

## Runder Tisch „Radlfreundliches Holzkirchen“ Anhänger, Kindersitz und „Follow-Me-Tandem“

### Radeln mit kleinen und sehr kleinen Kindern

Der Nachwuchs ist da, heißt das, dass nun aufs Fahrrad verzichtet werden muss? Keinesfalls! Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die besonders geeignet sind, um Kinder auf dem Rad mitzunehmen.

#### Für Kinder zwischen 0 – 6 Jahren:

##### Der Fahrradanhänger

Für die Kleinsten eignet sich am besten ein Fahrradanhänger. Hier gibt es Einsitzer und Zweisitzer. Erstere haben ein geringeres Gewicht und passen besser durch Engstellen. In Zweisitzern kann dafür entweder ein zweites Kind, der Einkauf oder andere Dinge mittransportiert werden. Solange der Nachwuchs nicht selber sitzen kann, sollten Babyschalen oder Liegevorrückungen genutzt und auf sehr holprige Strecken verzichtet werden. Später sind mit Fahrradanhängern auch längere und anspruchsvolle Touren möglich. Einzige Voraussetzung: Ihrem Kind sollte es auch gefallen! Generell ist ein stabiles Gestänge und ein Überrollschutz am Anhänger wichtig. Die Anhänger werden über eine Kupplung mit der Hinterachse des Fahrrads verbunden. Es ist sehr praktisch an beiden Eltern-Rädern eine Kupplung zur Nutzung des Anhängers zu montieren. Achten Sie ebenfalls auf eine ausreichende Beleuchtung, der Anhänger verdeckt meist ihr Rücklicht. Einige Anhängermodelle können zudem als Buggys oder für andere Sportarten (Joggen, Langlauf) genutzt werden.

#### Für Kinder ab ca. 9 Monaten – ca. 5 Jahre:

##### Der Kindersitz

Unbedingte Voraussetzung für die Nutzung eines Kindersitzes ist, dass ihr Kind eigenständig und sicher sitzen kann. Sobald dies gut funktioniert, sind Kindersitze ein überaus praktischer Begleiter im Radlalltag mit Kind. Insbesondere für kurze Strecken eignen sich Kindersitze gut. Sie sind deutlich günstiger in

der Anschaffung als Anhänger. Praktisch sind Kindersitze mit höhenverstellbaren Lehnen, die quasi mitwachsen. Ein Muss ist ein Speichenschutz, sodass Kinder mit Ihren Füßen nicht in die Speichen geraten können. Sollten Sie einen gefederten Sattel mit offenen Federn haben, decken Sie diese am besten ebenfalls ab, wenn der Nachwuchs mitfährt. Wenn ein Kind im Fahrradsitz mitfährt, sollte es unbedingt einen Helm tragen. Zudem empfiehlt der ADFC sogenannte „Heckträger“, Fahrradsitze, die auf dem Gepäckträger montiert werden. Bei anderen Varianten ist zum einen der Wind- und Wetterschutz, vor allem aber der Unfallschutz deutlich schlechter.

#### Für Kinder zwischen ca. 3 – 9 Jahre:

##### Das Follow-Me-Tandem

Über eine „Follow-Me-Tandem“ Kupplung können Sie das Fahrrad Ihres Kindes mit Ihrem Rad verbinden und es quasi „anleinen“. Das ist besonders interessant, wenn Ihr Kind schon selber und ohne Stützräder o.ä. radelt, längere Strecken aber noch zu anstrengend sind. Im Team sind auch längere Touren machbar, dabei kann Ihr Kind Teilstücke jederzeit selber radeln. Ob angekuppelt oder nicht, gilt: der Fahrradhelm sollte immer dabei sein. Beachten Sie, dass das Fahrverhalten mit einem angekuppelten Kinderrad durchaus anders ist, als gewohnt. Ein wenig Fahrtraining kann hier nicht schaden.

Hätten Sie es gewusst? Nach Straßenverkehrs-Ordnung dürfen nur mindestens 16 Jahre alte Personen Kinder bis zum Alter von maximal sieben Jahren mit dem Fahrrad transportieren – und zwar nur in für den Kindertransport vorgesehenen Anhängern (max. zwei Kinder) oder in Kindersitzen.

Tim Roll

Weitere Informationen zum Kindertransport sowie zu Kinder- und Lastenrädern finden Sie im beim ADFC im Internet unter: [www.adfc.de/themen/im-alltag/familie-und-kinder/kindertransport](http://www.adfc.de/themen/im-alltag/familie-und-kinder/kindertransport)

## Runder Tisch „Radlfreundliches Holzkirchen“ Touren-Tipp: Der M-Wasserweg

### Von Holzkirchen entlang der Mangfall bis nach Gmund Kategorie: mittelschwer | ca. 45 km | kleinere Steigungen

Die Radltour führt von Holzkirchen über Wiesen und Felder nach Mitterdarching. Von dort geht es entlang der Mangfall bis nach Gmund am Tegernsee. Unterwegs gibt es einiges über das Trinkwasser aus dem Mangfalltal zu lernen.

Um ohne viel Autoverkehr bis zum M-Wasserweg zu gelangen, verlassen wir Holzkirchen über die Thanner Str., vorbei an Pferdekoppeln nach Lochham. Hier unterqueren wir die B 318 und biegen bald schräg links ab. Wir durchqueren Draxlham und fahren am Ende der Straße links nach Schmidham. Kurz hinter Schmidham fahren wir schräg rechts über einen kleinen, gut zu befahrenen Weg bis Mitterdarching. Dort angekommen, halten wir uns links, bis wir auf die Bahnhofstraße stoßen. Sodann biegen wir rechts ab und verlassen den Ort wieder. Kurz nach dem Ortsausgang unterqueren wir die Autobahn. Im Anschluss geht es in einer scharfen Rechtskurve bergab zur Mangfall. Auf diesem Teilstück muss mit Verkehr gerechnet werden. Am Ende der Abfahrt passieren wir die „Bruckmühle“ und stoßen erstmals auf die Mangfall. Kurz vor einer Brücke biegen wir rechts in einen gut ausgebauten Schotterweg ein.



wir scharf rechts nach Gotzing. Es folgt das anstrengendste Stück der Tour: Wir radeln bergauf und halten uns bei der nächsten Verzweigung links Richtung Gotzing. Nach dem Anstieg gelangen wir zu einer nächsten Verzweigung. Für den direkten Weg fahren wir weiter geradeaus. In Gotzing fahren wir links Richtung Wall und lassen den Abzweig nach Oberwarngau rechts liegen. Beim nächsten Abzweig Richtung Wall wenden wir uns nach links und fahren eine Allee bergab.

Nun folgen wir immer der Landstraße bis nach Wall. Wir durchqueren Wall und radeln am Ortsende erneut bergab bis zur B 472. Diese überqueren wir und schieben unser Rad über einen schmalen Schotterweg steil ins Mangfalltal hinunter. Im Talboden treffen wir auf eine Straße, in die wir rechts einbiegen. Wir radeln vorbei an einem Sägewerk, überqueren die Mangfall und gelangen nach einer Linkskurve zu einer Kreuzung. Dort fahren wir rechts und folgen der Straße vorbei am Gewerbegebiet Louisenthal nach Gmund am Tegernsee. Nach einer Erfrischung am oder im Tegernsee bietet sich für die Rückfahrt nach Holzkirchen die Bayerische Oberlandbahn an.

Sehr zu empfehlen zur ersten Orientierung ist die Übersichtskarte „RadlTraum“, die von der Alpenregion Tegernsee-Schliersee herausgegeben wird. Diese ist in allen Tourist-Informationen für 5,00 € erhältlich sowie bestellbar unter [info@tegernsee-schliersee.de](mailto:info@tegernsee-schliersee.de)

Tim Roll

Quelle: Teile der Tourenbeschreibung von [www.radtourenchef.de/radwege/m-wasserweg](http://www.radtourenchef.de/radwege/m-wasserweg)