

Fahrsicherheitstraining Fahrrad & Pedelec



**Pedelec = Fahrrad mit elektrischer Antriebsunterstützung.
Umgangssprachlich als E-Bike bezeichnet.**

Inhalte des Sicherheitstrainings:

Theorie:

- rechtliche Aspekte von Fahrrädern & Pedelecs
- technisches Grundverständnis zu Bauweise, Motor, Akku, Bremsen, Schaltung uvm.
- Verhaltensempfehlungen zur sicheren Teilnahme am Straßenverkehr
- Tipps zum Kauf eines Pedelecs

Praxis:

- Sitzposition und Lenkradhaltung
- Slalom- und Kurvenfahrten
- Gefahrenbremsung
- Fahrparcours

Das Seminar erfolgt unter der Leitung erfahrener Trainer und orientiert sich an den Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates (DVR)

Ziele des Sicherheitstrainings:

- **sichereres Beherrschen des Fahrrads & Pedelecs**
- **rechtzeitiges Erkennen von Gefahrensituationen**
- **angepasste Fahrweise bei unterschiedlichen Bedingungen**
- **technische Grundkenntnisse**

Wer kann teilnehmen?

- **alle interessierten Rad- und Pedelec-fahrende**
- **insbesondere Fahranfänger und Wiedereinsteiger**
- **die Teilnahmegebühr beträgt 20€ pro Person**

Was muss ich zu einem Sicherheitstraining mitbringen?

- **das von mir genutzte Fahrrad / Pedelec**
(vor Ort kann ggf. auf ein Leihrad zurückgegriffen werden)
- **Fahrradhelm**
(Leihhelme gibt es im Bedarfsfall auch vor Ort)
- **radfahrtaugliche Kleidung**

Allgemeine Informationen:

- das Sicherheitstraining dauert ca. 4 Stunden und unterteilt sich in eine theoretische und eine praktische Einheit
- die Teilnahme ist auf maximal 10 Teilnehmende pro Kurs beschränkt
- das Training findet am Stadion von Mainz 05, MEWA-Arena, Eugen-Salomon-Straße 1, 55128 Mainz statt.

Wie kann ich mich anmelden?

Anmeldungen werden vorab via Mail an

fahrrad@verkehrswacht-mainz.de

entgegen genommen.

Die Anmeldungen sollten folgende Informationen enthalten:

- Name, Vorname, Alter, telefonische Erreichbarkeit
- Kursdatum des geplanten Sicherheitstrainings
- eigenes Fahrrad wird mitgebracht? Fahrrad oder Pedelec?
- eigener Helm vorhanden?

Anfahrtsskizze



**Kostenlose Parkmöglichkeiten finden Sie an dem Parkplatz P1
MEWA Arena**

Treffpunkt vor dem Training ist an dem Mainz 05 Fanshop

Kontakt:

Verkehrswacht Mainz e.V.

Mobil: 0172-9812092

fahrrad@verkehrswacht-mainz.de

Die Verkehrswacht Mainz e.V. ist direkter Anbieter von Fahrsicherheitstrainings. Erkundigen Sie sich auch auf

www.verkehrswacht-mainz.de

über die angebotenen Termine des Fahrradsicherheitstrainings oder Scannen sie den QR-Code für weitere Informationen.

Gruppenanmeldungen:

Für interessierte Gruppen, Vereine und Firmen kann ein separates Fahrtraining ab einer Teilnehmerzahl von 6 Personen angeboten werden. Zahlreiche Berufsgenossenschaften bezuschussen unsere Trainingsangebote.

Für Informationen zu aktuellen Themen und Aktionen besuchen sie uns auch auf

www.facebook.com/verkehrswachtmainz



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Verkehr und
digitale Infrastruktur

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

