



## Presseinformation

8. April 2020, PI 22

### Fahrrad & Pedelec fit für die Saison machen

#### Teil 2: Gut vorbereitet ins Frühjahr – ADAC gibt Tipps für Zuhause

Das Frühjahr hält Einzug und lockt alle nach draußen, aber wegen der derzeitigen Maßnahmen zum Gesundheitsschutz sind Ausflüge mit Freunden, Kurzurlaube mit der Familie oder Treffen mit Gleichgesinnten nicht möglich. Aufgeschoben ist jedoch nicht aufgehoben und Vorbereitungen steigern die Vorfreude. Der ADAC Hessen-Thüringen gibt in den kommenden Tagen und Wochen in einer Serie Tipps, wie sich die Zeit zu Hause am besten für Fahrrad,- Motorrad,- oder Autofahrer nutzen lässt.

Viele Zweiräder haben im Keller oder der Garage auf das Frühjahr gewartet – jetzt ist es soweit: Die ersten Ausfahrten stehen bevor und mit Beginn der Osterferien vielleicht eine längere Fahrrad- oder Pedelectour. Damit Radler sicher ans Ziel kommen, sollten nach einer längeren Standzeit die wichtigsten Funktionen geprüft werden. Das kann leicht selbst durchgeführt werden. Der ADAC Hessen-Thüringen gibt Tipps:

#### Bremsen-Check

Bremsbeläge von Felgen- oder Scheibenbremsen verschleifen bei Gebrauch. Sie sollten in regelmäßigen Abständen erneuert werden. Das gilt bei Felgenbremsen im Übrigen auch für die Felge, da die Felgenwand mit der Zeit abgeschmirgelt wird. Seilzüge sollten auf Rost und sichere Befestigung geprüft werden – selbst bei fest gezogener Bremse darf der Bremshebel nicht am Lenker anliegen. Obwohl wartungsärmer, sollten auch hydraulische Bremsen von Zeit zu Zeit geprüft werden. Bei mechanischen Bremsen sollte man die Züge auf Leichtgängigkeit kontrollieren. Hydraulische Bremsen mit DOT-Flüssigkeit müssen hin und wieder neu befüllt werden. Scheibenbremsen sollten mindestens einmal im Jahr kontrolliert werden. Bremsbeläge sollten spätestens ab einer Reststärke von 0,5 mm getauscht werden, die Scheibenstärke ebenfalls kontrollieren.

#### Reifendruck

Ausreichender Luftdruck sorgt nicht nur für einen geringen Rollwiderstand, sondern schützt auch vor Pannen. Der empfohlene Reifendruck ist auf der Seitenflanke des Reifens vermerkt. Gerade nach längeren Standzeiten verliert das Rad Luft und Mantel und Schlauch können durch die Stauchung beschädigt werden. Auch sollte auf Risse auf der Lauffläche und den Flanken geachtet und der Mantel gegebenenfalls erneuert werden.

**ADAC**  
**Hessen-Thüringen e.V.**

**Unternehmenskommunikation**

Lyoner Straße 22  
60528 Frankfurt  
T +49 69 66 07 85 00  
F +49 69 66 07 85 49

[presse@hth.adac.de](mailto:presse@hth.adac.de)

- > [adac.de/hth](https://adac.de/hth)
- > [facebook](#)
- > [twitter](#)
- > [Instagram](#)
- > [YouTube](#)
- > [Presseportal](#)

### **Beleuchtungs-Check**

Eine einwandfreie Beleuchtung ist zu jeder Jahreszeit Pflicht. Ob dynamo- oder batteriebetrieben – alle Lampen müssen funktionstüchtig sein. Für optimale Sichtbarkeit sorgen zudem die vorgeschriebenen Reflektoren vorne bzw. hinten sowie in den Speichen. Auf der Seitenflanke der Reifen aufgetragene Reflektoren und Pedale mit beidseitig angebrachten Reflektoren können andere Verkehrsteilnehmer gerade bei Dunkelheit frühzeitig erkennen.

### **Frühjahrsputz**

Auch wenn es schnell geht – der ADAC rät davon ab, für die Reinigung des Fahrrads und noch mehr des Pedelecs einen Hochdruckreiniger zu nutzen. Der Wasserdruck spült nicht nur Schmierstoffe aus dem Antrieb, sondern kann auch in die empfindlichen Lager und Kontakte dringen. Daher groben Schmutz zunächst mit einer Bürste entfernen. Im Anschluss die Kette gleichmäßig ölen – dann läuft sie ohne Widerstand und ist vor Rost geschützt.

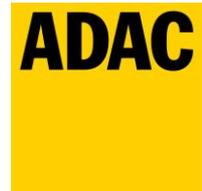
### **Schrauben überprüfen**

Lenker, Sattel, Gepäckträger, Pedale und Schutzbleche müssen fest sitzen. Schrauben können sich im Laufe der Zeit lösen, sie müssen überprüft und gegebenenfalls nachgezogen werden. Vor allem bei Leichtbauteilen gilt es, das vorgeschriebene Drehmoment zu beachten und die Schraube keinesfalls zu fest anzuziehen.

### **Pedelecs**

Bei Rädern mit der praktischen Motorunterstützung sollten Antrieb und Akku auf einwandfreie Funktion hin geprüft werden. Die Kontakte müssen sauber und frei von Schmutz, Fett und Fremdpartikeln sein. Auf keinen Fall sollten diese Bauteile geöffnet oder verändert werden, da es ansonsten zu schwerwiegenden Unfällen kommen kann. Unmittelbar vor der ersten Fahrt sollte der Akku aufgeladen werden.

Fahrrad- und Pedelecfahrer sollten zudem beachten, dass sich Autofahrer zu Beginn der Radsaison noch nicht auf Radfahrer eingestellt haben. Cornelius Blanke, Pressesprecher des ADAC Hessen-Thüringen, erklärt: „Fahrrad- und Pedelecfahrer sind im Straßenverkehr besonders gefährdet. Trotz Helm haben sie keine Knautschzone und werden durch ihre schmale Silhouette leicht übersehen. Gerade Pedelec-Fahrer sollten besondere Vorsicht walten lassen. Ihre Geschwindigkeit wird von anderen Verkehrsteilnehmern oft unterschätzt.“



Ein technisch einwandfreies Fahrrad bzw. Pedelec, helle Funktionsbekleidung, eine Brille sowie festes Schuhwerk, ein geeigneter Fahrradhelm sowie eine vorausschauende Fahrweise sind die besten Voraussetzungen, um sicher in die neue Saison zu starten.

**Pressekontakt**

Oliver Reidegeld

T +49 69 66 07 85 00

[oliver.reidegeld@hth.adac.de](mailto:oliver.reidegeld@hth.adac.de)

*Die Pressestelle des ADAC Hessen-Thüringen arbeitet derzeit aus Gründen des Gesundheitsschutzes weitestgehend von zu Hause aus. Trotzdem sind wir für Sie über die gewohnten Telefonnummern und E-Mail-Adressen erreichbar. Für Interviews, Rechercheanfragen und Kooperationen stehen wir selbstverständlich zur Verfügung.*