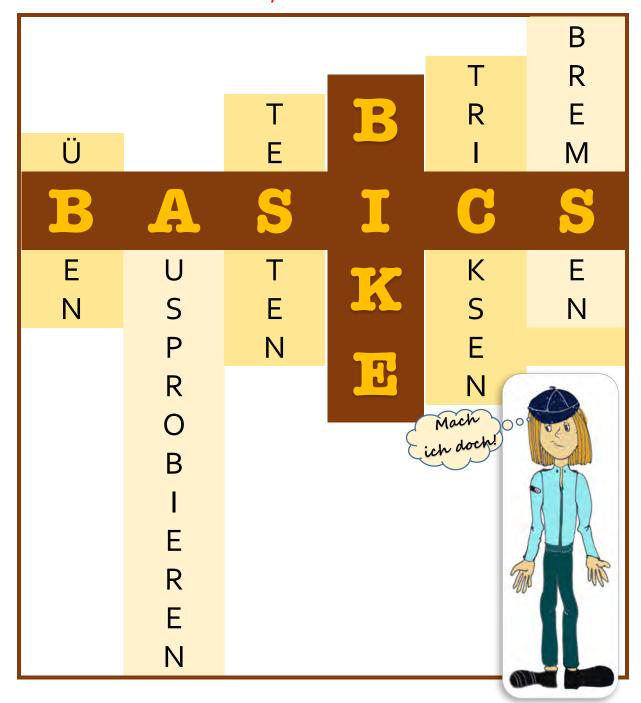
## 1.1 Fahrrad – kennenlernen, verwenden lernen



ÜBEN	um es zu beherrschen
AUSPROBIEREN	um alle Funktionen kennen zu lernen
TESTEN	um meine Schwächen zu erkennen
BIKE	(MEIN) FAHRRAD
TRICKSEN	um immer sicherer zu werden (und Spaß zu haben)
BREMSEN	um die Unfallgefahr zu mindern

#### Aller Anfang ist schwer.

Im Oktober ist Sahar in die dritte Klasse eingestiegen. Eigentlich ist sie schon zehn Jahre alt gewesen, aber ihre mangelnden Sprachkenntnisse

und die lange Zeit der Flucht mit ihren Eltern haben sie zurückgeworfen. Nach den Jahren der ständigen Furcht vor Bomben und Granaten in ihrem Heimatland und der abenteuerlichen Schiffspassage über das Mittelmeer stört sie das gar nicht, ein Jahr älter zu sein.

Vor allem mit Fabia und Klaus hat sie dick Freundschaft geschlossen und in den paar Monaten recht gut Deutsch gelernt. Auch in Mathematik plagt sie sich nicht besonders. Nur im Sachunterricht fehlen ihr oft die Übersetzungen einzelner Begriffe ins Arabische. Und die völlig andere Schrift gibt ihr manches Rätsel auf.

Doch "Morgendämmerung", wie ihr Name übersetzt heißt, besitzt ein fröhliches Naturell. Sie wacht morgens mit einem Lächeln auf und schläft abends mit einem ein. Die Chancen ihrer Familie stehen gut, im Lande bleiben zu dürfen. Das gefällt der Kleinen.

Nur eine Sache stört sie ein bisschen: Fast alle Kinder der Klasse beherrschen das Fahrradfahren.

Natürlich kennt sie Fahrräder beinahe seit ihrer Geburt. Aber eben nur vom Ansehen und Beobachten. Ein Dreirad hat sie in ihrer Heimat besessen. Das hat ihr Papa dann zu einem Zweirad umgebaut. Aber von Kettenantrieb und besonderen Bremsen hat sie höchstens einmal geträumt.

Jetzt steht im nächsten halben Jahr die freiwillige Radfahrprüfung an. Da möchte Fabia die südländische Freundin nicht im Stich lassen. Daher bittet sie ihre Mutti Ulla, mit Sahar zu üben, ihr die wesentlichen Kniffe des Radfahrens beizubringen.

Erst zögert die ein wenig, doch dann sagt sie zu. In Erinnerung daran, wie sie Fabia und ihren zwei Schwestern das Fahrradfahren beigebracht hat, hofft sie, es könnte klappen.

Zuerst muss ein Fahrrad her – und zwar passend!

Eine Kindersachenbörse im Nachbarort löst dieses Grundproblem. Ein recht schönes Rad steht zum Verkauf. Fabias Papa erwirbt es, poliert Rahmen und Gabel auf, Onkel Peter tauscht die Bremsbacken, Opa schmiert die Kette.

Sahar kann es kaum glauben. Mit Tränen in den Augen bewundert sie das Gefährt und weiß gar nicht, was sie zu diesem tollen Geschenk sagen soll. Opa richtet den Sattel und Ulla hilft dem Mädchen dabei, vorsichtig aufzusteigen. Beide stabilisieren Sahar auf den ersten Metern.

In den folgenden Tagen startet das Training. Klaus bringt einen Fahrradhelm mit, Fabia eine Klammer für das rechte Hosenbein. Letztere soll verhindern, dass sich die Hose im Kettenantrieb

verfängt. In der Gartenhütte sucht Ulla die Knie- und die Ellbogenschützer ihrer Kinder, die normalerweise beim Skateboardfahren Anwendung finden. Fabia glaubt, die Mutter übertreibt. Doch Sahar fühlt sich wohl, vorerst möglichst gut geschützt zu sein.

Ein paar Minuten gehen sie zum Stadtpark. Dort suchen sie einen Platz, der sich eben und glatt zum Üben eignet. Ein trockener Wiesenstreifen nimmt der Anfängerin die Angst vor einem Sturz.

Für die ersten Stunden montiert Opa die Pedale ab, verwandelt das Fahrrad in ein Laufrad. Er meint, das Mädchen würde so ein



Gefühl für die Balance entwickeln sowie das Bremsen üben können. Und er hat Recht.

Langsam fühlt das Mädchen, wie es sein Gewicht in der Mitte des Fahrrades hält. Wird es langsam und spürt das beginnende seitliche Kippen, streckt es das entsprechende Bein aus und federt den Schwung ab. Entweder, um wieder in Fahrt zu kommen, oder um stehen zu bleiben.

Dem anfänglichen Bestreben, mit den Füßen durch Schleifen auf der Fahrbahn zu bremsen, folgt nach ein paar Einheiten der Versuch, die Bremsen einzusetzen. Das klappt schneller, als Ulla es je erwartet hat.

Sahar stellt sich überhaupt recht geschickt an. Also ergänzt Opa die Tretkurbeln wieder. Mit einem Fuß auf dem Boden, dem anderen auf dem nach oben zeigenden Pedal braucht sie nur zwei Versuche beim Abstoßen. Dann gelingt es ihr, mit dem zweiten Fuß das andere Pedal zu erwischen und durch Treten vorwärts zu fahren. Welch eine tolle Erfahrung.

"Nur nicht zu schnell", ruft Ulla, während sie nebenher läuft. "Da fällt dir zwar das Balancieren leichter, aber du könntest die Kontrolle über das Rad verlieren!"

Ein paar Tage später wird es kniffeliger. Längst hat das Mädchen festgestellt, dass die Balance auch durch das Treten gefestigt wird. Nun soll es einen kleinen Hügel langsam hinunterrollen, ohne selbst für Antrieb zu sorgen. Ausrollen und zum Stillstand kommen findet Sahar schwieriger, als schnaufend den Hügel hinaufzustrampeln.

. . .

- 1. Wie sollte das Übungsgelände für die ersten Fahrradübungen aussehen?
  - a) bergig
  - b) hügelig
  - c) eben
- 2. Jemand hat Probleme, das Gleichgewicht am Fahrrad zu halten. Was könnte ihr/ihm helfen?
  - a) Stützräder
  - b) Abmontieren der Pedale, Laufradübungen
  - c) Ein neues Fahrrad
- 3. Fahranfänger sind verlockt, anders als vorgesehen anzuhalten. Sie bremsen
  - a) mit den Fußsohlen
  - b) mit den Händen
  - c) mit der Nase
- 4. Wie sollte das Pedal stehen, das man zuerst verwendet?
  - a) Es sollte nach unten zeigen.
  - b) Es ist völlig egal, wohin es zeigt.
  - c) Es sollte nach oben weisen.
- 5. Warum ist die Stellung des Pedals wichtig?
  - a) Weil man Schwung zum Starten braucht.
  - b) Weil es netter aussieht.
  - c) Sie ist ohnehin nicht wichtig.
- 6. Macht schnelleres Fahren das Balancieren leichter?
  - a) Nein, es wird viel schwieriger.
  - b) Ja, in der Tat wird das Balancieren leichter.
  - c) Vielleicht, aber ich finde keinen Hinweis dazu im Text.





### Rechts Aufsteigen.

Flussabwärts mit Booten Lasten zu transportieren, fiel Menschen schon vor Urzeiten ein. Von den Salzlagerstätten in Hallein (Bundesland Salzburg) wurde

zum Beispiel Salz bis über Wien hinaus – auf Salzach, Inn und Donau – geliefert.

Doch flussaufwärts brauchten die Schiffchen fremde Kraft. So wurden Pferde oder Ochsen eingespannt, die auf schmalen Wegen neben den Flüssen dahintrotteten und die schwere Last zogen.

Viele dieser Wege dienen heute als Radfahrstrecken, oder man hat neben Staubecken der Flüsse neue geschaffen.

Nahe Tulln radeln Frieda und ihre Patentante Traude an der Donau. Die Sonne brennt vom Himmel. Den beiden rinnt der Schweiß über den Rücken. Sie passieren jetzt schon den dritten Imbissstand, der geschlossen hält. Dabei plagt beide der Durst.

Mitte Oktober rechnet niemand mehr mit derart warmen Temperaturen. Normalerweise sind die Radwege wie ausgestorben. Da zahlt sich das Geschäft nicht mehr aus.

"Komm, wir fahren in die Stadt hinein!", meint Traude und deutet ihrer Nichte, sie solle die nächste Abzweigung nach rechts nehmen.

Am Stadtplatz hängen die beiden ihre Räder mit den Schlössern an Fahrradständer. Gleich gegenüber finden sie Platz in einem Kaffeehaus.

Nach einer Stunde, drei Getränken und zwei Topfenstrudeln schicken sie sich an, wieder zu starten.



Vom Gehsteig aus lässt die Tante ihr Fahrrad vorsichtig über die Bordsteinkante auf die Fahrbahn gleiten. Frieda macht es ihr nach. Aber während Traude rechts vom Rad auf dem Gehsteig bleibt, saust das Mädchen auf die linke Seite ihres Drahtesels. Sie schaut sich extra um, ob der Verkehr das gefahrlos zulässt. Doch die Tante zeigt sich trotzdem entsetzt. "Du, das ist brandgefährlich!", raunt sie Frieda zu. "Der Sicherheit wegen steigt man hier von rechts auf das Fahrrad."



"Oh", staunt die Zehnjährige, "ich glaub, das kann ich gar nicht! Da legt's mich womöglich auf!"

"Wie bitte?"

"Ich meine, ich kann nur von dieser Seite das Gleichgewicht halten. Und ich möchte nicht stürzen!"

Tante Traude stutzt. Sie erinnert sich an den Verkehrserziehungsunterricht, als sie die Grundschule besucht hat. Da war es ein fester Bestandteil der Ausbildung gewesen, von der "richtigen Seite" aufzusteigen. Sollte das womöglich keine Richtigkeit mehr haben?

"Auf alle Fälle hast du deinen Helm im Lokal vergessen!", stellt sie fest.

Sollte man, als "Schutz vor der Fahrbahn/vor Fahrzeugen" immer von rechts auf das Fahrrad aufsteigen?

> Ich bespreche das mit Mitschülerinnen und Mitschülern in der Gruppe.

14 von 112

Man glaubt es kaum: Gerade zum Aufsteigen, aber auch zum Absteigen gibt es sehr detaillierte Untersuchungen.

Steige ich von rechts auf, stehe ich noch im geschützten Raum des Gehsteiges oder des Fahrbahnrandes. Ich drehe dem Verkehr also nicht den Rücken zu.

Einfach für und meist praktiziert durch Linkshänder.

Dem steht die Erfahrung gegenüber, dass Rechtshänder sich normalerweise im "Rechtsraum" (rechts von sich) besser fühlen. Die geschicktere rechte Hand führt das rollende Fahrrad, kann es etwas ankippen und das Anfahren erleichtern. Man steigt von links zum "Rechtsraum hin" auf, es ist gefühlt die richtige Seite und ein Beinschwingen über Rahmen oder Sattel wird ohne die Gefahr von Gleichgewichtsverlust bleiben.

Jene, die sich sowohl links als auch rechts ziemlich gleichwertig wohlfühlen, gibt es natürlich auch. Ihnen sei das Rechtsaufsteigen durchaus empfohlen.

. . .

	Immer die gleichen Fragen									
		ja	nein							
1	Radhelme sind etwas für Modemuffel.									
2	Radhelme schützen den Kopf.									
3	Erwachsene können eher auf Radhelme verzichten, als Kinder.									
4	Gibt es genug geschützte Radwege, braucht man weniger Radhelme.									
5	Kinder stürzen eher auf den Kopf als Erwachsene.									
6	Wenn man einen Helm trägt, kann man wilder Rad fahren.									
7	Bei einem Radrennen tragen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Helme.									
8	Der Radhelm lässt mich am Kopf schwitzen.									
9	Radhelme werden aus Kunststoffen erzeugt. Kunststoffe sind giftig.									
10	Vor etwa hundert Jahren trugen Radrennfahrer Schutzhauben aus Leder.									
11	Steigen Radrennfahrer prinzipiell von rechts auf ihre Räder auf?									

×		den Spezialschuhen in den Pedalen einzurasten.	TT
	×	Ja, aber sie boten nicht den Schutz heutiger Helme.	OT
	×	اع, man findet immer wieder giftige Stoffe in Helmen. Daher sollte man nach Tests fragen, شبي Allerdings verspeist man den Helm nicht und sollte natürlich auch nicht die Riemen in den Mund nehmen.	6
	×	<b>Ja</b> , darum ist es wichtig, bei der Auswahl eines Helmes auf genug Belüftungsschlitze zu achten.	8
	×	<b>Ja</b> , denn sie fahren zum Beispiel bei Straßenrennen Durchschnittsgeschwindigkeiten von über 40 Stundenkilometern. Solche Helme erkennt man am besonders windschlüpfrigen Design (= Aussehen).	
×		<b>Nein</b> . Man würde das zwar vermuten, aber der Helm verbessert nicht das Fahrkönnen. Und davon hängt es ab, welches Tempo man wählen sollte.	9
	×	<b>Ja,</b> dafür gibt es eindeutige Untersuchungen.	S
_	x	Ja, grundsätzlich würde das stimmen, aber bei Kindern das Verletzungsrisiko vermutlich nicht senken.	+
	×	<b>Ja</b> , haben Erwachsene Radfahrerfahrung (sind sie seit der Kindheit viel Rad gefahren), stürzen sie weniger oft und fangen sich eher mit den Armen auf. Daher ist die Helmnutzung günstig, aber nicht derart notwendig, wie bei Kindern.	3
10.0	×	Ja, die Form und die Fähigkeit des Materials ermöglichen das Aufnehmen von (Aufprall-) Energie und vermindern dadurch das Risiko schwerer Kopfverletzungen. Eine Garantie können sie dafür aber nicht geben. Man muss trotzdem aufpassen.	z
X		Nein, denn es gibt eine sehr große Auswahl an durchaus modischen Helmen.	τ
nien	Бĺ		
		und Antworten	

### Schwungbein.

Wann immer Walters Mutti Paula meint, es wäre Zeit Lebensmittel einzukaufen, versucht Papa Fred eine gute Ausrede zu finden.

Es stört ihn nicht, das Auto aus der Garage zu holen. Es stört ihn auch nicht, die Leergutkisten einzupacken. Es stört ihn das Einkaufen an sich nicht.

Nur mit Paula findet er es besonders anstrengend.

Selbst Paula findet sich beim Einkaufen anstrengend.

Sie plant nämlich ganz genau, was sie braucht. Auf Einkaufslisten schreibt sie es fest und hält sich dann exakt daran. "Sonst komme ich ja niemals mit dem Essensgeld aus!", meint sie.

Sieht Fred nun die eine oder andere Leckerei, packt ihn der Gusto auf eine Packung Knabbereien oder zwei, findet er, sie sollten sich etwas Besonderes gönnen, kommt er mit Paulas Planung in Konflikt.

Das heißt, er kommt mit Paula in Konflikt.

Manchmal lächelt sie über sein Verhalten, manchmal schüttelt sie den Kopf.

Öfter gibt sie ihrem Unmut Luft.

"Mensch Fred, du bist ärger als jedes Kind", zischt sie ihm dann zu. Oder sie jammert: "Ich bin schon wieder über dem Budget!" Meistens stellt sie aber fest: "Nächstes Mal fahre ich wieder ohne dich!"

"Soll mir Recht sein", gibt der Ehemann zurück und weiß zugleich, dass Paula ihn bald wieder fragen wird. Denn beim Kistenschleppen und bei der Auswahl von Spezialitäten möchte sie ihn hin und wieder gerne dabeihaben und seinen Ratschlag einholen.

Vanillejogurt im Glas, 400 Gramm, haben heute für kleine Unstimmigkeiten gesorgt. Im Tagesangebot war der Preis um 25 Cent pro Einheit vergünstigt. Fred hat zugegriffen, gleich einen ganzen Euro gespart. Und den Walter hat 's gefreut. Er liebt Vanillejogurt.

Paula schüttelt noch immer den Kopf, während sie die Gläser in den Kühlschrank stellt. Es liegt wohl daran, dass sie diese Jogurts viel zu süß findet und daher nicht isst. Oder auch am Preis, der ihr selbst vergünstigt noch immer zu hoch scheint.

Da hält sie inne und ruft verärgert: "Okay, die Butter haben wir vergessen und mehlige Kartoffeln für das Püree morgen! Begreife ich nicht, steht doch auf der Liste!"

Dass seine Mama etwas vergisst, kommt selten vor. Daher muss Walter grinsen.

"Ärgere dich nicht", meint Fred, "ich fahr eben noch einmal!"



"Aber nimm das Radl, dann brauchst du keinen Parkplatz mehr suchen!", antwortet Paula.

Kein Problem, findet der Ehemann, mit der richtigen Einkaufstasche für den Gepäcksträger. Daraufhin bringt Paula ihm ihren Korb. Den schnallt Fred mit Gummispannern fest.

"Kann ich mit?", fragt Walter.

"Klar doch!", freut sich sein Vater.

Das Fahrrad des Jungen lehnt am Abstelldach der Müllkübel. Er nimmt es, hält es leicht schräg, bleibt mit dem linken Fuß am Boden und hebt das rechte Bein über den Sattel. So wartet er auf den Papa.

Fred steigt auf das linke Pedal, schiebt mit dem rechten Bein an, rollt los und schwingt es dann hoch über den Sattel. So hoch, dass er nicht am Handgriff des Korbes streift.

Zurück zum Geschäft können die beiden einen Radweg nehmen, etwas holprig, aber kürzer. Ein paar Meter vor dem Kreisverkehr mündet er wieder in die Hauptstraße ein. Sie fahren zügig, denn Dahinzuckeln mag Fred nicht, legen sich in die Kurve und zweigen nach rechts in den Parkplatz des Supermarktes. Dort schlängeln sie sich etwas regelwidrig durch die Parkenden und drehen zum Radständer.

Zufrieden ziehen sie langsam die Bremsen. Freds Vorderrad wird in den Stoßdämpfer gedrückt, lässig schwingt er wieder das rechte Bein. Doch leider hat er auf der kurzen Strecke den mitgeführten Korb vergessen. So bleibt er mit dem Unterschenkel hängen und kippt, weil er kaum rollt, aber trotzdem noch links am Pedal steht, plump zur Seite. Das sieht weniger lässig aus und schmerzt in Hüfte und Schulter, als er am Boden aufprallt.

Erschrocken weiß Walter nicht, was er von Papas Sturz halten soll. Er hilft ihm hoch, merkt aber, dass es dem Vater peinlich ist, obwohl das Ganze augenscheinlich kaum jemand beobachtet hat. Nur eine Mutter, die gerade mit ihrem Kind vorbeikommt, sagt: "Schau Schatzi, auch so ein älterer Mann sollte einen Helm aufsetzen, wenn er nicht gut Rad fahren kann!"

Verärgert überlegt Fred, ob er reagieren soll. Zugleich putzt sich den Staub von der Kleidung und stellt schließlich fest, dass vermutlich nur blaue Flecken vom Sturz bleiben werden. "Danke für die Hilfe", murmelt er und ein erleichtertes Lächeln überzieht sein Gesicht.

Wenigstens weiß er noch, was er einkaufen soll. Oder nicht?

Walter denkt nach. Eigentlich hat er die Auf- und Absteigemethode des Vaters schon oft bewundert. Aber gar so sicher scheint sie nicht zu sein. Warum nicht?

- Was könnte stören?
- Welcher Abschnitt unterscheidet sich?

Wenn du im folgenden Buchstabengewirr Wörter findest und richtig aneinanderreihst, erhältst du eine mögliche Antwort.

G	G	Ε	F	Α	Ε	Н	R	L		C	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н	Н
D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	Ε	S	S	S	S	В	Ε	1	Μ
D	D	D	D	D	D	D	Α	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	Ο	0	Ο	Ο	Р	Р	Р	Р	Р	Р	Р	Р	Р	Р	Р
Н	Н	I	Ν	U	Ε	В	Ε	R	S	C	Н	W	- 1	Ν	G	Ε	Ν	Ν	Ν
Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν
В	В	Ε	I	Ν	Ε	S	S	S	S	S	S	S	S	W	Ε	R	D	Ε	Ν
Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Κ	Α	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν
F	F	F	Α	Н	R	Ε	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν	Ν
Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α

D	Α	S	Τ											
									L		10			
											•	76.	<b>S</b> :	
											۲ <u>۳</u> ۰	<b>5-7</b>		
													<b>⋥</b> .∣	
									<b>7</b>	Ξ,	8Y J	æ		
									П	<b>7</b> ))				
				!								TJ:	<b>*</b>	



Lauras Papa arbeitet bei der Polizei. Sie glaubt, er ist irgendein Inspektor, aber genau weiß sie es nicht. Manchmal sitzt er im Büro, sagt sie. Oft darf er auch unterwegs sein. Dann nimmt er gerne das Dienstfahrrad in Polizeifarben.

"Wie der Wachtmeister Dimpfelmoser", erzählt Laura stolz, denn das Buch vom Räuber Hotzenplotz gehört zu ihren absoluten Favoriten, "aber Papa sieht viel sportlicher aus."

Beim Fahren verwundert das nicht, denn die Fahrräder der heutigen Polizei sind moderne Mountainbikes mit **Gangschaltungen**, Stoßdämpfern und entsprechenden Bremsanlagen. Im Gegensatz dazu beschreibt Otfried Preußler vor etwa 60 Jahren eine Polizistenfigur mit einem Standardrad, unkompliziert und einfach zu bedienen.

Unkompliziert für diese Zeit, denn das Fahrrad hat in den über 200 Jahren seit seiner Erfindung doch wesentliche **technische Fortschritte** hinter sich. Wenn man bedenkt, dass ein **hölzernes Laufrad** am Anfang gestanden hat, ohne Antriebseinheit und Bremsen, darf man sich über viele Verbesserungen freuen: den Metallrahmen, die Speichenräder, die **Luftreifen**, den **Pedalantrieb** mit **Kette**, die Kettenschaltung mit **Umwerfer**, ...

Ganz wesentlich zur Bequemlichkeit hat die Erfindung der **Freilaufnabe** beigetragen. Wird das angetriebene Hinterrad schneller als der Pedalantrieb, läuft es **frei** weiter. Bei Bergabfahrten muss man also nicht "mithaxeln", sondern kann das Rad einfach laufen lassen. Fahrräder für kleinere Kinder oder normale Alltagsräder kombinieren dieses System mit einer sogenannten **Rücktrittbremse**. Das heißt: Wenn man die Pedale gegen die Fahrtrichtung drückt, wird gebremst.

"Verbrecherjagden wie im Fernsehen gibt es bei uns mit den Dienstfahrrädern normalerweise nicht", erklärt Lauras Papa. "Obwohl ich schon einmal hinter einem Dieb her war. Der ist zu Fuß weggelaufen. Da habe ich leichtes Spiel gehabt!" Meistens wären es Kontrollfahrten, die sie hier am Land per Rad durchführten, oder Aufgaben in der näheren Umgebung. Aber er wisse von Kollegen aus der Stadt, dass der Alltag auch anders aussehen kann.

"Das Fahrrad musst du schon beherrschen", ergänzt der Polizist. "Wir werden da von Radprofis beraten und geschult. Nur draufsitzen und weiterkommen ist bei uns zu wenig. Wenn es darauf ankommt, sollten uns kleine Hindernisse oder enge Kurven nicht aufhalten, schlechte Fahrbahnverhältnisse nicht verblüffen und höhere Geschwindigkeiten nicht verängstigen. Ein ganz wesentlicher Teil der Ausbildung gilt dem effektiven Bremsen. Das heißt, man lernt beide Bremsen richtig und vor allem miteinander zu nützen – vor allem die Vorderbremse!"

Davon rät er dem Radanfänger natürlich noch ab. Denn ein heftiger Einsatz der derselben könnte dazu führen, über den Lenker nach vorne geschleudert zu werden.

Man beginnt also mit der Hinterbremse, braucht aber etwas länger zum Stehenbleiben. Später kombiniert man die Vorderbremse langsam dazu.

"Aber Achtung", warnt Lauras Papa noch, "verschiedene Bremssysteme arbeiten unterschiedlich:

- Die Rücktrittbremse hilft bei jedem Wetter und braucht kaum Wartung. Allerdings muss die Kette in Ordnung sein und man darf vor allem bei Notbremsungen keine so hohe Bremsleistung erwarten, wie bei anderen Systemen.
- Die Felgenbremse drückt Bremsschuhe (aus Gummi) gegen die Felgen. Durch die Reibung entsteht der Bremseffekt. Der kann gut ausfallen, wenn die Bremsbacken in Ordnung sind. Leider lässt er bei Nässe oder Glätte stark nach.
- Bei Scheibenbremsen drücken Bremsbeläge gegen eine Scheibe. Dieses System verwenden auch andere Kraftfahrzeuge (Autos, Motorräder, ...), weil es sehr zuverlässig arbeitet. Man kann die enorme Bremskraft gut abschätzen und fein dosieren. Allerdings sprechen wir hier von einer teuren Anschaffung, die auch nicht leicht gewartet werden kann!



Egal, welches System man wählt. Es wird nur gut funktionieren, wenn die Radfahrerin/der Radfahrer mit Verstand, Vorsicht und Rücksicht unterwegs ist.

Und mit Helm, selbstverständlich!"

. . .

Gut gelesen? Dann sind die "**versteckten**" Wörter leicht zu finden (vertikal, horizontal, diagonal)!

Н	J	Τ	Т	Р	М	Α	Z	Τ	ш	L	Ι	Α	$\supset$	В	Ш	Ν
F	R	0	F	R	Ε	-	L	Α	J	F	Ν	Α	В	Е	R	ı
L	Ε	-	В	Ε	R	Δ	S	U	Η	Α	L	Τ	Α	L	Т	Ε
G	Α	Z	G	S	$\cup$	Ι	Α	L	Т	J	Z	G	Е	Ζ	Е	Ε
S	Η	-	R	Т	Τ	0	Ε	L	Z	Е	R	Ν	Е	S	U	Ε
Н	0	S	Ε	L	Α	J	F	R	Α	D	Ι	Α	L	L	Η	Ε
S	0	U	Κ	Ε	Ν	S	0	U	Κ	Ν	R	Ε	J	Ε	Ν	Ε
Н	Α	Ν	D	S	C	Η	J	Η	Ε	Ν	Т	Ν	F	М	-	Ε
Κ	0	Ρ	F	Т	$\supset$	$\cup$	Ι	כ	$\cup$	Т	Δ	R	Т	М	S	Ε
Т	Α	S	$\cup$	Н	Е	J	М	V	Е	R	F	Е	R	Ν	$\cup$	Ε
L	Α	S	C	Н	Е	Ν	Ν	Κ	Κ	1	R	Κ	Ε		Η	Ε
F	0	R	Т	S	U	Τ	R		Т	Т	Ш	Μ		Κ	Ш	Е
Κ	Ν	-	Ε	S	Т	R	J	М	Р	F	ı	L	F	/	C	В
R	R	J	Ε	C	K	Т	R	I	Т	Т	В	R	Ε	М	S	Ε
S	C	Н	U	Н	В	Α	Е	N	D	Ε	R	Ν	Ν	L	U	Ε



Ihr gutes Balancegefühl hilft Sahar.

Außerdem übt sie täglich vor den

Müllkübeln neben ihrem Wohnblock. Die werden nur

einmal in der Woche geleert, daher sind das geteerte

Plätzchen und die Auffahrt verkehrsfrei. Bis auf die



Bewohner, die hin und wieder ihre Mistsäcke entsorgen, stört kaum jemand ihr Treiben. Und die Erlaubnis des Hausmeisters hat sie obendrein eingeholt.

Vom Aufsteigen, über das langsame Treten und Bremsen, bis zum Absteigen wiederholt sie ständig die Trainingsschritte von Ulla. Daher nimmt das zittrige Führen der Lenkstange im gleichen Maße ab, wie ihr Selbstbewusstsein steigt. Langsam hofft sie darauf, die Prüfung vielleicht mit den anderen Kindern bestehen zu können.

Den kleinen Ausflug am Radweg hat sie jedenfalls geschafft. In der Gruppe hintereinander fühlt sie sich geborgen. Auffahren oder Bremsschwierigkeiten verhindert sie schon ganz gelassen.

Sogar einen Teil jener Übungen, die Fabias Opa für seine Enkelin, Doris, Anna, Klaus, Elvin und Toni gestaltet, probiert Sahar bereits. Dazu gehören das Fahren auf verschiedenen Untergründen in Opas Garten: Auf Felsen, Gras, Kieselsteinen, Steinplatten, Betongittersteinen, Holzbrettern oder durch Laubhäufen. Sie verursachen Rumpeln und Scheppern, verlangen gutes Festhalten des Lenkers und Gefühl in den Beinen. Aber auch Geschicklichkeit bei späteren Runden, wo der Großvater das Wegrutschen der Reifen durch Abspritzen der Materialien mit Wasser begünstigt.



Das Fahren entlang der aufgezeichneten Kreidelinie am Asphalt wird immer schwieriger, je langsamer sie rollen. Ein wenig fürchtet sich Sahar vor dem Balken, den Fabias Opa aus der

Holzhütte bringt, nicht besonders dick, aber recht schmal. Bei den ersten Versuchen pausiert sie lieber. Schließlich



packt sie aber doch der Ehrgeiz. Von vier Überquerungen schafft sie zwei ohne abzusteigen. Gleich danach fährt sie sogar über eine Wippe, immer und immer wieder. Zuerst ein bisschen



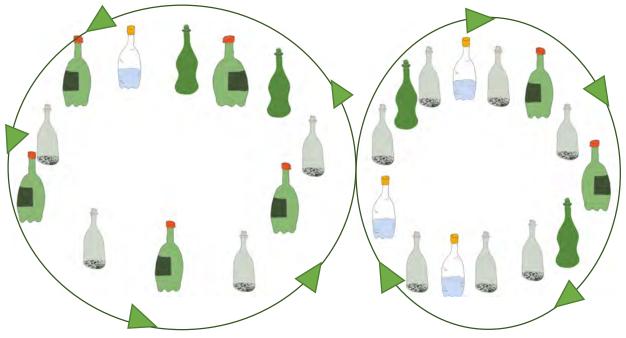
flotter, dann langsamer, um den "Kipppunkt" richtig auszukosten. Klaus bringt sein Rad in der Mitte gar zum Stehen und hält ganze 36 Sekunden in dieser Stellung aus, bis er abspringt.

In den Osterferien erweitern Großvater und Onkel

den Parcours. Nun muss man neben einer Balkenstrecke herfahren, als wäre es eine Gehsteigkante, vor einer großen Schachtel bremsen, als wäre es eine Betonmauer, zwischen zwei Schachteln durchfahren, als wäre es eine schmale Einfahrt.

Für das Kurvenfahren bringen die beiden Kunststoffflaschen mit, denn Verkehrskegel extra zu kaufen zahlt sich nicht aus. Die Flaschen erfüllen den selben Zweck: Sie begrenzen und sind nicht starr montiert. So führen Fehler der Radfahrer zu keinen echten Problemen, die Hindernisse werden vielleicht verschoben, oder sie fallen um. Opa füllt mit den Kindern ein bisschen Schotter hinein, damit der Wind die leichten Plastikgefäße nicht verträgt.

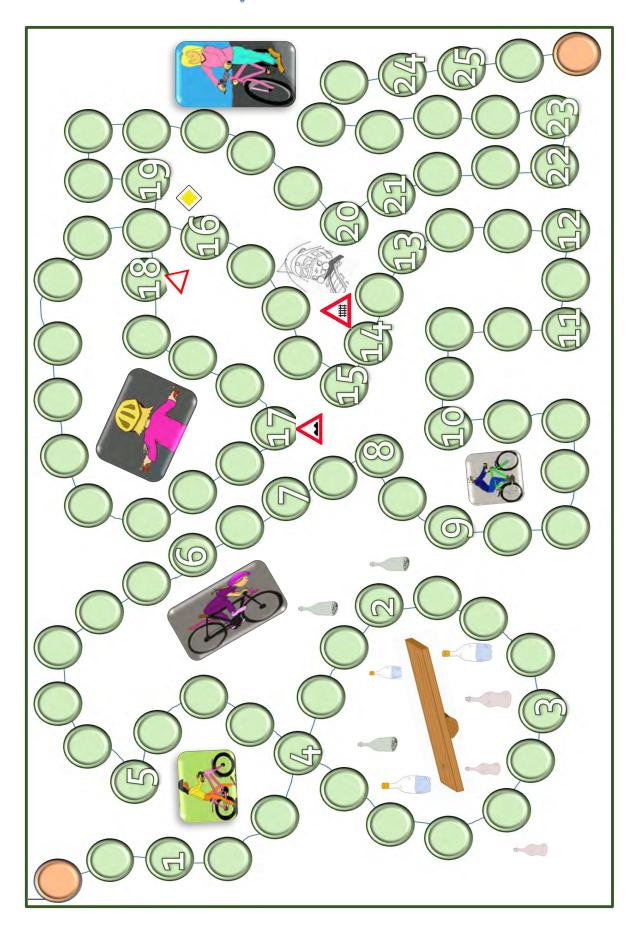
Ein großer Achter macht den Anfang. Er veranlasst die Kinder, die zwei grundverschiedenen Kurven kurz hintereinander in Angriff zu nehmen. Auf diese Weise lernt auch Sahar die Richtung kennen, in die ihr das schwerer fällt. Vor allem bei geringerem Tempo und kleinerem Kurvenradius sind ihr erst die Linkskurven lieber.



Die Buben freuen sich auf den Flaschenslalom, sogar mit Zeitnehmung per Stoppuhr. Da macht Sahar lieber noch nicht mit.



## Probefahrt . Würfelspiel



# Probefahrt – Spielanleitung

(2 – 4 Spielerinnen/Spieler, Spielfiguren, Würfel)

1	Pedal schlecht erwischt. Noch einmal starten!	2	ZURÜCK
2	Flasche gestreift. Ich muss sie schnell aufstellen!	1X	AUSSETZEN
3	Rechtskurve elegant gezogen. So passt's!	4	VORWÄRTS
4	Acht geben bei der Kreuzung! Treffe ich genau auf eine Mitspielerin/einen Mitspieler, müssen wir beide neu starten!		ZURÜCK ZUM START?
5	Armzeichen links gegeben. Du liebe Güte, ich biege doch nach rechts ab! Kurzer Stopp – zum Nachdenken!	1X	AUSSETZEN
6	Ich bin zu knapp an der Gehsteigkante gefahren, streife und erschrecke! Muss mich erholen!	2X	AUSSETZEN
7	Ich fahre vorausschauend und beginne zu bremsen! So ist es richtig!	5	VORWÄRTS
8	Armzeichen vergessen! Kurzer Stopp!	1X	AUSSETZEN
9	Abkürzung gefunden! Zum Punkt 10 wechseln!	6	VORWÄRTS
10	Außer Atem! Kurze Rast!	1X	AUSSETZEN
11	Rechtsvorrang übersehen, Unfall! Zum Glück ist nur das Rad beschädigt!		ZURÜCK ZUM START
12	Bremsfehler! Anfahrt noch einmal probieren!	5	ZURÜCK
13	Bäckerei gesichtet – Hunger ausgemacht! Da hole ich mir doch ein Topfentatscherl!	2X	AUSSETZEN
14	Bahnübergang. Du liebe Güte, der Zug lässt sich heute aber Zeit!	2X	AUSSETZEN
15	Falsch abgebogen! Zum Feld 8 wechseln!	20	ZURÜCK
16	Vorrang an der Kreuzung! Ich schaue genau und quere!	4	VORWÄRTS
17	Aufwölbungen des Straßenbelags – da muss ich aufpassen!	1X	AUSSETZEN
18	Nachrang an der Kreuzung! Zuerst dürfen die Rechtskommenden fahren, ich muss warten!	1X	AUSSETZEN
19	Linksabbiegen – ich nehme die ungefährlichere Variante mit Nutzung der Zebrastreifen!	2	VORWÄRTS
20	Reifenpanne – ich warte auf Papa!	2X	AUSSETZEN
21	Falsch abgebogen! Zum Feld 13 wechseln!	30	ZURÜCK
22	Armzeichen vergessen! Kurzer Stopp!	1X	AUSSETZEN
23	Voll in die Pedale getreten, schneller geworden!	4	VORWÄRTS
24	Ausparkendes Auto übersehen – Unfall! Zum Glück ist nur das Rad beschädigt!		ZURÜCK ZUM START
25	Noch schnell etwas trinken, vor dem Ziel!	1X	AUSSETZEN



Schwedens Hauptstadt heißt Stockholm. Dort, wo der See Mälaren in die Ostsee ausfließt, liegt die Stadt auf über 14 Inseln. Im Osten sind unglaubliche 24.000 Inseln vorgelagert, manche größer, manche auch nur winzig klein. Man nennt dieses Gebiet Schärengarten (Skärgarden).

Weil er den Leibkoch des Königs vor dem Ertrinken bewahrt hat, ist Gustav Svenson die Insel Kobbe

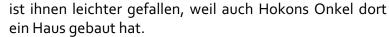
("kleine Felseninsel") 1912 zugesprochen worden. Darüber hat sich der Urgroßvater von Hokon sehr gefreut. Allerdings hat er nicht recht gewusst, was er mit dem Stück Land anfangen sollte.

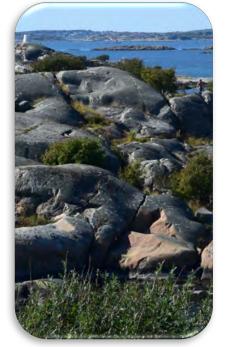


Erst Erik, sein jüngster Sohn, hat Kobbe als lebenswert befunden. Zwischen zwei gewaltige Granitfelsen hat er ein schönes Haus gebaut, Bäume gepflanzt und ein großes Wasserbecken angelegt, um Regenwasser zu sammeln. Die geschützte Bucht im Westen hat er mit Stegen versehen und als Hafen genützt.

Trotz der herrlichen Lage inmitten der anderen Inseln und der Nähe zur Stadt, gibt es einige Nachteile, die das Leben dort erschweren. Keine Straßen, zum Beispiel, ja nicht einmal richtig breite Gehwege findet man. Alles, was man zum Leben braucht, muss mit dem Boot gebracht werden, alles was man nicht mehr braucht, damit entsorgt. Hat man beim Einkaufen eine Kleinigkeit vergessen, kann man dies nicht einfach beim Laden um die Ecke ausbessern.

Nach dem Tod des Großvaters haben Hokons Eltern beschlossen, nach Kobbe zu ziehen. Das





Nun holt jeden Schultag ein Boot Hokon, seine beiden Kusinen Freja und Livia, sowie Cousin Malte am Steg ab, um sie in die Schule zu bringen. Der Schulbus am Wasser liest weitere Kinder auf, bis er in Möja anlegt. Dort steht zu guter Letzt noch ein kurzer Fußmarsch an.

Hokon klettert gerne, er liebt das Schwimmen und fängt fast jeden Tag Fische mit seiner Angel. Im Sommer möchte er an den skandinavischen Meisterschaften für Segeln teilnehmen, so gut beherrscht er Segelboote. Er hat sogar eines ganz für sich und verbringt viele Stunden auf dem Wasser.

Meistens findet er es sehr fein, auf Kobbe zu wohnen.

Nur zwei Dinge mag er gar nicht: Stürmisches kaltes Wetter mit zu hohen Wellen und sein Unvermögen, Rad zu fahren.



Jedes Mal, wenn die Familie Stockholm besucht, bewundert der Knabe die Menschen, die locker und schnell vorankommen, sich durch den Verkehr schlängeln und so an den großen Staus vorbeisausen.

Darüber, dass seine Familie kein eigenes Auto besitzt, denkt Hokon nie nach. Je mehr er die Fahrzeuge in langen Kolonnen stehen sieht, ihren Lärm hört und ihre Abgase riecht, desto weniger sinnvoll kommen sie ihm vor.



Aber die Fahrräder, die faszinieren ihn schon lange.

Also wünscht er sich zu seinem zehnten Geburtstag nichts sehnlicher, als ein Rad – passend zu seiner Größe. Denn mit Omas Drahtesel will ihm das Gleichgewichthalten gar nicht gelingen.

"Was tust du mit dem Rad auf Kobbe?", fragt sein Onkel.

"Bei unserem felsigen Boden haben Fahrräder keinen Sinn!", meint seine Tante.

"Ich möchte lieber ein eigenes Motorboot!", seufzt Malte.

"Ein Pony wäre toll!", findet Livia.

Als Mutter und Vater zu Ostern nach Helsinki (Finnland) fliegen, darf der Sohn eine Woche bei den Eltern seiner Mama zubringen. Tyresö, wo die beiden seit Jahren wohnen, kennt Hokon. Den Laden, wo sie Halt machen, allerdings noch nicht.

Hokons Herz schlägt höher. Es handelt sich um ein kleines Fahrradgeschäft.

Rosarote, rote und gelbe Jugendräder stehen neben der Verkaufstheke, keine große Auswahl. Ein freundlicher Verkäufer erklärt die Stärken der einzelnen Ausstellungsstücke und Hokon beschließt innerlich, lieber das pinkfarbene zu nehmen, als den Laden ohne Rad zu verlassen.

Doch da bittet Opa, den Besitzer des Geschäftes zu rufen. Offensichtlich kennen sich die beiden, denn sie umarmen einander kurz bei der Begrüßung. Was den Enkelsohn aber viel mehr berührt, ist die Tatsache, dass der Mann aus einem Nebenraum ein wunderschönes blitzblaues Fahrrad hereinrollt.

"Jetzt brauche ich nur noch das Fahren erlernen!", ruft Hokon begeistert und fällt den Großeltern um den Hals. "Danke!"

Opas Hilfe und Omas Verarztungskünste tragen dazu bei, mit nur einem aufgeschürften Knie und zwei blauen Flecken große Fortschritte zu erreichen.

Hokon glaubt ja, man könne das Rad leicht am Motorboot nach Kobbe mitnehmen. Aber zur Zeit steht es noch bei den Großeltern und wartet auf seine Besuche.

