



wir haben Lust auf Frühling, Radtouren und etwas Romantik – schließlich ist heute ja Valentinstag! Statt Blumen und Pralinen: Wir zeigten, wo es romantische Radtouren gibt und wie auch das Fahrrad mit Liebe umsorgt werden kann. Die Sonne geht gegen 17:18 Uhr unter – vielleicht reicht's noch für eine kleine Tour?

Damit es nicht allzu rosarot wird: Der ADFC hat mit dem Fahrradland-Plus nicht nur seine Vision, sondern auch seine Erwartungen an die nächste Bundesregierung formuliert. In den Wahlprogrammen der Parteien spielt das Fahrrad kaum eine Rolle, deshalb wird der ADFC alles versuchen, dass es im Koalitionsvertrag auftaucht. Und in unserem Interview geht es um intermodale Mobilität und wie sich das anfühlen könnte, wenn das Land hier vorankäme.

Viel Spaß mit unserem Newsletter!  
Alexandra Kirsch  
Chefredakteurin ADFC-Medien

### DAS SIND DIESMAL DIE THEMEN

- ➔ **Plan für die nächste Bundesregierung**  
Vision Fahrradland-Plus
- ➔ **Rundum positiv und entspannt**  
Nachgefragt bei Radverkehrsprofessor Dr. Christian Rudolph
- ➔ **Ich hab ein Date mit meinem Fahrrad!**  
Fahrradcheck im Frühling
- ➔ **Tiefe Temperaturen und dunkle Wälder**  
Projekt MTB-Marathon
- ➔ **Deutschland per Rad entdecken**  
Radurlaubsplaner neu erschienen
- ➔ **Liebe geht durch die Pedale**  
Radtouren und Tipps zum Valentinstag

### Vision Fahrradland-Plus

#### PLAN FÜR DIE NÄCHSTE BUNDESREGIERUNG



Der ADFC fordert ein leistungsfähiges Mobilitätssystem, das für alle sicher, gesund, klimafreundlich und bezahlbar ist. Dazu gehören ein lückenloses Radnetz, ein Infrastrukturfonds und ein Umsetzungsvertrag fürs Fahrradland-Plus in Deutschland. Das Land braucht ein leistungsfähiges Mobilitätssystem, das den Bedürfnissen aller Menschen gerecht wird und gleichzeitig den Verkehrssektor bis 2045 klimaneutral macht. Effiziente Mobilität und einfache Erreichbarkeit sind zentral für Wettbewerbsfähigkeit, wirtschaftlichen Erfolg, Beschäftigung, Wohlstand und soziale Teilhabe.

[Mehr zum Fahrradland-Plus](#)

### Nachgefragt bei Radverkehrsprofessor Dr. Christian Rudolph

#### RUNDUM POSITIV UND ENTSPANNT



Dr. Christian Rudolph leitet die vom Bundesverkehrsministerium finanzierte Stiftungsprofessur „Radverkehr in intermodalen Verkehrsnetzen“ an der Technischen Hochschule Wildau in Brandenburg. Wir haben bei ihm nachgefragt, was nötig ist, damit Radfahrer:innen im Alltag reibungslos von einem Verkehrsmittel auf das andere umsteigen können und welches Lebensgefühl sich mit dieser Art der Mobilität einstellen könnte.

**Wie sieht die Lage in Deutschland für Menschen aus, die intermodal unterwegs sein wollen – die also für eine Strecke mehrere unterschiedliche Verkehrsmittel nutzen möchten?**

An meinem Lehrstuhl „Radverkehr in intermodalen Verkehrsnetzen“ befassen wir uns unter anderem mit der Frage, wie die Nutzung des Fahrrads im Zusammenspiel mit dem öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) gestärkt werden kann. Es gibt mehrere Möglichkeiten, wie man diese Verkehrsmittel intermodal nutzen kann. Einmal, indem ich mein Fahrrad am Bahnhof oder an einer Haltestelle abstelle und dann mit Bus und Bahn weiterfahre. Oder auch, indem ich das Fahrrad mitnehme und am Zielort damit weiterfahre. Eine andere Möglichkeit ist, am Zielort ein Bike-Sharing-System zu nutzen oder einfach zu Fuß zu gehen.

Die Lage für Radfahrende ist diesbezüglich in Deutschland standortabhängig sehr unterschiedlich. In den Großstädten gibt es mittlerweile meist sogar verschiedene Bike-Sharing-Angebote. Auf dem Land eher nicht.

**Sind Fahrrad-Sharing-Systeme im ländlichen Raum aufgrund der weiteren Strecken und geringeren Nachfrage überhaupt sinnvoll?**

Jede Fahrt, die mit einem E-Bike, einem Scooter, einem normalen Fahrrad oder einem Elektroauto statt eines Verbrenner-Pkws durchgeführt wird, ist ökologisch und volkswirtschaftlich sinnvoll. Das Problem ist, dass sich Fahrrad-Sharing-Systeme auf dem Land tatsächlich für private Anbieter nicht rechnen. Man könnte sie aber in den öffentlichen Verkehr noch besser integrieren – auch tariflich. Perspektivisch gewinnen die Verkehrsbetriebe auf diese Art mehr Radfahrer:innen und damit auch mehr Kunden, was sich positiv auf die Ticketverkäufe für den ÖPNV auswirken kann. Für einige Kommunen könnte sich das aus meiner Sicht langfristig rentieren.

**Was sind die wichtigsten Projekte, die angegangen werden müssten, damit sich die Situation für den intermodalen Verkehr verbessert?**

Wirklich zentral ist: Die Menschen müssen sicher mit dem Fahrrad zum Bahnhof kommen können. Die Fahrradwege vom Wohnort zum Bahnhof und das Fahrradnetz insgesamt müssen gut ausgebaut sein, sodass die Menschen sich beim Fahren zum oder vom Bahnhof weg sicher fühlen. Das ist derzeit nicht gegeben. Oft gibt es gar keine Radwege oder sie sind veraltet. Radschnellwege können zusätzlich eine interessante Option für längere Distanzen darstellen.

Zudem braucht es gute Abstellanlagen an allen Bahnhöfen, überdacht, hell und freundlich, mit guten Sichtachsen, damit sich jeder sicher fühlt. Die Vermeidung von Angsträumen ist hier oberstes Gebot. Es muss zudem ausreichend viel Platz für Lastenräder und Räder mit Kinderanhänger und Kindersitzen vorgesehen werden. Funktionierende Aufzüge an Bahnhöfen, die auch groß genug sind für Fahrräder. Für eine reibungslose Reisekette sind darüber hinaus gute Reiseinformationssysteme notwendig. Radfahrer:innen müssen wissen, wo das Fahrradabteil am Gleis halten wird, ob ich noch einen Platz im Fahrradabteil bekomme, ob ich das Fahrrad überhaupt mitnehmen darf und so weiter.

**Wie sieht es mit der Fahrradmitnahme in den Zügen aus?**

In Deutschland ist die Fahrradmitnahme in den meisten Zügen erlaubt, teilweise nur mit Reservierung, teilweise kostenpflichtig, teilweise nur außerhalb der Hauptverkehrszeiten. Sind die Züge an Wochentagen überfüllt, entstehen hier schnell Konflikte zwischen den Reisenden mit und ohne Fahrrad. Auch an langen Wochenenden im Frühling und Sommer entsteht oft in Regionalzügen auf touristischen Strecken Chaos, wenn die Fahrradabteile überfüllt sind. Hier ist intelligentes Zugdesign gefragt! Allerdings sind hierfür die Ausschreibungs- und Zulassungszyklen sehr lang.

**Wie kann man in Deutschland politische Entscheider:innen überzeugen, in intermodale Verkehrswege zu investieren?**

Das Ziel der Sache ist ja, mehr Menschen zur Nutzung des Umweltverbunds zu bewegen – also des ÖPNVs, des Fahrrads oder des Zufußgehens. Damit ist nicht nur der Umwelt geholfen, sondern auch der Wirtschaft. Eine höhere Nutzung des Umweltverbunds bedeutet weniger Autos auf den Straßen und damit mehr Platz für den Wirtschaftsverkehr, für Busse, Säuberungsdienste, Rettungsfahrzeuge, die Polizei und für die Menschen, die wirklich aufs Auto angewiesen sind. Die Staus in unseren Städten verursachen große volkswirtschaftliche Verluste – sowohl für die wirtschaftlich agierenden Unternehmen, die im Stau stehen, als auch für Personen, die nicht arbeiten können, weil sie auf dem Arbeitsweg im Verkehr feststecken. Auch die geringere Schadstoff- und CO2-Belastung und der geringere Flächen- und Ressourcenverbrauch des Umweltverbunds wirken sich positiv auf die Volkswirtschaft aus. Eine Studie aus Schweden und den USA hat gezeigt, dass jeder gefahrene Kilometer mit dem Auto der Volkswirtschaft Kosten aufbringt und jeder Kilometer, der mit dem Fahrrad zurückgelegt wird, der Gesellschaft ein paar Cent zurückgibt. Es sollte politisches Entscheiden also ein ökonomischer Ansporn sein, in die Fahrradinfrastruktur und den intermodalen Verkehr zu investieren.

**Wie würde sich die Mobilität für Menschen in Deutschland anfühlen, wenn die Radverkehrswege und der intermodale Verkehr gut ausgebaut wären und alle Schnittstellen reibungslos funktionieren würden?**

Rundum positiv und entspannt. Also das genaue Gegenteil von dem, wie sich aktuell das Teilnehmen am Straßenverkehr oder auch am öffentlichen Verkehr anfühlt. Wird in Deutschland der Verkehr wie beschrieben ausgebaut, werden Schüler:innen auf dem Weg zur Schule auf dem Rad mit ihren Freund:innen plaudern, sie empfinden den Schulweg als Bereicherung, nicht als Bürde. Pendler:innen können nach einer sicheren und zügigen Fahrt auf einem Radschnellweg ihre Fahrräder am Bahnhof unkompliziert und sicher abstellen. Sie zielen durch eine gute Taklung des öffentlichen Verkehrs mit geringer Wartezeit an ihren Zielbahnhof. Dort steigen sie auf schicke, vom ÖPNV-Abgobendeckelte Leihräder und erreichen auf gut ausgebauten Radwegen ohne Stau und Hektik ihren Arbeitsplatz. Eine solche Mobilität fühlt sich – egal ob auf dem Rad oder in Bus und Bahn – einfach gut an. Und sie macht Freude.

[Zum vollständigen Interview](#)

### Junger ADFC wird gegründet

Am 26. April von 16 bis 18 Uhr tagt zum ersten Mal die ADFC-Bundesjugendversammlung. Du bist zwischen 10 und 26 Jahre alt? Das ist deine Chance, bei der Gründung des Jungen ADFC dabei zu sein und die Jugendorganisation des ADFC mitzugestalten. Du kannst über die Schwerpunkte der Aktivitäten mitbestimmen und deine demokratischen Rechte ausüben, indem du den Bundesjugendvorstand wählst, der dich vertritt.

Die Bundesjugendversammlung findet im Rahmen des ADFC-Jugendforums statt, zu dem sich vom 26. bis 27. April 2025 rund 80 junge Menschen zwischen 16 und 26 Jahren treffen. Wer nicht beim ADFC-Jugendforum dabei ist, kann online an der Bundesjugendversammlung teilnehmen.

[Mehr Infos und Anmeldung](#)

### Fahrradcheck im Frühling

#### ICH HABE EIN DATE MIT MEINEM RAD!



Der Valentinstag ist natürlich ein guter Anlass, um an die große Liebe zu denken und für deren Wohlbefinden zu sorgen. Wir haben unsere Wellness-Tipps fürs Rad aktualisiert und zeigen, was man dem Liebling Fahrrad Gutes tun kann. In fünf Schritten wird das Fahrrad fit für den Frühling.

Wenn bei der Kontrolle klar wird, es muss mehr gemacht werden, sollte ein Termin in einer Fahrradwerkstatt vereinbart werden.

Tipp: Frühzeitig Termin mit der Werkstatt vereinbaren, denn im Frühjahr haben die Werkstätten viel zu tun.

[Zum Fahrrad-Check](#)

### Projekt MTB-Marathon

#### TIEFE TEMPERATUREN UND DUNKLE WÄLDER



Die niedrigen Temperaturen zwingen den Radfahrer häufig auf den Heimtrainer. Dennoch sammelt er auch draußen weiter fleißig Kilometer, lernt Rad und Teile kennen. Frisch montiert: ergonomische Lenkergriffe. Und der Wettkampf steht jetzt fest, auf den hingearbeitet wird – er findet in einem dunklen Wald in Sachsen statt.

[Zum Projekt MTB-Marathon](#)

### Radurlaubsplaner neu erschienen

#### DEUTSCHLAND PER RAD ENTDECKEN



Der beliebte Radurlaubsplaner „Deutschland per Rad entdecken“ zeigt, wie vielfältig Deutschland für Radreisen und Tagesstouren ist. Das aktuelle Heft stellt 30 Radrouten, fünf Radregionen und drei Bundesländer vor. Außerdem: Tipps zur Radreiseplanung, auch mit Kindern.

ADFC-Mitglieder erhalten den Planer mit dem ADFC-Mitglieder-Magazin Radwelt Anfang März. Es gibt ihn auch als **E-Paper**, zudem sind alle Inhalte auch auf der **radtouristischen Internetseite** zu finden.

[Zum E-Paper](#)

### Radtouren und Tipps zum Valentinstag

#### LIEBE GEHT DURCH DIE PEDALE



Pralinen und Restaurantbesuche sind nicht alles – wie wäre es am Valentinstag mit einer romantischen Radtour zu zweit? Von der Nordsee bis zu den Alpen laden Radrouten ein, gemeinsame Momente zu schaffen: Von der Romantischen Straße im Süden bis zur „Alten Liebe“ an der Nordseeküste.

Wie wäre es mit einer Tandemtour? Die „Beziehungsarbeit“ ist gut für das interne Teambuilding. Und wer eine Begleitung für gemeinsame Touren sucht, kann in der **ADFC-Mitradelzentrale** fündig werden.

[Zu den Valentinstipps](#)

### AKTUELLE TERMINE

**19. bis 23. Februar**  
**F.R.E.E REISE- UND FREIZEITMESSE**  
Die f.r.e.e ist Bayerns größte Reise- und Freizeitmesse. Campen, Radfahren, Paddeln, Wandern: Infos und Zuhörerbildung sind hier reichlich. Der ADFC Bayern ist auch vor Ort und verleiht hier das **Geldene Pedal**. Mit dem Preis zeichnet er kreative und innovative Projekte aus, die den Radtourismus in Bayern fördern.

**6. März, 18:30 bis 20 Uhr**  
**ADFC-AKADEMIE: FARRAD UND EMANZIPATION. GESTERN UND HEUTE (für Frauen)**  
Der ADFC lädt Frauen zum Internationalen Frauentag zum Thema „Fahrrad und Emanzipation“ ein. Als Referentinnen sind Rebecca Peters, die ehemalige ADFC-Bundesvorsitzende, und Britta Förster vom Frauennetzwerk ADFC Hessen dabei. Die politische Bundesgeschäftsführerin des ADFC, Dr. Caroline Lodemann, moderiert die Veranstaltung. Sie findet am 6. März von 18:30 bis 20 Uhr im Rahmen der ADFC-Akademie statt.

**25. bis 27. April**  
**ADFC-JUGENDFORUM + ERSTE BUNDESJUGENDVERSAMMLUNG MIT GRÜNDUNG DES JUNGEN ADFC**  
Das ist ein historischer Moment für den ADFC: Mit dem Jungen ADFC erhält der ADFC eine eigene Jugendorganisation. Auf dem Jugendforum vernetzen sich junge Menschen zwischen 16 und 26 Jahren. Auf der Bundesjugendversammlung können ADFC-Mitglieder zwischen 10 und 26 Jahren den Bundesjugendvorstand wählen. Die Veranstaltung tagt am 26. April zwischen 16 und 18 Uhr, hier ist eine digitale Teilnahme möglich.

**Infos und Anmeldung**



**MEHR PLATZ FÜRS RAD!**  
Unterstütze die Fahrrad-Lobby, unterstütze den **adfc**

[Jetzt spenden](#)

### IMPRESSUM



**Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club e. V.**  
gesetzlich vertreten durch Frank Masurat,  
Bundesvorsitzender, Mohrenstraße 69, 10117 Berlin

**Kontakt:**  
ADFC-Chefredaktion  
Alexandra Kirsch (V.i.S.d.P.)  
Mohrenstraße 69, 10117 Berlin

**Fotos:**  
ADFC/Herfort/Deckbar/April Agentur,  
Andreas Lörcher, ADFC/Lehmkühler,  
ADFC/Polina Ilevleva, ADFC,  
iStockphoto.com/Miriam Gimbel

E-Mail: [newsletter@adfc.de](mailto:newsletter@adfc.de)  
Telefon: 030/209 14 98-0

**Beiblen Sie in Kontakt**

[f](#) [t](#) [in](#) [e](#)