

PROJEKTBESCHREIBUNG

SICHERES RADFAHREN | FRAUENFAHRRADKURSE



ZIEL

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

BESCHREIBUNG

Jeder Kurs umfasst 5 Trainingseinheiten á 1,5-2h und wird von einem Fahrradtrainer durchgeführt.

- ✓ Erlernen des Radfahrens mit systematischem 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....

ORGANISATIONSABLAUF

Aufgaben **Gemeinde**:

- ✓ Ausschreibung
- ✓ Anmeldeverfahren
- ✓ Sprachliches Verständnis (Dolmetscherin?)
- ✓ Ebener möglichst großer Platz, Asphaltparkplatz oder Sportplatz, kein Schotter
- ✓ Unterstellplatz für die Fahrräder während der fünf Einheiten
- ✓ Möglichst wenig Publikum

PROJEKTPARTNER

- ✓ ein Helfer der vor Ort ist
- ✓ Stadtpolizei für ein Briefing bei den Verkehrsregeln (wenn möglich)

Sicheres Vorarlberg übernimmt Organisation:

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

TERMINE

| GEMEINDE | TERMINE | UHRZEIT | ORT | ANSPRECHPERSON |
|------------------------------|---|-------------|--|---------------------|
| Rankweil | 18.06.2020 19.06.2020 22.06.2020 23.06.2020 25.06.2020 | 17:00-18:30 | Feuerwehrplatz Rankweil | Nadine Gadiant |
| Bregenz VERSCHOBEN | 15.04.2020 16.04.2020 20.04.2020 22.04.2020 | 17:00-18:30 | Verkehrserziehungsplatz der Volksschule Rieden | Marina Kremmel |
| Feldkirch | 08.09.2020 09.09.2020 10.09.2020 15.09.2020 16.09.2020 | 17:00-19:00 | Feldkirch Eishalle | Sabrina Neubauer |
| Hard / Wolfurt VERSCHOBEN | 24.03.2020 25.03.2020 26.03.2020 30.03.2020 31.03.2020 | 17:00-18:30 | Wolfurt / Hard | Jaqueline Mariacher |
| Schruns | 20.07.2020 21.07.2020 23.07.2020 27.07.2020 28.07.2020 | 14:00-15:30 | Schruns | Victoria Mäser |
| Bludenz | 20.07.2020 21.07.2020 23.07.2020 27.07.2020 28.07.2020 | 17:00-18:30 | Verkehrsübungsplatz der VS Bludenz Mitte | Victoria Mäser |
| Altach | 03.06.2020 05.06.2020 09.06.2020 10.06.2020 17.06.2020 | 17:00-19:00 | Werkstoffhof Altach | Silvia Wagner |

PROJEKTPARTNER

MITZUBRINGEN

- ✓ Trinken
- ✓ Ab 2. Trainingseinheit Fahrradhelm

KOSTEN

- ✓ € 20,- pro Teilnehmerin inkl. Fahrradhelm

WEITERE INFORMATIONEN

Projektverantwortlich: Verena Jochum
Verena.jochum@sicheresvorarlberg.at
05572 54343-43

Organisation: Fonds Sichere Gemeinden
Realschulstraße 6 | 1. Stock
www.sicheresvorarlberg.at
Der Fonds wird getragen von den Gemeinden, dem Land Vorarlberg, der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt sowie der Sozialversicherungsanstalt der Selbstständigen, der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahn und Bergbau und der Österreichischen Gesundheitskasse.

PROJEKTPARTNER