

Projektbeschreibung

Sicheres Radfahren | Frauen - Fahrradkurse

Projektpartner

Frauen die nicht die Möglichkeit hatten als Kind das Radfahren zu erlernen, können bei diesem Kurs unter fachkundiger Anleitung und Hilfe, dies nach holen. Bei insgesamt fünf Terminen wird mit erfahrenen Trainern das Radfahren trainiert und die Benützung des Fahrrads im Straßenverkehr erlernt.

Inhalte des Projektes

- Erlernen des Radfahren mittels systematischen Aufbau
 - Schiebe- und Bremsübungen
 - Auf-, und Absteigen
 - Kurven fahren
- Kennenlernen der gültigen Verkehrsregeln
- Bewusstmachen von sicherheitsrelevanten Features (Bekleidung, Helm..)
 - Lange Röcke sind problematisch
- Technik Fahrrad: Bremsen, Licht, Reflektoren....



Organisation Gemeinde / Betrieb

- Ausschreibung sowie Anmeldeverfahren
- Sprachliches Verständnis (Dolmetscherin?)
- Ebener möglichst großer Platz, Asphaltparkplatz oder Sportplatz, kein Schotter
- Unterstellplatz für die Fahrräder während der fünf Einheiten
- Möglichst wenig Publikum
- ein Helfer der vor Ort ist
- Stadtpolizei für ein Briefing bei den Verkehrsregeln (wenn möglich)



Veranstaltungsdauer

- 5 Einheiten
- Jeweils ca. 2 Stunden

Organisation Sicheres Vorarlberg

- Ausgebildeter Fahrrad Trainer
- Parcours Hilfsmittel
- Fahrräder
- Briefing und Instruktion der HelferIn
- Individuelle Helmeinstellung bei der ersten Einheit

Weitere Information

Sarah Schmidler
Projektbetreuung
M: sarah.schmidler@sicheresvorarlberg.at T: 05572 54343-43