

Schulungsangebot der RSG Warendorf-Freckenhorst

Nicht einfach so aufs E-Bike

Von Stephan Ohlmeier

FRECKENHORST. „Fahrrad war gestern – E-Bike ist heute“, ist Angelika Schmieles, Vizepräsidentin des Kreissportbundes und Vorsitzende des TUS Freckenhorst, überzeugt. Gerade für ältere Menschen biete ein E-Bike (auch bekannt als Pedelec, die Redaktion) die Möglichkeit, trotz nachlassender Kondition und Muskelkraft, mobil zu bleiben und am ak-

»Im Jahr 2017 sind alle 35 Minuten Radfahrer im Straßenverkehr in NRW verunglückt.«

Dagmar Hille

tiven Leben teilzuhaben. Mit Bettina Neuhaus vom Kreissportbund war sich Schmieles aber einig, dass der Umstieg vom herkömmlichen Fahrrad auf das E-Bike gar nicht so leicht und mit Gefahren verbunden ist. Grund genug für den Kreissportbund, am Samstag in Kooperation mit der Radsportgemeinschaft Warendorf-Freckenhorst den Aktionstag „Bewegt älter werden in NRW – Sicher mobil mit dem E-Bike“ durchzuführen.

Bevor alle aktiv in die Pedale treten sollten, stand am Samstag zunächst Theorieunterricht in den Räumlichkeiten der Everword-Grundschule auf dem Programm.

Dagmar Hille und Bodo Kowatz von der Verkehrsunfallprävention der Kreispolizeibehörde informierten die Teilnehmer über Neuerungen und Besonderheiten im Straßenverkehr. Ebenso gaben sie Tipps, wie man sich gerade in der bevorstehen-



(Bettina Neuhaus und Angelika Schmieles (beide Kreissportbund) und Elisabeth Richter (RSG Warendorf-Freckenhorst, v.l.) begrüßten die Gäste zum Aktionstag „Bewegt älter werden in NRW – Sicher mobil mit dem E-Bike“.

Foto: dpa/Stephan Ohlmeier



den dunklen Jahreszeit richtig kleidet und die Verkehrssicherheit seines Fahrrades sicherstellt.

„Im Jahr 2017 sind alle 35 Minuten Radfahrer im Straßenverkehr in NRW verunglückt“, sagte Dagmar Hille. Zwar seien die Unfallzahlen im Kreis Warendorf rückläufig, 330 Unfälle mit drei Toten, 71 schwer und 256 leicht verletzten Personen seien aber immer noch zu

viel. Unter den Opfern seien 2017 übrigens 77 Personen über 65 Jahre und 48 Pedelec-Fahrer gewesen. „70 Prozent aller Unfälle wurden nicht von Radfahrern verursacht“, sagte Dagmar Hille. Diese Zahl verdeutliche aber, wie wichtig es ist, konzentriert am Straßenverkehr teilzunehmen und bremsbereit zu sein.

Nach dem Verkehrsunterricht warteten auf dem Schulhof einige praktische Übungen. E-Bike-Instruktor Klaus Müller vom Radsportverband NRW mit Sitz in Duisburg übte mit Senioren beispielsweise das Bremsen

ihrer Rades oder im Slalomparcours das richtige Lenken. Im Vergleich zu einem normalen Fahrrad komme man mit dem E-Bike deutlich schwerer in Tritt, habe dafür aber schnellere Beschleunigungswerte. Wichtig sei es, die Kraft sinnvoll zu dosieren.

„Ein Problem ist häufig, dass sich Personen auf das E-Bike setzen, die vorher kaum oder nie Fahrrad gefahren sind“, sagte Müller. Ohne Übung komme es im Verkehr aber schnell zu gefährlichen Situationen oder gar Unfällen: „Es ist immer gut, defensiv zu fahren und auf andere Verkehrsteilnehmer Rücksicht zu nehmen.“ Das auf dem Schulhof Erlern-

setzten die Teilnehmer am Aktionstag „Bewegt älter werden“ bei einer Fahrradtour durch Freckenhorst in die Praxis um.

Viel Lob für den Aktionstag gab es auch von Elisabeth Richter, als Vorsitzende der Radsportgemeinschaft. Als die Anfrage vom Kreissportbund kam, habe man sich direkt bereit erklärt, mitzuwirken. Radfahren halte in jedem Alter mobil und geistig fit. Sie lud daher alle Interessierten ein, die Angebote der Radsportgemeinschaft kennenzulernen. Es gebe auch eine E-Bike- und Trekking-Gruppe, die sich alle 14 Tage zu Ausfahrten treffe. |www.rsg-warendorf-freckenhorst.de

„einen Prinzen“



isch, Maria Mussaeus, Andreas

kenhorster sehr verbunden. Ich hielt und halte es für eine gute Idee.“ Der Erfolg der Aktion, die auch in den nächsten Jahren weitergeführt wird, gibt ihm recht. Sein Nachfolger Andreas Marinou ergänzt: „Es macht einfach Freude, sich für einen so guten Zweck einzusetzen. Unser besonderer Dank gilt natürlich allen Spendenden und Spendern“. Zusammen überreichten die beiden Doktoren nun die Urkunde in symbolischer Form an die Kinderhilfsorganisation. Diese wird den Betrag aufteilen in die Hälfte für die Opfer des Erdbebens auf der indonesischen Insel Lombok und die langfristige Hilfe für den Aufbau einer Grundschule im kongolesischen Simbulu (wir berichten über beide Projekte).

Elektro im HoT

Fenster und wird ordentlich lauten Grindcore zum besten geben. Zu guter Letzt präsentiert „E-Aldi“, der selbst ernannte „Elektronogott“ aus Kirchlegern, punkige Texte im Elektropantel. Fleißige Festivalgänger werden „E-Aldi“ und sein legendäres „Jägermeisterfrühstück“ bereits kennen. Seit über zehn Jahren macht er bereits Musik und wird daher eine breite Auswahl an jedem mitbringen. Einlass ist um 19 Uhr. Der Eintritt beträgt fünf Euro, Getränke gibt es bereits ab 1,50 Euro. Bereits jetzt weist der Verein auf das letzte Konzert in diesem Jahr am 15. Dezember hin. Weitere Infos unter www.machmal-ev.de

Haus der Familie und Gut Emstal Ferienspaß mit Pferd

WARENDORF. Das Haus der Familie bietet zusammen mit dem Pferdezentrum „Gut Emstal“ in Neuwarendorf „Ferienspaß auf dem Pferderücken“ für Jungen und Mädchen im Alter von fünf bis zwölf Jahren an. Unter fachkundiger Anleitung wer-

den die Ponys aus der Box geholt und geputzt. Die Kinder sammeln erste Erfahrungen. Gemeinsame Spiele auf der Anlage runden das Erlebnis ab. Das Angebot findet statt Montag, 15. Oktober, bis Mittwoch, 17. Oktober, von 9.30 bis 12 Uhr.

Verkehrsunfall auf der Wallpromenade Zusammenstoß: 4000 Euro Schaden

WARENDORF. Leichte Verletzungen erlitt ein 44-jähriger Autofahrer bei einem Verkehrsunfall am vergangenen Sonntag. Der Unfall ereignete sich um kurz vor elf Uhr morgens auf der Wallpromenade in Warendorf. Wie die Warendorfer Poli-

zei mitteilte, beabsichtigte eine 56-jährige Autofahrerin mit ihrem Pkw aus einer Hofeinfahrt kommend auf die Wallpromenade einzubiegen. Hierbei kam es zum Zusammenstoß mit dem Wagen des 44-jährigen Autofahrers. Dieser befuhr

die Wallpromenade in Fahrtrichtung Beelen.

Bei dem Zusammenstoß verletzte sich der 44-Jährige leicht. Rettungskräfte brachten ihn in ein Krankenhaus. Bei dem Unfall entstand ein Sachschaden von etwa 4000 Euro.

Tag der Psychiatrie am 29. September: Gute Nachbarschaft Für Thema sensibilisieren

WARENDORF. Am Samstag, 29. September, finden im Kreis Warendorf verschiedene Veranstaltungen zum Tag der Psychiatrie statt. Das Motto der Veranstaltungen lautet: „Gute Nachbarschaft“ und möchte an verschiedenen Standorten im Kreis auf die Nähe zu Angeboten der Psychiatrie aufmerksam machen. Ziel ist es, das Mit-

