

In die Schule radeln

Ein Leitfaden für Kinder von 10 bis 14

Radeln macht SPASS

Du fährst gern Rad vor deinem Haus? Warum nicht auf dem Schulweg? Kein Warten auf den Bus, keine langweilige Autofahrt mit den Eltern – **Tritt in die Pedale**, und das erste Abenteuer des Tages beginnt schon vor dem Unterricht!

Radeln macht FIT

In die Schule radeln ist **cool** und **macht dich fit**. Du wirst merken, dass deine **Ausdauer** im Sportunterricht besser wird, und deine Muskeln werden sich richtig gut anfühlen.

Ein TIPP: Hör dir im Internet das „**Fahrradlied**“ von Binder&Kriegelstein an und bekomm Lust aufs Radeln!



Foto: iStock

ZU GEFÄHRLICH?

Viele Erwachsene sind der Meinung, dass es viel zu gefährlich ist, mit dem Rad in die Schule zu fahren. Dabei passieren die **meisten Schulweg-Unfälle den Kindern, die bei den Eltern im Auto sitzen**. Je mehr Autos auf der Straße unterwegs sind, umso gefährlicher wird es auch für Kinder, die zu Fuß gehen oder radeln – logisch, oder?

ALLEIN im Straßenverkehr

Wenn du dein **12. Lebensjahr vollendet** hast, darfst du allein auf der Straße Rad fahren. Wenn du jünger bist, geht das nur in Begleitung einer Person ab 16 Jahren. Wenn du die „**freiwillige Radfahrprüfung**“ bestehst, darfst du schon **ab 10 Jahren** alleine mit dem Fahrrad unterwegs sein. Info zur Radfahrprüfung findest du auf der Webseite des Jugendrotkreuzes.

Verkehrssichere AUSSTATTUNG für dein Rad

Achte darauf, dass dein Fahrrad die **richtige Größe** hat, dass die **Reifen** immer genug Luft haben, und dass die vorgeschriebene **Ausstattung** vorhanden ist:

- zwei unabhängige Bremsen
- Glocke oder Hupe
- Schweinwerfer und Rücklicht (bei Tageslicht und guter Sicht nicht erforderlich)
- Reflektoren vorne weiß und hinten rot (können in Scheinwerfer/Rücklicht integriert sein)
- Reflektoren an den Pedalen und Speichen bzw. Reifen

INFORMIERE DICH!

Mach dich mit der **Straßenverkehrsordnung** vertraut. Du musst sie immer beachten! Info zu Verkehrsregeln und zur vorgeschriebenen Ausstattung findest du im Internet unter www.argus.or.at/info/rad-und-recht/stvo-ratgeber-fuer-radfahrerinnen

Sei im Straßenverkehr **vorsichtig**, aber lass dir **keine Angst** machen. Sei **selbstbewusst** auf dem Rad, so kommst du am besten ans Ziel!

Fahr gemeinsam mit **Freunden und Freundinnen** zur Schule, das macht noch mehr Spaß!

Der HELM schützt dich

Ein Sturz kann passieren. Ein Helm schützt vor bösen Kopfverletzungen. Bis zu deinem 12. Geburtstag musst du unbedingt einen Helm tragen. So besagt es das Gesetz in Österreich.

Den BESTEN WEG finden

Auf **Fahrradwegen und Fahrradwegen** bist du sicherer unterwegs als auf verkehrsreichen Straßen. Die beste Radroute kannst du dir im Internet raussuchen, zum Beispiel auf www.AnachB.at.

Deinen **Schul-Radweg** musst du gut **kennen** und **üben** – am besten mit einer vertrauten erwachsenen Person. Achtet dabei besonders auf mögliche Gefahrenstellen.

Info und Unterstützung

- Interessensvertretung für RadfahrerInnen: ARGUS (www.argus.or.at), Radlobby (www.radlobby.org)
- Routenplaner: www.AnachB.at
- Radfahrprojekte für Schulen: Klimabündnis (www.klimabuendnis.at); Klima:aktiv (<http://www.klimaaktiv.at/bildung/schulen.html>); Verein BIKEline (<http://www.bikebird.at/bikeline/>)
- Radfahrprüfung: Jugendrotkreuz (www.jugendrotkreuz.at)