

Bitte senden an **ADFC e. V.**, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen,
oder per Fax an 0421/346 29 50, oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de

Name _____

Vorname _____ Geburtsjahr _____

Stadte _____

PLZ, Ort _____

Telefon (Angabe freiwillig) _____ Beruf (Angabe freiwillig) _____

E-Mail (Angabe freiwillig) _____

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

Einzelmitglied ab 27 Jahre (56 €) 18-26 Jahre (33 €)
 Familien-/Haushaltsmitgliedschaft ab 27 Jahre (68 €) 18-26 Jahre (33 €)
 Jugendmitglied unter 18 Jahren (15 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

Zusätzliche jährliche Spende: € _____

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Name, Vorname _____ Geburtsjahr _____

Ich erteile dem ADFC hiermit ein **SEPA-Lastschriftmandat** bis auf Widerruf.
 Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADFO0000266847
 Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit

Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzubuchen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseingang wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

KontoinhaberIn _____

D E _____

IBAN _____

BIC _____

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat) _____

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Datum _____ Unterschrift _____



Sprechen Sie mit dem Richtigen über Geld.



www.stadt-sparkasse-haan.de

Weil die Sparkasse nah ist und auf Geldfragen die richtigen Antworten hat.

Stadt-Sparkasse Haan (Rheinl.)



Institut für Gesundheitssport



Ginsterweg 23 • 42781 Haan

Tel.: 02129 / 56 69 95

Mail: institut@theraqua.de

www.theraqua.de

SPEZIALRÄDER

Für mehr Lebensfreude und Mobilität



Wir sind Hase Bikes-Premium-, Pino- und Rehaändler und Van Raam-Kompetenzhändler. Sie finden bei uns eine große Auswahl an Demorädern zum Ausprobieren!

►► **DAS LAND NRW FÖRdert DEN KAUF VON LASTENRÄDERN!** ◀◀



Infos zur Förderhöhe und die Bedingungen finden Sie auf unserer Internet-Seite unter „Aktuelles“. Wir erstellen Ihnen gerne ein Angebot für den Antrag!



Gustav-Mahler-Straße 44
40724 Hilden
Tel. 02103/9 78 41 06
Mobil 0170/2 12 69 30
info@spezialrad-verkauf.de
www.spezialrad-verkauf.de



HAANER FEISENQUELLE
Ein Familienunternehmen seit 1909.



Kurzvorstellung

Die ADFC Ortsgruppe Haan hat sich im Jahr 2015 neu gegründet und hat zurzeit mehr als 100 Mitglieder. Mit diesem Flyer präsentieren wir unser neues Tourenprogramm für 2020 und freuen uns auf Ihre rege Beteiligung. Mitfahren kann jeder, man muss kein ADFC Mitglied sein. In den Wintermonaten treffen wir uns an jedem ersten Dienstag im Monat zum Radlerstammtisch in den „Friedrichstuben bei Sofie“ (Haan).

Unsere Ziele sind:

- Förderung des Radverkehrs durch ein breites Tourenangebot
- Verbesserung der Infrastruktur für Radfahrer und Fußgänger
- Mobilität umweltschonend ohne Auto neu erleben



RADSPORT MATTERN



Westfalenstr. 4 • 42781 Haan
0 21 29 / 37 46 58

Mo. - Fr. 10:00 - 18:30 Uhr • Sa. 9:00 - 14:00 Uhr

Parkplätze direkt vorm Haus!



Tourenprogramm 2020

Ortsgruppe Haan



Allgemeine Hinweise:

In unserem Radtourenprogramm werden viele reizvolle und vom Schwierigkeitsgrad unterschiedliche Touren angeboten.

- * leicht / eben
- ** mittel / leichte Steigungen
- *** schwer / mittlere und starke Steigungen
- **** Mountainbike-Tour, sehr schwer / bergig

Generell ist wegen der Haaner Topographie auch für leichte Touren ein Rad mit mindestens 8 oder mehr Gängen zu empfehlen.

- Die angebotenen Radtouren finden nur bei trockener Witterung statt, Regensichere Kleidung und Flickzeug sollte dennoch mitgeführt werden.
- Der Startpunkt** (wenn nicht anders angegeben) **ist beim Brunnen am Alten Markt (Ecke Kaiserstraße / Friedrichstraße) in Haan.**
Adresse zur Navigation: Friedrichstraße 1, 42781 Haan
- Wir empfehlen, ausreichend Proviant und besonders Getränke mitzuführen - auch wenn meist eine Einkehr vorgesehen ist.
- Das Fahrrad muss sich in einem verkehrstüchtigen Zustand befinden, der STVO entsprechen und über eine intakte Lichtanlage verfügen.
- Für Nichtmitglieder (ohne ADFC) erheben wir eine Kostenbeteiligung von 3,00 €.
- Bei manchen Touren fallen zusätzliche Kosten z. B. für Bahnfahrten an. Diese sind in der Tourenbeschreibung angegeben. Informieren Sie sich vorher über die entstehenden Zusatzkosten bei Ihrem Tourenführer am besten per E-Mail und eine Woche im Voraus.
- Veranstalter dieser Fahrradtouren ist der ADFC Kreisverband Mettmann e.V., vertreten durch die jeweiligen Tourenführer. Die Tourenteilnehmer richten sich nach seinen Weisungen und verpflichten sich zur Einhaltung der STVO-Bestimmungen.

Tourenguide

Reinhard Groß: reinhard.gross@adfc-haan.de

Jörg Gries: joerg.gries@adfc-haan.de

Jörg Uwe Pieper: joerg.pieper@adfc-haan.de

Sonja Claassen: s.claassen@gmx.ch

Weitere Informationen und aktuelle Änderungen / Ergänzungen zum Tourenprogramm finden Sie auf unserer Webseite und auf Facebook:

www.adfc-haan.de • <https://facebook.com/ADFCHaan>

M Ä R Z

Düsseldorfer Osten

15.03.2020 (Sonntag)

10:00 Uhr, ca. 50 km, **

Wir fahren über Hochdahl und den Römerweg nach Hubbelrath.

Von hier aus führt die Strecke über Knittkuhl, am Pillebach entlang nach Gerresheim. Im Anschluss an die Pause geht es zum Eller Forst und über den Menzelsee zurück nach Haan.

Tourenguide: Reinhard Groß

A P R I L

Angerbachtal

04.04.2020 (Samstag)

10:00 Uhr, ca. 65 km, ***

Die Strecke führt über Gruiten, am Golfplatz vorbei nach Wülfrath zur Quelle des Angerbachs. Danach geht es einige km durch das Angerbachtal bis zur Pause in Eggerscheid.

Von hier aus führt der Rückweg über Ratingen zum Grafenberger Wald und am Unterbacher See vorbei wieder nach Haan.

Tourenguide: Reinhard Groß

MTB-Tour: Trailtour Richtung Westen

25.04.2020 (Samstag)

13:30 Uhr, ca. 35 km/500hm, ****

Auch im Westen von Haan gibt es ein paar schöne kleine Trails zu entdecken.

Da es hier eher flach bis hügelig zu geht, kann man dort auch mal etwas weniger Höhenmeter auf dem MTB machen.

Diese Tour erfordert eine gute Radbeherrschung in unwegsamem Gelände. Helmpflicht.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

joerg.gries@adfc-haan.de

Tourenguide: Jörg Gries

Saisonöffnung PanoramaRadweg

26.04.2020 (Sonntag)

10:00 Uhr, ca. 60 km, ***

Radtour über den kompl. Panoramaradweg von Haan nach Kettwig. Besuch der zur Saisonöffnung angebotenen Aktivitäten in Wülfrath, Velbert und Heiligenhaus.

Von Kettwig aus fahren wir mit der S6 nach Rath und von hier mit dem Rad nach Haan zurück.

Weitere Kosten: Bahnfahrt

Tourenguide: Reinhard Groß

M A I

Sternfahrt NRW

03.05.2020 (Sonntag)

12:45 Uhr, ca. 40 km, *

Auch dieses Jahr führt die NRW-Sternfahrt wieder über Haan nach Düsseldorf, so dass wir wahrscheinlich wieder wie in den letzten Jahren mit ca. 200 Radlern nach Düsseldorf fahren.

Wir werden die Rheinbrücken ohne Autoverkehr genießen können.

Rückfahrt individuell per Bahn oder spontan gemeinsam mit dem Rad.

Siehe auch: <http://adfc-sternfahrt.org/>

Tourenguide: Jörg Gries

Sternfahrt nach Heiligenhaus - Aktion Stadtradeln im Kreis ME

10.05.2020, (Sonntag)

Treffpunkt: Rathaus Haan

11:30 Uhr, ca. 50 km, **

Die Aktion Stadtradeln 2020 findet im Kreis Mettmann vom 10.5. bis zum 30.5. statt.

In dieser Zeit wollen wir in den Haaner Teams wieder gemeinsam Kilometer auf dem Rad sammeln.

www.stadtradeln.de

Zum Auftakt findet eine Sternfahrt von Haan über Gruiten/Wülfrath nach Heiligenhaus statt, die von Resi Maassen aus Langenfeld geleitet wird.

Rückfahrt nach Kupferdreh, S9 nach Vohwinkel und nach Haan.

Tourenguide: Reinhard Groß

MTB-Tour: Rothhäuser Hügeltrails

17.05.2020 (Sonntag)

10:30 Uhr, ca. 40 km/600hm, ****

Trailtour zum Rothhäuser Bachtal und einigen Trails im Umland von Erkrath und Unterbach.

Diese Tour erfordert eine gute Radbeherrschung in unwegsamem Gelände. Helmpflicht.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

joerg.gries@adfc-haan.de

Tourenguide: Jörg Gries

J U N I

Sengbachtalsperre

06.06.2020 (Samstag)

10:00 Uhr, ca. 55 km, **

Von Haan aus über die Korkenziehertrasse nach Solingen und weiter zur Wupper, über Glüder bergauf zur Talsperre und nach Witzhelden.

Nach der Pause führt die Fahrt durch das Weltersbachtal nach Leichlingen, zur Ohligser Heide und nach Haan zurück.

Tourenguide: Reinhard Groß

MTB-Tour: Kohlfurth und Klingentrail

21.06.2020 (Sonntag)

10:30 Uhr, ca. 45 km/900 hm, ****

Über das Ittertal, dann downhill an die Wupper und weiter zum Klingentrail.

Diese Tour erfordert eine sehr gute Radbeherrschung und fortgeschrittene Fahrtechnik in unwegsamem Gelände.

Helmpflicht.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

joerg.gries@adfc-haan.de

Tourenguide: Jörg Gries

J U L I

Ruhr (RS1)

05.07.2020 (Sonntag)

09:45 Uhr, ca. 65 km, **

Wir fahren nach Vohwinkel und nehmen die S9 bis Kupferdreh.

Die weitere Fahrt führt an der Ruhr entlang über Werden und Kettwig zum Wasserbhf. Mülheim. Danach fahren wir über den RS1 bis Heissen und über die GRUGA-Trasse zur Ruhr, wo es wieder mit der S9 nach Vohwinkel und nach Haan zurückgeht.

Weitere Kosten: Bahnfahrt

Tourenguide: Reinhard Groß

Bergische Trassen und Bachtäler

18.07.2020 (Samstag)

10:00 Uhr, ca. 60 km/650 hm, ***

Es geht über Vohwinkel zur Nordbahntrasse bis Oberbarmen, weiter in Richtung Wupper bis Kemna. Danach führt die Strecke durch das Marscheider Bachtal, am Leyerbach vorbei und durch das Morsbachal bis Müngsten. Über die Bergbahntrasse und Korkenziehertrasse fahren wir zurück nach Haan.

Wir machen unterwegs eine Picknick-Pause.

Tourenguide: Sonja Claassen

A U G U S T

Nördliche und südliche Düssel

02.08.2020 (Sonntag)

10:00 Uhr, ca. 65 km, *

Wir fahren von Haan über Hochdahl und den Römerweg nach Gerresheim, von hier an der nördl. Düssel durch Düsseldorf zum Rhein.

Nach der Pause in der Altstadt geht es an der südl. Düssel und über den Unterbacher See zurück nach Haan.

Tourenguide: Reinhard Groß

MTB-Tour: Leichte Trailrunde um Haan

09.08.2020 (Sonntag)

13:30 Uhr, ca. 20 km/300 hm, ***

Einsteiger MTB-Runde durch die Bachtäler um Haan und durch den Hildener Stadtwald.

Tour führt durch unwegsames Gelände, gute Radbeherrschung notwendig. Helmpflicht.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

joerg.gries@adfc-haan.de

Tourenguide: Jörg Gries

S E P T E M B E R

Rund um Mettmann

05.09.2020 (Samstag)

10:00 Uhr, ca. 50 km/900 hm, ***

Wir fahren über Gruiten in Richtung Wülfrath zum Golfclub Mettmann.

Die weitere Strecke führt an Metzkausen vorbei zum Uhlenhof und ins Stinderbachtal.

Nach der Pause in Erkrath erfolgt die Rückfahrt durch das Düsseltal und über Hochdahl nach Haan.

Tourenguide: Reinhard Groß

MTB-Tour: In die Wupperauen

19.09.2020 (Samstag)

10:30 Uhr, ca. 50 km/900 hm, ****

Es geht über Ohligs in die Wupperauen, um dort ein paar schöne Trails zwischen Haasenmühle und Glüder mitzunehmen.

Diese Tour erfordert eine sehr gute Radbeherrschung und fortgeschrittene Fahrtechnik in unwegsamem Gelände. Helmpflicht.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

joerg.gries@adfc-haan.de

Tourenguide: Jörg Gries

Zur Wahner Heide

20.09.2020 (Sonntag)

10:30 Uhr, ca. 99 km/1200 hm, ****

Die Tour führt über die Höhen und Täler des Bergischen Landes. Wir nutzen weitgehend schmale Straßen und wenige Schotterwege. Es geht u.a. am Altenberger Dom vorbei und durch das Naaftal bis Köln-Wahn.

Eine Pause ist in Overath geplant. Rückfahrt mit der Bahn.

Weitere Kosten: Bahnfahrt (bis Solingen Preisstufe 4)

Tourenguide: Jörg Uwe Pieper

Zum Kloster Knechtsteden

27.09.2020 (Sonntag)

10:00 Uhr, ca. 55 km, **

Von Millrath mit der S8 nach Hamm. Von hier geht die Fahrt über Gnadental und am Norfbach entlang zum Kloster.

Nach der Pause führt die Strecke über Nievenheim und Zons zur Fleher Brücke und nach Hamm, Rückfahrt mit S8 nach Hochdahl und weiter nach Haan.

Weitere Kosten: Bahnfahrt

Tourenguide: Reinhard Groß

O K T O B E R

Düsselquelle

24.10.2020 (Samstag)

10:00 Uhr, ca. 55 km,***

Fahrt durch das Osterholz zur Aprachter Mühle und zur Diakonie Aprath. Nach der Quelle nehmen wir die Eignerbach-Runde nach Flandersbach und Mettmann und kehren über Gruiten zurück.

Tourenguide: Reinhard Groß

F r e i t a g s t o u r e n

zusammen mit "Wir sind Haan"

14.00 Uhr, unterschiedliche Streckenlängen

am: 20.3. | 27.3. | 3.4. | 17.4. | 24.4. | 8.5. | 15.5. | 5.6. | 3.7. 7.8. | 4.9. | 2.10.

Tourenguide: Reinhard Groß

