

# Presseinformation

11. April 2023, PI 21

## Gut vorbereitet ins Frühjahr mit Fahrrad & Pedelec ADAC Tipps zum Rundumcheck

Viele Zweiräder haben im Keller oder in der Garage auf das Frühjahr gewartet – jetzt ist es so weit: Die erste Ausfahrt steht bevor und in den Osterferien sind vielleicht schon ausgiebige Fahrrad- oder Pedelectouren geplant. Nach längerer Standzeit sollten Radbesitzer zunächst die wichtigsten Funktionen prüfen, um die eigene Sicherheit zu gewährleisten. Der ADAC gibt Tipps zum Rundumcheck für zuhause.

### 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 frei von Rost und sicher befestigt sein – 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.

### Bereifung

Ausreichender Luftdruck sorgt nicht nur für einen geringen Rollwiderstand, sondern schützt auch vor Pannen. Der empfohlene Reifendruck ist auf der Seitenflanke der Reifen vermerkt. Gerade nach längerer Standzeit verliert der Reifen 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.

### Beleuchtung

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 verbessern die eigene Sichtbarkeit für andere Verkehrsteilnehmer.

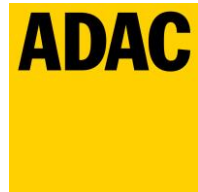
**ADAC**  
**Hessen-Thüringen e.V.**

**Unternehmenskommunikation**

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

**presse@hth.adac.de**

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



### **Frühjahrsputz**

Auch wenn es schnell geht – der ADAC rät davon ab, für die Reinigung des Zweirads einen Hochdruckreiniger zu nutzen. Der Wasserdruck spült nicht nur Schmierstoffe aus dem Antrieb, sondern kann 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.

### **Sonderfall Pedelec**

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. Gerade durch die schmale Silhouette werden sie leicht übersehen. Deshalb sollte sich jeder Radler sichtbar kleiden. Pedelec-Fahrer sollten besondere Vorsicht walten lassen, denn ihre Geschwindigkeit wird von anderen Verkehrsteilnehmern oft unterschätzt.“

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

### **Pressekontakt**

Manuela Simon

T +49 69 66 07 85 08

[manuela.simon@hth.adac.de](mailto:manuela.simon@hth.adac.de)