnight/

Anmelden bis: Donnerstag, 27. April 2017

Start: Messehalle 7, Bürgerweide, 28215 Bremen

Kontakt: Bärbel Knaack, jazzahead, ADFC Bremen



Sonntag, 30. April 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 30. April 2017, 10:00 Uhr
Tag der Radtour – 200 Jahre Fahrrad

• 65-75 km ⏱ 5-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Anlässlich des bundesweiten Aufrufs findet zum Tag der Radtour und zum gleichzeitigen Jubiläum des 200. Geburtstages des Fahrrades diese Radtour statt. An der Tour wird noch gearbeitet! Das Radjubiläum bezieht sich auf die erste Fahrt mit dem Veloziped von Karl Drais durch die Straßen von Mannheim. Dabei erinnern man sich bestimmt an das Zitat von Adam Opel: "Bei keiner anderen Erfindung ist das Nützliche mit dem angenehmen so innig verbunden, wie beim Fahrrad."

Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Montag, 1. Mai 2017, 11:30 Uhr

Lilienhof Worphausen

• 30-35 km ⏱ 5-6 Std ⚡ 14-16 km/h
 Der alljährliche Saisonauftakt auf der Anlage des Lilienhofs in Worphausen ist Anlass, dort zu Kaffee und frischem Butterkuchen aus dem Steinofen einzukehren. Ein musikalisches und abwechslungsreiches Rahmenprogramm wird das Ganze zusätzlich bereichern.

Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Dienstag, 2. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⏱ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Evtl. Einkehr
Start: Utbremere Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen



Das passt zu Ihrem Tourenplan. Wir bringen Sie über den Strom.

Zwischen Nordenham und Bremerhaven, Butjadingen und dem Cuxland, mit dem Fahrrad, Pkw, Lkw oder zu Fuß:

Willkommen an Bord!

Tel.: 0471 - 3003 600 · www.weserfaehre.de



Dienstag, 2. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

⌚ 20-35 km ⏰ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord



Foto: Hannah Grunley

Dienstag, 2. Mai 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

⌚ 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Mit Einkehr.
Start: Klosterstraße 25, Kulturzentrum Murkens Hof, 28865 Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 2. Mai 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

⌚ 20 km ⏰ 2 Std ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Dienstag, 2. Mai 2017, 19:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

⌚ 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Mit Einkehr.
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Donnerstag, 4. Mai 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

⌚ 20 km ⏰ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten, evtl. Einkehr.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 4. Mai 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 5. Mai 2017, 17:00 Uhr
Neustädter Feierabendtour

⌚ 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen-Neustadt
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 6. Mai 2017, 11:00 Uhr
Genuss-Fahrradtour zu den Olivenöltagen nach Wilstedt

⌚ 35 km ⏰ 5 Std ⚡ 14-16 km/h
 In Wilstedt erwarten uns Olivenölproduzenten aus dem mediterranen Raum mit einem umfangreichen Rahmenprogramm sowie weitere Leckereien und Produkte aus der heimischen Region. Gemeinsame Hinfahrt. Rückfahrt erfolgt individuell, so dass jeder seine Aufenthaltsdauer individuell gestalten kann. Eintritt in Wilstedt: Erwachsene 3,00 Euro, Kinder frei.
Start: Klosterstraße 25, Kulturzentrum Murkens Hof, 28865 Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Sonntag, 7. Mai 2017
donne veloce tour

⌚ 50-200 km ⏰ - ⚡ 20-22 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grunley, ADFC Bremen

Sonntag, 7. Mai 2017, 8:00 Uhr
Rainers Radtouren

⌚ 65 km ⏰ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Die traditionelle Sonntagstour für Frühaufsteher, die es

etwas flotter wünschen. Kaffee-Einkehr möglich. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 7. Mai 2017, 9:00 Uhr
Unterwegs im Biberland

⌚ 89 km ⏰ 9-10 Std ⚡ 14-16 km/h
 Auf Wald- und Wirtschaftswegen in die Umgebung von Bever(Biber)stedt. Teilnehmer, die nicht die ganze Strecke radeln möchten, können sich gerne auch um 10.30 Uhr am Bahnhof Lunestedt dazu gesellen. Einkehrmöglichkeiten zur Mittags- und Kaffeezeit.
Start: Schaufenster Fischereihafen, 27572 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Jürgen Hauck, ADFC Bremerhaven



Foto: FR

Sonntag, 7. Mai 2017, 11:00 Uhr
Tour aus dem Bremer Westen

⌚ 60-80 km ⏰ 6-7 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Zweirad Dutschke, Waller Ring 141, 28219 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Andreas Sutrop, ADFC Bremen

Dienstag, 9. Mai 2017, 15:30 Uhr
Radfahren mit beginnender Demenz

⌚ 15-20 km ⏰ 3 Std ⚡ 15-20 km/h
 Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.

Anmelden bis: Montag, 8. Mai 2017
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, 28195 Bremen
Kontakt: Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Dienstag, 9. Mai 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Bremen-Nord

⌚ 20-35 km ⏰ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Evt. Einkehr.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 9. Mai 2017, 18:30 Uhr
Feierabendradeln in Achim

⌚ 60 km ⏰ 1 Tag ⚡ 14-16 km/h
 Die Tour führt in die Umgebung von Achim. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen, kann aber auf Wunsch stattfinden. Proviant und Getränke mitnehmen.
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Hilmar Kante, ADFC Achim

Mittwoch, 10. Mai 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Walle

⌚ 25-40 km ⏰ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.
Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hübotter, 28217 Bremen-Walle
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Mittwoch, 10. Mai 2017, 18:00 Uhr
Rund um Bremen-Nord

⌚ 35-40 km ⏰ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evt. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, Vegesacker Bahnhofsplatz 6 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 11. Mai 2017, 9:00 Uhr
Rund um Achim

⌚ 60 km ⏰ 1 Tag ⚡ 14-16 km/h
 Die Tour führt in die Umgebung von Achim. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen, kann aber auf Wunsch stattfinden. Proviant und Getränke mitnehmen.
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Hilmar Kante, ADFC Achim

Donnerstag, 11. Mai 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 12. Mai 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Unterwegs bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen-Neustadt
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 13. Mai 2017, 10:00 Uhr

Weserpark 1

• 50-60 km ⏰ 6-7 Std ⚠ 14-16 km/h
Abseits von den Hauptstraßen, auf Nebenstraßen und Wegen, mit dem Fahrrad zum Weserpark. Es gibt für einige bestimmt neues zu entdecken, denn wer kennt schon Hemelingen, Arbergen und Mahndorf genau.

Start: Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- und AOK-Mitglieder 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Sonntag, 14. Mai 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏰ 4-6 Std ⚠ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 14. Mai 2017, 9:00 Uhr

Radtour nach Wersabe

• 60 km ⏰ 8-9 Std ⚠ 14-16 km/h
Über Wirtschafts- und Waldwege nach Hagen (im Bremerischen) zum OT Wersabe. Hier ist eine Mittagseinkehr mit Hühnersuppe vorgesehen. Es entstehen Kosten für das Essen. Verbindliche Anmeldung bis 08. Mai unter 0176-61 41 12 38

Start: Schaufenster Fischereihafen, 27572 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Klaus Stelljes, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 14. Mai 2017, 11:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 64 km ⏰ 8 Std ⚠ 18-20 km/h
Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. KUNST UND WASSER. Bremen-Borgfeld - Lilienthal - Worpswede - Bremen. Viel Kultur sowie in der Hammeniederung und am "Breiten Wasser" ursprüngliche Natur. (WK-Rad&Tour 2014, Nr. 8) Antje zieht euch mit!

Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff

Montag, 15. Mai 2017, 10:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⏰ 3-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 15. Mai 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏰ 3 Std ⚠ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen, auch Mal auf die andere Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 16. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏰ 3 Std ⚠ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Evtl. Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 16. Mai 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏰ 1-2 Std ⚠ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 17. Mai 2017, 18:00 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h

Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenberggebiet und Bremen. Mit Einkehr

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 17. Mai 2017, 18:30 Uhr

Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⏰ 2,5-4 Std ⚠ 16-18 km/h
Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.

Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 28213 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 18. Mai 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Donnerstag, 18. Mai 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏰ 2 Std ⚠ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Bösche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 18. Mai 2017, 18:00 Uhr

Borgfelder Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Runde miteinander. Bewegung an frischer Luft, nette Unterhaltung, ein bisschen Spaß und evtl. ein kleiner Umtrunk zum Abschluss.

Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Freitag, 19. Mai 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Freitag, 19. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Samstag, 20. Mai 2017, 9:00 Uhr

Bremen-Huchting - Stuhr - Groß Ippener - Dötlingen - Wildeshausen

• 65-75 km ⏰ 8 Std ⚠ 16-18 km/h
In Dötlingen Besichtigung des Ortskerns, der 1.000jährigen Eiche sowie des Dorfgartens. An der Eiche trafen sich bereits früher Karl der Große und die Sachsen für Verhandlungen. Mittags Rucksackverpflegung. Danach geht es weiter nach Wildeshausen. Hier Besichtigung der Innenstadt, wie Kirche, Rathaus. Nachmittags ist eine Einkehr mit Kaffee und Kuchen geplant. Anschließend geht es vom Bahnhof mit dem Zug zurück nach Bremen. Bahnfahrtkosten liegen bei ca. 14,00 Euro.

Start: Klosterstraße 16, Rathaus, 28865 Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Samstag, 20. Mai 2017, 10:00 Uhr

Spargetour

• 80-90 km ⏰ 7-9 Std ⚠ 18-20 km/h
Mit flottem Tempo radeln wir zum Spargelessen zum Fährhaus nach Streek! Bitte anmelden wegen der begrenzten Teilnehmerzahl! Es entstehen Unkosten für das Spargelessen! Essen und Trinken mitbringen. Eine Café-Einkehr unterwegs ist vorgesehen.

Anmelden bis: Donnerstag, 18. Mai 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Samstag, 20. Mai 2017, 10:00 Uhr

Spargetour

• 70 km ⏰ 8 Std ⚠ 14-16 km/h
Über das Weserwehr, den Weserradweg bis Ahausen, nach Riede, Heiligenbruch und Bahnhof zum Spargelessen ins Restaurant nach Holschenbühl. Danach durch die Landschaft, über Okel nach Kirchweyhe zur Kaffeepause und weiter nach Bremen.

Anmelden bis: Samstag, 29. April 2017
Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Paulaners im Wehrschloss

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen



abseits des Straßenverkehrs gelegenen Wegen. Damit sich diese Spargeltour von anderen Touren dieser Art abhebt, findet sie zur Hauptblütezeit der Alpenrosen in den Baumschulen und Parks des Ammerlandes statt.

Anmelden bis: Sonntag, 14. Mai 2017
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Sonntag, 21. Mai 2017, 9:15 Uhr

Christas Spargeltour

• 70 km ⌂ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
 Eine kulinarische Rundtour.

Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck, um 10 Uhr ab Findorffstraße Ecke Hembergstraße, 27726 Worpsswede
Kontakt: Christa Grimm, ADFC Osterholz

Dienstag, 23. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⌂ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 23. Mai 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⌂ 4-6 Std ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 24. Mai 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⌂ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Sonntag, 21. Mai 2017, 8:30 Uhr

Blühendes Ammerland & Spargeltour

• 60-70 km ⌂ 5-8 Std ⚡ 16-18 km/h

Auf vielfachen Wunsch zu der sonst üblichen Kaffee- und Kucheneinkehr krönt diese Radtour ein gemeinsames Spargelessen „satt“. Streckenweise verläuft die Tour entlang der beliebten Ammerland-Route, der Gärten-und-Schlösser-Route sowie auf überwiegend

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⌂ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 27. Mai 2017, 10:00 Uhr

3 Flüsse - Tour

• 60-70 km ⌂ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
 3 Flüsse-Tour, Ritterhude: Die Hinfahrt über Grambke, Lesum. Die Rückfahrt über Hammebrücke, Niederende, St.Jürgen, Höftdeich. Selbstverpflegung und Einkehr

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Sonntag, 28. Mai 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⌂ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 28. Mai 2017, 9:00 Uhr

Moorhafen "Kreuzkuhle"

• 95 km ⌂ 9-10 Std ⚡ 14-16 km/h
 Durch den südlichen Landkreis Cuxhaven, auf Wirtschafts- und Waldwegen sowie verkehrsarmen Gebieten zum Moorhafen "Kreuzkuhle" in Nordsode/Findorf. Für unterwegs wird Packtaschenverpflegung empfohlen. Zur Mittags- und Kaffeezeit ist Einkehr möglich.

Start: Schaufenster Fischereihafen, Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 28. Mai 2017, 13:00 Uhr

Flotte Sonntagstour

• 60 km ⌂ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Emslandstr/Grollander Str., 28259 Bremen

Kontakt: Helmut Tjarks, ADFC Bremen

Montag, 29. Mai 2017, 10:00 Uhr

Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⌂ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 29. Mai 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⌂ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
 Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrmann, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 30. Mai 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⌂ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 30. Mai 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⌂ 1-2 Std ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Donnerstag, 1. Juni 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⌂ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 1. Juni 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⌂ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 2. Juni 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⌂ 1-4 Std. ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 3. Juni 2017, 10:00 Uhr
Von Bremen nach Achim

• 65 km ⚑ 7 Std ⚓ 16-18 km/h
 Die Hinfahrt erfolgt über Sagehorn, Bassen den Kaninchenberg hinunter nach Achim. Dort gibt es dann eine Mittagspause. Zurück soll es an Thedinghausen vorbei, über Riede nach Kirchweyhe zur Kaffeepause gehen und dann, wie üblich durch die Leester Marsch nach Hause. Einkehr und Selbstverpflegung
Start: Berliner Freiheit 1E, Bremen, med. Warenhaus
Kosten: 5 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 3. Juni 2017, 10:00 Uhr

Mühlentour V
Europäischer Tag des Fahrrads

• 78 km ⚑ 5-8 Std ⚓ 16-18 km/h
 Aufgrund der ständigen Nachfrage nach der ersten Borgfelder Mühlentour gibt es die Mühlentour Nummer #1 überarbeitet. Zum Jubiläum führt die fünfte Mühlentour erneut zum Landfrauen-Café nach Seltsingen. Die liebevoll restaurierte Wassermühle Eitzmühlen an der Oste beherbergt seit 1998 das Café des Landfrauenvereins und ist bedingt durch ihre schöne Lage an der Oste und der selbst gebackenen Torten der Landfrauen ein beliebtes Ziel im Landkreis Rotenburg.

Anmelden bis: Donnerstag, 1. Juni 2017
Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Samstag, 3. Juni 2017, 10:00 Uhr

Durch die Hammewiesen ins Teufelsmoor und nach Worpswede

• 50-60 km ⚑ 8 Std ⚓ 16-18 km/h
 Die Tour führt von Lilienthal nach Worpswede. Von hier aus über Neu Helgoland, am Breiten Wasser zum Teufelsmoor. Dann durch die Hammewiesen und Weyerdeelen zurück nach Worpswede und Lilienthal. Mittags Rucksackverpflegung, nachmittags ist eine Einkehr mit Kuchen und Kuchen geplant.
Start: Klosterstraße 16, Rathaus Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Samstag, 3. Juni 2017, 11:00 Uhr

Skulpturenpark Kramelheide

• 75 km ⚑ 8 Std ⚓ 18-20 km/h
 In mitten einer idyllischen Landschaft mit altem Baumbestand, Wiesen und Teichen verbinden sich Kunst und Natur, der Skulpturenpark Kramelheide. Das Ambiente wird bei Kaffee und Kuchen genossen.

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 4. Juni 2017
donne veloce tour

• 50-200 km ⚑ - ⚓ 20-22 km/h
 DIE schnelle TOUR NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 4. Juni 2017, 8:00 Uhr
Rainers Radtouren

• 65 km ⚑ 4-6 Std ⚓ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Dienstag, 6. Juni 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⚑ 2-4 Std ⚓ 16-18 km/h
 In geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen. Auf Wunsch Einkehr am Ende möglich.
Start: Utbremmer Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen-Findorff
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Dienstag, 6. Juni 2017, 18:00 Uhr
Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⚑ 3 Std ⚓ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 6. Juni 2017, 18:30 Uhr
Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⚑ 2-3 Std ⚓ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Mit Einkehr
Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, 28865 Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 6. Juni 2017, 18:30 Uhr
Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⚑ 3 Std ⚓ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Dienstag, 6. Juni 2017, 19:00 Uhr
Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⚑ 2-3 Std ⚓ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Mittwoch, 7. Juni 2017, 9:00 Uhr
Radtour nach Sahlenburg

• 77 km ⚑ 9-10 Std ⚓ 12-14 km/h
 Durch das Land Wursten über Marschwiesen und Deichwege zum Seebad Sahlenburg. Vor Ort bieten sich vielfältige Möglichkeiten zu einer Einkehr.
Start: Parktor Speckenbüttel, 27580 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Jürgen Hauck, ADFC Bremerhaven

Mittwoch, 7. Juni 2017, 18:00 Uhr
Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⚑ 3 Std ⚓ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 8. Juni 2017, 18:00 Uhr
Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚑ 4 Std ⚓ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 9. Juni 2017, 17:00 Uhr
Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚑ 1-4 Std ⚓ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

MESSE BREMEN
11.+12. MÄRZ

DRAUSSEN
 DIE MESSE FÜR RAD- & FREIZEITSPORT





BREMEN
BIKE IT!

draussen-bremen.de



ZWANZIG
JAHRE

- **Mountainbike-Special**
 mit MTB-Parcours
- **großer Indoor-Fahrrad-Testparcours**
- **Pumptrack**
- **Spezialthemen: E-Cargo & E-MTB**

Samstag, 10. Juni 2017, 6:00 Uhr

Rückenwindtour

• 200 km ⏱ 15 Std ⚡ 20-22 km/h
 Mal wieder bei schönem Rückenwind irgendwo hin rollen, nach Lübeck, Kiel, Münster, Rheine, Leer; wer weiß, wohin... Wir fahren zügig und Rennräder sind willkommen. Zurück geht es mit der Bahn, außer der Wind dreht unterwegs. :-)

Anmelden bis: Freitag, 9. Juni 2017**Start:** ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, 28195 Bremen**Kosten:** 13 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 10 Euro**Kontakt:** Uwe Wöhlbrandt, ADFC Bremen

Samstag, 10. Juni 2017, 6:30 Uhr

Rad- und Schiffstour nach Wilhelmshaven

• 100 km ⏱ 11-12 Std ⚡ 16-18 km/h
 Von Bremerhaven nach Nordenham mit der Weserfähre. Um das Schiff von Eckwarderhörne (bei Tossens am Jadebusen) nach Wilhelmshaven pünktlich zu erreichen, ist nach der Fährfahrt über die Weser zügiges Tempo angesagt. In Wilhelmshaven besteht die Möglichkeit zu einer Mittagseinkehr. Die Kosten für Fähr- und Schiffs fahrt betragen ca. 19,00 Euro.

Start: Anleger Weserfähre, 27570 Bremerhaven**Kosten:** 2 Euro**Kontakt:** Klaus Stelljes, ADFC Bremerhaven

Samstag, 10. Juni 2017, 7:00 Uhr

Mountainbiking im Harz

• 20 km ⏱ - ⚡ 16-18 km/h
 Einen Tag raus aus der Stadt und ab in die Berge. Runter vom glatten Asphalt und rau auf die Schotterwege und Singletrails. Morgen in der Frühe starten wir mit dem Zug von Bremen nach Bad Harzburg. Dort leihen wir uns Mountainbikes und ab geht's in die Berge. Wir starten auf einfachen Forstwegen und lernen spielerisch mit den Mountainbikes zu fahren. Nach einem guten Anstieg haben wir uns eine rasante Abfahrt verdient und sausen nach Bad Harzburg zurück. Ihr braucht einen kleinen Rucksack mit Proviant und viel Spaß an Sport und Spiel. Für alle zwischen 12-16 Jahren.

Anmelden bis: Montag, 29. Mai 2017**Start:** ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen**Kosten:** 45 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 39 Euro**Kontakt:** Markus Huebner, ADFC Bremen

Samstag, 10. Juni 2017, 8:00 Uhr

Flotte Tour nach Hamburg

• 140-150 km ⏱ 13 Std ⚡ 18-20 km/h

Die Tour führt uns über Buxtehude, das Alte Land nach Cranz. Von hier aus nehmen wir die Fähre nach Blankenese und radeln weiter zum Hamburger Hauptbahnhof. Zurück fahren wir mit dem Zug. Die Tour ist geeignet für geübte und sportliche Radler mit Tourenräder (keine Rennräder). Verpflegung nicht vergessen. Es entstehen zusätzliche Kosten für die Fähre und die Zugfahrt. Die Rückkehr wird gegen 22.00 Uhr sein.

Anmelden bis: Donnerstag, 25. Mai 2017**Start:** Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck**Kontakt:** Jörn Hanisch, ADFC Osterholz

Sonntag, 11. Juni 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen**Kontakt:** Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 11. Juni 2017, 9:45 Uhr

Einmal um das Steinhuder Meer

• 55-70 km ⏱ 6-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Mit dem Zug geht es nach Neustadt am Rübenberge. Von dort radeln wir zum Steinhuder Meer und umrunden es. Diese abwechslungsreiche Tour führt uns durch ein Naturschutzgebiet, Moore, Wälder, viele kleine Ortschaften und natürlich am Wasser entlang. In einem der zahlreichen Restaurants ist eine Einkehr geplant. Mit dem Zug geht es wieder zurück nach Bremen. Es entstehen zusätzliche Kosten für die Bahnfahrt und die Einkehr. Wegen der Zugfahrt begrenzte Teilnehmerzahl. Bitte Anmeldefrist beachten.

Anmelden bis: Sonntag, 28. Mai 2017**Start:** ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Sonntag, 11. Juni 2017, 11:00 Uhr

bike & bath

• 50-70 km ⏱ 6-8 Std ⚡ 16-18 km/h
 Wer hat Lust hat auf das Anradeln einer natürlichen Badestelle (See, Fluss, Meer) mit Picknick bzw. kurzer Einkehr, melde sich gerne. Bei Schlechtwetter: Alternativtour. In den Sommerferien können Termine abweichen!

Anmelden bis: Donnerstag, 8. Juni 2017**Start:** Post am Bahnhof, 28195 Bremen**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Antje Geiler, ADFC Bremen

Montag, 12. Juni 2017, 10:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⏱ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner**Kontakt:** Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 12. Juni 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏱ 3 Std ⚡ 18-20km/h
 Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Hartmut Borrmann, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 13. Juni 2017, 15:30 Uhr

Radfahren mit beginnender Demenz

• 15-20 km ⏱ 3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.

Anmelden bis: Montag, 12. Juni 2017**Start:** Am Bahnhof Neustadt, 28199 Bremen**Kontakt:** Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Dienstag, 13. Juni 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 13. Juni 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim**Kontakt:** Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 14. Juni 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Walle

• 25-40 km ⏱ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hüboter, 28217 Bremen-Walle**Kontakt:** Andrew Harrison, ADFC Bremen

Donnerstag, 15. Juni 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏱ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 15. Juni 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz**Kontakt:** Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 16. Juni 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Der Landkreis Verden kann sich zu Recht als Radierparadies bezeichnen. Ein hervorragend ausgeschildertes Radwegenetz macht es leicht, die Radwanderlandschaft im Landkreis Verden zu erkunden. Ausgearbeitete Tourenvorschläge führen Sie durch eine idyllische Landschaft zu sehenswürdigen Bauwerken.

Forden Sie Ihr Infomaterial an:

Landkreis Verden - Tourismus
 Lindhooper Straße 67, 27283 Verden (Aller)
 Tel: 04231 / 15480
 Fax: 04231 / 15630
 tourismus@landkreis-verden.de
 www.radlerparadies.de





Foto: Sylvia Schell

Freitag, 16. Juni 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Samstag, 17. Juni 2017, 10:00 Uhr

Liegeradtour am Samstag oder Sonntag - mit Paddeltour

• 50 km ⚡ 8 Std ⚡ 18-20 km/h
 Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Tour nach Neuhelgoland und dort eine Paddeltour unternehmen. Friedrich organisiert's. Es fallen Kosten für Kanu-Ausleihe und Einkehr an. Bitte unbedingt anmelden!

Anmelden bis: Sonntag, 11. Juni 2017
Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff, Bremer Liegeradtreff

Samstag, 17. Juni 2017, 10:00 Uhr

Ellinghausen

• 70 km ⚡ 9 Std ⚡ 16-18 km/h
 Nach Ellinghausen geht die Fahrt, ein Straßenstück, ein paar Häuser, zwischen Heiligenloh und Twistringen. Moordeich, Stellersee, Ippener und die Ocean-Brücke, Klein Amerika nach Harpstedt, Einkehr? Durch einen Beeren- und Rosenlehrpfad nach Heiligenloh und Twistringen. Zug nach Bremen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 17. Juni 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⚡ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
 Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Kaffe-einkehr vorgesehen.
Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen
Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 18. Juni 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⚡ - ⚡ 20-22 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 18. Juni 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 18. Juni 2017, 8:30 Uhr

U-Bootbunker Valentin

• 80 km ⚡ 1 Tag ⚡ 14-16 km/h
 Mit der Bahn fahren zum Vegesacker Bahnhof. Ab dort mit dem Fahrrad entlang der Weser über Blumenthal nach Farge. Hier folgt die Besichtigung des U-Bootbunkers „Valentin“. Zurück geht es entlang der Lesum und Wümme nach Achim.

Anmelden bis: Donnerstag, 1. Juni 2017
Start: Bahnhof, 28832 Achim
Kontakt: Jürgen Fiebelkorn, ADFC Achim

Sonntag, 18. Juni 2017, 10:00 Uhr

Seen in Wesermünde

• 45 km ⚡ 7 Std ⚡ 14-16 km/h
 In Kooperation mit dem BUND-Bremerhaven führt diese Tour zu bekannten und weniger bekannten Seen des ehemaligen Landkreises Wesermünde. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen. Bitte, ausreichend Packtaschenverpflegung mitnehmen.

Start: Bahnhof Wulsdorf, 27572 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Knut Müller, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 18. Juni 2017, 11:00 Uhr

Tour aus dem Bremer Westen

• 60-80 km ⚡ 6-7 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Zweirad Dutschke, Waller Ring 141, 28219 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Andreas Sutrop, ADFC Bremen

Sonntag, 18. Juni 2017, 11:00 Uhr

Niedersachsens Mitte

• 90 km ⚡ 8 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Bremen, Kiosk am Deichschart
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Helmut Tjarks, ADFC Bremen

Dienstag, 20. Juni 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 20. Juni 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⚡ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 21. Juni 2017, 18:00 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenberggebiet und Bremen. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 21. Juni 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⚡ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Mittwoch, 21. Juni 2017, 18:30 Uhr

Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⚡ 2,5-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.
Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 2813 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 22. Juni 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 23. Juni 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 24. Juni 2017, 9:00 Uhr

Schloss Etelsen

• 70 km ⚡ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Route setzt sich aus unterschiedlichen Streckenabschnitten zusammen. Überwiegend führt die Tour auf gut befahrbaren Wirtschaftswegen, Radwegen und Straßen mit wenig Verkehrsaufkommen. Zunächst geht es teilweise an der Wümme entlang-nach Fischerhude. Frühstückspause. Von dort geht es weiter-Etelsen. In Etelsen ist ein längerer Aufenthalt beim ETELSER SCHLOSSGARTENFEST vorgesehen. Für die Musikliebhaber gibt es Live-Musik als Rahmenprogramm. Eintritt 5,00 Euro. Der Rückweg erfolgt von Etelsen mit der Bahn.

Anmelden bis: Samstag, 10. Juni 2017

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Wolfgang Wille, ADFC Bremen-Nord

Samstag, 24. Juni 2017, 10:00 Uhr

Worpswede kunstvoll!

• 65-75 km ⚡ 6-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Die Aufgabenstellung war eine Worpswede-Tour einmal ganz anders. Das Ergebnis bietet eine Radtour, Mal



Foto: Sylvia Schelb

flach, Mal bergig und auf teilweise unbekannten Wegen entlang der Hamme. Diese Radtour verbindet alles, was das klassische Tourenziel, Worpsswede zu bieten hat. Einkehr bei Kaffee und Kuchen ist im Künstlerdorf vorgesehen.

Start: Borgfelder Landhaus, Mehldandsdeichweg 1, 28357 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Samstag, 24. Juni 2017, 11:00 Uhr

Sykes Radrundweg

■ 80 km ⏱ 8 Std ⚡ 18-20 km/h
„Um Syke umzu“ geht es auf dem Syker Radrundweg. Abseits der Stadt geht es bergauf und bergab durch die Wälder und Wiesen in Sykes Ortschaften.

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, 28195 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 25. Juni 2017, 8:00 Uhr

Schloss Etelsen

■ 108 km ⏱ 11 Std ⚡ 18-20 km/h
Die Route setzt sich aus unterschiedlichen Streckenabschnitten zusammen. Überwiegend führt die Tour auf gut befahrbaren Wirtschaftswegen, Radwegen und Straßen mit wenig Verkehrsaufkommen. Zunächst geht es teilweise an der Wümme entlang-nach Fischerhude. Frühstückspause. Von dort geht es weiter-Etelsen. In Etelsen ist ein längerer Aufenthalt beim ETELSE SCHLOSSGARTENFEST vorgesehen. Für die Musikliebhaber gibt es Live-Musik als Rahmenprogramm. Eintritt 5,00 Euro. Auf dem Rückweg mit Kaffepause geht es teilweise auf dem Weserradweg-Vegesack.

Anmelden bis: Samstag, 10. Juni 2017
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Wolfgang Wille, ADFC Bremen-Nord

Samstag, 24. Juni 2017, 10:00 Uhr

Waterfront Kap-Horn

■ 50-60 km ⏱ 7-8 Std ⚡ 14-16 km/h
Durch verschiedene Stadtteile zur Waterfront. Das sind Findorff, Walle, Utbremen, Kaffeekwartier und Überseestadt. Am Fabrikufer entlang und durch ein Stück Gröpelingen geht die Fahrt zur Waterfront. Über Kap-Horn, Oslebshausen zur Seufzer Brücke, den Stadtmusikantenweg und Dammesiel zurück.
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, 28195 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Sonntag, 25. Juni 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

■ 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Die traditionelle Sonntagsfahrt für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen Kaffee-Einkehr ist möglich nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 25. Juni 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

■ 80-90 km ⏱ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen in das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.
Anmelden bis: Freitag, 23. Juni 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Montag, 26. Juni 2017, 10:00 Uhr

Vahrer Montagstour

■ 20-40 km ⏱ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 26. Juni 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

■ 40-45 km ⏱ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen, und auch Mal auf die andere Weserseite. evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 27. Juni 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

■ 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten und Einkehr.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 27. Juni 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

■ 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Donnerstag, 29. Juni 2017, 10:00 Uhr

Nordwolle Delmenhorst

■ 55 km ⏱ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
Die Fahrt geht auf ruhigen Wegen zum Industriemuseum Nordwolle Delmenhorst. Dort gibt es eine Führung durch Museum. Nach einer Kaffeeeinkehr fahren wir zurück. Es entstehen Kosten für Führung und Fähre.

Anmelden bis: Freitag, 23. Juni 2017

Start: Bahnhofsplatz Br.-Vegesack, 28757 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 29. Juni 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

■ 20 km ⏱ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 29. Juni 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

■ 20-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit



**Wenn Mobilität
mal Pause macht ...**

ADFC-zertifizierte Fahrradparksysteme für Unternehmen, den öffentlichen Raum und alle Fahrradbesitzer.

Jetzt unter www.wsm.eu informieren!



Mobile Raumsysteme · Überdachungssysteme · Fahrradparksysteme · Informationssysteme

einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 30. Juni 2017, 10:00 Uhr

In das Eiscafé Intschede

• 80-90 km ⏲ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
 Im Bauerneiscafé bekommen wir selbstgemachtes Eis aus der eigenen Molkerei in Intschede. Leckere Eisbäcker werden uns verführen!

Anmelden bis: Mittwoch, 28. Juni 2017

Start: Deichschart/Buntentorsteinweg, 28201 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Freitag, 30. Juni 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏲ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 2. Juli 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏲ - ⚡ 22-25 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.

Info: donne.veloce@gmx.de

Start: Startort-Info via Mail.

Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 2. Juli 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏲ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Die traditionelle Sonntagstour für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Kaffee-Einkehr ist möglich. Nur mit(normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 2. Juli 2017, 9:30 Uhr

Natur und Kultur am Dümmer See

• 50-60 km ⏲ 9-10 Std ⚡ 50-60 km/h
 Die Tagesfahrt führt vom Bahnhof in Diepholz zum Dümmer. Auf dem asphaltierten Damm geht's um den See herum. In Hude besuchen wir den Skulpturen-Park von Gerlinde Buddrick, um anschließend in ein Café mit Seeblick einzukehren. Es entstehen Kosten für Bahnfahrt und Eintritt im Skulpturen-Park.



Foto: Wilhelm Koch

Anmelden bis: Samstag, 1. Juli 2017
Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Hans Theuerkauf, ADFC Osterholz

Sonntag, 2. Juli 2017, 10:00 Uhr

Alte Brennerei Hilbert

• 80 km ⏲ 8-9 Std ⚡ 16-18 km/h
 Eine alte Kastanienallee führt zum historischen Gebäude der Alten Brennerei, in dem nach dem Umbau im Jahr 2006 über 20 verschiedene Künstler-Ateliers und Werkstätten sowie ein Raum für Bewegung und Tanz entstanden. An jedem ersten Sonntag im Monat sind die meisten Ateliers von 15 – 18 Uhr für Besucher geöffnet. Auch für das leibliche Wohl bei Kaffee und Kuchen wird gesorgt. Außerdem ist eine Führung durch die alte Brennerei gebucht.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Montag, 03. Juli 2017, 10:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⏲ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Dienstag, 4. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⏲ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Utbremers Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen-Findorff
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Dienstag, 4. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏲ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Evtl. Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 4. Juli 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏲ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 4. Juli 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏲ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Dienstag, 4. Juli 2017, 19:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏲ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Mittwoch, 5. Juli 2017, 10:00 Uhr

Zum Denkort Bunker Valentin

• 50-60 km ⏲ 6-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Der Bunker Valentin in Bremen-Farge ist die Ruine einer U-Boot-Werft der deutschen Kriegsmarine aus dem Zweiten Weltkrieg. 2015 wurde hier ein Denkort eingerichtet, der beeindruckend die Verbrechen der Nazi-Zeit in Erinnerung ruft. Ein 1,5 km langer Weg führt sowohl über das Gelände als auch durch den Bunker und informiert an 25 Stationen über die Geschichte des Ortes. Nach dem Besuch ist eine Café-Einkehr geplant.

Anmelden bis: Montag, 3. Juli 2017
Start: Bahnhof Neustadt, 28199 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Heinz Grevenstette, ADFC Bremen

Mittwoch, 5. Juli 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏲ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 6. Juli 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏲ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 7. Juli 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏲ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 8. Juli 2017, 10:00 Uhr

Syke

• 60 km ⏲ 7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Über Leeste, Westerheide, Barrienheide nach Syke. Hier ist die erste Einkehr geplant. Zurück über Barrien nach Kirchweyhe zu einer Kaffeepause. Danach durch Sudweyhe zum Weserdeich und zurück nach Bremen.

Start: Osterdeich 230, 28207 Bremen, Paulaners im Wehrschloss
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Sonntag, 9. Juli 2017, 8:00 Uhr

Radtour nach Hemmoor zur Schwebefähre

• 108 km ⏲ 10-11 Std ⚡ 14-16 km/h
 Auf Wald- und Wirtschaftswegen und durch verkehrsarme Gebiete nach Hemmoor an die Oste zur Schwebefähre. Packtaschenverpflegung empfohlen. Zur Mittags- und Kaffeestunden bestehen Einkehrmöglichkeiten.

Start: Parkplatz am Gasthaus Spadener See (Campingplatz), 27619 Spaden
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 9. Juli 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏰ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 9. Juli 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

• 80-90 km ⏰ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen in das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.

Anmelden bis: Freitag, 7. Juli 2017

Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Sonntag, 9. Juli 2017, 10:00 Uhr

Fahrt zur Kreuzkuhle

• 90-100 km ⏰ 8 Std ⚡ 18-20 km/h
Die Fahrt geht auf ruhigen Wegen zum Torntag Kollbecks Moor zur Kreuzkuhle. Ggf. Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen

Sonntag, 9. Juli 2017, 11:00 Uhr

bike & bath

• 50-70 km ⏰ 6-8 Std ⚡ 16-18 km/h
Wer hat Lust hat auf das Anradeln einer natürlichen Badestelle (See, Fluss, Meer) mit Picknick bzw. kurzer Einkehr, melde sich gerne. Bei Schlechtwetter: Alternativtour. In den Sommerferien können Termine abweichen!

Anmelden bis: Donnerstag, 8. Juni 2017

Start: Post am Bahnhof, 28195 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Antje Geiler, ADFC Bremen

Montag, 10. Juli 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏰ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 11. Juli 2017, 15:30 Uhr

Radfahren mit beginnender Demenz

• 15-20 km ⏰ 3 Std ⚡ 14-16 km/h
Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.

Anmelden bis: Montag, 10. Juli 2017

Start: Leestra, Horner Heerstr. 29, Bremen

Kontakt: Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Dienstag, 11. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏰ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 11. Juli 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏰ - ⚡ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 12. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Walle

• 25-40 km ⏰ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hübter, 28217 Bremen-Walle

Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Donnerstag, 13. Juli 2017, 10:00 Uhr

Einkehr im Bäke-Café

• 80-90 km ⏰ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
Auf Umwegen um Delmenhorst, Hude und Ganderkesee führt uns diese Tour in das beschauliche "Bäke-Café" mit dem tollen Kuchenbuffet am Dreiliniengweg, nicht

weit entfernt von der Heidkruger Bäke!

Anmelden bis: Dienstag, 11. Juli 2017

Start: Bahnhof Neustadt, 28199 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Donnerstag, 13. Juli 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏰ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 13. Juli 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 14. Juli 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen-Neustadt

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 15. Juli 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⏰ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Mit Kaffee-Einkehr

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28179 Bremen

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 16. Juli 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏰ - ⚡ 22-25 km/h
DIE schnelle Tour NUR für Frauen.

Info: donne.veloce@gmx.de

Start: Startort-Info via Mail.

Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 16. Juli 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏰ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 16. Juli 2017, 11:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 40 km ⏰ 5 Std ⚡ 18-20 km/h
Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Im Sommer ins Blaue. Mal sehen, wie weit und wohin, wie gemütlich oder wie fix. Hauptsache raus. Und gerne mit Einkehr.

Start: Antikolonialdenkmal „Elefant“, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen

Kontakt: Bremer Liegeradtreff

Montag, 17. Juli 2017, 10:00 Uhr

Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⏰ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus

Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Die Oste per Rad entdecken von der Quelle bis zur Mündung**Karten und Infos:**

Touristikbüro der Börde Sittensen

Am Markt 11, 27419 Sittensen

touristik@sg.sittensen.de



Dienstag, 18. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 18. Juli 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 19. Juli 2017, 18:00 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏱ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenbergegebiet und Bremen. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 19. Juli 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏱ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Mittwoch, 19. Juli 2017, 18:30 Uhr

Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⏱ 2,5-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.

Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 2813 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 20. Juli 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit

einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 21. Juli 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Freitag, 21. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏱ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck wie Worpssweide, Hambergen, Wulsbüttel, etc. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Samstag, 22. Juli 2017, 10:00 Uhr

Gut Varrel

• 50-60 km ⏱ 7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Vom Weserwehr über Grolland und durch Huchting nach Gut Varrel. Weiter geht es über Moordeich zum Silbersee und nach Brinkum. Von hier zur Ochtum, durch Kattenesch, hier eine Kaffeepause, dann zum Startort zurück.
Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 22. Juli 2017, 10:00 Uhr

Ab in den Süden!

• 60-70 km ⏱ 5-7 Std ⚡ 16-18 km/h
 Diese Radtour führt in den Süden von Bremen durch den Landkreis Diepholz. Auf bereits bekannten und auf unbekannten Wegen führt die Strecke durch Bremen zu einer Einkehr in einem gemütlichen Café. Die besondere Überraschung dieser Tour, das Café wird offiziell erst einige Tage vor dieser Radtour eröffnet. Neben einer abwechslungsreichen Radtour wird den Teilnehmern viel Neues geboten.

Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Sonntag, 23. Juli 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Die traditionelle Sonntags tour für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen Kaffee-Einkehr ist möglich. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 23. Juli 2017, 9:00 Uhr

Automuseum Asendorf

• 75 km ⏱ 1 Tage ⚡ 14-16 km/h
 Wir fahren von Achim über Morsum, Hustedt, Stapelhorn, Wörpe zu unserem Ziel, das Automuseum in Asendorf. Nach der Besichtigung fahren wir dann gemütlich über Bruchhausen Vilsen, Schwarme, Thedinghausen nach Achim zurück.
Anmelden bis: Samstag, 1. Juli 2017
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Jürgen Fiebelkorn, ADFC Achim

Sonntag, 23. Juli 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

• 80-90 km ⏱ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
 Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen in das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.
Anmelden bis: Freitag, 21. Juli 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Sonntag, 23. Juli 2017, 11:00 Uhr

Radtour mit Wurstgrillen

• 25-35 km ⏱ 6-7 Std ⚡ 14-16 km/h
 Nach einer gemütlichen Runde in und um Bremerhaven herum ist gemeinsames Wurstgrillen vorgesehen. Es entstehen Kosten für Verzehr und Getränke.
Start: Eingang Bürgerpark/Bismarckstraße, 27570 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Knut Müller, ADFC Bremerhaven

**ADFC-Pannenhilfe****Schieben war gestern****Panne? Hilfe ist unterwegs!**

ADFC-Mitglieder erhalten im Pannen- oder Notfall schnell und unkompliziert Hilfe, damit Sie Ihre Fahrt zügig fortsetzen können. Die Service-Hotline ist 24 Stunden für Sie da! Wie Sie ADFC-Mitglied werden können und welche Vorteile Sie dadurch genießen, erfahren Sie hier: www.adfc.de/vorteile

Montag, 24. Juli 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏰ 3 Std ⚠ 18-20 km/h
 Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Foto: H. Witt

Dienstag, 25. Juli 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 25-35 km ⏰ 3 Std ⚠ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 25. Juli 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏰ - ⚠ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim**Kontakt:** Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Donnerstag, 27. Juli 2017, 10:00 Uhr

Tortentag im Café Haberloh

• 80-90 km ⏰ 7-9 Std ⚠ 18-20 km/h
 Im Hofcafé Haberloh bei Langwedel gibt es immer donnerstags die leckersten Torten der Region in der Wesermarsch!

Anmelden bis: Dienstag, 25. Juli 2017**Start:** Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Donnerstag, 27. Juli 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏰ 2 Std ⚠ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 27. Juli 2017, 18:00 Uhr

Borgfelder Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
 Gemütliche Runde miteinander. Bewegung an frischer

Samstag, 29. Juli 2017, 11:00 Uhr

Eiscafé Lindenlaub

• 70 km ⏰ 8 Std ⚠ 18-20 km/h
 Auf ruhigen Wegen kommen wir nach Quelkorn und das Eiscafé ist unser Ziel. Auf der Terrasse wird das selbst hergestellte Eis genossen und einen Blick durch die großen Glasscheiben in die Eisküche riskiert.

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 30. Juli 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏰ - ⚠ 22-25 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.

Info: donne.veloce@gmx.de**Start:** Startort-Info via Mail.**Kontakt:** Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 30. Juli 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏰ 4-6 Std ⚠ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerebrücke), 28205 Bremen**Kontakt:** Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 30. Juli 2017, 9:00 Uhr

Weserterassen Nordenham

• 120 km ⏰ 10-11 Std ⚠ 16-18 km/h
 Entlang der Weser-nach Bremerhaven bzw. Nordenham führt uns diese schöne Radtour. An den Weserterrassen in Nordenham werden wir unsere wohlverdiente Kaffeepause einlegen. Nach einem Aufenthalt von 1-2 Stunden treten wir den Heimweg an.

Anmelden bis: Sonntag, 23. Juli 2017**Start:** Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Sonntag, 30. Juli 2017, 11:00 Uhr

Tour aus dem Bremer Westen

• 60-80 km ⏰ 6-7 Std ⚠ 18-20 km/h
 Bremen und umzu für flotte Radler

Start: Zweirad Dutschke, Waller Ring 141, 28219 Bremen-Walle**Kosten:** 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Andreas Sutrop, ADFC Bremen

Dienstag, 1. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⏰ 2-4 Std ⚠ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Utbremers Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen-Findorff**Kontakt:** Andrew Harrison, ADFC Bremen

Dienstag, 1. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏰ 3 Std ⚠ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen**Kontakt:** Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 1. August 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
 Durch die Umge von Lilienthal. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal**Kontakt:** Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 1. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏰ - ⚠ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim**Kontakt:** Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Dienstag, 1. August 2017, 19:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
 Durch die Umgebung von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck**Kontakt:** Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Mittwoch, 2. August 2017, 9:00 Uhr

Kombinierte Tour Schiff und Rad

• 70 km ⏰ 10 Std ⚠ 14-16 km/h
 Per Schiff ab Bremen-Vegesack nach Bremerhaven. Vom Anleger radeln wir zum Fischereihafen (1,5 Stunden zur freien Verfügung). Auf dem alten Postweg radeln wir zurück nach Bremen-Vegesack. Mit Kaffee-

pause und Selbstversorgung
Anmelden bis: Mittwoch, 19. Juli 2017

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kosten: 25 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 22 Euro
Kontakt: Ruediger Frese, ADFC Bremen-Nord

Mittwoch, 2. August 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

⌚ 35-40 km ⏰ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu. Evtl. Fährkosten und Einkehr am Ende der Tour
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 3. August 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven
Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 4. August 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

⌚ 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 5. August 2017, 10:00 Uhr

Ritterhude

⌚ 50-60 km ⏰ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
 Zunächst von der Vahr nach Borgfeld, dann bis Trupe. Durch Trupe zum Höftdeich, bis zur Kirche St.Jürgen, ein Stückchen Weg zurück und rechts zum Hamme-deich. An der Hamme-Schleuse vorbei nach Ritterhude. Die Strecke zurück am Wümme-Deich bis Gartelmann, zur Kaffeepause, und weiter über Kuhsiel.
Start: Berliner Freiheit 1E, med. Warenhaus, HB-Vahr
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Sonntag, 6. August 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

⌚ 65 km ⏰ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 6. August 2017, 10:00 Uhr

Nach Ahausen ins Hofcafe

⌚ 70 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Tour geht zu einem idyllisch gelegenen Bauernhof mit einem Cafe in einem ehemaligen Kuhstall. Geboten werden frisch hergestellte Kuchen und Torten.

Anmelden bis: Sonntag, 30. Juli 2017
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Ina Meyer, ADFC Achim

Sonntag, 6. August 2017, 11:00 Uhr

bike & bath

⌚ 50-70 km ⏰ 6-8 Std ⚡ 16-18 km/h
 Wer hat Lust hat auf das Anradeln einer natürlichen Badestelle (See, Fluss, Meer) mit Picknick bzw. kurzer Einkehr, melde sich gerne. Bei Schlechtwetter: Alternativtour. In den Sommerferien können Termine abweichen!

Anmelden bis: Donnerstag, 8. Juni 2017
Start: Post am Bahnhof, 28195 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Antje Geiler, ADFC Bremen

Sonntag, 6. August 2017, 13:00 Uhr

Radtour auf der Pipinsburggroute

⌚ 50 km ⏰ 5-6 Std ⚡ 14-16 km/h
 Am westlichen Rand des Geestrückens Hohe Lieth zwischen Sievern und Holssel befinden sich die Wallanlagen der mittelalterlichen Pipinsburg (ca. 1.000 n. Chr.) sowie die Heidenschanze, die Heidenstadt und das Großsteingrab Bülzenbett. Bitte Packtaschenverpflegung mitnehmen, da keine Einkehr vorgesehen ist.
Start: Parktor Speckenbüttel, 27580 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Jürgen Hauck, ADFC Bremerhaven

Montag, 07. August 2017, 10:00 Uhr

Hastedter Montagstour

⌚ 20-40 km ⏰ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 7. August 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

⌚ 40-45 km ⏰ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
 Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkos-

ten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrmann, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 8. August 2017, 15:30 Uhr

Radfahren mit beginnender Demenz

⌚ 15-20 km ⏰ 3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.

Anmelden bis: Montag, 7. August 2017
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofplatz 14 a, 28195 Bremen
Kontakt: Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Dienstag, 8. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

⌚ 20-35 km ⏰ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 8. August 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

⌚ 20 km ⏰ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt



Foto: Sylvia Schiel

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 9. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Walle

⌚ 25-40 km ⏰ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hübter, 28217 Bremen-Walle
Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Donnerstag, 10. August 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

⌚ 20 km ⏰ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
 Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 10. August 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

⌚ 25-35 km ⏰ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 11. August 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

⌚ 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 12. August 2017, 10:00 Uhr

Tarmstedter Moor mit Moorlehrpfad

⌚ 50-60 km ⏰ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
 Die Tour führt von Lilienthal über Grasberg, Tüschen-dorf-zum Moorlehrpfad, am Rathaus Tarmstedt vorbei zum Melkhus. Dann über Hepstedt, Überhamm, Weyerdeelen, Worpswede, Neu Helgoland, Melchers Hütte, Tietjens Hütte, Kirche St. Jürgen und Höftdeich zurück nach Lilienthal. Mittags Rucksackverpflegung, nachmittags ist eine Einkehr mit Kaffee und Kuchen geplant.

Start: Klosterstraße 16, Rathaus Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Samstag, 12. August 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⏱ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
 Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Mit Kaffee-Einkehr
Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 2819 Bremen
Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Samstag, 12. August 2017, 14:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 40 km ⏱ 5 Std ⚡ 18-20 km/h
 Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Im Sommer ins Blaue. Mal sehen, wie weit und wohin, wie gemütlich oder wie fix. Hauptsache raus. Und gerne mit Einkehr.
Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff, Bremer Liegeradtreff

Sonntag, 13. August 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏱ - ⚡ 22-25 km/h
 DIE schnelle Tour NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 13. August 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
 Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 13. August 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

• 80-90 km ⏱ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
 Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen In das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.
Anmelden bis: Freitag, 11. August 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Dienstag, 15. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 15. August 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
 Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 16. August 2017, 18:00 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏱ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenberggebiet und Bremen. Mit Einkehr
Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 16. August 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏱ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
 Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Mittwoch, 16. August 2017, 18:30 Uhr

Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⏱ 2,5-4 Std ⚡ 16-18 km/h
 Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Evtl. Einkehr
Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 2813 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 17. August 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Gemütliche Radtour mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 18. August 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
 Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Freitag, 18. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏱ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
 Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.
Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Samstag, 19. August 2017, 8:00 Uhr

Lüneburger Heide

• 50-70 km ⏱ 5-8 Std ⚡ 16-18 km/h

Zum Auftakt beginnt diese Tour mit einer Bahnfahrt (Heidesprinter)-zum Bahnhof von Soltau. Die Radwanderung wird durch den ältesten Naturpark Deutschlands, den „Wilseder Berg“, und entlang von blühenden Heidelandschaften führen. Bitte beachten: Es werden die für die Heide typischen Sandwege mit Baumwurzeln nicht vermeidbar sein.

Anmelden bis: Donnerstag, 10. August 2017

Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Samstag, 19. August 2017 10:00 Uhr

Weserpark 2

• 50-60 km ⏱ 7-8 Std ⚡ 12-14 km/h
 Abseits von den Hauptstraßen, auf Nebenstraßen und Wegen, mit dem Fahrrad zum Weserpark. Es gibt für einige bestimmt neues zu entdecken, denn wer kennt schon Hemelingen, Arbergen und Mahndorf genau.
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14 a, Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

ADFC-Tourenportal

Über 400.000 Radkilometer
 Konkrete Tourenvorschläge
 Routing-Funktion von A nach B
 Alle Bett+Bike-Gastbetriebe

Komplettes Paket zu jeder Tour:

- GPS-Dateien
- Kartenabschnitte und Höhenprofile zum Ausdrucken
- Tourenbeschreibungen

www.adfc-tourenportal.de

Freikilometer
 für ADFC-Mitglieder



Kennen Sie schon das Komplett-Paket
ADFC-ReisenPLUS?
 Schauen Sie sich unser komplettes
 Serviceangebot an auf
www.adfc.de/reisenplus



Sonntag, 20. August 2017 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 20. August 2017, 10:00 Uhr

Radtour nach Dedesdorf

• 70 km ⏱ 8-9 Std ⚡ 14-16 km/h
Auf Wald- und Wirtschaftswegen durch den südlichen Landkreis Cuxhaven zum ehemaligen Fähranleger Dedesdorf. Verpflegung gibt es an den örtl. Imbissbuden.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Jürgen Hauck, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 20. August 2017, 11:00 Uhr

Tour aus dem Bremer Westen

• 60-80 km ⏱ 6-7 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Zweirad Dutschke, Waller Ring 141, Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Andreas Sutrop, ADFC Bremen

Montag, 21. August 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏱ 3 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 22. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 22. August 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Donnerstag, 24. August 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏱ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 24. August 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 25. August 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 27. August 2017

donne veloce tour

• 50-200 km ⏱ - ⚡ 22-25 km/h
DIE schnelle Tour NUR für Frauen.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 27. August 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏱ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 27. August 2017, 9:00 Uhr

Vörder Seefest • Bremervörde

• 50-70 km ⏱ 5-8 Std ⚡ 16-18 km/h
Teilweise dem Radwanderweg "Vom Teufelsmoor zum Wattenmeer" folgend und entlang dem Hamme-Oste-Kanal ist das Ziel dieser Tour das Dritte Vörder Seefest in Bremervörde. Die eintrittsfreie Veranstaltung bietet ein Rahmenprogramm für die ganze Familie. Rückfahrt ist mit dem Moorexpress-Worpswede und auf Wunsch-Bremer Hauptbahnhof vorgesehen.

Anmelden bis: Donnerstag, 10. August 2017
Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Sonntag, 27. August 2017, 9:00 Uhr

Mit Schiff und Rad nach Brake

• 70 km ⏱ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
Wir fahren zur Anlegestelle der "Oceana" am Vegesacker Hafen. Das Schiff legt um 10:30 Uhr in Richtung Bremerhaven ab. Die Bremer Mitfahrer können natürlich schon in Bremen auf die "Oceana" gehen. Wir erreichen Brake um 11:45 Uhr. In einem Fischlokal im Hafen können wir uns für die Rücktour über Elsfleth stärken. In Berne nehmen wir die Fähre nach Farge und fahren von dort an der Weser und anschließend an der Lesum-Burg. Danach geht es über Ritterhude zum Bahnhof OHZ.

Anmelden bis: Sonntag, 20. August 2017
Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Montag, 28. August 2017, 10:00 Uhr

Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⏱ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Dienstag, 29. August 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏱ 3 Std ⚡ 12-14 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 29. August 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏱ - ⚡ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt
Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim
Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 30. August 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏱ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 31. August 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏱ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour mit einer Einkehr zur Erfrischung.
Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 1. September 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏱ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 2. September 2017, 9:00 Uhr

Bremerhaven mit Rad und Schiff

• 80 km ⏱ 10 Std ⚡ 14-16 km/h
Tour durch Geest und Marsch nach Bremerhaven und mit dem Schiff zurück nach Mittelsbüren. Es entstehen zusätzliche Kosten für die Schiffsfahrt.
Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Joerg Kappmeyer, ADFC Osterholz

Sonntag, 3. September 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏰ 4-6 Std ⚠ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 3. September 2017, 9:00 Uhr

Fahrradtour nach Bremervörde

• 70 km ⏰ 9-10 Std ⚠ 16-18 km/h
Wir fahren mit dem Moorexpress (ein besonderes Erlebnis) nach Bremervörde. Anschließend umrunden wir mit dem Rad den Vörder See. Danach starten wir unsere Radtour in Richtung Augustendorf und erhalten einen Eindruck vom Naturschutzgebiet Huvenhoopsmoor. Einkehr im Gasthof zum Huvenhoop. Wir fahren weiter zum Tiefenwasserhafen Kreuzkuhle und machen dort eine Erfrischungspause. Die Fahrt führt anschließend über Teufelsmoor durch die Postwiesen nach Osterholz-Scharmbeck zurück. Es entstehen Kosten für den Zug ca. 14 Euro.

Anmelden bis: Sonntag, 27. August 2017

Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck

Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Sonntag, 3. September 2017, 10:00 Uhr

Zum Bioland Hof Böse Hartje

• 70 km ⏰ 1 Tag ⚠ 14-16 km/h
Die Tour geht nach Eißen zum Böse-Hartje Hof. Dort erwarten uns ein kleiner Vortrag über ökologischer Aufzucht und Anbau und ein Hofcafé mit frischen Kuchen und Torten. Kosten für Essen, Getränke und Vortrag sind selbst zu zahlen

Anmelden bis: Sonntag, 27. August 2017

Start: Bremen, Hbf.

Kontakt: Ina Meyer, ADFC Achim

Sonntag, 3. September 2017, 11:00 Uhr

bike & bath

• 50-70 km ⏰ 6-8 Std ⚠ 16-18 km/h
Wer hat Lust hat auf das Anradeln einer natürlichen Badestelle (See, Fluss, Meer) mit Picknick bzw. kurzer Einkehr, melde sich gerne. Bei Schlechtwetter: Alternativtour. In den Sommerferien können Termine abweichen!

Anmelden bis: Donnerstag, 8. Juni 2017

Start: Post am Bahnhof, 28195 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Antje Geiler, ADFC Bremen



Foto: Wilhelm Koch

Montag, 4. September 2017, 10:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⏰ 3-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner

Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 4. September 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

• 40-45 km ⏰ 3 Std ⚠ 18-20 km/h
Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 5. September 2017, 17:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏰ 3 Std ⚠ 14-16 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung, ggf. Fährkosten und Einkehr.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 5. September 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Findorff

• 25-40 km ⏰ 2-4 Std ⚠ 16-18 km/h
In geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.

Start: Utbremmer Ring/Torfkanalbrücke, 28215 Bremen-Findorff

Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Dienstag, 5. September 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck

Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz

Dienstag, 5. September 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏰ 2-3 Std ⚠ 14-16 km/h
Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal

Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Dienstag, 5. September 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏰ - ⚠ 14-16 km/h
Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Donnerstag, 7. September 2017, 9:00 Uhr

Rund um Achim

• 60 km ⏰ 1 Tag ⚠ 14-16 km/h
Die Tour führt in die Umgebung von Achim. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen, kann aber auf Wunsch stattfinden. Proviant und Getränke sollten mitgenommen werden.

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Hilmar Kante, ADFC Achim

Donnerstag, 7. September 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏰ 2 Std ⚠ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 7. September 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏰ 4 Std ⚠ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 8. September 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏰ 1-4 Std ⚠ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 9. September 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⏰ 4 Std ⚠ 18-20 km/h
Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Evtl. Kaffeeeinkehr

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

**Institut für Chinesische Medizin**

DRK Kreisverband Bremen e.V.

Friedrich-Karl-Str. 55 · 28205 Bremen
Telefon 0421 · 699139-0

Mehr als Akupunktur ...

unser chinesisch-deutsches Team stellt die persönliche Betreuung in den Mittelpunkt der Therapie.

www.chinesisches-institut.de

Dr. Tanja Zeyn
Ärztliche LeiterinDr. Yijun Deng
Chinesischer MedizinerProf. Xiaoying Liang
Chinesische Medizinerin**Wir behandeln:**

- Schmerzerkrankungen
- Orthopädische Beschwerden
- Innere und neurologische Erkrankungen
- Gynäkologische und psychosomatische Störungen
- Beschwerden ohne organischen Befund
- Allergien und Hauterkrankungen

德國不萊梅紅十字會

Sonntag, 10. September 2017

donne veloce tour

n 50-200 km ⚡ - ⚡ 22-25 km/h

DIE schnelle Tour NUR für Frauen.

Info: donne.veloce@gmx.de

Start: Startort-Info via Mail.

Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 10. September 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

n 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 10. September 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

n 80-90 km ⚡ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h

Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen in das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.

Anmelden bis: Freitag, 8. September 2017

Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Dienstag, 12. September 2017, 15:30 Uhr

Radfahren mit beginnender Demenz

n 15-20 km ⚡ 3 Std ⚡ 14-16 km/h

Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.

Anmelden bis: Montag, 11. September 2017

Start: Wehrschloß, Hastedter Osterdeich, 28203 Bremen

Kontakt: Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Dienstag, 12. September 2017, 17:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

n 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 14-16 km/h

Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 12. September 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

n 20 km ⚡ - ⚡ 14-16 km/h

Dienstags vor der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 13. September 2017, 18:00 Uhr

Feierabendtour Walle

n 25-40 km ⚡ 2-4 Std ⚡ 16-18 km/h

Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr am Ende möglich.

Start: Am Speicher XI 2, bei SAR-Boot Wilhelm Hübotter, 28217 Bremen-Walle

Kontakt: Andrew Harrison, ADFC Bremen

Mittwoch, 13. September 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

n 35-40 km ⚡ 3 Std ⚡ 16-18 km/h

Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 14. September 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

n 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven



Freitag, 15. September 2017, 17:00 Uhr

Feierabendtour OHZ

n 20-30 km ⚡ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h

Diese Tour führt in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Osterholz-Scharmbeck. Am Ende einer jeden Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Marktplatz, 27711 Osterholz-Scharmbeck

Kontakt: Rainer Trudwig, ADFC Osterholz



Foto: FR

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Montag, 18. September 2017, 10:00 Uhr

Vahrer Montagstour

n 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Provit mitnehmen.

Start: Berliner Freiheit 1E, med. Warenhaus, Bremen

Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Montag, 18. September 2017, 18:00 Uhr

Flotte Feierabendtour Bremen-Nord

n 40-45 km ⚡ 3 Std ⚡ 18-20 km/h

Flott und sportlich geht es auf Tour in und um Bremen und auch Mal auf die andere Weserseite, evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hartmut Borrman, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 19. September 2017, 17:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

n 20-35 km ⚡ 3 Std ⚡ 14-16 km/h

Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 19. September 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

n 20 km ⚡ - ⚡ 14-16 km/h

Dienstags von der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim



Foto: Anja Hoffmann

Mittwoch, 20. September 2017, 18:00 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⏲ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
Die Touren führen in die Umgebung von Lilienthal sowie das Hexenberggebiet und Bremen. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Hans-Jürgen Wolff, ADFC Osterholz

Mittwoch, 20. September 2017, 18:30 Uhr

Feierabendtour Schwachhausen

• 25-40 km ⏲ 2,5-4 Std ⚡ 16-18 km/h
Ziel der Tour ist es, in geselliger Runde eine abendliche Radtour in und um Bremen zu genießen. Auf Wunsch ist eine Einkehr möglich.

Start: Kulenkampffallee 176/ Riensberg-Apotheke, 2813 Bremen-Schwachhausen
Kontakt: Christian Waldhausen, ADFC Bremen

Donnerstag, 21. September 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour

• 20 km ⏲ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und Einkehr

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 21. September 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏲ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zur Erfrischung.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 22. September 2017, 10:00 Uhr

Radtour nach Wüstewohld

• 65 km ⏲ 8-9 Std ⚡ 14-16 km/h
Auf Wald- und Wirtschaftswegen in östlicher Richtung durch den Landkreis Cuxhaven nach Wüstewohld und das Großenhainer Holz. Packtaschenverpflegung wird empfohlen. Zur Kaffeezeit evtl eine Einkehr.

Start: Eingang Bürgerpark/Bismarckstr., Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 22. September 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏲ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 23. September 2017, 10:00 Uhr

Worpswede

• 50-60 km ⏲ 7 Std ⚡ 16-18 km/h
Die Fahrt nach Worpswede verläuft von Borgfeld-Grasberg an der Wörpe entlang. Ab hier gibt es lauter Dämme, der erste heißt Kuhdamm, der dritte ist dann der Tüschenförder Damm. Auf der Adolphsdorfer Str.-zum Kirchdamm und über den Hörenberg nach Worpswede rein. Hier ist natürlich eine Pause angesagt und vor der Rückfahrt zum Niedersachsenstein. Über Lüninghausen zum Falkenberger Kreuz und in Schoofmoor zum Kaffee trinken. Von hier aus-in die Vahr ist es ja nicht mehr so weit.

Start: Berliner Freiheit 1E, 28327 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 23. September 2017, 11:15 Uhr

Radtour zum Jahrmarktsumzug

• 40 km ⏲ 8 Std ⚡ 12-14 km/h
Mit der Weserfähre nach Blexen, weiter über Deich- und Weidegebiete nach Rodenkirchen zum Jahrmarktsumzug mit fantasievoll gestalteten Wagen aus dem Stadland. Auf dem Marktplatz bieten sich vielfältige Möglichkeiten zur Verpflegung/Einkehr. Es entstehen Kosten für die Fährfahrten.

Start: Anleger Weserfähre, 27570 Bremerhaven
Kosten: 2 Euro
Kontakt: Bernd Schumann, ADFC Bremerhaven

Sonntag, 24. September 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏲ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 24. September 2017, 9:00 Uhr

Bauernmarkt in Stuhr

• 70 km ⏲ 8 Std ⚡ 16-18 km/h
Auf gut befahrbaren Straßen und Wegen geht es nach Stuhr-Moordeich zum Bauernmarkt. Zu sehen gibt es z.B. Vorführungen mit den Geräten der alten Landtechnik, bei den waghalsig erscheinenden Aktionen des Baumkletterers, bei den schmissigen Klängen der „Blockener Blasmusikanten“, beim Flammkuchenbäcker, an der Kaffetafel der Landfrauen und ganz besonders am Pufferstand des gastgebenden Vereins. Es ist ein ca. 2stündiger Aufenthalt eingeplant.

Anmelden bis: Sonntag, 17. September 2017
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro**Kontakt:** Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 26. September 2017, 17:00 Uhr

Feierabendtour Bremen-Nord

• 20-35 km ⏲ 3 Std ⚡ 14-16 km/h
Abendtour ohne Stress und Hektik durch Bremen-Nord und Umgebung. Ggf. Fährkosten. Einkehr zum Schluss.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Dienstag, 26. September 2017, 18:30 Uhr

Feierabendradeln in Achim

• 20 km ⏲ - ⚡ 14-16 km/h
Dienstags vor der alten Bibliothek am Rathausmarkt

Start: Rathausplatz, Obernstraße, 28832 Achim

Kontakt: Willi v. d. Höhe, ADFC Achim

Mittwoch, 27. September 2017, 18:00 Uhr

Rund um Bremen-Nord

• 35-40 km ⏲ 3 Std ⚡ 16-18 km/h
Entspannt und locker erkunden wir Bremen-Nord und umzu und auch Mal auf der anderen Weserseite. Evtl. Fährkosten. Einkehr am Ende der Tour möglich.

Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen

Kontakt: Hans Steffens, ADFC Bremen-Nord

Donnerstag, 28. September 2017, 18:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⏲ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz,

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Freitag, 29. September 2017, 17:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⏲ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schroeder, ADFC Bremen

Sonntag, 1. Oktober 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⏲ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl.

Mit unseren Radtouren unterstützen wir die Bremer Krebsgesellschaft bei ihrem Solidaritätslauf „Auf zur Venus 2017“, der zugunsten krebskranker Menschen im Bremer Bürgerpark stattfindet. Jeder gelaufene oder gefahrene Kilometer wird mit 50 Cent von hansestädtischen Unternehmern und engagierten Bürgern vergütet. Der Erlös wird der Förderung und Finanzierung von Sport- und Bewegungsangeboten für krebskranke Menschen eingesetzt.

Sonntag, 24. September 2017, 8:15

Von Vegesack zur Venus

• 50 km ⌂ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
Von Vegesack zur Veranstaltung im Bürgerpark
Start: Radstation Vegesack, Bahnhofsplatz 6, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Sonntag, 24. September 2017, 10:00 Uhr

Von Walle zur Venus

• 40-50 km ⌂ 4-5 Std ⚡ 18-20 km/h
Diese Strecke geht ab Walle zum Bürgerpark und danach durch die Waller Gärten und zurück zur Tombola in den Bürgerpark.
Start: Bahnhof Walle, Osterfeuerberger Ring, 28217 Bremen
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Sonntag, 24. September 2017, 11:00 Uhr

Familien Solidaritätstour

• 7 km ⌂ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Diese Tour richtet sich an Eltern / Großeltern / Erwachsene mit Kindern auf dem Roller, Laufrad oder im Anhänger. Wir fahren so, dass jede/r mitkommt und machen auch mal eine Pause.
Start: Marcusbrunnen im Bürgerpark
Kontakt: Wolfgang Bevern, ADFC Bremen



Sonntag, 24. September 2017, 10:45 Uhr

Auf zur Venus durch das Blockland

• 30 km ⌂ 2-2,5 Std ⚡ 16-18 km/h
Ablauf: Anmeldung und Treffpunkt für RadlerInnen ist das ADFC-Zelt im Bürgerpark, in der Nähe des Marcusbrunnens ab 10 Uhr. Jeder und Jede meldet sich persönlich an. Um 10:30 Uhr ist Eröffnung und Warming-up. Start ist um 10:45 Uhr und Rückkehr zur Abschlussveranstaltung um 13:00-13:25 Uhr
Start: Marcusbrunnen im Bürgerpark
Kontakt: Wilhelm Bolte, ADFC Bremen

Sonntag, 24. September 2017, 11:15 Uhr
Solidaritätstour "Auf zur Venus"

• 10 km ⌂ 1 Std ⚡ 14-16 km/h
Start: Marcusbrunnen im Bürgerpark
Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Sonntag, 24. September 2017
donne veloce "auf zur Venus"

• 30 km ⌂ - ⚡ 18-20 km/h
Die donne veloce zu Gast bei "Auf zur Venus". Reduziertes Tempo für mehr Spenden-Kilometer.

Sonntag, 24. September 2017
corsa speciale "attraverso cosmo"

• 70 km ⌂ - ⚡ 22-25 km/h
Nach "Auf zur Venus" gibt's noch eine schnelle Tour durch den Kosmos.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 1. Oktober 2017, 10:00 Uhr

Saisonabschluss tour Bremen-Nord

• 60 km ⌂ 8 Std ⚡ 14-16 km/h
Bei einer gemeinsamen Mittagseinkehr, bitte anmelden, unterhalten wir uns über die zurückliegenden Touren. Einzelheiten bitte ab September erfragen.

Anmelden bis: Sonntag, 25. September 2016
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Jürgen Bösche, ADFC Bremen-Nord

Sonntag, 1. Oktober 2017, 10:45 Uhr

Abschluss tour des ADFC Osterholz

• 55-60 km ⌂ 6-7 Std ⚡ 14-16 km/h
Zum Saisonende wollen wir noch einmal zünftig zum Essen einkehren.

Start: Bahnhof OHZ, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Kontakt: Klaus Plump, ADFC Osterholz

Sonntag, 1. Oktober 2017, 11:00 Uhr

Tour aus dem Bremer Westen

• 60-80 km ⌂ 6-7 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Zweirad Dutschke, Waller Ring 141, 28219 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC - bzw. AOK - Mitglied. 2 Euro
Kontakt: Andreas Suttrop, ADFC Bremen

Dienstag, 3. Oktober 2017, 11:00 Uhr

Flotte Kurztour

• 50 km ⌂ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
Start: Kiosk am Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Helmut Tjarks, ADFC Bremen

Dienstag, 3. Oktober 2017, 18:30 Uhr

Lilienthaler Feierabendtour

• 20-30 km ⌂ 2-3 Std ⚡ 14-16 km/h
Die Touren führen in die Umgebung sowie in umliegende Ortschaften von Lilienthal. Am Ende jeder Tour ist eine Einkehr vorgesehen.

Start: Klosterstraße 25, Murkens Hof, Lilienthal
Kontakt: Stephan Koch, ADFC Osterholz

Donnerstag, 05. Oktober 2017, 16:00 Uhr

Vegesacker Schnekkentour



Foto: Fred Lackmann

• 20 km ⌂ 2 Std ⚡ 12-14 km/h
Im gemütlichen Tempo, zu Zielen beidseits der Weser, Trinkflasche gefüllt, ggf. Fährkosten und evtl. Einkehr.
Start: Radstation Vegesack, 28757 Bremen
Kontakt: Christel Boesche, ADFC Bremen-Nord

Samstag, 7. Oktober 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⌂ 4 Std ⚡ 18-20 km/h
Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Kaffee-einkehr vorgesehen.

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28179 Bremen

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Samstag, 7. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⌂ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 7. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 8. Oktober 2017

donne veloce "fine"

• 50-70 km ⚡ - ⚡ 22-25 km/h
DIE schnelle Tour NUR für Frauen, das Saison-Finale.
Info: donne.veloce@gmx.de
Start: Startort-Info via Mail.
Kontakt: Hannah Grundey, ADFC Bremen

Sonntag, 8. Oktober 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 8. Oktober 2017, 10:00 Uhr

In das Bremer Umland

• 80-90 km ⚡ 7-9 Std ⚡ 18-20 km/h
Mit flottem Tempo radeln wir zu interessanten Zielen oder Veranstaltungen In das Bremer Umland. Selbstverpflegung. Eventuell fallen Kosten für Bahnfahrten, Eintritte oder Spenden an. Anschl. Kaffee-Einkehr.
Anmelden bis: Freitag, 6. Oktober 2017
Start: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Sylvia Schelb, ADFC Bremen

Montag, 09. Oktober 2017, 11:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Dienstag, 10. Oktober 2017, 15:30 Uhr

Radfahren mit beginnender Demenz

Foto: Wikipedia

• 15-20 km ⚡ 3 Std ⚡ 14-16 km/h
Sport und Bewegung sind nicht nur gesund und machen Freude, sondern ermöglichen auch die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Dazu gehört auch das Radeln. Für Menschen, die mit einer Demenzdiagnose leben, ist das Radeln noch lange Zeit möglich. Da eine Demenz kein Grund ist, das Rad wegzustellen, laden der ADFC Bremen und die Bremer Heimstiftung Betroffene und deren Angehörige zum Mitradeln ein.
Anmelden bis: Montag, 9. Oktober 2017
Start: ADFC-Radstation, Bahnhofplatz 14a, Bremen
Kontakt: Elisabeth Kammeyer, ADFC Bremen

Samstag, 14. Oktober 2017, 10:00 Uhr

Moor und Heide MMXVII

• 70-75 km ⚡ 5-7 Std ⚡ 16-18 km/h
Eine Radwanderung durch die wunderschöne leuchtende Herbstlandschaft. Picknick-Pause ist vorgesehen. Bitte ausreichend Verpflegung und Getränke einpacken. Eine Kaffeeeinkehr ist nicht zwingend vorgesehen. Eventuell besteht die Möglichkeit zur Einkehr am Ende der Tour.
Start: Borgfelder Landhaus, Mehlandsdeichweg 1, 28357 Bremen
Kosten: 5 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 2 Euro
Kontakt: Karl-Heinz Böttjer, ADFC Bremen

Samstag, 14. Oktober 2017, 14:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 40 km ⚡ 5 Std ⚡ 18-20 km/h
Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Im Herbst zu bunten Zielen. Mal sehen, wie weit und wohin, wie gemütlich oder wie fix. Hauptsache raus. Und gerne mit Einkehr.
Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen
Kontakt: Bremer Liegeradtreff, Bremer Liegeradtreff

Samstag, 14. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 14. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 15. Oktober 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 15. Oktober 2017, 9:30 Uhr

Saisonendetour

• 75 km ⚡ 1 Tag ⚡ 14-16 km/h
Zum Saisonende unternehmen wir eine gemütliche Tour durch die herbstliche Wümmelandschaft. Die Fahrt führt uns von Achim durch die Weite der Wümmeniederung. Wir radeln durch herrlich gefärbte Laubwälder auf einem Rundkurs zurück. Unterwegs werden wir einkehren und uns bei leckerer Suppe und frischem Butterkuchen über die zu Ende gehende und kommende Fahrradsaison unterhalten. Wir werden vor dem Dunkelwerden wieder am Ausgangspunkt unserer Tour ankommen

Anmelden bis: Samstag, 7. Oktober 2017

Start: Bahnhofplatz, 28832 Achim

Kosten: 26 Euro, ADFC- bzw. AOK-Mitgl. 23 Euro

Kontakt: Herbert Kablitz, ADFC Bremen

Samstag, 21. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.
Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 21. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 22. Oktober 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Montag, 23. Oktober 2017, 11:00 Uhr

Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.
Start: Berliner Freiheit 1E, med. Warenhaus, Bremen
Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 28. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h
Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.
Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven
Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 28. Oktober 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h
Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.
Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen
Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 29. Oktober 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h
Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!
Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen
Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren



Foto: Wilhelm Koch

Samstag, 4. November 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 4. November 2017, 13:00 Uhr

Flotte Freizeittour

• 50 km ⚡ 4 Std ⚡ 18-20 km/h

Flott und sportlich auf Tour in und um Bremen. Auch Mal auf die andere Weserseite. Einkehr vorgesehen.

Start: Bremen Bahnhof Burg, Bremer Heerstr. 13, 28719 Bremen

Kontakt: Bärbel Knaack, ADFC Bremen

Samstag, 4. November 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 5. November 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Montag, 06. November 2017, 11:00 Uhr

Hastedter Montagstour

• 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen, Wehrschloss Paulaner

Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 11. November 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 11. November 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 12. November 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Sonntag, 12. November 2017, 11:00 Uhr

LieSaSo - Liegeradtour

• 40 km ⚡ 5 Std ⚡ 18-20 km/h

Ausfahrt des Bremer Liegeradtreffs für Liegeradfahrende und Velomobilisten, einmal im Monat. Im Herbst zu frischen Zielen. Mal sehen, wie weit und wohin, wie gemütlich oder wie fix. Hauptsache raus. Und gerne mit Einkehr.

Start: Elefant, Hermann-Böse-Straße, 28209 Bremen

Kontakt: Bremer Liegeradtreff, Bremer Liegeradtreff

Samstag, 18. November 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 18. November 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 19. November 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Samstag, 25. November 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 25. November 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 26. November 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151, Erdbeerbrücke, 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren

Montag, 27. November 2017, 11:00 Uhr

Vahrer Montagstour

• 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus

Kontakt: Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 2. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

• 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, Wilhelm-Kaisen-Platz

Kontakt: Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 2. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

• 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen

Kontakt: Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 3. Dezember 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

• 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen

Kontakt: Rainer Rehbein, RainerTouren



Foto: FR



Foto: FR

Samstag, 9. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Bremerhavener Feierabendtour

n 25-35 km ⚡ 4 Std ⚡ 14-16 km/h

Gemütliche Radtour in und um Bremerhaven herum mit einer Einkehr zum Aufwärmen.

Start: Stadthalle Bremerhaven, 27576 Bremerhaven**Kontakt:** Klaus Hertling, ADFC Bremerhaven

Samstag, 9. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 10. Dezember 2017, 8:00 Uhr

Rainers Radtouren

n 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Evtl. Kaffee-Einkehr. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen**Kontakt:** Rainer Rehbein, RainerTouren

Montag, 11. Dezember 2017, 11:00

Vahrer Montagstour

n 20-40 km ⚡ 3-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Das Wetter wird über Strecke und Einkehr entscheiden. Getränke und auch Proviant mitnehmen.

Start: Berliner Freiheit 1E 28327 Bremen-Vahr, med. Warenhaus**Kontakt:** Ilse Ellinghausen, ADFC Bremen

Samstag, 16. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Sonntag, 17. Dezember 2017, 8:00

Rainers Radtouren

n 65 km ⚡ 4-6 Std ⚡ 20-22 km/h

Die traditionelle Sonntags tour für Frühaufsteher, die es etwas flotter wünschen. Kaffee-Einkehr ist möglich. Nur mit (normal-)breiten Reifen!

Start: Osterdeich 151/Hastedter Osterdeich (Erdbeerbrücke), 28205 Bremen**Kontakt:** Rainer Rehbein, RainerTouren

Samstag, 23. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 30. Dezember 2017, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 6. Januar 2018, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 13. Januar 2018, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 20. Januar 2018, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 27. Januar 2018, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Samstag, 3. Februar 2018, 14:00 Uhr

Neustädter Feierabendtour Winter

n 15-35 km ⚡ 1-4 Std ⚡ 14-16 km/h

Sich bewegen, mit Gleichgesinnten unterwegs, nach Lust und Laune, bei jedem Wetter. Immer Einkehr.

Start: Buntentorsteinweg/Deichschart, 28201 Bremen**Kontakt:** Hans-Jürgen Schröder, ADFC Bremen

Rauf aufs Rad

Jetzt Mitglied werden!

Wir wollen, dass Sie auf Ihren täglichen Wegen und im Urlaub gut ans Ziel kommen – lokal und bundesweit.

Ihre Vorteile:

- Exklusiv für ADFC-Mitglieder: die ADFC-Pannenhilfe für schnelle Hilfe im Pannen- oder Notfall
- Ausgewählte Versicherungen und Rechtsberatung für Radfahrer
- Vergünstigte Konditionen bei zahlreichen Kooperationspartnern
- Ermäßigungen bei vielen ADFC-Veranstaltungen und -Produkten
- Kostenloses Mitgliedermagazin „Radwelt“ sowie viele weitere Vorteile

Weitere Informationen über die ADFC-Hotline:

Tel. 030 2091498-0

oder online auf: www.adfc.de



Hier direkt
Mitglied
werden!



adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

Der direkte Draht

Hier finden Sie alle aktiven ADFC-Tourenleiter/innen 2017

Haben Sie Fragen zu einer Tour? Rufen Sie an oder senden Sie eine E-Mail – Sie bekommen Antwort, ganz bestimmt! Da die Tourenleiter/innen die Touren ehrenamtlich in ihrer Freizeit planen, organisieren und durchführen, haben sie keine festen Bürozeiten.

Bremer Liegeradtreff, Antje Hoffmann

0151 - 59 43 39 39
liesaso@bremer-liegeradtreff.de

Heinz Grevenstette 0421 - 65 32 34
heinz.grevenstette@adfc-bremen.de

HB

Fred Laackmann 04235 - 94 37 77
fred.laackmann@adfc-bremen.de

HB

Willi von der Höhe 04202 - 37 85
willi.v.d.hoehe@adfc-verden.de

ACH

Wolfgang Bevern 0421 - 83 38 39
wolfgang.bevern@adfc-bremen.de

Christa Grimm 04792 - 12 71
christa.grimm@adfc-osterholz.de

OHZ

Ina Meyer 04207 - 30 62
ina.meyer@gmx.net

ACH

Carmen Vogel 0421 - 23 25 66 (AB)
carmen.vogel@adfc-bremen.de

HB

Bremer Liegeradtreff, Antje Hoffmann

0151 - 59 43 39 39
liesaso@bremer-liegeradtreff.de

Jörn Hanisch 0173 - 634 17 17
joern.hanisch@adfc-osterholz.de

OHZ

Knut Müller 04740 - 13 63
knut.mueller@adfc-bremen.de

BRHV

Andrew Harrison 0152 - 04 96 13 68
andrew.harrison@adfc-bremen.de

Rainer Rehbein
0421 - 70 29 19 (17 - 20 Uhr)
rainer.rehbein@adfc-bremen.de

HB

Klaus Plump 04791 - 585 19
klaus.plump@adfc-osterholz.de

OHZ

Christel Bösche 0421 - 67 19 14
christel.boesche@adfc-bremen.de

Jürgen Hauck
juegen.hauck@adfc-bremen.de

BRHV

Ronald Schelb 0421 - 396 25 75
ronald.schelb@adfc-bremen.de

HB

Jürgen Bösche 0421 - 67 19 14
bremen-nord@adfc-bremen.de

Uwe Henrion 0421 - 44 48 80
uwe.henrion@adfc-bremen.de

HB

Sylvia Schelb 0421 - 396 25 75
sylvia.schelb@adfc-bremen.de

HB

Wilhelm Bolte 0421 - 25 92 34
wilhelm.bolte@adfc-bremen.de

Klaus Hertling 0471 - 765 98
klaus.hertling@adfc-bremen.de

BRHV

Hans-Jürgen Schröder 0421 - 82 13 02
hans-juergen.schroeder@adfc-bremen.de

HB

Hartmut Borrmann 0421 - 636 21 79
hartmut.borrmann@adfc-bremen.de

Markus Hübner 0421 - 51 77 88 2-62
markus.huebner@adfc-bremen.de

HB

Bernd Schumann 04706 - 71 07
bernd.schumann@adfc-bremen.de

BRHV

Karl-Heinz Böttjer 0421 - 68 52 47 91
karl-heinz.boettjer@adfc-bremen.de

jazzahead-Tourguide-Team
jazzahead@adfc-bremen.de

HB

Hans Steffens 0421 - 600 91 43
hans.steffens@adfc-bremen.de

VEGE

Sebastian Burger 0421 - 596 37 07
sebastian@mut-tour.de HB

Herbert Kablitz 04207 - 80 20 97
herbert.kablitz@adfc-bremen.de

HB

Klaus Stelljes 0176 - 61 41 12 38
schumann.stelljes@adfc-bremen.de

BRHV

Sandra Conrad-Juhls 0421 - 616 58 89
sandra.conrad-juhls@adfc-bremen.de

Elisabeth Kammeyer 0421 - 33 49 111
elisabeth.kammeyer@bremer-heimstiftung.de

HB

Andreas Sutrop 0421 - 38 33 07
andreas.sutrop@adfc-bremen.de

HB

Ilse Ellinghausen 0421 - 41 14 23
ilse.ellinghausen@adfc-bremen.de

Hilmar Kante 04207 - 30 05
hilmar.kante@adfc-verden.de

ACH

Manfred Terhardt 0441 - 59 45 22 75
manfred.terhardt@adfc.de

HB

Jürgen Fiebelkorn 04202 - 988 15 42
juergen.fiebelkorn@adfc-verden.de

Jörg Kappmeyer 04791 - 54 29
joerg.kappmeyer@adfc-osterholz.de

OHZ

Hans Theuerkauf 04791 - 71 97
hans.theuerkauf@adfc-osterholz.de

OHZ

Rüdiger Frese 0421 - 65 35 29
ruediger.frese@adfc-bremen.de

Bärbel Knaack 0421 - 602 86 21
baerbel.knaack@adfc-bremen.de

VEGE

Helmut Tjarks
helmut.tjarks@adfc-bremen.de

HB

Antje Geiler
antje.geiler@adfc-bremen.de

Stephan Koch 04298 - 46 70 66
stephan.koch@adfc-osterholz.de

OHZ

Rainer Trudwig 0171 - 470 71 77
rainer.trudwig@adfc-osterholz.de

OHZ

Legende:

Symbol	Bedeutung
	Streckenlänge
	Dauer (ca.)
	Touren-Geschwindigkeit*
	Achim
	Bremerhaven
	Cuxhaven
	Bremen
	Osterholz
	Bremen-Nord

*Die angegebene Touren-Geschwindigkeit dient Ihrer Selbsteinschätzung. Wenn Sie das angegebene Tempo auf einer gut zu fahrenden, ebenen Strecke bei Windstille dauerhaft halten können, dann entspricht die Tour Ihrem persönlichen Leistungsvermögen. Natürlich wird je nach Situation und äußeren Bedingungen von diesem Tempo abgewichen.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

für Reisen, die der ADFC Bremen (im folgenden ADFC genannt) als Reiseveranstalter durchführt und für die §§ 651 ff BGB Anwendungen finden.

1) Leistungen

Die vom ADFC vertraglich geschuldeten Leistungen ergeben sich ausschließlich aus der Ausschreibung und allen darin enthaltenen Hinweisen und Erläuterungen und aus den hierauf Bezug nehmenden Angaben in der Anmeldebestätigung. Mit der Veröffentlichung neuer Ausschreibungen (Prospekte usw.) oder Teilnahmegebührenlisten verlieren alle früheren entsprechenden Veröffentlichungen über gleich-lautende Angebote und Termine ihre Gültigkeit.

2) Vertragsschluss

Mit der Anmeldung, die ausschließlich schriftlich zu erfolgen hat, bietet der Teilnehmer/die Teilnehmerin den Abschluss eines Reisevertrags verbindlich an. Soweit dieser/diese noch nicht volljährig ist, kommt ein wirkames Angebot erst mit der Zustimmung der gesetzlichen Vertreter-zustande. Der Reisevertrag mit dem Teilnehmer/die Teilnehmerin kommt durch die schriftliche Anmeldebestätigung des ADFC zustande, wenn diese ihm/ihm oder seiner/ihrer gesetzlichen Vertretung zugeht. Mündliche (auch telefonische) Erklärungen führen nicht zu einem Vertragsabschluss. Dadurch bewirkte Reservierungen erlöschen ohne weitere Folge, wenn der Teilnehmer/die Teilnehmerin ein daraufhin zugesandtes Anmeldeformular nicht binnen einer Woche vollständig ausgefüllt und unterschrieben einreicht. Ist der Teilnehmer/die Teilnehmerin nicht volljährig oder wird die Anmeldung von seiner/ihrer gesetzlichen Vertretung vorgenommen, so kommt ein Vertragsverhältnis auch mit der gesetzlichen Vertretung zustande. Werden drei Personen angemeldet, entsteht ein Reisevertrag auch mit dem Anmeldenden, der für die eingegangenen Pflichten einzustehen hat.

3) Zahlung

Mit Zugang der Anmeldebestätigung beim Teilnehmer/ bei der Teilnehmerin/ bei der gesetzlichen Vertretung kann eine Anzahlung gefordert werden. Die Anzahlung wird auf die Reisekosten angerechnet. Soweit keine andere Vereinbarung getroffen ist, ist die Restzahlung 3 Wochen vor Reisebeginn zahlungsfällig; gleichzeitig werden die Reiseunterlagen ausgehändigt. Anzahlung oder Zahlung erfolgt gegen Aushändigung eines Sicherungsscheines im Sinne von § 651 k Abs.3 BGB. Ohne vollständige Bezahlung der Reisekosten besteht kein Anspruch auf Inanspruchnahme der Leistung.

4) Absage der Reise

Der ADFC kann bei Nichterreichen einer in der Ausschreibung genannten Mindestteilnehmerzahl vom Reisevertrag zurücktreten. Für diesen Fall ist er verpflichtet, den Teilnehmenden die Absage der Reise unverzüglich zu erklären, wenn feststeht, dass die Reise wegen Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl nicht durchgeführt wird. Eine Absage später als 3 Wochen vor Beginn der Reise ist nicht zulässig. Die eingezahlten Beträge werden in voller Höhe zurückgestellt; weitere Ansprüche bestehen nicht.

5) Halbes Doppelzimmer

Wenn zum Zeitpunkt einer halben Doppelzimmerbuchung noch kein weiterer Zimmerpartner oder keine weitere Zimmerpartnerin gebucht hat, teilt der ADFC dies auf der Anmeldebestätigung mit. Sollte sich kein Zimmerpartner/keine Zimmerpartnerin finden oder sollte der gebuchte Zimmerpartner/die Zimmerpartnerin von Reiseantritt stornieren oder umbuchen, erhält der Reisende/die Reisende ein Zimmer zur Alleinebenutzung. Den Einzelzimmerzuschlag übernimmt dann der ADFC.

6) Preisänderungen

Der ADFC behält sich vor, die ausgeschriebenen und mit der Buchung bestätigten Preise im Falle der Erhö-

hung der Beförderungskosten oder der Abgaben für bestimmte Leistungen oder einer Änderung der für die betreffende Reise geltenden Wechselkurse in dem Umfang zu ändern, wie sich die Erhöhung der Beförderungskosten oder Abgaben für bestimmte Leistungen pro Person bzw. pro Sitzplatz auf den Reisebetrag erweisen, sofern zwischen Vertragsschluss und vereinbartem Reise-termin mehr als 4 Monate liegen. Im Falle einer nachträglichen Änderung der Reisekosten werden die Teilnehmenden unverzüglich, spätestens jedoch 21 Tage vor Reiseantritt, in Kenntnis gesetzt. Nach diesem Zeitpunkt sind Preiserhöhungen nicht mehr zulässig. Falls Preiserhöhungen 5 % des Reisebetrags übersteigen, ist der Teilnehmer/die Teilnehmende berechtigt, ohne Gebühren vom Reisevertrag zurückzutreten. Tritt der Teilnehmer/die Teilnehmerin vom Reisevertrag zurück, erhält er an den ADFC bereits geleistete Zahlungen unverzüglich voll erstattet. Es besteht ein Recht auf eine Ersatzreise im Rahmen des § 651 a IV BGB.

7) Rücktritt

Der Teilnehmer/die Teilnehmerin kann bis zum Beginn der Reise jederzeit durch schriftliche Erklärung vom Vertrag zurücktreten. Im Falle des Rücktritts durch den Teilnehmer/die Teilnehmerin steht dem ADFC, unter Berücksichtigung gewöhnlich ersparter Aufwendungen und die möglicherweise anderweitige Verwendung der Reiseleistungen, folgende pauschale Entschädigung zu: Bis zum 45. Tag vor Reisebeginn: Erstattung des bis dahin gezahlten Preises abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 30 € vom 44. - 31. Tag vor Reisebeginn 30 % vom 30. - 21. Tag vor Reisebeginn 40 % vom 20. - 11. Tag vor Reisebeginn 50 % und vom 10. Tag vor Reisebeginn 90 % des Reisebetrags. Der Nachweis, dass dem Veranstalter in Zusammenhang mit dem Rücktritt oder Nichtantritt der Reise keine oder geringere Kosten entstanden sind als die genannten Pauschalen, bleibt dem Teilnehmer/die Teilnehmerin unbenommen. Bei Umbuchungen berechnet der ADFC eine Bearbeitungsgebühr von 30 €. Der ADFC empfiehlt, mit der Buchung eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen.

8) Nicht in Anspruch genommene Leistungen

Verzichtet der/die Reisende auf ordnungsgemäß angebotene einzelne Reiseleistungen, so hat er/sie keinen Anspruch auf anteilige Erstattung des Reisepreises.

9) Kündigung

Der ADFC kann den Reisevertrag ohne Einhaltung einer Frist kündigen, wenn der Teilnehmer/die Teilnehmerin die Durchführung der Reise unverachtet einer Abmahnung des ADFC bzw. der von ihm eingesetzten Reiseleitung nachhaltig stört oder wenn er/sie sich in solchem Maß vertragswidrig verhält, dass die sofortige Aufhebung des Vertrags gerechtfertigt ist. Kündigt der ADFC, so behält er den Anspruch auf den Reisebetrag, er muss sich jedoch den Wert der ersparten Aufwendungen sowie diejenigen Vorteile anrechnen lassen, die er aus einer an-derzeitigen Verwendung der nicht in Anspruch genommenen Leistung erlangt, einschließlich der von den Leistungsträgern gutgebrachten Beträge. Die vom ADFC eingesetzte Reiseleitung ist ausdrücklich bevollmächtigt, dessen Interessen in diesen Fällen wahrzunehmen.

10) Haftung, Ansprüche, Verjährung

Die Haftung des ADFC für Schäden, die nicht Körperschäden sind, ist auf den dreifachen Reisepreis beschränkt, soweit ein Schaden des Teilnehmers/der Teilnehmerin vom ADFC wieder vorsätzlich noch grob fahrlässig herbeigeführt wurde oder soweit der ADFC für einen dem Teilnehmer/die Teilnehmerin entstehenden Schaden allein wegen eines Verschuldens eines Leistungsträgers verantwortlich ist. Für alle gegen ihn gerichteten Schadenersatzansprüche aus unerlaubter Handlung, die nicht auf Vorsatz oder grober Fahrlässig-

heitigkeit beruhen, haftet der ADFC bei Sachschäden bis 4.100 EUR. Übersteigt der dreifache Reisepreis diese Summe, ist die Haftung für Sachschäden auf die Höhe des dreifachen Reisepreises beschränkt (Haftungshöchstsumme jeweils je Reiseteilnehmerin und Reise). Ansprüche wegen Mängeln der Reise können nur dann geltend gemacht werden, wenn diese Mängel unverzüglich beim ADFC oder der Reiseleitung angezeigt werden, es sei denn, die Anzeige ist dem Teilnehmer/der Teilnehmerin unmöglich. Der ADFC hat das Recht, innerhalb angemessener Frist den Mangel abzuheften. Dies findet keine Anwendung, wenn Abhilfe unmöglich ist oder verweigert wird. Mängelanzeigen sind zu richten: ADFC Landesverband Bremen e.V. Bahnhofsplatz 14a, 28195 Bremen. Tel. 0421 5177882-0, Fax 0421 5177882-5

Haftungseinschränkungen oder -ausschlüsse, die auf internationalem Übereinkommen beruhen und die ein vom ADFC beauftragter Leistungs-träger anwendet, finden auch im Rahmen des Reisevertrags Anwendung. Ansprüche aus Reisemängeln sind innerhalb eines Mo-nats nach Ende der Reise anzumelden. Sie verjähren ein Jahr nach Beendigung der Reise. Diese Fristen gelten nicht für deliktische Ansprüche. Radwanderungen erfordern mehr Einsatz als eine herkömmliche Pauschalreise; es obliegt deshalb dem Teilnehmer/der Teilnehmerin zu klären oder klären zu lassen, ob er/sie den gesundheitlichen Anforderungen einer solchen Reise gewachsen ist. Vorausgesetzt wird, dass die Teilnehmenden ihr Rad im Straßenverkehr oder auf Feldwegen sowie bei jeder Witterung beherrschen können. Sie sind selbst verantwortlich für die Einhaltung gesetzlicher Regelungen und haften für Schäden gegenüber Dritten oder anderen Teilnehmenden nach gesetzlichen Vorschriften. Eine Haftung für Personen- oder Sachschäden durch den ADFC wird insoweit ausgeschlossen.

11) Pass-, Visa-, Devisen-, Zoll- und Gesundheitsbestimmungen

Der Teilnehmer/die Teilnehmerin ist für die Einhaltung der für die Reise geltenden Bestimmungen selbst verantwortlich. Alle Kosten und Nachteile, die aus der Nichtbeachtung solcher Vorschriften erwachsen, gehen zu seinen Lasten, auch wenn diese Vorschriften nach Vertragsschluss geändert werden sollten. Der ADFC wird die Teilnehmenden im Rahmen seiner Möglichkeiten über wichtige Ände-rungen der in der Ausschreibung wiedergegebenen allgemeinen Vorschriften vor Reiseantritt informieren.

12) Sonstige Bestimmungen

Mit der Anmeldung erklären sich Teilnehmende und gesetzliche Vertretung damit einverstanden, dass die Daten entsprechend dem Bundesdatenschutzgesetz gespeichert werden. Leistungs- und Erfüllungsort für die Reise ist Bremen.

13) Salvatorische Klausel

Sollte sich eine Bestimmung dieses Vertrages als rechtlich unwirksam erweisen, so wird dadurch die Gültigkeit des Vertrages selbst nicht berührt.

14) Geschäftsbedingungen für die Vermittlung von Reisen

Für Reisen anderer Veranstalter tritt der ADFC lediglich als Vermittler auf. Trotz sorgfältiger Auswahl dieser Fremdveranstalter kann der ADFC insoweit keine Haftung übernehmen. Ein Reisevertrag kommt ausschließlich zwischen dem Teilnehmer/der Teilnehmerin und dem Reiseveranstalter zustande. Auf diesen sind die Reisebedingungen der Fremdveranstalter anzuwenden, die dem ADFC vorliegen und dort eingesehen werden können. In den Leistungsbeschreibungen der Reisen wird jeweils erläutert, ob der ADFC oder ein Dritter die Reise veranstaltet.

(Stand Januar 2017)

ADFC-SERVICE & ADFC-TREFFPUNKTE

Fahrradcodierung

Bremen. 1. und 3. Samstag im Monat, 10-12 Uhr, Personalausweis + Eigentumsnachweis erforderlich, Kosten für Gravur: 15 Euro, Klebe-codierung 8 Euro, ADFC und AOK Mitglieder zahlen 6 bzw. 3 Euro. Außerdem: Ermäßigung bei mehreren Rädern mit der gleichen Adresse.

Oldenburg.

4. Samstag im Monat, 10-12 Uhr, Personalausweis + Eigentumsnachweis erforderlich, Kosten: 15 Euro, alle Räder einer Familie 25 Euro. Für Inhaber des Oldenburg Passes gibt es einen Rabatt von 75%, ADFC-Mitglieder und Teilnehmer der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ erhalten sie kostenlos.

ADFC-Infoladen im Umwelthaus, PFL/Hintereingang, Peterstraße 3, 26121 Oldenburg. Tel. 0441 - 137 81 www.adfc-oldenburg.de

Fahrradmärkte

Bremen. Von April bis Oktober: 1. Samstag im Monat, 9-13 Uhr, Personalausweis erforderlich, 2 Euro Gebühr pro Rad.

Radfahrer-Sprechstunde

Bremen. 1. Dienstag im Monat, 17-18 Uhr: Der Arbeitskreis Verkehr beantwortet Fragen zum Radfahren im Alltag.

ADFC-Infotreff

Bremen. Donnerstag, 6. April 2017, 18 Uhr. ADFC-Treff „Jan-Tebbe“ in der Radstation, Bahnhofsplatz 14a/ Eingang Beim Handelsmuseum. Alles über den ADFC und was Radfahrer/innen sonst noch bewegt. Eingeladen sind Neumitglieder und Interessierte. Ebenfalls empfehlenswert für Neumitglieder: ADFC-Touren für Neubürger. www.radtouren-bremen.de

ADFC-Stammtische

Für Mitglieder, Freunde und Interessierte:

Bremen-Vegesack: 1. Donnerstag im Monat, 19 Uhr, Gustav-Heinemann-Bürgerhaus, Raum E3, Kontakt: Jürgen Bösche 0421 - 67 19 14 www.adfc-bremen.de

Bremerhaven:

1. Mittwoch im Monat, 19 Uhr, EineWeltZentrum, Neue Str. 5, 27576 Bremerhaven Kontakt: Knut Müller Tel. 04740 - 13 63

ADFC-Monatstreff

Achim. Für Mitglieder und Interessierte, 1. Montag im Monat, 18.30 Uhr im KASCH, Bergstraße 2, 28832 Achim, Kontakt: Willi von der Höhe, Tel.: 04202 - 37 85, E-Mail: willi.v.d.hoehe@adfc-verden.de

Osterholz-Scharmbeck.

In der Regel am letzten Montag in jedem 2. Monat, 20 Uhr, Vereinsheim des SV Komet Pennigbüttel, Im Hof 3, 27711 Osterholz-Scharmbeck,

Kontakt: Jörg Kappmeyer, Tel. 04791 - 54 29, joerg.kappmeyer@adfc-osterholz.de

ADFC-Kurse und Seminare

Fr. 31. März. bis So. 2. April

Wie leite ich eine Radtour?

Ausbildung zum/zur ADFC-Radtourenleiter/in – eigenverantwortlich für den ADFC geführte Radtouren ausarbeiten, organisieren und durchführen.

Ort: Stadtteilfarm Huchting, Am Sodenmatt 15, 28259 Bremen.

Kontakt: Markus Hübner, Tel. 0421 - 51 77 88 20, Heinz Grevenstette, 0421 - 65 32 34, www.adfc-bremen.de / Touren / Seminare für Tourenleiter.

Ort für ADFC Bremen-Termine:

ADFC-Radstation, Bahnhofsplatz 14a, Tel. 0421 - 51 77 88 2-0 www.adfc-bremen.de info@adfc-bremen.de

Kurse mit der VHS Bremen

Samstag, 1. April Die Kettenwicklung

Funktion, Wartung, Pflege, Ver-schleiß. In diesem Kurs dreht sich alles um die Kettenwicklung: Wie stellt man die Schaltung richtig ein (Umwerfer und Schaltwerk)? Wann und wie muss der Zahnräder/Kettenblatt gewechselt werden? Ist die Kette noch gut oder schon verschlissen und wie erkenne ich das, um effizient fahren zu können? Wie bediene ich die Schalthebel richtig? Alle diese und weitere Fragen werden praxisnah beantwortet. Kursnummer: 79-865-S Gebühren: 23 Euro.

Samstag, 2. April Radpanne – was nun?

Die Luft ist raus und Hilfe nicht in Sicht. Kein Problem, selbst ist die Frau oder der Mann. In diesem Kurs wird gezeigt, wie man richtig vorgeht: d.h. Reifenmantel demonstriert, Löcher im Schlauch sucht, Flickzeug anwendet und alles wieder an das Rad bekommt. Weiterhin werden Tipps zur Pannen-vermeidung gegeben und was man im Falle eines Falles unterwegs so braucht. Kursnummer: 79-864-S Gebühren: 23 Euro.

Die Kurse dauern von 10 bis 16 Uhr und die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt. Bitte eignes Fahrrad mitbringen.

Ort: Allgemeine Berufsschule (ABS), Theodor-Billroth-Str. 7, 28277 Bremen.

Anmeldung bitte direkt bei der **VHS, Tel. 0421 - 361-123 45, www.vhs-bremen.de**

Infos bei ADFC-Kursleiter Uwe Keller, Tel. (0421) 528 81 45

FÖRDERMITGLIEDER DEN ADFC FÖRDERN...

... in Bremen

Fahrradhandel:

- **ADFC Radstation Bremen GmbH** Bahnhofsplatz 14 a, 28195 Bremen, 0421 - 51 77 88 22
- **BARTELS GmbH** Oberneulander Landstr. 39, 28355 Bremen, 0421 - 25 91 36
- **Blaukopp Inh. Ingo Bartau**, Gevekohstr. 14, 28213 Bremen, 0421 - 21 62 66
- **conRAD Fahrräder in Findorff** Hemmstr. 124, 28215 Bremen, 0421 - 620 38 08
- **DALLADAS Räder & Service** Friedrich-Ebert-Str. 142, 28201 Bremen, 0421 - 557 86 99
- **Fahrrad-Studio Büsselmann** Karl-Marx-Str. 168 C, 28279 Bremen 0421 - 83 25 84
- **FREYRad** Am Schwarzen Meer 143, 28205 Bremen, 0421 - 494 07 71
- **Max Weigl Ihr Zweiradspezialist** Holsteiner Str. 123, 28219 Bremen, 0421 - 38 12 15
- **radschlag Fahrradhandel GmbH** Humboldtstr. 16, 28203 Bremen, 0421 - 70 41 05
- **Velo-Sport** Ihr Radsporthaus GmbH, Martinstr. 30-32, 28195 Bremen
- **Zweirad-Center H.-P. Jakst GmbH** Davoser Str. 67/69, 28325 Bremen
- **Zweirad-Fachmarkt Dutschke** Waller Ring 141, 28219 Bremen
- **Zweiradmarkt Huchting** Kirchhuchtinger Landstr. 36, 28259 Bremen, 0421 - 579 92 93

Fahrradkuriere:

- **Fahrrad-Express** Bohnenstr. 7, 28203 Bremen, 0421 - 70 70 27

Gastronomie:

- **Gaststätte Dammsiel** Niederblockland 32, 28357 Bremen, 0421 - 64 07 33

Handels-Dienstleistungen:

- **Leasing eBike Baron** Trademarketing Sales GmbH, Hafenstr. 55, 28217 Bremen, 0421 - 146 29 91 24

Hostels & Hotels:

- **Die JugendHerbergen gGmbH** Wolmershäuser Allee 8, 28199 Bremen, 0421 - 598 30-12
- **Hotel Westfalia** Friedrich Vette & Sohn GmbH, Langemarckstrasse 38-52, 28199 Bremen, 0421 - 590 20

Messe:

- **Messe Bremen & ÖVB Arena** WFB Wirtschaftsförderung Bremen GmbH, Findorffstr. 101, 28215 Bremen, 0421 - 350 5-0

Öffentliche Verkehrsmittel:

- **Bremer Straßenbahn AG** Flughafendamm 12, 28199 Bremen, 0421 - 55 96-200

Outdoor-Ausrüster:

- **Unterwegs Trekking und mehr GmbH** Domshof 14-15, 28195 Bremen, 0421 - 336 55 23

Planungsbüro:

- **Plan A - Verkehrsplanungsbüro** August-Hagedorn-Allee 61, 28279 Bremen, 0421 - 494 06 43

Prozessbegleitung & Tagungshaus:

- **besser wie gut GmbH** Upper Borg 147, 28357 Bremen, 0421 - 27 58 40

Rechtsanwalt:

- **Herrn Dr. Andreas Reich** Hollerallee 67, 28209 Bremen

... im Landkreis Osterholz

- **Fahrradladen Worpswede** Findorffstraße 28, 27726 Worpswede, 04792-23 23
- **Zweirad Heiko Wellbrock** Bahnhofstr. 80, 27711 Osterholz-Scharmbeck, 04791-5 76 68
- **wiegetritt, Inh. Matthias Böcker** Hauptstraße 86, 28865 Lilienthal, 04298-41 70 61

... im Landkreis Verden

- **Fahrradhändler Fahrradies** Bremer Str. 102a, 28832 Achim, 04202-8 48 50
- **Akzent Hotel Höltje** Obere Str. 13-17, 27283 Verden, 04231-8 92-0
- **Mittelweser-Touristik GmbH**, **Tourist-Information Achim** Obernstraße 38, 28832 Achim, 04202-29 49

Ab 110 Euro pro Jahr unterstützen ADFC-Fördermitglieder die Interessenvertretung der Radfahrenden und werben gleichzeitig für sich.

Infos erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle
0421-51 77 88 20
info@adfc-bremen.de

Mitgliedervorteile auf einen Blick

9€

30€

Sie sparen bei **nextbike**
9 Euro im RadCard-Tarif.

ENTEGA schenkt Ihnen im ersten Jahr zusätzlich zur Neukunden-prämie 3 Monate den Grundpreis für Ökostrom (24 Euro) und Klimaneutrales Erdgas (30 Euro).

11%

Über 11 % sparen Sie bei Produkten der **BIKE-Assekuranz** sowie speziellen Versicherungsweiterungen. Außerdem erhalten Sie als Mitglied Rabatte auf weitere Versicherungen.

5%

Bei **Flinkster**, dem Carsharing der Bahn, erhalten Sie 5 % Rabatt und sparen bis zu 50 Euro bei der Anmeldung.

10€

Bei **Call a Bike** sparen Sie 10 Euro bei der Jahresgebühr, als BahnCard-Kunde können Sie zwei Fahrräder ausleihen.

15€

Als ADFC-Neumitglied erhalten Sie 15 Euro Ermäßigung auf die **VSF-Wartung**.

24 h

ADFC-Pannenhilfe: Über die 24h-Service-Hotline erhalten Sie im Pannenfall unkompliziert Hilfe, damit Sie Ihre Fahrradtour innerhalb Deutschlands schnell forsetzen können.

25€

Auf ausgewählte Radreiseangebote im „**Radurlaub**“ bieten Ihnen viele Reiseveranstalter 25 Euro Rabatt. Die Reiseziele reichen von Deutschland über Europa in die weite Welt.

PLUS

Alle Vorteile und
Konditionen auf
www.adfc.de





Bradford.
Live is easy.
#lovemybike



TWEED RIDE 2017

14. Mai 2017 ab 13 Uhr
Kloster Bentlage, Rheine

www.tweedride-rheine.de