



## Radfahrschule für Erwachsene

**ADFC Kreis Unna e.V.**

**Veranstalter:** Allgemeiner Deutscher  
Fahrrad-Club (ADFC)  
Kreisverband Unna e.V.  
– Radfahrschule –

**Kontakt:** Tel.: 02303/63375  
E-Mail: [rfs@adfc-unna.de](mailto:rfs@adfc-unna.de)  
Web: [radfahrschule.adfc-unna.de](http://radfahrschule.adfc-unna.de)

**Leistungen:** 1 x Einführung\*  
10 x Fahrradtraining\*  
1 x Verkehrsunterricht\*  
  
\* jeweils 90 Minuten,  
2 x wöchentlich

**Kosten:** 120 € (Schulung)  
(für ADFC-Mitglieder: 100 €)

**Teilnehmerzahl:** 10 Personen



**ADFC Kreis Unna**

**Umweltberatungszentrum**

**Rathausplatz 21**

**59423 Unna**



## Radfahren lernen

- für das Selbstbewusstsein,
- für die Gesundheit,
- für die Mobilität,
- für den Spaß an der Bewegung,
- für Anfänger, Wiedereinsteiger sowie unsichere Radfahrerinnen und Radfahrer.



Das Schulungsteam

## Schulung auf elf speziellen Rädern und in kleinen Schritten:

- Gleichgewicht finden und halten,
- richtige Haltung auf dem Fahrrad,
- Anfahren und Anhalten,
- Kurven fahren,
- Slalom fahren,
- einhändig fahren,
- abbiegen mit Handzeichen

werden mit individueller Hilfestellung erlernt.

## Unsere Schulungsräder zeichnen sich aus durch:



unterschiedliche Rahmenhöhen und einen tiefen Einstieg



blitzschnell abnehmbare Pedale



einfach verstellbare Sättel und Lenker

## Anmeldung

\_\_\_\_\_  
Name

\_\_\_\_\_  
Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail

\_\_\_\_\_  
ggf. ADFC-Mitgliedsnummer

Die Teilnahme an der Radfahrerschulung erfolgt auf eigene Gefahr. Der ADFC oder die Kursleitung haften nicht für Schäden oder Unfallfolgen.

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift