

ADFC Frankfurt am Main e.V.

-TOUREN PROGRAMM 2004



In den Reihen unserer Aktiven ist auch für Sie ein Platz...

...ob in regelmäßigen Arbeitstreffen oder Stammtischen, ob bei sporadischen Aktionen, einzelnen Projekten, im Infoladen oder als "freier Mitarbeiter": Ihr Sachverstand oder auch nur Ihr Interesse in Dingen rund ums Fahrrad lässt sich bei uns gewinnbringend einsetzen.

Rufen Sie an, kommen Sie zu unseren Treffs und Aktivitäten oder in den Infoladen. Wir freuen uns über Ihr Interesse.

(Termine erfragen oder unserer Mitgliederzeitschrift **frankfurt aktuell** entnehmen)

Kontakte für die Arbeitsgruppen:

AG Kartografie

Wolfgang Preising ☎ 069 / 75 84 96 80

AG KlauNix

Alfred Linder ☎ 069 / 95 15 84 24

AG Technik

Ralf Paul ☎ 069 / 494 09 28

AG Touren

Johannes Wagner ☎ 069 / 47 77 27

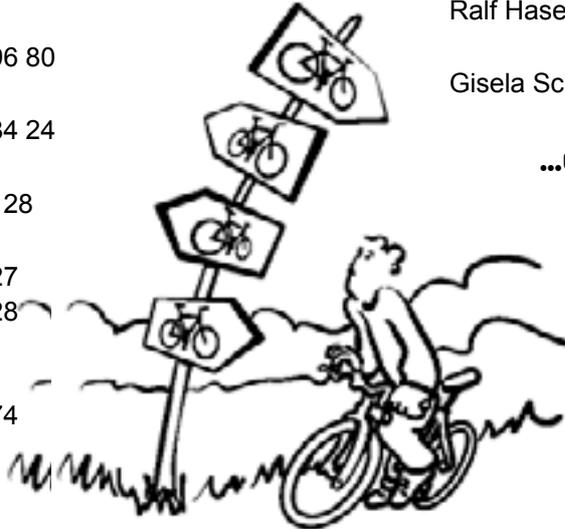
Jürgen Johann ☎ 069 / 76 29 28

AG Verkehr

Verkehrspolitischer Sprecher:

Fritz Biel ☎ 069 / 52 95 74

Verkehr@ADFC-Frankfurt.de



Redaktionsteam frankfurt aktuell

Ralf Haselhorst ☎ 06 171 / 97 94 19

Infoladengruppe

Gisela Schill ☎ 069 / 670 11 14

...und die Stadtteilgruppen:

Bockenheim / Westend

Christina Romeis

☎ 069 / 74 84 68

Frankfurt West

Christian Kümmerlen

☎ 069 / 30 27 95

Nordwest

Petra Honermann

☎ 069 / 51 68 26

ADFC Frankfurt am Main e.V.

Fichardstraße 46

60322 Frankfurt am Main)

☎ 069 / 944 101 96

Fax 069 / 944 101 93

E-Mail Info@ADFC-Frankfurt.de

<http://www.ADFC-Frankfurt.de>

Infoladen des ADFC Frankfurt:

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr.: 17.15 - 19.00 Uhr

Sa.: 11.00 - 13.00 Uhr

(Mitte Oktober bis Mitte März samstags geschlossen)

Impressum

Herausgeber: ADFC Frankfurt am Main e.V.

Auflage: 10.000 Stück

Druck: Reha-Werkstatt, Frankfurt-Rödelheim

Redaktion und verantwortlich für dieses Heft:
Bertram Giebeler, Jürgen Johann, Christian Kümmerlen, Eva Kuschel, Peter Schepko, Dieter Scheuer, Johannes Wagner, Anne Wehr

Werbung: Rainer R. Tost, ☎ 069 / 560 39 39,
RainerRTost@ADFC-Frankfurt.de

Grafik: Michael Samstag

Umschlaggestaltung:

Michael Dorgarten, Michael Samstag

ADFC Landesverband Hessen e.V.

Postanschrift und Geschäftsstelle:

ADFC Hessen e.V.

Eschenheimer Anlage 15

60318 Frankfurt am Main

☎ 069 / 499 00 90 (Di-Do 10-16 Uhr)

Fax 069 / 499 02 17

E-Mail buero@ADFC-Hessen.de

ADFC Bundesverband e.V.

Postanschrift:

Postfach 10 77 47, 28077 Bremen

Geschäftsstelle:

Grünenstr. 120, 28199 Bremen

☎ 0421 / 34 62 9-0

Fax 0421 / 34 62 9-50

E-Mail Kontakt@ADFC.de

www.ADFC.de



LIEBE RADLERINNEN UND RADLER,

haben Sie sich schon etwas vorgenommen für den ersten und letzten Sonntag im April, den dritten Sonntag im Mai oder den zweiten und dritten Sonntag im Juni, für den zweiten und vierten Sonntag im Juli oder den ersten Sonntag im September? An diesen 8 Sonntagen bieten wir Ihnen in diesem Jahr jeweils 4 (!), am ersten Sonntag im Juli sogar 5 verschiedene Radtouren an - von der ganz leichten bis zur sportlichen Tour. Das wären doch eigentlich Gelegenheiten, einmal zu demonstrieren, dass sogar in einer "Autoverkehrs"-Großstadt wie Frankfurt tagsüber mehr Radler als Autofahrer unterwegs sein können.

Natürlich finden Sie auch an den anderen Sonntagen ein reichhaltiges Radtourenangebot in unserem Programm. Aufgrund der gut besuchten Dezember-Tour im letzten Jahr haben wir 2004 das Angebot an Sonntagstouren auf das ganze Jahr erweitert: Erstmals finden Sie bis Mitte Dezember fast jeden Sonntag eine Radtour in unserem Programm. Sogar im dicksten Winter können Sie mit dem ADFC Rad fahren.

Studieren Sie in Ruhe unser 2004er Radtourenprogramm – so viele Sonntagstouren und so viele Mehrtagestouren wie in diesem Jahr gab es noch nie beim Frankfurter ADFC. Fahren Sie mit uns, bringen Sie Freunde und Bekannte mit. Tragen Sie dazu bei, dass immer mehr Frankfurter aufs Fahrrad steigen. Unterstützen Sie uns im Bemühen, Frankfurt in eine fahrradfreundliche Stadt zu verwandeln, durch **I H R E Mitgliedschaft**.

Danken möchte ich den inzwischen über 60 ehrenamtlich tätigen RadtourenleiterInnen, die mit Ihren Ideen das Tourenangebot 2004 ermöglicht haben. Danken möchte ich auch unserem gesamten Redaktionsteam für die vielen Stunden, die sie am und um den PC herum verbracht haben, um den großen Haufen einzelner Tourenbeschreibungen in das bewährte gelbe Tourenprogrammheft zu verwandeln.

Viel Spaß und Freude bei den Touren des Frankfurter ADFC

wünscht Ihnen



Johannes Wagner
Tourenreferent des ADFC Frankfurt



Allgemeine Hinweise

Teilnahme

Bei den Radtouren des ADFC kann jeder, ob Mitglied oder Nichtmitglied, mitfahren.

Für alle TeilnehmerInnen gilt die Straßenverkehrsordnung! Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Weder der ADFC noch die RadtourenleiterInnen können für Unfälle, Schäden und dergleichen haftbar gemacht werden. Befolgen Sie bitte die Anweisungen der TourenleiterInnen. Sie dienen der Sicherheit der TeilnehmerInnen und dem ordnungsgemäßen Ablauf der Fahrt.

Die Kosten

Sofern nicht anders angegeben, ist die Teilnahme an den Tagestouren des ADFC kostenlos.

Von Nichtmitgliedern wird ein freiwilliger Beitrag erbeten. Dieser Beitrag kommt ausschließlich der Arbeit des ADFC-Frankfurt zugute; die TourenleiterInnen üben ihre Tätigkeit ehrenamtlich aus.

Fahrtkosten, Eintritt und Verpflegung sind von jedem Teilnehmer selbst zu tragen.

Das Wetter

... kann uns nicht schrecken! Die Touren finden auch bei Regen und Schnee statt. Unter Umständen wird die Fahrroute etwas verkürzt.

Das Fahrrad

Überprüfen Sie bitte vor jeder Fahrt ihr Rad! Sind die Reifen noch in Ordnung? Sind alle Schrauben fest? Sind Bremsen und Schaltung leichtgängig, korrekt eingestellt und die Kette geölt? Ist es verkehrssicher? Es muss den gesetzlichen Bestimmungen entsprechen.

Die Ausrüstung

Regenbekleidung – kein Schirm! – ist selbstverständlich. Eine Sonnenbrille bietet auch Schutz vor Insekten. Zusätzlich sollten Sie eine Luftpumpe, einen Ersatzschlauch und das wichtigste Werkzeug immer dabei haben.

Die Verpflegung

Für die einzelnen Touren ist meist angegeben, ob wir in eine Gaststätte einkehren oder ob Selbstverpflegung empfohlen wird. In jedem Fall sollten Sie sich eine Kleinigkeit zu essen und ausreichend zu trinken mitnehmen, da wir meist abseits von Einkaufsmöglichkeiten unterwegs sind.

Tourenänderungen

Wir sind bemüht, alle Touren wie im Programm angekündigt durchzuführen. Unvorhergesehene Umstände können ausnahmsweise dazu führen, dass eine Tour ausfallen oder kurzfristig geändert werden muss.

Schwierigkeitsgrade der Touren

Die Einteilung der Fahrten in ★ bis ★★★★★ - Touren soll Ihnen helfen, die für Sie geeigneten Touren herauszufinden. Beachten Sie bitte, dass nicht nur die Streckenlänge den Anspruch einer Tour bestimmt, sondern dass auch die Fahrweise (langsames oder flottes Tempo) oder die Streckenbeschaffenheit (flach oder Steigungen) dazu führen können, dass eine Tour anspruchsvoller eingestuft wird.

★ Leichte Tour

Strecke: bis 40 km, ohne große Steigungen
Fahrweise: langsames Tempo Besonders gut geeignet für weniger Geübte und Familien mit selbst mitfahrenden Kindern. Gut geeignet für Gelegenheitsradler, etwas Ausdauer erforderlich.

★★ Mittelschwere Tour

Strecke: ca. 40 - 60 km, auch mit leichten Steigungen
Fahrweise: moderates Tempo

★★★ Anspruchsvolle Tour

Strecke: ca. 60 - 80 km, längere Strecke, auch mit Höhenunterschieden.
Fahrweise: zügiges Tempo. Für geübte Radler gut zu bewältigen, keine Tour für Anfänger. Fahrrad mit Gangschaltung erforderlich.

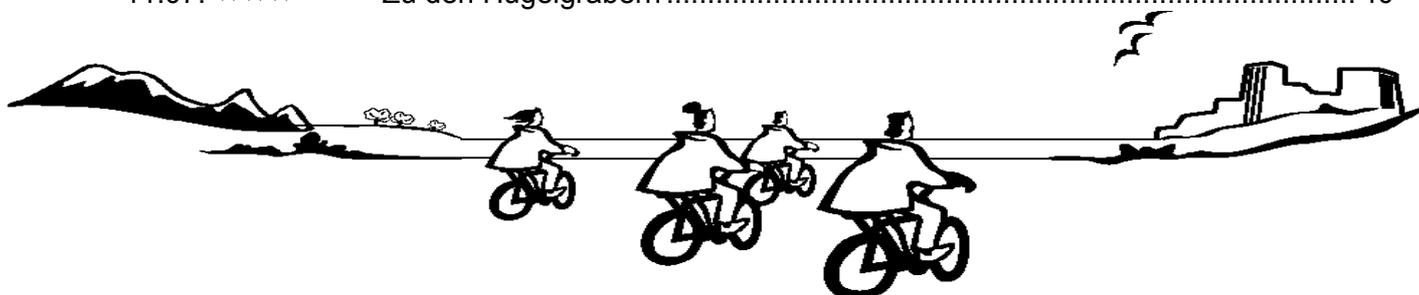
★★★★ Sportliche Tour

Strecke: bis 120 km, auch kürzere Strecken mit großen Steigungen.
Fahrweise: flottes Tempo aber keine Rennveranstaltung. Nur für trainierte Radler. Fahrrad mit Gangschaltung erforderlich.

ALLE TOUREN IM ÜBERBLICK

Tagestouren am Wochenende und an Feiertagen

März	28.03.	★★	Zum Mönchbruch	10
April	04.04.	★	Durch den Stadtwald	10
	04.04.	★★	Frühlingsfahrt nach Seligenstadt	10
	04.04.	★★★	Ins Weinbaumuseum nach Oppenheim	10
	04.04.	★★★★	Auf Umwegen nach Seligenstadt	10
	09.04.	★★/★★★★	Basilika und Basilikum (Sternfahrt)	11
	11.04.	★★★	Altarme an Main und Rhein	11
	18.04.	★★★	Ein Frühlingsklassiker	11
	18.04.	★★★	Zu den Büchern	11
	25.04.	★★	Von Park zu Park auf grünen Wegen	12
	25.04.	★★★	Main-Taunus-Tour zum Rettershof	12
	25.04.	★★★★	Ronneburg einmal anders	14
Mai	01.05.	★★★	Frankfurter Grüngürtel	14
	02.05.	★★	Mönchbruch	14
	02.05.	★★	Vom Baam in de Bembel	14
	02.05.	★★★★	"Aus grauer Städte Mauern..."	14
	09.05.	★★	Die Herren des Ringes	16
	09.05.	★★	Durch die Streuobstwiesen	16
	09.05.	★★★	Zur Ronneburg	18
	16.05.	★★/★★★★	Am Rhein entlang zum Büchnerhaus	19
	16.05.	★★	Die besonderen Orte	19
	16.05.	★★★★	Wieder zum Eichelbacher Hof	19
	20.05.	★★	Zur Obermühle	19
	20.05.	★★★	Zum Wildpark	20
	23.05.	★★	Zwischen Frankfurt und Wetterau	20
	23.05.	★★★★	Zur Hallgarter Zange	20
	30.05.	★★★★	Eine Runde durch den Spessart	22
Juni	06.06.	★★	Zeppelinmuseum in Zeppelinheim	24
	06.06.	★★	Botanische Fahrrad-Tour	24
	06.06.	★★★	Auf den Spuren derer von Holzhausen	25
	06.06.	★★★★	Taunus-Schnuppertour	25
	10.06.	★★★	Die Airport-Seen-Tour	26
	10.06.	★★★★	Vogelsberger Vulkan- und Südbahnradweg	26
	13.06.	★★	Wilhelmsbad und Dietesheimer Steinbrüche	28
	13.06.	★★★	Vivarium	28
	13.06.	★★★★	Zum Kühkopf	28
	13.06.	★★★★	Zum Neroberg	28
	19.06.	★★	Zum Biobauern	32
	20.06.	★★★	Route der Industriekultur	32
	20.06.	★★★★	Vogelsberg-Fernfahrt:	32
	27.06.	★★	Zum Zeppelin nach Bad Homburg	33
	27.06.	★★★★	Rennradtour ins Blaue	36
Juli	04.07.	★	Spielend ins Erlenbachtal	36
	04.07.	★★★	Rheingau-Riesling-Tour	36
	04.07.	★★★	Zur Rosenhöhe in Darmstadt	36
	11.07.	★★	Wo fließt der Main denn hin?	40
	11.07.	★★	Zu den Dietesheimer Steinbrüchen	40
	11.07.	★★★	Zu den Hügelgräbern	40



	11.07.	★★★★	Bayerischer Spessart.....	40
	18.07.	★★★★	Zum Hahnenkamm.....	41
	18.07.	★★★★	Eberbach am Neckar	41
	25.07.	★/★★★★	Großer Radtourensonntag	42
Aug.	01.08.	★★★★	Kleine Taunustour zum Herzberg und anderen Kuppen.....	44
	08.08.	★★★	Vordertaunus, Saalburg und Mühlenwanderweg	46
	15.08.	★★★	Zur Barbarossaquelle.....	48
	22.08.	★★★	Grüngürtel: Einmal rundherum.....	50
	22.08.	★★★★	Weinprobe beim Ökowinzer	50
	29.08.	★★★	Weinberge und Inseln	51
Sep.	05.09.	★★-★★★★	Acht Schlösser am Main	52
	05.09.	★★★★	Überraschungstour	52
	05.09.	★★★★	Auf die Karlshöhe.....	52
	12.09.	★★★	Mainz - Eine Stadt mit Geschichte	54
	12.09.	★★★	Die Domäne Mechtildshausen	54
	12.09.	★★★★	Zum Burgfest nach Oberreifenberg.....	54
	19.09.	★★★	Zum Vogelpark nach Kahl.....	56
	19.09.	★★★★	Halali zum Wetterauer Tintenfass.....	56
	26.09.	★/★★	Spielend durchs Erlenbachtal	56
	26.09.	★★★	Zum "Roten Rauscher"	57
Okt.	03.10.	★★★	Zum Bahai-Tempel.....	57
	10.10.	★★	Abseits der Hochhäuser - Architekt-Tour.....	57
	10.10.	★★★★	Durch den Taunus nach Bad Nauheim	58
	17.10.	★★★	Zum Biokonditor nach Bad König	58
	24.10.	★★★★	Aschaffenburg.....	58
Nov.	07.11.	★★★	Chicorée am Otzberg.....	58
	21.11.	★★	Überraschungstour	60
Dez.	05.12.	★★★	Weihnachtsmarkt am Schloss Emmerichshofen.....	60
	19.12.	★★★★	Schneller, höher, weiter	60
Jan.	23.01.	★★★	Hanau und Kinzigtal.....	60
	30.01.	★★★★	Weihnachtsspeck?.....	61
Feb.	27.02.	★★★	Ins kleine Brauhaus	61
März	20.03.	★★★★	Auf Umwegen nach Seligenstadt.....	61

Kinder- und Familientouren

	02.05.	★★	Mönchbruch	14
	09.05.	★★	Die Herren des Ringes.....	16
	15.05.	★	Waldspielpark und Kleintierzoo Schwanheim	18
	26.06.	★	Zum Waldspielplatz in Schwanheim	33
	04.07.	★	Spielend ins Erlenbachtal	36
	26.09.	★/★★	Spielend durchs Erlenbachtal	56



Tagestouren am Mittwoch

Touren für alle, die werktags Zeit haben, insbesondere für ältere RadlerInnen mit entsprechender Ausdauer, unterwegs Abkürzung mit RMV möglich. (★★: 40 - 60 km, leichte Steigungen, ca. 15 km/h, ★★★: 80 km für geübte RadlerInnen, zügiges Tempo, auch mit Steigungen)

	07.04.	★★	Erkundungstour in den Osten	10
	21.04.	★★★	Kasteler Brauhaus und Regionalpark	12
	05.05.	★★	Dietesheimer Steinbrüche.....	16
	26.05.	★★★	Eine sanfte Taunustour	22
	02.06.	★★	Zum kleinen Rüsselsheimer Brauhaus	24
	16.06.	★★★	Tour de Hassia.....	30
	07.07.	★★	Nach Seligenstadt.....	38
	14.07.	★★★	Zum Jagdschloss Kranichstein	40
	04.08.	★★	Fahrt in den Süden	44
	18.08.	★★★	Zum Wildpark "Alte Fasanerie"	48
	01.09.	★★	Heusenstammer Schloss	50
	15.09.	★★★	Grube Messel und Museum.....	56



06.10. ★★	Von Gelnhausen nach Hause	57
20.10. ★★★	Zur Mathildenhöhe	58

InDerStadt-Touren

Für alle, die sich in Frankfurt besser auskennen wollen: zu speziellen Zielen in der Stadt, zu frankfurt-spezifischen Themen, auf überraschenden Wegen.

07.04. ★★	Erkundungstour in den Osten	10
25.04. ★★	Von Park zu Park auf grünen Wegen ..	12
16.05. ★★	Die besonderen Orte	19
05.06. ★	Wo alle Brunnlein fließen ..	24
15.06. ★★	Von Ratsherren und Ortsbeiräten	28
13.08. ★★	Zur Friedberger Warte	46
10.10. ★★	Abseits der Hochhäuser	57
31.10. ★	Frankfurts wilder Osten	58
13.02. ★★	Weiher der alten Wallanlagen	61
13.03. ★★	Wartentour	61



KulTouren (KunstGesellschaft und ADFC)

Die ganztägigen "KulTouren" verbinden besondere Landschaftsstrecken mit kulturellen Zielen.

25.04. ★★	Hanau - Schlösser und Parks	12
16.05. ★★/★★★	Friedberg - Burgen in der Wetterau	18
30.05. ★★	Gelnhausen - Stadt, Pfalz, Museum	22
31.05. ★★	Römerstadt Dieburg	24
10.06. ★★	Dreieichenhain - Stadt, Burg, Museum	26
20.06. ★★	Oppenheim und Osthofen	32
11.07. ★★/★★★	Aschaffenburg	38
01.08. ★★/★★★	Limeshain - neue Römerforschungen	44
15.08. ★★/★★★	Pilotprojekt Regionalpark	48
05.09. ★★/★★★	Seligenstadt - Kloster und Klostergarten	52

Frankfurt erFahren (KunstGesellschaft und ADFC)

Die Nachmittagstouren "Frankfurt erFahren" bringen Architektur und Geschichte näher.

24.04. ★	Industriekultur und Sozialreform (1)	12
15.05. ★	Industriekultur und Sozialreform (2)	18
12.06. ★	Industriekultur und Sozialreform (3)	28
17.07. ★	Industriekultur und Sozialreform (4)	41
18.07. ★	Industriekultur und Sozialreform (5)	41
07.08. ★	Industriekultur und Sozialreform (6)	46
18.09. ★	Industriekultur und Sozialreform (7)	56

Nachmittagstouren

17.04. ★★	Mühlenwanderweg Urselbach	11
08.05. ★★	Wiesbadener Mieterinitiativen	16
15.05. ★	Waldspielpark und Kleintierzoo Schwanheim	18
05.06. ★	Wo alle Brunnlein fließen ..	24
26.06. ★	Zum Waldspielplatz in Schwanheim	33
03.07. ★★	Bannwald und Flughafenausbau	36
31.07. ★★	Zu besonderen Orten im Südwesten des GrünGürtels	44
11.09. ★★	Mühlentour	54
03.10. ★	Zum Sossenheimer Speierling	57
10.10. ★★	Stierstädter Heide	57
31.10. ★	Frankfurts wilder Osten	58
14.11. ★★	Frankfurts Skyline vom Schäferköppel	58
12.12. ★	Zum Weihnachtsmarkt in der Nähe	60
09.01. ★★	Orchestrion-Sammlung in Neu-Isenburg	60
13.02. ★★	Weiher der alten Wallanlagen	61
13.03. ★★	Wartentour	61



Feierabend-Touren

13.05. ★★	Zur Goethebuche im Bannwald.....	18
14.05. ★	Altarme der Nidda	18
11.06. ★★	Schwanheimer Düne und Goetheturm.....	26
15.06. ★★	Von Ratsherren und Ortsbeiräten	28
16.06. ★★	Barock am Abend	30
24.06. ★★	Quellen und Apfelweingarten.....	33
25.06. ★★	Glühwürmchenpirschfahrt	33
06.07. ★	Vom Hinkelstein zum Anglerheim	36
07.07. ★★	Barock am Abend	38
09.07. ★★	Durch den Hardtwald zum Rotlaufweg.....	38
13.07. ★	Kleine Offenbach-Rundfahrt	40
21.07. ★★★	Jubiläumstour zum Falkenstein	42
28.07. ★★	5-Seen-Tour.....	42
13.08. ★★	Zur Friedberger Warte	46
10.09. ★★★	Zum Hardtbergturn.....	54

Am 21.4., 28.4., 5.5., 12.5., 19.5., 26.5., 2.6., 9.6., 16.6., 23.6., 30.6., 7.7., 14.7., 28.7., 4.8., 11.8., 18.8., 25.8. und 1.9. finden sportliche ★★-MTB-Feierabend-Touren ("Adlersuche im Taunus") statt.

Am 21.4., 28.4., 5.5., 12.5., 19.5., 26.5., 2.6., 9.6., 16.6., 23.6., 30.6., 7.7., 14.7., 21.7., 28.7., 4.8., 11.8., 18.8., 25.8. und 1.9. finden sportliche ★★★-MTB-Feierabend-Touren ("Auf den Altkönig") statt.

Nacht-Tour

19.06. - 20.06. ★★★	Mittsommernachtstraum.....	32
---------------------	----------------------------	----

Mehrtagestouren

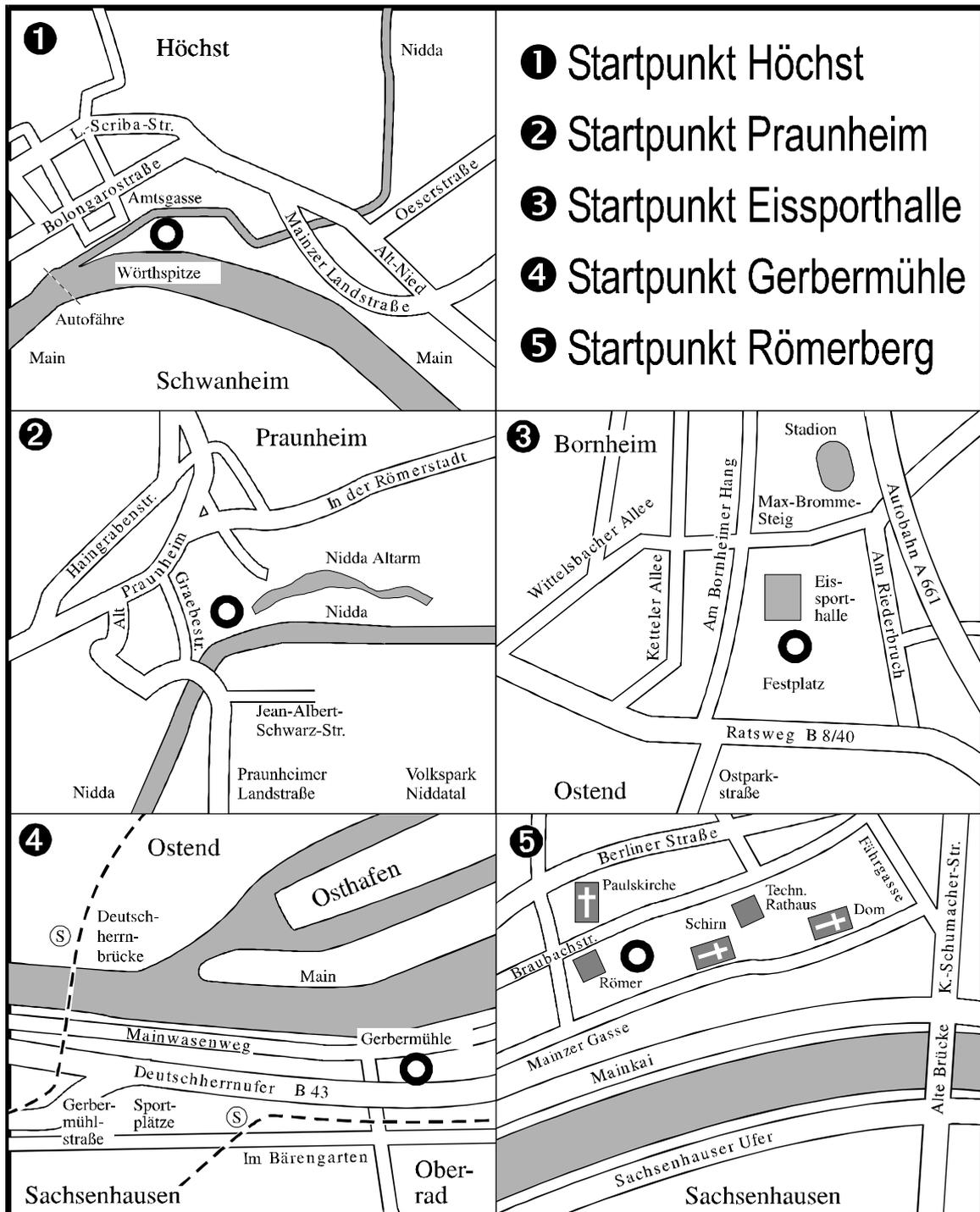
07.05. - 10.05. ★★/★★★	Ahrtal, Eifel und Mosel.....	16
20.05. - 23.05. ★★	Sherpatour in und rund um Leipzig	20
20.05. - 23.05. ★★	Ballungsraum statt Ballermann.....	20
29.05. - 31.05. ★★★	Pfingstradtour	22
01.06. - 11.06. ★★	Von Avignon nach Toulouse.....	24
10.06. - 13.06. ★★	Kaum bekannt und doch so nah: Lothringen.....	26
11.06. - 13.06. ★★	Lahntour von Lahnstein nach Gießen	26
16.06. - 23.06. ★★	Die Ostseeküste von Flensburg bis Lübeck	30
18.06. - 21.06. ★★	Mosel-Revivaltour	30
19.06. - 21.06. ★★	Von der Altmühlquelle durchs Taubertal zum Main	32
10.07. - 11.07. ★★/★★★	Michelstädter Musiknacht	38
16.07. - 18.07. ★★	Vulkanradweg.....	41
17.07. - 18.07. ★★	Fahrrad und Klassik.....	41
23.07. - 26.07. ★★★-★★★	Märchenhaftes Hessisches Bergland	42
08.08. - 14.08. ★★/★★★	Südpfalz und Nördliches Elsaß	46
14.08. - 16.08. ★★	Nordhessen - Waldecker Land	46
21.08. - 22.08. ★★	Vogelsberg und Vulkanradweg.....	48
27.08. - 30.08. ★★/★★★	Mosel, Hunsrück, Nahe und Rhein	50
28.08. - 05.09. ★★	Chiemsee und Inntal.....	51
04.09. - 05.09. ★★★-★★★	Odenwald und Heidelberg	51
05.09. - 11.09. ★★	Zwischen Vogesen und Französischem Jura	52
10.09. - 12.09. ★★	Hessische Fernradwege: R2, R3 und R1	54
15.10. - 17.10. ★★★	Fahrradwochenende im Spessart.....	58

Wanderungen

21.03. ★★	Von Lorch nach Kaub	62
28.11. ★	Auf den Spuren der Römer	62

Radtouren von Bad Vilbel..... 62**Beitrittserklärung.....** 66**Autofreie Sonntage.....** 67

Startpunkte



Sie finden das komplette Tourenprogramm und vieles mehr
auch im Internet: www.ADFC-Frankfurt.de



Sonntag, 28.03.2004 ★★

ZUM MÖNCHBRUCH

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Diese familienfreundliche Tour durch den Stadtwald führt uns zuerst nach Neu-Isenburg. Weiter radeln wir auf Waldwegen über Zepelinheim und Walldorf (dort Ausflugslokal Gundhof, Picknick oder Einkehr) in das große Naturschutzgebiet Mönchbruch. Zurück geht es an der Startbahn West entlang und über Frankfurt-Höchst.

(60 km)

Matthias Uhlig

Radreisemarkt



Informationsveranstaltung
für alle, die mit dem Fahrrad verreisen
möchten

Sonntag, 14. März, 11 bis 17 Uhr

► Eintritt 1 Euro ◀

am Samstag, 13. März, 19.30 Uhr

Retro-Diashow:

Trans-Afrika in den 80ern

Radtour durch 16 Länder

Bürgerhaus Bornheim, Arnsburger Str. 24

Sonntag, 04.04.2004 ★

DURCH DEN STADTWALD

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir radeln auf wenig befahrenen Straßen raus aus der Stadt und rein in den Wald, um den Gehspitzweiher bei Neu-Isenburg näher kennen zu lernen. Hier floss vor langer Zeit der Main. Heute ist dieser Weiher ein großes Naturschutzgebiet, in dem es wieder seltene Vogelarten gibt. Hierzu wird uns ein Biologe der Stadt Neu-Isenburg viel Interessantes erzählen. Bei gutem Wetter Picknick, sonst Einkehr in einer Gaststätte.

(30 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 04.04.2004 ★★

FRÜHLINGSFAHRT

NACH SELIGENSTADT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Zur Eröffnung der diesjährigen Radtouren-, Eisdien- und Biergartensaison geht es auf kürzestem Wege durch den Frankfurter und Offenbacher Stadtwald nach Seligenstadt. Die Strecke ist, abgesehen von den beiden Anstiegen aus dem Maintal in den höher gelegenen Wald, flach und die Wege sind in der Regel trockener als der hochwassergefährdete Mainuferweg. Auf halber Strecke gibt es die Altstadt und das Schloss von Heusenstamm zu bewundern.

(60 km)

Wolfgang Preising, Klaus Konrad

Sonntag, 04.04.2004 ★★★

INS WEINBAUMUSEUM

NACH OPPENHEIM

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Durchs Ried fahren wir zum Kornsand, wo wir mit der Fähre übersetzen. Nach dem Besuch des Weinbaumuseums in Oppenheim fahren wir entlang des Rheins und Mains zurück.

(85 km)

Michael Weingärtner, Michael Bötte

Sonntag, 04.04.2004 ★★★

AUF UMWEGEN NACH SELIGENSTADT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Hoffentlich finden sich ein paar frühjahrsfeste Radler, die sich schon zur Saisonöffnung vor der traditionellen Einkehr in Seligenstadt noch den zünftigen Umweg über den von Weinbergen umrahmten Hahnenkamm (ca. 400m ü.NN) zutrauen. Hinfahrt zwischen Main und Wetterau; Rückfahrt vorbei an der Fasanerie und über die Dietesheimer Steinbrüche.

(110 km)

Rainer Mai, Jürgen Lutz

Mittwoch, 07.04.2004 ★★

InDerStadt-Tour

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

ERKUNDUNGSTOUR IN DEN OSTEN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir wollen auf verschlungenen Wegen verschiedene Parks, Gewässer und Tümpel im östlichen Stadtgebiet erkunden. Die Tour führt uns über die Obermainanlage und den Günthersburgpark zum Lohrberg. Hier erreichen wir den GrünGürtel-Radweg, dem wir nach



Bergen-Enkheim und dem Enkheimer Ried folgen. Unterwegs werden wir zur Mittagsrast einkehren. Weiter gehts in westlicher Richtung zum Main (Flößerbrücke), wo die Tour endet.

(40 km, 40 Höhenmeter)

Klaus Konrad, Dieter Scheuer, Ilse Strasmann

Karfreitag, 09.04.2004 ★★ - ★★★★★

Stern tour von verschiedenen Startpunkten

BASILIKA UND BASILIKUM

zum Wetterauer Dom in Ilbenstadt

Abfahrt: siehe unten

Es ist gute Tradition geworden, am Karfreitag in den Sattel zu steigen und Ilbenstadt, ein fahrradbegeistertes und von Römern gegründetes Dorf südlich von Friedberg anzusteuern. Inmitten protestantischer Umgebung liegt eine katholische Insel mit einer mächtigen, 900 Jahre alten ehemaligen Klosterkirche (BASILIKA). Sie unter fachkundiger Leitung zu besichtigen, ist immer wieder ein Erlebnis. Nicht weit davon ist die Klosterschänke, die eigens für uns öffnet und gut gewürzte Speisen (BASILIKUM) bietet. Zu Beginn der Fahrradsaison treffen wir viele bekannte Gesichter, denn auch Teilnehmergruppen aus Bad Homburg, Oberursel, Wehrheim, Bad Vilbel, Eschborn, Hanau, Offenbach, Rodgau, Dietzenbach, Mühlheim und Neu-Isenburg haben wieder ihr Kommen angekündigt. Diverse Fahrtempi und Wegstrecken ermöglichen optimale Gruppengrößen.

Startpunkte in Frankfurt: (⇒ Seite 9)

08.30 Uhr – Höchst (80 km)

09.30 Uhr – Praunheim (65 km)

09.30 Uhr – Eissporthalle (60 km)

Startpunkt Bad Vilbel siehe Touren Bad Vilbel

Die Rückreise ist auch per S-Bahn möglich. Startpunkte außerhalb Frankfurts siehe Internet (www.hessen.adfc.de/touren/index.html) und Tageszeitungen.

(60 - 85 km)

Kosten: ca. € 2,00 für die Domführung

A. u. F. Linder (☎ 9515 8424) und andere

Ostersonntag, 11.04.2004 ★★ ★

ALTARME AN MAIN UND RHEIN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Linksmainisch durchfahren wir einige Erholungsgebiete und erreichen bei Ginsheim den Altarm des Rheins. Gegenüber liegt Langanau. Wer keinen Wert auf die Einkehr legt, kann die Rheinauen auf der Insel per Rad erkunden - zumindest wenn der Fahrplan der Fähre passt. Rückfahrt vorbei an Mörfelden

nach Sachsenhausen. Die Strecke ist durchgängig flach.

(70 km)

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Samstag, 17.04.2004 ★★

MÜHLENWANDERWEG URSELBACH

Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

14:00 Uhr - Haltest. U3 Hohemark

Wir lassen uns von der U-Bahn zur Hohemark bringen. Dort fahren wir hoch zur Kaiser-Friedrich-Brücke. Die Spinnerei an der Hohemark war der erste von 42 Betrieben, die über die letzten 700 Jahre die Wasserkraft nutzten. Eine Pappmühle können wir im Museum besichtigen. Der gut dokumentierte Spazierweg führt uns zur Mündung des Urselbaches in die Nidda (Hedderheim).

(25 km)

Birgit Semle (☎ 431222)

Sonntag, 18.04.2004 ★★ ★

EIN FRÜHLINGSKLASSIKER

Zu Kirschblüten und Riesling

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Zu dieser Jahreszeit ist das rheinhessische Hügelland mit seinen vielen blühenden Kirschbäumen ein ideales Terrain für romantische Radlerinnen und Radler.

Wir fahren mit der S1 von Nied nach Hochheim, strampeln hinter Mainz durch ein Obstanbaugebiet nach Mainz-Finthen und Essenheim. Anfangs steigt es leicht an, später stärker. Im gleichen Maß werden die Ausblicke immer beeindruckender. Auf diesem Streckenabschnitt wird gepicknickt. Tief unter Essenheim liegt unser Ziel, das sehr idyllische Selztal, durch das ein eigener Radweg bis Ingelheim führt. Von dort radeln wir - mit Panoramablick auf den Rheingau - über Heidesheim und Heidenfahrt (Einkehr!) zurück nach Mainz. Von Hochheim zurück mit der S1.

(70 km)

Christian Kümmerlen, Klaus Konrad

Sonntag, 18.04.2004 ★★ ★

ZU DEN BÜCHERN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Am Rande des Spessarts finden sich die zwei Bücher. Der Weg führt fast durchgehend entlang von Main und Kinzig - nur die Bücher wollen erklommen werden. Am Ziel gibt es eine Einkehrmöglichkeit.

(80 km)

Michael Weingärtner, Michael Bötte



Mittwoch, 21.04.2004

★★★

KASTELER BRAUHAUS**UND REGIONALPARK**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir radeln über Zeppelinheim und Walldorf nach Rüsselsheim. Dort wechseln wir die Mainseite und radeln auf dem nördlichen Mainuferweg nach Kostheim und Kastel. Wir kehren zum Mittagessen im Kasteler Brauhaus ein. Der Heimweg führt nach Delkenheim und durch den Regionalpark, über Wicker, Weilbach und das Rosarium bei Hattersheim nach Höchst. Auf dem Schlossplatz ist Tourenende und Schlussrast.

(70 km)

Klaus Konrad, Dieter Scheuer, Ulrich Vogt

Mittwoch, 21.04.2004

★★★

Trainingstour

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Auf der Suche nach dem "Restaurant Adler" fahren wir flott Richtung Taunus, steuern ein Ziel wie zum Beispiel Hardtbergturm, Burg Falkenstein, Hünenbergwiesen oder Saalburg an und radeln wieder nach Frankfurt zurück. Im Biergarten des "Adler", den wir bisher immer gefunden haben, kompensieren wir zusammen mit den Altkönigradlern den Flüssigkeitsverlust. Für diese Touren ist ein MTB sinnvoll, möglich ist auch ein Rad mit breiterer Bereifung und berggängiger Schaltung.

(35 km, 350 Höhenmeter)

Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten, Peter Mertens, Wolfgang Preising, Helmut Schulz

Mittwoch, 21.04.2004

★★★★

Mountainbike-Trainingstour

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Es geht straight auf den Altkönig bis zum oberen Ringwall und gleich wieder runter. Naturschutz wird respektiert! Wasser, MTB und Grundkondition mitbringen.

(35 km, 600 Höhenmeter)

Bertram Giebeler, Christina Romeis, Anne Wehr, Michael Weingärtner

Samstag, 24.04.2004

★

Frankfurt erfahren - KunstGes. und ADFC

INDUSTRIEKULTUR**UND SOZIALREFORM (1)****Siedlungen des 19./20. Jh.**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Affentorplatz
Von Wohnblöcken und Siedlungen in Sachsenhausen geht es zur Siedlung Buchschlag (Darmstädter Jugendstil).
(30 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Sonntag, 25.04.2004

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

HANAU - SCHLÖSSER UND PARKS

Abfahrt: 9:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Über das Seckbacher und Enkheimer Ried erreichen wir Wilhelmsbad mit Park, dann Schloss und Park Philippsruhe. Zurück geht es über den Park Rumpenheim und am Main entlang.

Mittagspause mit Einkehr

(45 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

H. Ahlheit, Chr. Bernatzky, O. Hügel, R. Rietschel-Kluge, R. Schoenberg

Sonntag, 25.04.2004

★★

InDerStadt-Tour

VON PARK ZU PARK**AUF GRÜNEN WEGEN**

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Ein volles Dutzend Frankfurter Parks wird mit einer Rundtour auf überraschenden Wegen miteinander verbunden. Stadtgeschichtliche und sonstige Anmerkungen zu den einzelnen Parks werden mitgeliefert.

(40 km)

Anne Wehr, Bertram Giebeler

Sonntag, 25.04.2004

★★★★

MAIN-TAUNUS-TOUR**ZUM RETTERS HOF**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Vom Römer geht es am linken Mainufer über den äußersten Westen Frankfurts an den Rand des Vordertaunus. Nun fahren wir durch Kelkheim-Münster zum Liederbachtal. Wir sind dort in einem der typischen kleinen Tälern dieser Gegend. Über Schneidhain (320 m ü.NN) erreichen wir den Rettershof (Gasthof).

Nach der Pause geht es über Fischbach zum zweiten Höhepunkt, dem Meisterturm bei Hofheim. Hier genießen wir die tolle Aussicht. Café vorhanden.



Mit dem Fahrrad auf Touren ...



Rucksäcke, Daypacks, Zelte und Schlafsäcke, funktionelle Bekleidung, Schuhe und Boote. Alles für Radtouren, Klettersport, Kanuwandern und Trekking und weitere 1000 Dinge, die sich im Freien bewährt haben, vom Kocher bis zur Isomatte.

Ansehen, Maßnahmen, Ausprobieren auf 500m² Ausstellungsfläche oder Sie fordern einfach unseren Ausrüstungskatalog an!

DER NEUE KATALOG!

Ab 15. März abholbereit für Sie im Laden!

IM FREIEN ZU HAUSE

So finden Sie uns:

- U 6 / U 7 Bockenheimer Warte (5 Min.)
- S 3-6, Westbahnhof (5 Min.)
- Parkplätze im Hof

Supertramp

Nähe Uni - Messe

Jordanstraße 30 · 60486 Frankfurt
Tel. 0 69 / 77 77 23 · Fax 0 69 / 77 20 24



www.zumbaeren.net

Gasthaus · Restaurant Zum Bären



ANNO 1799

HÖCHSTER SCHLOSSPLATZ 8 · 65929 FRANKFURT-HÖCHST · TELEFON: 069/30 93 43

Über Hofheim und Kriftel (Obstplantagen) fahren wir nach Eddersheim. Rückfahrt mit dem RMV. Einige Steigungen sind zu überwinden. (50 km, 180 Höhenmeter)
Peter Mertens, Lisa Wiese

Sonntag, 25.04.2004 ★★★★★

RONNEBURG EINMAL ANDERS

Abfahrt: 10:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
Wir fahren weitgehend auf autofreien Nebenstrecken über Maintal und Bruchköbel nach Langenselbold. Dann folgen wir dem Lauf der Gründau bis Niedergründau. Dort beginnt ein lang gezogener Anstieg bis zur Ronneburg, wo wir uns eine längere Mittagspause verdient haben. Heimwärts geht es über Marköbel und Ostheim nach Kilianstädten, von wo wir der Hohen Straße bis nach Bergen folgen. Abschlussrast in Seckbach.

(80 km)
Hartmut Lange

Mittwoch, 28.04.2004 ★★★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 28.04.2004 ★★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Samstag, 01.05.2004 ★★★★★

FRANKFURTER GRÜNGÜRTEL

Abfahrt: 11:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Wir fahren an der Nidda entlang bis Bad Vilbel, danach ist der Berger Rücken zu bezwingen. Das letzte Stück der GrünGürtel-Route führt wieder durch den Stadtwald. Unterwegs Picknick oder Einkehr.

(60 km)
Matthias Uhlig



Inhaber: Peter Kürschner

Homburger Str. 26
60486 Frankfurt/M.
☎ 069 - 777 990
Fax: 069 - 777 550

Öffnungszeiten:

Mo - Mi 10.00 bis 19.00 Uhr
Do + Fr 10.00 bis 20.00 Uhr
Sa 10.00 bis 16.00 Uhr

Mountainbikes • Trekking Räder • Reiseräder • Service

Sonntag, 02.05.2004 ★★

Kinder- und Familientour

MÖNCHBRUCH

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Es geht auf verkehrsarmer Strecke Richtung Zeppelinheim und um den Flughafen ins Naturschutzgebiet Mönchbruch. Hier Möglichkeit zur Naturbeobachtung und Einkehr. Spielplatz für Kinder vorhanden. Nach der Pause radeln wir über Kelsterbach am Main entlang zurück. (60 km)

Andrea und Werner Goy

Sonntag, 02.05.2004 ★★

Stadtteilgruppe Nordwest

VOM BAAM IN DE BEMBEL

Radtour zu den

Obstwiesen der Wetterau

Abfahrt: 09:14 Uhr - S-Bhf. Eschersheim
09:50 Uhr - S-Bhf. Bruchenbrücken
Unsere orts- und fachkundige "Sherpa" ist Umweltbeauftragte der Gemeinde Altstadt. Wir radeln über Florstadt, Altstadt, Glauberg, Stockheim und Winterberg. Mit etwas Glück blühen auf den Wiesen schon einige Bäume, und wir sichten einige brütende Zugvögel in der Wetterau. Während wir den Apfelsaft/-wein in der Kelterei und Brennerei Wenzel in Rodenbach verkosten, bekommen wir Informationen zur Bedeutung von Streuobst und zur Verarbeitung der Ernte sowie über die Tätigkeit einer engagierten Umweltbeauftragten.

Mittagseinkehr in einer zünftigen Kneipe. Rückfahrt gegen 17 Uhr ab Bruchenbrücken. Kosten: Spende an die Naturschutzgruppe Altstadt erbeten.

(70 km)
Freya Linder, Sabine Schubert

Sonntag, 02.05.2004 ★★★★★

"AUS GRAUER STÄDTE MAUERN..."

Über Berg und Tal nach

Limburg an der Lahn

Abfahrt: 10:00 Uhr - Niedernhausen/Ts.-Bhf
Endstation S2
Von Niedernhausen radeln wir auf ruhigen Wegen und Nebenstraßen, den Ausläufern des Hintertaunus folgend, zunächst nach Burgschwalbach. Im Aartal führt uns ein Radweg nach Limburg. Hier können wir die Altstadt besichtigen und uns stärken. Die Rückfahrt nach Niedernhausen erfolgt östlich des "Goldenen Grundes" über Villmar, Münster, Esch und Heftrich in abwechslungsreicher





TROJA
GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN

INHABER:
H. KABAK & O. PLIXIDA

AM LEINRITT 15
60386 FRANKFURT/MAIN
TEL. 0179 / 66 91 544

ÖFFNUNGSZEITEN:
MO.-FR. 17.00 UHR BIS 01.00 UHR
SA./SO. 11.30 UHR BIS 14.30 UHR
UND 17.30 UHR BIS 01.00 UHR
1.JUNI BIS 31.AUGUST
TÄGLICH
11.30 UHR BIS 01.00 UHR



BIKE GARAGE

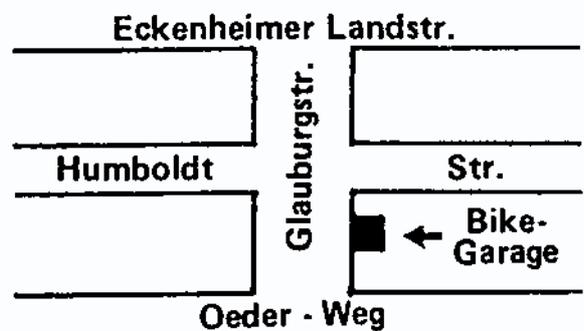
**Günstige
Mountain Bike
und
Trek-
king-
Räder**



**Reparaturen
aller
Art**

Tel.: 069 55 40 65 - Fax: 069 55 14 08
Inh.: Horst Richter
Glauburgstr. 83 b - 60318 Frankfurt/M.

Geöffnet: 10.00 - 12.00 + 15.00 - 18.30
Sa. 10 - 14.00 Uhr - Mi. geschlossen



WEINGUT BUNK-HIRSCHMANN



Radfahrer willkommen !

Unsere Öffnungszeiten 2004:

5. 3. - 5. 7. 2004

6. 8. - 5. 12. 2004

Fr. und Sa. ab 17.00 Uhr
sonntags ab 16.00 Uhr

"
während der Schlemmerwochen
23. 4. - 2. 5. 2004
täglich geöffnet

HINTERGASSE 12/14 • 65239 HOCHHEIM / MAIN
TEL. 061 46 / 94 55 • FAX 061 46 / 40 14 70

Hintertaunuslandschaft. Dabei können wir auf halber Strecke auf einem sehr schön gelegenen historischen Landgasthof einkehren. Mitzubringen sind: Freude am Radeln und gute Kondition. Rennräder sind nicht geeignet, da wir streckenweise Waldwege fahren.

(100 km)

Georg Springer, Birgit Wagenbach

Mittwoch, 05.05.2004 ★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

DIETESHEIMER STEINBRÜCHE

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Am Main entlang radeln wir nach Steinheim. In der alten Fachwerkstadt kehren wir zum Mittagessen ein. Danach können wir an einigen Aussichtspunkten die vor langer Zeit stillgelegten Dietesheimer Steinbrüche besichtigen. Rückweg über Offenbach-Bieber.

(50 km)

Rüdiger und Inge Paetow

Mittwoch, 05.05.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 05.05.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

07.05. - 10.05.2004 ★★ / ★★★

AHRTAL, EIFEL UND MOSEL

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
Bahnfahrt nach Remagen. Wir radeln durch das Ahrtal mit seinen zum Teil felsigen Weinhängen zunächst nach Ahrweiler (historischer Stadtkern). Weiterfahrt auf einer ehemaligen Bahntrasse. Schmankerl sind eine kleine Off-Road-Strecke auf einem uferbegleitenden Wanderweg durch ein Naturschutzgebiet und eine kleine Wanderung in wildromantischer Gegend. 1.Ü. in der JH Altenahr. Weiter geht es durch das Ahrtal und über die Eifelhöhen nach Hillesheim und Gerolstein (2.Ü). Ab Daun fahren wir auf einer ehemaligen Bahntrasse an Maaren und Naturschutzgebieten vorbei bis Wittlich (3.Ü) mit seinem pittoresken, barocken Altstadt kern. Durch ein romantisches Tal gelangen wir zur Mosel bei Bernkastel-Kues und folgen ihr bis Bullay. Rückfahrt mit der Bahn.

(240 km)

Maximal 15 Teilnehmer.

Kosten: 190,00 € (Bahn, Ü/F (1xJH, 2xHotel)
DZ, 1 Menü, Fähre, Besichtigungen)
170,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 03.04. beim Tourenleiter

Rainer Griga (☎ 06151 / 147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)

Samstag, 08.05.2004 ★★

WIESBADENER MIETERINITIATIVEN

Abfahrt: 13:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Über Wege zwischen Vordertaunus und Main erreichen wir den Schlosspark in Biebrich, von wo aus wir die innenstadtnahen Gründerzeitviertel von Wiesbaden ansteuern. Hier erfahren wir von betroffenen Mietern einiges über Umwandlungsdruck, Mieterinitiativen und Erhaltungssatzungen. Rückfahrt mit S-Bahn.

Die Tour entstand in Zusammenarbeit von MIETER HELFEN MIETERN und dem ADFC.

(40 km)

Jürgen Lutz, Dejan Olipic

Sonntag, 09.05.2004 ★★

Kinder- und Familientour

DIE HERREN DES RINGES

"Arbeits-Einsatz" an der Wachenburg

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:45 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Fahrt über Maintal-Bischofsheim nach Wachenbuchen. Dort im Wald bauen wir an der ehemaligen Wachenburg einen hölzernen Ringwall aus toten Ästen. Darin wollen wir dann picknicken und kleine Spiele machen. Danach gehts zum Kegelberg und ins Eiscafé im nahen Wilhelmsbad. Über Hochstadt und Bischofsheim radeln wir zurück.

Geeignet für Menschen von 7 bis 70 mit Spaß an Abenteuer. Bitte Hüte mitbringen.

(40 km)

Ivo Koch

Sonntag, 09.05.2004 ★★

DURCH DIE STREUOBSTWIESEN

Abfahrt: 10:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir folgen den Bachläufen des Vordertaunus bis kurz vor Kronberg. Dort ist ein kurzer, steiler Anstieg in die verwinkelte Altstadt zu bewältigen. Wer Lust hat, kann den Burgturm mit Panoramablick (ohne Gewähr) besteigen. Picknick im Stadtpark oder Einkehr. Mit Blick auf die Skyline von Ffm geht es über Eschborn und Nordweststadt Richtung Ginnheim, wo die Tour in einer Gartenwirtschaft endet.

(45 km)

Wolfgang Preising, Rüdiger Paetow



Bettenfachberatung in aller Ruhe
Messbett-Service
Schlafsysteme
Schlafmöbel
Matratzen
Bettwaren
-Wäsche



Seit 1989 in Frankfurt-Ginnheim
jetzt: Raimundstr. 24
Mo.-Fr. 10-13 + 15-18 Uhr oder
mit Anmeldung: 069 - 53 32 53

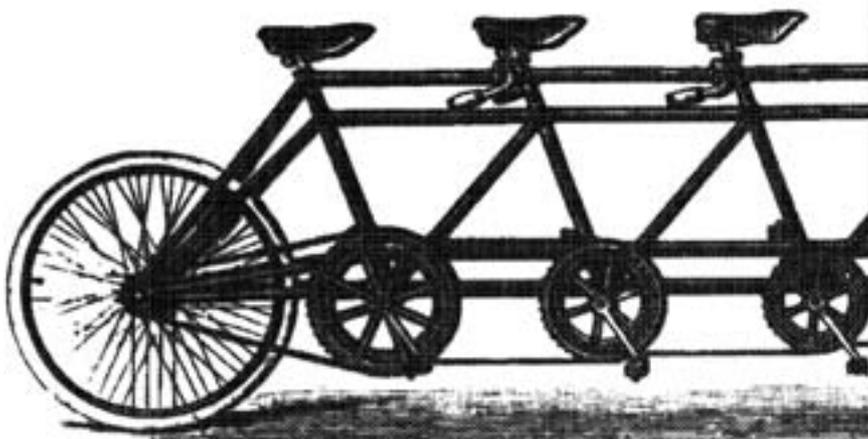
www.dormiciel.de



Gasthaus-Gartenlokal
'Zum Lemp'
Inh. Familie Bär
60435 Ffm.-Berkersheim
Berkersh. Obergasse 12
Tel. 069 / 54 32 46

Öffnungszeiten:
Dienstag - Samstag
ab 17:00 Uhr
Sonntags ab 11:30 Uhr
in der Zeit von
1. Okt. bis 1. April
auch Dienstag Ruhetag

vsf fahrradmanufaktur, Giant,
Riese und Müller, Moulton,
Pedersen, Tandems



**FAHR
RAD
GESELLSCHAFT
ERIK MEYER**

Bahnhofstr. 18
Offenbach a.M.
Tel. 069-81 58 32

Mo-Fr 14-19 Uhr, Sa 10-14 Uhr www.fahrradgesellschaft.de

Sonntag, 09.05.2004 ★★★**ZUR RONNEBURG**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Über die Hohe Straße und die Hügel der Wetterau fahren wir zur Ronneburg, wo wir Zeit für eine längere Pause haben. Zurück geht es durch die Mainebene.

(90 km)

Michael Weingärtner, Michael Bötte

Mittwoch, 12.05.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 12.05.2004 ★★★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Donnerstag, 13.05.2004 ★★**ZUR GOETHEBUCHEN IM BANNWALD**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Noch kann die über 250 Jahre alte Goethebuche als Naturdenkmal bewundert werden, jedoch nicht mehr lange, weil das für die Landebahn beanspruchte Areal vom Abholzen des Bannwaldes bedroht ist. Die Tour führt zunächst durch den Schwanheimer Wald, über den Rohsee und weiter am Kelsterbacher Mainufer entlang, bis wir zum Wildgatter in Richtung Bannwald und zur Goethebuche abzweigen. Auf der Kelsterbacher Terrasse führt uns der Weg zum "neuen Limes" sowie an keltischen Hügelgräbern, Tränken und Brunnen vorbei. Zurück radeln wir über die mediterran anmutenden Schwanheimer Dünen (Naturschutzgebiet) in die Höchster Altstadt zum Durstlöschchen.

(35 km)

Arno Schwab, Jürgen Bunzel

Freitag, 14.05.2004 ★

Stadtteilgruppe Nordwest

ALTARME DER NIDDA

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Im vergangenen Jahrhundert wurde die Nidda kanalisiert, begradigt und zwischen Dämme gelegt. Dem Hochwasserschutz wurde das liebliche Flösschen geopfert und in einen hässlichen Kanal verwandelt. Zum Glück sind jedoch einige hübsche Altarme erhalten geblieben, z. B. zwischen Praunheim und Hausen sowie im Niedwald. Diese wollen wir uns

ansehen und bis zur Wörthspitze radeln. Die Rückfahrt führt durch den Niddapark und das Ginnheimer Wäldchen. (Auch geeignet wenn man in diesem Jahr noch nicht geradelt ist.)
(25 km)

Wolfgang Loos

Samstag, 15.05.2004 ★

Frankfurt erFahren - KunstGes. und ADFC

INDUSTRIEKULTUR**UND SOZIALREFORM (2)****Siedlungen des 19./20. Jh.**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wohnblöcke in der City, im Nordend und in Bornheim sowie die Siedlung Riederwald werden besucht.

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Samstag, 15.05.2004 ★

Kinder- und Familientour

WALDSPIELPARK UND**KLEINTIERZOO SCHWANHEIM**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir fahren auf steigungsarmen Strecken durch den Stadtwald. Nach einer gemütlichen Tour erreichen wir den Waldspielpark Schwanheim. Nun können wir uns auf den mitgebrachten Badetüchern ausruhen oder, wer noch Puste hat, Tischtennis spielen etc. Ein Besuch im Schwanheimer Kleintierzoo rundet unsere Fahrt ab.

Infos über den Waldspielpark unter:
www.frankfurt.de/sis/sis/detail.php?id=24158

(25 km)

Michael Genthner, Klaus Lengefeld

Sonntag, 16.05.2004 ★★★ / ★★★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

FRIEDBERG - BURGEN**IN DER WETTERAU**

Abfahrt: 9:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:00 Uhr - Friedberger Warte

Nach der Burggruine Niederdorfelden und Burggräfenrode queren wir die Nidda und erreichen Stadt und Burg Friedberg.
Zurück mit RMV bzw. an der Nidda.

Mittagspause mit Einkehr.

(40 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

6,00 € (4,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Orlof Hügel



Sonntag, 16.05.2004 ★★ / ★★★**AM RHEIN ENTLANG****ZUM BÜCHNERHAUS**

Abfahrt: 9:50 Uhr - S-Bhf Hochheim
Wir überqueren in Mainz den Rhein, radeln am Westufer entlang nach Oppenheim und setzen bei Guntersblum mit der Fähre über zur Insel Kühkopf, dem größten Naturschutzgebiet Hessens. In Goddelau besuchen wir das zum Museum hergerichtete Geburtshaus Georg Büchners. Die Zwei-Sterne-Tour endet am Bahnhof Goddelau.

Infos zum Büchnerhaus:

www.leserattenforum.de/lrf/Projekt/Buechner/BuechnerS.htm

Die Wege sind streckenweise recht holprig, stabile Fahrräder mitbringen. Auf Wunsch Rückfahrt in zügigem Tempo - dann wird es eine Drei-Sterne-Tour.

Anfahrt mit S1 von Ffm-Hbf um 9.12 Uhr möglich (40 / 80 km)

Kosten: Bahn, Fähre, Einkehr, Eintritt
Rainer.Pipping@t-online.de (☎ 95294467),
Dirk Wenner

Sonntag, 16.05.2004 ★★

InDerStadt-Tour

DIE BESONDEREN ORTE

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Heute begeben wir uns auf Entdeckungstour in den Frankfurter GrünGürtel. Das Umweltamt der Stadt Frankfurt hat insgesamt 75 Punkte im GrünGürtel u.a. wegen ihrer landschaftlichen Schönheit, ihrer historischen Bedeutung oder ihres Freizeitwertes als sog. besondere Orte ausgewiesen. Einige davon sind allgemein bekannt, andere dagegen warten darauf, entdeckt zu werden. Auf unserer Fahrt entlang der Nidda nach Höchst und durch den Frankfurter Stadtwald zur Gerbermühle (Endpunkt) werden wir einige dieser besonderen Orte aufsuchen. Bitte Picknick mitbringen.

(40 km)

Wolfgang Preising, Gisela Schill

Sonntag, 16.05.2004 ★★★**WIEDER ZUM EICHELbacher Hof**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Dieses aus der Übergangszeit zwischen Spätgotik und Renaissance stammende Hofgut wird auf sehr lohnende Weise bewirtschaftet. Da es im Hintertaunus bei Hasselbach mit Hanglage zu finden ist, verläuft der Weg nicht steigungsfrei. Wie folgt bewältigen wir jedoch



die Strecke gut: Wir fahren durch das Lorbachtal nach Eppstein und von dort weiter über Ehlhalten, Hefrich, Esch hinauf zur Tenne (450 m ü.NN). Die Mittagspause genießen wir auf dem Eichelbacher Hof. Über den Kammweg fahren wir zurück Richtung Rotes Kreuz und um den Glaskopf. Die stark befahrene Straße nach Königstein benutzen wir nur ein kurzes Stück. Weitere Waldstrecken führen uns von der Billtalhöhe nach Schneidhain und über den Rettershof nach Fischbach. Zum Schluss stärken wir uns im Ausflugslokal Gimbacher Hof.

(80 km, 1000 Höhenmeter)

Georg Springer, Hartmut Lange

Mittwoch, 19.05.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 19.05.2004 ★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

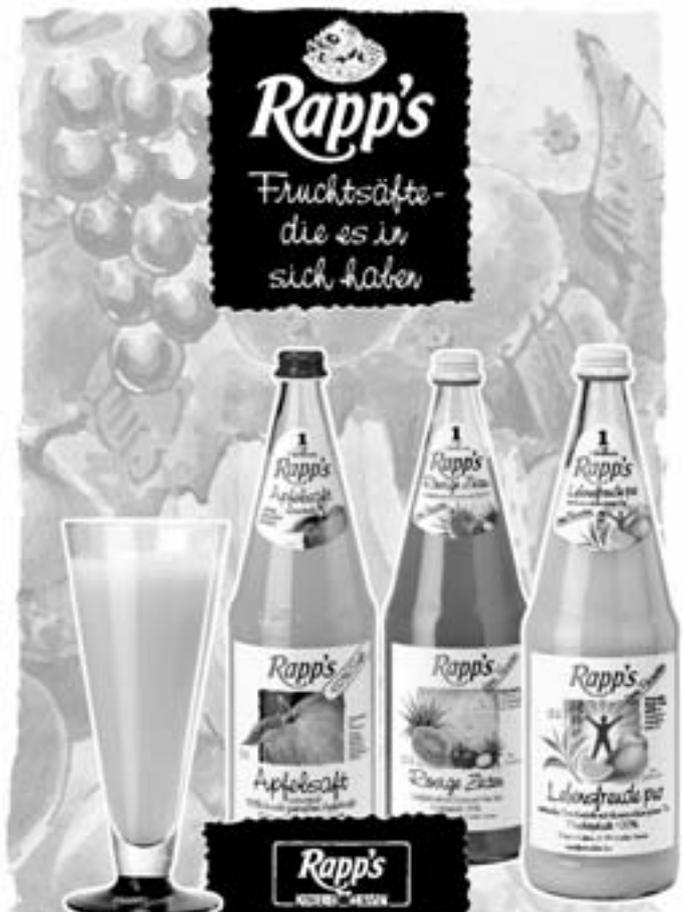
Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Himmelfahrt, 20.05.2004 ★★**ZUR OBERMÜHLE**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Bei dieser gemütlichen Tour radeln wir auf



Nebenstraßen und Waldwegen über Neu-Isenburg zum Ausflugslokal Obermühle in Offenbach-Bieber. Nach einem längeren Aufenthalt Rückfahrt am Main entlang.

(45 km)

Matthias Uhlig

Himmelfahrt, 20.05.2004

★★★

ZUM WILDPARK

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Gar nicht so weit von Frankfurt gibt es eine Möglichkeit, Tiere aus unseren Breitengraden kennen zu lernen. Durch östliche Gemeinden und Parks gelangen wir nach Wilhelmsbad (dort historisches Pferdekarusell), queren den Main an der Mühlheimer Schleuse, streifen die Steinbruchseen und gelangen weiter auf Waldwegen zu unserem Ziel, der "Alten Fasanerie". Zurück führt der Weg über die Tannenmühle nach Offenbach-Ost. Auf der Industriebahnroute quer durch unsere Nachbarstadt gelangen wir in den Stadtwald. Mittagspicknick, um genügend Zeit für den Wildpark (Eintritt) zu haben. Tourenende in Louisa (Station der Straßenbahn 14 und S3/S4).

(65 km)

Wolfgang Claus

20.05. - 23.05.2004

★★

SHERPATOUR IN

UND RUND UM LEIPZIG

in Kooperation mit

Sherpa Michael Schaaf

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Absprache, per ICE
In der Bergsteigersprache ist der Sherpa ein heimischer Führer, der mit der Gegend vertraut ist. Hier bedeutet es, dass uns ein Leipziger vier Tage "seine Stadt" zeigt. Angesichts der Unfähigkeit der Deutschen Bahn, Fahrräder im ICE zu transportieren, und der fast ebenen Topografie Leipzigs werden wir Leihräder vor Ort nutzen und Leipzig trotzdem voll genießen.

Die Nikolaikirche, Ausgangspunkt der Montagsdemonstrationen, die zur Wiedervereinigung Deutschlands führten, wird eines unserer Ziele sein, aber auch Thomanerchor und/oder Kabarett "Akademixer", Unibibliothek, aufgegebene Braunkohlegruben (evtl. bald olympiareif), besonders aber die malerische Innenstadt. Wer mag, kann das Völkerschlachtdenkmal besuchen, das an den Sieg über Napoleon erinnert. Nur noch in Nebenstraßen finden wir eine DDR-typische Stadt - dafür

aber eine kulturbeflissene, deren Lebendigkeit manch westdeutsche Großstadt in den Schatten stellt.

Max. 20 Teilnehmer

(25 - 40 km pro Tag)

Kosten: 270,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Führung und Leihrad)

240,00 € ADFC-Mitglieder

EZZ 30,00 €; Anzahlung 50,00 €

Anmeldung: bis 15.03.

Alfred Linder (alfred.linder@gmx.net),

Freya Linder (☎ 95158424)

20.05. - 23.05.2004

★★★

BALLUNGSRAUM

STATT BALLERMANN

Urlaub an Ruhr und Rhein

Abfahrt: 8:00 Uhr - Ffm-Hbf

Von Dortmund nach Köln in 4 Tagen durch 2 Landschaften: Wir besichtigen entlang des Emscherpark-Radweges viele Monumente der Industriekultur. Am Erlebnisweg Rheinschiene genießen wir moderne Architektur und urbanes Streetlife in den Metropolen Düsseldorf und Köln.

(280 km)

Kosten: 205,00 € (Bahn, Ü/F)

180,00 € ADFC-Mitglieder

Bertram Giebeler, Anne Wehr (☎ 591197)

Sonntag, 23.05.2004

★★

ZWISCHEN FRANKFURT

UND WETTERAU

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir radeln Richtung Osten durch den Fechenheimer und Enkheimer Wald nach Bischofsheim. Über Hochstadt und Wachenbuchen geht es in die Nähe von Kilianstädten. Hier wollen wir rasten. Büdesheim und Gronau liegen auf unserem Weg Richtung Seckbach, wo unsere Tour zünftig enden soll. Die Strecke nach Wachenbuchen ist ein wenig hügelig. Mehrere Pausen sind unterwegs vorgesehen. Verpflegung bitte mitbringen!

(45 km)

Jean Coquelin

Sonntag, 23.05.2004

★★★★

ZUR HALLGARTER ZANGE

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

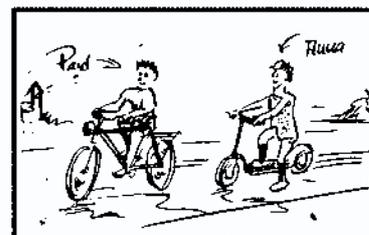
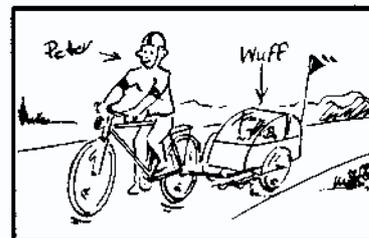
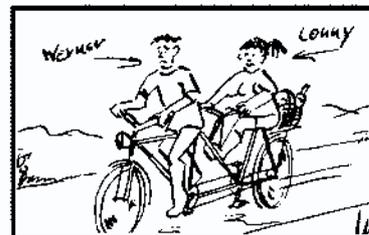
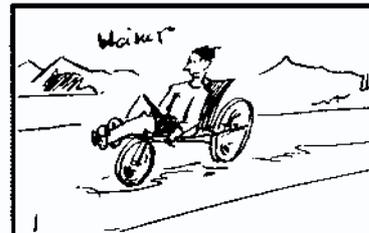
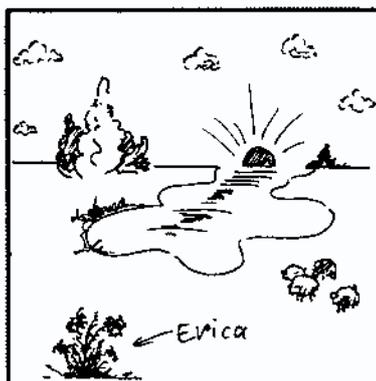
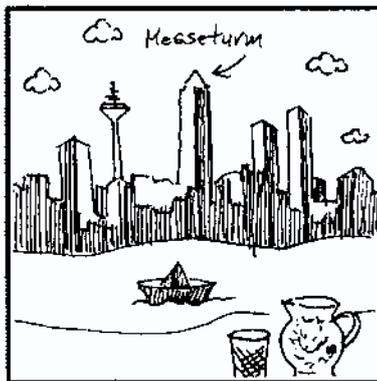
Möglicherweise werden uns die diversen Steigungen auf dieser sehr attraktiven, aber auch anspruchsvollen Tour schon ein wenig "in die Zange nehmen".



Fahrräder für alle Landschaften + Lebenslagen.

Stadt-, Touren- und Trekking-Räder
 Kinder-, Jugend- und Falträder
 Renn- und Sporträder
 Mountain-Bikes
 Liege- und Last-Räder, Tandems
 Anhänger und Zubehör
 Kleidung, Literatur und Karten
 Beratung und Service

- Fahrrad-manufaktur
- Utopia
- Kogamyata
- Villiger
- Stevens
- Gudereit
- Puky
- Enik
- Brompton
- riese & müller
- Steppenwolf
- Maxcycles
- Zwei plus zwei
- Falter



Finanzierungen

Wenn Sie Ihr Rad im Frühjahr haben möchten, sich es aber eigentlich erst im Herbst leisten können, bieten wir Finanzierungsmöglichkeiten an.

Öffnungszeiten:
 Montag bis Freitag
 von 10.00 - 18.30 Uhr,
 Samstag
 von 9.30 - 16.00 Uhr.
 Von Oktober bis Februar
 ist unser Geschäft
 samstags bis 14.00 Uhr
 geöffnet

Von Nied fahren wir mit der S2 bis Niedernhausen, von wo wir zugleich den Anstieg zur Platte oberhalb Wiesbadens in Angriff nehmen. Weiter durch den Taunus steuern wir danach über Eiserne Hand, Taunus-Wunderland und Hausen v.d.H. (unterwegs Picknick) unser eigentliches Ziel an, die hoch über dem Rheingau gelegene Hallgarter Zange (580 m ü.NN) mit Ausflugslokal und Ausichtssturm.

Nach längerer Pause ist vielleicht sogar noch ein Abstecher zum Kloster Eberbach möglich. Die Abfahrt in den Rheingau und die Route an Rhein und Main zurück ist nur noch Radgenuss pur.

(80 km)

Christian Kümmerlen

Mittwoch, 26.05.2004 ★★★

EINE SANFTE TAUNUSTOUR

Abfahrt: 10:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Zum Eingewöhnen gehts über Feldwege des Vordertaunus nach Seulberg. Hier beginnt der stetige Anstieg durch Buchenwälder zur Saalburgsiedlung (Einkehr möglich). Über Oberhain und die Saalburg radeln wir auf Waldwegen mit mäßigen Steigungen zum Sandpläcken, dem höchsten Punkt unserer Tour (700 m ü.NN, Einkehr). Der Tillmannsweg führt uns bergab über den Fuchstanz nach Falkenstein. Hier verlassen wir den Wald und radeln meist abseits der Ortschaften zurück nach Praunheim.

(60 km, 700 Höhenmeter)

Wolfgang Loos, Ilse Strasmann

Mittwoch, 26.05.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 26.05.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

29.05. - 31.05.2004 ★★★

PFINGSTRADTOUR

Mit Rad und Zelt durchs Hessenland

Abfahrt: 09:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
Die erste Tagesetappe führt uns durch die Wetterau nach Grünberg (1.Ü). Durch die Ausläufer des Vogelsberges radeln wir am nächsten Tag ins romantische Schwalmatal und gelangen in das Städtchen Frielendorf am

Rande des Knüllgebirges (2.Ü). Die Schlussetappe verläuft über Homberg/Efze zur Eder und weiter entlang der Fulda in die nordhessische Metropole Kassel, wo wir nachmittags eintreffen werden. Von dort individuelle Heimreise mit der Bahn.

(240 km)

Kosten: 50,00 € (Zeltplatz)

40,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 22.05.

Hartmut Lange (☎ 06109/3561), K.H. Muth

Pfingstsonntag, 30.05.2004 ★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

GELNHAUSEN -

STADT, PFALZ, MUSEUM

Abfahrt: 9:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:00 Uhr - Friedberger Warte

Über die Hohe Straße und durch das Kinzigtal erreichen wir das mittelalterlich geprägte Gelnhausen. Besichtigt wird die Stadt sowie die Pfalz bzw. das Museum.

Zurück mit RMV.

Mittagspause mit Einkehr bzw. Picknick.

(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

6,00 € (4,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Christa Bernatzky,
Horst Ahlheit



Pfingstsonntag, 30.05.2004 ★★★

EINE RUNDE DURCH DEN SPESSART

Abfahrt: 09:10 Uhr - Ffm-Hbf

Mit Regionalexpress (ab 9.26 Uhr) nach Bad Soden-Salmünster (an 10.15 Uhr). Von dort radeln wir entlang der Kinzig über Sterbfritz zur Sinn, der wir bis zum Jossgrund folgen. Nach einer Einkehr durchfahren wir den Jossgrund. Über Bad Orb erreichen wir Wächtersbach. Wir benutzen überwiegend Wirtschafts- und Waldwege. Rückfahrt mit der Bahn.

(95 km, 500 Höhenmeter)

Helmut Schulz, Theda Bunje



Ihr Fachgeschäft für Fahrräder, Heimtrainer und Baby-Erstausrüstung Ständig über 600 Räder in der Ausstellung



Hasengasse 5-7 • Kleinmarkthalle, Parkhaus gegenüber Konstabler Wache • 60311 Frankfurt • Telefon 0 69/28 49 92
Filiale Sportarena, Hauptwache 1 • Parkhaus Hauptwache • 60313 Frankfurt • Telefon 0 69/28 58 61

Gasthaus Jahnvolk



Die Gartenwirtschaft „Jahnvolk“ – gezeichnet von Ferry Ahlfs

**A. Stelzer, Kirschwaldstr. 40
60435 Ffm Tel/Fax 069-529379**

Öffnungszeiten:

So 15⁰⁰ - 22⁰⁰ Mo-Fr 16³⁰ - 00³⁰

Samstag Ruhetag (Gesellschaften möglich)

Küche So bis 16⁰⁰ - 21⁰⁰, Mo-Fr bis 23⁰⁰

50 Sitzplätze und
20 Plätze Colleg
ca. 200 Sitzplätze
im schönem Biergarten

mit Spielplatz
eigenem Parkplatz

Gutbürgerliche Küche
und Saison-Gerichte
Motto - Wochen

Buffett-erfahren für
Familienfeiern aller Art

Gesellschaften tagsüber
nach Absprache möglich

Pfingstmontag, 31.05.2004 ★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

RÖMERSTADT DIEBURG

Abfahrt: 10:00 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz
Über Buchschlag und die Grube Messel (Aus-
sichtsplattform) geht es über den Mainzer
Berg bis nach Dieburg. Hier interessieren uns
vor allem das Museum und die Römerzeit.
Zurück über Rodenbach und mit RMV.
Mittagspause mit Einkehr.
(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

6,00 € (4,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg

01.06. - 11.06.2004 ★★**VON AVIGNON NACH TOULOUSE**

Nach Absprache fahren wir mit dem Auto von
Frankfurt nach Avignon, wo uns ein nettes
Hotel erwartet. Am nächsten Tag starten wir
unsere Tour Richtung Toulouse via Nimes,
Montpellier, Beziers, Narbonne, Carcassonne,
Castelnaudary entlang des Canal du Midi mit
Abstechern rechts und links. Rückfahrt von
Toulouse nach Avignon mit der Bahn.
Da wir öfter unsere Quartiere wechseln müs-
sen, werden die Etappen auf ca. 70 km be-
grenzt. Weitere Infos beim Tourenleiter.
(500 - 550 km)

Kosten: 630,00 € (Fahrt, Ü/HP)

590,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 15.04.

jean@coquelin.de.(459917)

Mittwoch, 02.06.2004 ★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

ZUM KLEINEN**RÜSSELSHEIMER BRAUHAUS**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Wir setzen mit der Fähre über und fahren am
Main entlang, bis wir hinter Kelsterbach den
Fluss verlassen. Auf stillen Waldwegen errei-
chen wir Alt-Haßloch, wo wir bei gutem Wetter
im Biergarten des Kleinen Brauhauses unser
Mittagessen haben. Unser Rückweg bringt
uns zur Genovevahütte. Hier können wir bei
einigem Glück Damwild beobachten. Nach
einer Stippvisite auf der Aussichtsplattform der
Startbahn West geht es heimwärts.
Schlusseinkehr nach dieser flachen Tour ist
beim "Bären" auf dem Höchster Schlossplatz.
(60 km)

B. Rebna (☎ 06196/42435), Ilse Strasmann

Mittwoch, 02.06.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 02.06.2004 ★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Samstag, 05.06.2004 ★

InDerStadt-Tour

WO ALLE BRÜNNLEIN FLIESSEN ...

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir werden bei weitem nicht alle, aber einige
ganz besondere Brunnen oder Brunnenanla-
gen aufsuchen, die in besonderer Weise mit
der Geschichte oder der Gegenwart Frankfurts
verbunden sind. Kurze Erklärungen gibt es
jeweils vor Ort.
(20 km)

Kamilla Nuyken, Anne Wehr

Sonntag, 06.06.2004 ★★**ZEPPELINMUSEUM IN ZEPPELINHEIM**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Gemütliche Radtour über Gerbermühle zum
Goetheturm. Dann durch den Stadtwald über
Gravenbruch und Sprendlingen nach Zep-
pelinheim. Aufenthalt zur Besichtigung des
Zeppelinmuseums (Eintritt frei). Rückfahrt vor-
bei an der Unterschweinstiege nach Schwan-
heim, dann dem Main folgend. Mittagspause
mit Einkehr.
(50 km)

Michael Bunkenburg, Gisela Schill

Sonntag, 06.06.2004 ★★**BOTANISCHE FAHRRAD-TOUR****Waldgesellschaften im Rhein-Main-Gebiet**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Auf der "Fahrrad-Exkursion" - insbesondere
für botanisch und ökologisch Interessierte -
werden in naturnahen Feuchtwäldern, Ei-
chen- und Buchen-Mischwäldern der westli-
chen Untermainebene charakteristische
Pflanzenarten vorgestellt. Auch die Folgen
von Grundwasserentnahmen und die Einflüs-
se der Forstwirtschaft auf die Vegetation
werden wichtige Themen sein. Keine Vor-
kenntnisse erforderlich! Da öfters gehalten
wird, ist die Tour für zügig fahrende Radler
weniger geeignet.

Die Exkursion führt zum Rohsee im Schwan-
heimer Wald, zum Mönchbruch (Einkehr oder

Picknick) und in den Treburer Unterwald. Rückfahrt am Mainufer, bei Bedarf ab Mörfelden oder Kelsterbach mit der S-Bahn.

Festes Schuhwerk und "dornenfeste" Kleidung empfehlenswert. In den Sumpfwäldern muss mit lästigen Stechmücken gerechnet werden.

(60 km)

Werner Manzke, Martin Wentzel

Sonntag, 06.06.2004

★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

AUF DEN SPUREN

DERER VON HOLZHAUSEN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Das Geschlecht derer von Holzhausen bestimmte rund 700 Jahre die Geschicke von Frankfurt und der Wetterau. Sie stellten allein in Frankfurt 66 Bürgermeister. Obwohl die Familie vor 80 Jahren ausgestorben ist, haben sich bis heute deutliche bauliche Spuren erhalten. Auf diesen werden wir wandeln. Die Mittagseinkehr wird irgendwo in der Wetterau sein. Nach einem munteren Auf und Ab gibt es eine Schlusseinkehr in der Krebsmühle.

(65 km, 300 Höhenmeter)

Doris Fiekers, Michael Dorgarten

KunstGesellschaft

26.6.-3.7. **Saale-Unstrut**

Halle, Merseburg, Naumburg, Memleben, Bad Frankenhausen

Bahn, 7 Ü an ca. 5 Orten, 30-50 km
EUR ca. 420/440 (früh: 400/420) incl.

24.-31.7. **Nördl. Harzvorland**

Halle, Quedlinburg, Magdeburg
Bahn, 7 Ü an ca. 5 Orten, 30-50 km
EUR ca. 420/440 (früh: 400/420) incl.

28.8.-4.9. **Dessau-Wörlitz**

Bauhaus, Gartenreich, Wittenberg
Bahn, 7 Ü im Standortquartier, 20-50 km
EUR 360/380 (früh: 340/360) inclusive

KunstGesellschaft

Keplerstr. 7A, 60318 Frankfurt/Main

Fon / Fax 069 / 55 21 91

eMail: info@kunstgesellschaft.de

www.kunstgesellschaft.de

Sonntag, 06.06.2004

★★★★

TAUNUS-SCHNUPPERTOUR

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Der Mainradweg führt uns bis Mainz-Kostheim. Weiter geht es fast autofrei am Rand von Wiesbaden vorbei Richtung Platte, dem "Höhepunkt" unserer Tour. Nach einer Rast in der Gaststätte am ehemaligen Jagd-schloss erwartet uns nach kurzer Antrittsstrecke eine rasante Abfahrt mit Auslauf in Niedernhausen (Rückkehrmöglichkeit mit S-Bahn). Wer vorher beim Schlemmen von Gewissensnöten geplagt wurde, kann jetzt überschüssige Kalorien nach Ruppertshain in Hubarbeit umsetzen. Danach lässt die Schwerkraft unsere Räder direkt zu einem Ausflugslokal rollen. Erfrischt brechen wir auf, um über Bad Soden und Sulzbach in Sossenheim zur Main-Metropole zurückzufinden. Zum Teil wird offroad gefahren - keine zu schmalen Pneu's! (100 km)

Georg Springer, Birgit Wagenbach

Mittwoch, 09.06.2004

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12



**PETER'S
RADTREFF**
Individueller Radbau
Meisterbetrieb

Inh. Peter Ringeisen

Silberstr. 27 • 60529 Frankfurt/M (Schwanheim)

Telefon 069 - 35 09 09 • Telefax 35 00 10

koga miyata

THE QUALITY PEOPLE IN CYCLING

GIANT
BICYCLES

ORTLIEB
OUTDOOR EQUIPMENT



PIAGGIO SERVICE

DEKRA Stützpunkt

Roller- u. Fahrradfinanzierung • Radkoffer-Verleih

Öffnungszeiten:

Okt. bis Feb. Mo. - Fr. 10.00 - 13.00 + 15.00 - 19.00 • Sa. 10.00 - 13.00 Uhr

März bis Sep. Mo. - Fr. 9.30 - 13.00 + 15.00 - 19.00 • Sa. 9.30 - 13.00 Uhr

- Mittwoch geschlossen -

www.peters-radtreff.de

Reparaturen
aller Art.

Fach- und
sachgerecht
aus
Meisterhand.

Schnell
und
zuverlässig.

Testen Sie
uns!

Mittwoch, 09.06.2004 ★★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 12

Fronleichnam, 10.06.2004 ★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

**DREIEICHENHAIN -
 STADT, BURG, MUSEUM**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz
 Über ein Regionalparkkunstwerk erreichen wir Dreieichenhain. Zurück führt unser Weg über den Regionalparkteil Dietzenbach mit Aussichtsturm "Ballett der Bewegungen" und Geschichtspfad.

Mittagspause mit Einkehr.
 (45 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:
 5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)
 Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg



Fronleichnam, 10.06.2004 ★★★★★

DIE AIRPORT-SEEN-TOUR

Abfahrt: 09:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 10:00 Uhr - N-I, Straßenbahnronde

Durch den Stadtwald radeln wir über das Neulsenburger Straßenbahnronde, am Langener Waldsee und Lindensee entlang zum Egelsbacher Airport. Der Rückweg führt am Ernst-Ludwig-Teich vorbei, über Alte Scheuer (Herrenmühle), Burg Dreieichenhain und Neulsenburg. Unterwegs Picknick oder Einkehr.

(70 km)
 Matthias Uhlig

Fronleichnam, 10.06.2004 ★★★★★

**VOGELSBERGER VULKAN-
 UND SÜDBAHNRADWEG**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 Durch den Enkheimer Wald fahren wir zur Hohen Straße und über Windecken, Altstadt, Stockheim zum Vulkanradweg. Weiter erklimmen wir via Ortenberg und Gedern die Höhen des Vogelsberges, bis wir in Hartmannshain mit 580 m ü.NN den höchsten Punkt unserer Tour erreichen. Da wir auf einer ehemaligen Bahnstrecke fahren, sind die Steigungen moderat. In Hartmannshain treffen wir auf den brandneuen Vogelsberger Südbahnradweg. Diesem folgen wir nun bergab über Birstein

nach Wächtersbach, auf oder entlang der ehemaligen Strecke der Vogelsberger Südbahn. Zur Rückfahrt benutzen wir den RMV. Bis auf wenige Stellen ist diese Tour autofrei. Je nach Lust und Laune finden wir in Hartmannshain oder zum Abschluss in Wächtersbach ein Lokal.

(110 km)
 Albrecht und Sebastian Reinhard

10.06. - 13.06.2004 ★★★★★

**KAUM BEKANNT UND DOCH
 SO NAH: LOTHRINGEN**

Abfahrt: 7:00 Uhr - Ffm-Hbf
 Im Unterschied zum Elsaß ist Lothringen touristisches Neuland. Die Tour führt in einer großen Schleife von Saarbrücken nach Metz: entlang des Saar-Kohle-Kanals, in die prächtige Jugendstilmetropole Nancy, durch die weitläufigen Flusslandschaften von Mosel und Maas und durch die großflächigen Biotope des

Naturschutzgebiets "Parc régional naturel de Lorraine".
 (340 km)

Kosten: 190,00 € (Bahn, Radtransport, Ü/F)
 165,00 € ADFC-Mitglieder
 B.Giebeler, A.Wehr (☎ 591197), M.Dorgarten

Freitag, 11.06.2004 ★★

Stadtteilgruppe Nordwest
**SCHWANHEIMER DÜNE
 UND GOETHETURM**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Schwanheimer Feld und Wald mit Schlusseinkkehr im Restaurant am Goetheturm.
 (40 km, 50 Höhenmeter)
 Freya Linder (☎ 95158424), Alfred Linder

11.06. - 13.06.2004 ★★

**LAHNTOUR VON
 LAHNSTEIN NACH GIESSEN**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf
 Per Bahn nach Koblenz. Dann fahren wir ein kurzes Stück entlang des Rheins nach Lahnstein/Lahneck zur Mündung der Lahn. Weiter radeln wir über Bad Ems und Nassau nach Obernhof (1.Ü), dem einzigen Weinort im Lahntal. Dort ist eine Weinprobe geplant. Am 2. Tag steuern wir zunächst Diez an. Diese Strecke hat einige Steigungen, ist aber sehenswert mit schönen Fernsichten. Weiter fahren wir entlang der Lahn über Limburg, Runkel



10 Jahre Brauhaus

Jeden Werktag ab 12⁰⁰ Uhr
Mittagstisch nur 5,-€

Gaststätte
Brauerei
Biergarten



17⁰⁰ bis 19⁰⁰ Uhr Happy Hours:
0,4l Haßlocher Bier nur 1,70 €

An der Wied 1, 65428 Rüsselsheim-Alt Haßloch, Tel. 0 61 42 / 56 24 30
Mo-Sa ab 12.00 Uhr, Sonntags ab 11.00 Uhr



Verkauf
Versand
Vermietung
Indiv. Radbau
Service

Fahrradscheune

Liege-, Touren- & Spezialräder

Alt-Harheim 27
60437 Frankfurt

06101 48 9 58

www.fahrradscheune.de

info@fahrradscheune.de

Schnuppertouren mit dem Liegerad - organisiert und kostenlos !

11. Frankfurter Liegerad-Treffen
Samstag, 08. Mai 2004 ab 14.00 Uhr
im Hof der Fahrradscheune

Wir freuen uns auf Ihr Kommen !

nach Weilburg (2.Ü). Die letzte Etappe führt über Wetzlar nach Gießen. Rückfahrt per Bahn.

Wir radeln überwiegend auf ruhigen Wegen oder verkehrsarmen Landstraßen.

(50 - 70 km je Tag)

Kosten: 155,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Weinpr.)
140,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 07.05.

Michael@Bunkenburg.de (☎ 75057383)

Samstag, 12.06.2004 ★

Frankfurt erFahren - KunstGes. und ADFC

INDUSTRIEKULTUR

UND SOZIALREFORM (3)

Siedlungen des 19./20. Jh.

Abfahrt: 14:00 Uhr - Galluswarte, S-Bhf.

Gallus, Nied, Höchst und Zeilsheim werden besucht mit den Siedlungen: Hellerhof (alt), Erbbaublock, E.-Wildermuth, Eisenbahner, Engelsruhe, Heimchen und Colonie.

(30 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Sonntag, 13.06.2004 ★★

WILHELMSBAD UND

DIETESHEIMER STEINBRÜCHE

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Über Fechenheimer und Enkheimer Wald, Bischofsheim, Hochstadt und Wachenbuchen gelangen wir nach Wilhelmsbad. Von da führt der Weg nach Philippsruhe und zu den Dietesheimer Steinbrüchen. Die Rückfahrt erfolgt über Lämmerspiel und Stadtwald. Einkehr vorgesehen!

(60 km)

Jean Coquelin

Sonntag, 13.06.2004 ★★

VIVARIUM

Abfahrt: 9:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Unser Weg führt uns über Neu-Isenburg und Dreieichenhain zum Forsthaus Kalkofen. Nach einer Einkehr radeln wir zum Eisenbahnmuseum in Kranichstein und auf die Rosenhöhe zum Vivarium (Zoo). Danach geht es über Rödermark-Urberach, Dietzenbach und Neu-Isenburg zurück.

(75 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 13.06.2004

★★★★

ZUM KÜHKOPF

Abfahrt: 09:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Vielleicht ist es nicht allzu bekannt, dass man von Frankfurt aus ohne Umwege, westlich an Groß-Gerau vorbei, größtenteils auf guten Wald- und landwirtschaftlichen Wegen nach Stockstadt ins größte Hessische Naturschutzgebiet fahren kann. Ein kurzer Besuch im dortigen Informationszentrum veranschaulicht uns, warum sich hier eine große Anzahl verschiedenster Vogelarten aufhält oder durchzieht. Übrigens wurde am Rhein auch nach Gold geschürft. Auf dem Kühkopf Picknick. Rückfahrt über Erfelden auf einer anderen Route, ebenfalls autofrei. Wem die Puste ausgegangen ist, kann mit der neuen S7 zurückfahren. Bitte genügend zu Essen und Trinken mitnehmen. Die Tour endet am Oberforsthaus (Station der Straßenbahn 21).

(100 km)

Wolfgang Claus

Sonntag, 13.06.2004

★★★★

ZUM NEROBERG

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Die seit über hundert Jahren mit Ballastwasser angetriebene Bergbahn zum Neroberg, einem attraktiven Ausflugsziel von Wiesbaden, ist ein nostalgisches Highlight, nicht nur für Industriedenkmal-Liebhaber. Bei der Anfahrt zum Neroberg aus nordöstlicher Richtung - vorrangig über Wald, Flur und Weinberge, auch Quellen werden zum Durstlöschen einbezogen - sind einige Schweißperlen fordernde Steigungen nicht zu vermeiden. Auf dem Neroberg Rast (Café, Tempel und Amphitheater). Evtl. noch kurzer Abstecher zum "Zuckerbäcker" im Nerotal.

Zurück durchstreifen wir die hügelreiche Landeshauptstadt bis zum Biebricher Schloss. Von dort aus geht es flussaufwärts zurück. Ressourcen schonend kann ab Mainz-Kastel vom RMV Gebrauch gemacht werden.

(110 km)

Arno Schwab, Kirsten Kuhn

Dienstag, 15.06.2004

★★

InDerStadt-Tour

VON RATSHERREN

UND ORTSBEIRÄTEN

Die nördlichen Stadtteile

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Wenn vom Rathaus in Frankfurt die Rede ist,



Zweirad Ganzert

Mainzer Landstraße 234
60326 Frankfurt (Galluswarte)

Telefon 069/73 43 86
Fax 069/73 17 93



DIAMANT

HERCULES

KETTLER ALU-RAD



HOF GIMBACH



Umgeben von einer wunder-
schönen Natur genießen Sie
unseren selbstgekelterten Apfel-
wein und gepflegte Speisen.

Unsere Gasträume bieten für
Wander- und Radfahrgruppen
ebenso ausreichend Platz wie für
Familienfeste bis 70 Personen.

Hof Gimbach · 65779 Kelkheim/Taunus · Tel. 0 61 95 - 32 41 · Fax 0 61 95 - 7 22 13
Internet: www.hof-gimbach.de · Email: hof-gimbach@hof-gimbach.de

Fahrradhaus Wagner

WINORA

Familientradition seit 1929



MODULAR SYSTEM

GALVIN

WHEELER

VICTORIA

Diamondback CONWAY



Woogstr. 21
60431 Frankfurt am Main/Ginnheim
Tel.: 069-95294844
Fax: 069-95294856

oder im Internet unter:

www.FahrradWagner.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag:
Von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr sowie
von 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Mittwoch nachmittag geschlossen.
Samstag von 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Alle Namen und Logos sind eingetragene Markenzeichen der jeweiligen Hersteller

denkt jeder gleich an den Römer, das Rathaus der mittelalterlichen Kernstadt. Dabei existiert das Stadtgebiet in seiner heutigen Form und Ausdehnung erst seit 1977, nachdem zahlreiche ehemals selbstständige Dörfer und Städte im Umland eingemeindet wurden.

In einem großen Bogen fahren wir von Praunheim, das in diesem Jahr sein 1200-jähriges Bestehen feiert, über Niederursel, Kalbach, Nieder-Eschbach, Nieder-Erlenbach und Harheim nach Berkersheim und steuern dabei die zum Teil noch vorhandenen, ehemaligen Rathäuser an.

(20 km)

Wolfgang Preising

Mittwoch, 16.06.2004 ★★★

TOUR DE HASSIA

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir fahren zunächst auf der Fahrradrouten in Richtung Seckbach. Danach kommen wir am Huthpark vorbei, über den Lohrberg und Berger Hang, durch den Vilbeler Wald nach Bad Vilbel und an der Nidda entlang bis Karben zum Ludwigsbrunnen. Dort kurze Rast. Zurück radeln wir nach Bad Vilbel zur Besichtigung der Brunnenbetriebe "Hassia und Luisen" um 14:00 Uhr (begrenzte Teilnehmerzahl). Proviant muss jeder selbst mitbringen. Diese Tour wird zusammen mit der ADFC-Ortsgruppe Bad Vilbel durchgeführt.

Anmeldung bis 14.06.

(45 km)

Jürgen Knies. (06101/64892)

Mittwoch, 16.06.2004 ★★

BAROCK AM ABEND

Abfahrt: 18:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Der kleine Kulturtrip geht überwiegend durch den Sachsenhäuser Stadtwald. Er führt zu zwei Anlagen des 17./18. Jahrhunderts: Schloss Schönborn in Heusenstamm mit einer Kirche von Balthasar Neumann und die erst 300 Jahre alte planmäßige Stadtanlage hugenottischer Emigranten von Neu-Isenburg.

(30 km)

Frank Berger

Mittwoch, 16.06.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 16.06.2004 ★★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

16.06. - 23.06.2004 ★★★

DIE OSTSEEKÜSTE VON

FLENSBURG BIS LÜBECK

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Am nördlichsten Zipfel Deutschlands beginnt unsere Tour durch Schleswig-Holstein. Entlang der Flensburger Förde fahren wir über Glücksburg zur Geltinger Bucht und durch die Moränenlandschaft Angeln bis an die Schlei. Diesen schmalen Fjord umrunden wir, schauen uns Schleswig an und radeln durch das sanft hügelige Schwansen nach Eckernförde. Vorbei an malerischen Steilküsten erreichen wir die Kieler Förde, erleben dort die Kieler Woche und kommen dann an kilometerlange, weiße Sandstrände. Nach einem Abstecher zum Plöner See, fahren wir durch die sattgrüne Holsteinische Schweiz an die Lübecker Bucht. Als krönender Abschluss erwartet uns Lübeck mit seinem mittelalterlichen Stadtkern. Die Route verläuft meist auf Radwegen oder ruhigen Nebenstraßen. Es muss mit Wind und Regen gerechnet werden. Die Strecke an der Küste ist nicht immer flach.

Maximal 15 Teilnehmer

(65 - 85 km je Tag)

Kosten: 415,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)

390,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 15.05.

Frühbucher/Innen bis 01.05.

Nachlass 20,00 €

Theda.Bunje@gmx.de (☎ 06145 / 990110)

18.06. - 21.06.2004 ★★ (🍷🍷)

MOSEL-REVIVALTOUR

Abfahrt: 07:40 Uhr - Ffm-Hbf

Das sonnige Flusstal der Mosel ist begrenzt von steilen Weinbergen. Wie die Perlen einer Kette sind kleine Winzerorte mit romantischen Fachwerkhäusern, Burgen und Ruinen entlang des Tals aufgereiht. Tagsüber radeln wir gemütlich ca. 50 km, abends werden wir den Wein verkosten, denn nach einem alten Spruch macht uns mit einer Landschaft nichts vertrauter als der Genuss der Weine, die auf dieser Erde gewachsen und von ihrer Sonne durchleuchtet sind.

(190 km)



MAINBIKE

Trekkingräder
Mountainbikes
Kinderanhänger
Reparaturen
Zubehör
Beratung
Service

z.B.

Trekkingrad, komplette
Shimano LX-Ausstattung,
Manitou-Luxe-Federgabel,
gefederte Sattelstütze,
verstellbarer Vorbau,
Magura HS 33 Bremse,
Speichendynamo,
SKS-Schutzbleche.
Alle Inspektionen inklusive !!!

999,- Euro

Mercatorstraße 27
60316 Frankfurt

Straßenbahn 12, Bus 30
Haltestelle „Hessendenkmal“

Telefon 069/49 08 55 64
email mainbike@web.de

Öffnungszeiten

Mo - Fr 15–20 Uhr, Sa 10–16 Uhr

Kosten: 190,00 € (Bahn/Ü/F/DZ)
170,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 18.04.
Frühbucher/Innen bis 20.03.
Nachlass 20,00 €

Gisela Schill (☎ 6701114), Oliver Ramstedt

Samstag, 19.06.2004 ★★

ZUM BIOBAUERN

Abfahrt: 12:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
Weitgehend autofrei fahren wir in den Norden und besuchen dort zwei Bauernhöfe mit ökologischem Anbau, zunächst einen Betrieb des Demeter-Verbands. Auf dem Rückweg entlang der Nidda machen wir einen Abstecher zum Hof mit dem einzigen "Bio"-Erdbeer-Selbstpflücker-Feld bei Frankfurt.

(35 km)

Jürgen Lutz, Arno Schwab

19.06. - 21.06.2004 ★★

VON DER ALTMÜHLQUELLE DURCHS TAUBERTAL ZUM MAIN

Abfahrt: 07:00 Uhr - Ffm-Hbf
Bahnfahrt nach Ansbach. Von dort radeln wir durch den Naturpark Frankenhöhe zur Altmühlquelle. Rothenburg o.d.T (1.Ü) bietet abends Gelegenheit, in der schönen Altstadt zu bummeln. Weiter geht es auf dem Taubertalradweg u.a. durch die Orte Creglingen und Weikersheim nach Bad Mergentheim (2.Ü). Am letzten Tag fahren wir über Tauberbischofsheim nach Wertheim zur Mainmündung. Rückfahrt mit der Bahn (an 19.24 Uhr).

(55 km je Tag)

Kosten: 160,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)
135,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 01.06.
Peter Mertens (☎ 06102 / 733971,
mertensp.nib@t-online.de), Lisa Wiese
(☎ 4950853, lisa.wiese@t-online.de)

19.06. - 20.06.2004 ★★★

Mehrtages-Nachttour

MITTSOMMERNACHTSTRAUM

Die preiswerteste Mehrtagestour des Jahres

Abfahrt: 22:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
Statt brav in der Heia zu liegen, verbringen wir, frei nach dem Stück von Willi Schüttelbier, eine der kürzesten Nächte des Jahres radwandernd durch den Wald zu einem erfrischenden After-Midnight-Bad in der Prinz-von-Hessen-Grube. Nach ausgiebigem Nachtpicknick nutzen wir das frühe Tageslicht für den

Rückweg nach Frankfurt, wo schon die ersten Cafés aufmachen, zwecks zweitem Frühstück. Gutes Licht am Rad, Taschenlampe, warme Klamotten, Schlafsack, Isomatte, Badesachen, Mondmilch usw. und evtl. Grillzeug nicht vergessen.

(70 km)

Kosten: 0,00 €, Anzahlung: 0,00 €

Anmeldung bei den Tourenleitern
R. Mai (☎ 413085), J. Johann (☎ 762928)

Sonntag, 20.06.2004 ★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

OPPENHEIM UND OSTHOFEN

Abfahrt: 9:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

9:40 Uhr - Hochheim-Bhf.

Von Hochheim geht es zuerst entlang des Rheins nach Oppenheim mit Stadt, Kirche und Burg Landskron. Durch die Weinberge und das Rheintal erreichen wir das zweite Ziel, das Museum Osthofen.

Wir überqueren mit der Fähre den Rhein und fahren zurück mit RMV.

Mittagspause mit Einkehr.

(55 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

6,00 € (4,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Orlof Hügel

Sonntag, 20.06.2004 ★★★

ROUTE DER INDUSTRIEKULTUR

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Die Rhein-Main-Region ist als Dienstleistungsmetropole weltweit bekannt, aber nicht für ihre Errungenschaften der industriellen Produktion. Wir wollen auf einige Baudenkmäler der hiesigen Industrialisierung hinweisen. Beiderseits des Mains zwischen Höchst und Mainz betrachten wir Fabriken, Verwaltungsgebäude, Kraftwerke, Kunstwerke sowie Verkehrs-, Versorgungs- und Wohnbauten.

(65 km)

Wolfgang Preising, Frank Berger

Sonntag, 20.06.2004 ★★★

VOGELSBURG-FERNFAHRT:

Über den Vulkan-Radweg nach Gedern

Abfahrt: 08:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
Über die inzwischen gut befahrbare "Hohe Straße" gehts nach Ostheim und weiter über Limesstadt und Glauberg nach Stockheim. Dort folgen wir dem asphaltierten Bahndamm und gelangen über Ortenberg nach Gedern. Hier kann man schon Mittagspause machen,



evtl. am See, oder weiter bergauf zur Passhöhe (Restaurant) oder sogar zum Gipfel (Restaurant) fahren. Um 17 Uhr treffen wir uns wieder, um zurückzufahren. Ankunft ca. 21 Uhr in Frankfurt.

Keine Rennveranstaltung, aber doch flottes Tempo. Bitte Kondition, reichlich Getränke und gute Laune mitbringen. Robuste Reifen sind für die Waldwege empfehlenswert.

(120 km)

Ivo Koch

Mittwoch, 23.06.2004 ★ ★ ★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 23.06.2004 ★ ★ ★ ★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Donnerstag, 24.06.2004 ★ ★

Stadtteilgruppe Bockenheim

QUELLEN UND APFELWEINGARTEN

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Unser Weg führt durch die Felder im Norden Frankfurts, vorbei an Eschborn und entlang des Westerbachs. Kurz vor dem Ziel eröffnet sich uns ein malerischer Blick auf Kronberg. Nachdem der erste Durst mit Quellwasser gelöscht ist, lassen wir uns das "sauber Stöffche" schmecken, das in Kronthal vor Ort gekeltert wird. Auf dem Rückweg geht es stets leicht bergab. Nur für Fahrräder mit Beleuchtung geeignet.

(25 km, 100 Höhenmeter)

Christina Romeis

Freitag, 25.06.2004 ★ ★

GLÜHWÜRMCHENPIRSCHFAHRT

Abfahrt: 20:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)

Wir radeln über Oberrad kreuz und quer durch den östlichen Stadtwald. Wie durch Zufall kreuzen einige kleine Seen den Weg. Sobald es gegen 22.30 Uhr ausreichend dunkel geworden ist, pirschen wir uns langsam an einige versteckte Ecken heran, wo wir eine Vielzahl von Glühwürmchen beobachten können. Für mich persönlich stellt das immer wieder ein besonderes Naturerlebnis dar.

(25 km)

Ronald Martens

Samstag, 26.06.2004 ★

Kinder- und Familientour

ZUM WALDSPIELPLATZ

IN SCHWANHEIM

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Diese speziell auf Familien mit Kleinkindern ausgerichtete Tour wird vom Tourenleiter mit Kinderanhänger samt Nachwuchs (!) entspannt und nahezu autofrei nach Schwanheim gelotst. Jederzeit sind Pausen möglich - auf dem Spielplatz tobt dann der Bär. Nach ausgiebiger Pause (Badehose für die Kleinen nicht vergessen) Rückfahrt. Besuch im Streichelzoo und/oder Straßenbahnmuseum ebenfalls möglich.

(25 km)

Andrea und Werner Goy

Sonntag, 27.06.2004 ★ ★

ZUM ZEPPELIN NACH BAD HOMBURG

Abfahrt: 10:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Es geht zum Kronenhof nach Bad Homburg, wo an diesem Tag Rundflüge des Zeppelin NT stattfinden. Ein besonderer Leckerbissen der Tour besteht darin, dass unter den Teilnehmern 1 Rundflug ausgelost wird. Deshalb ist die Tour auch kostenpflichtig! Bitte Fotoapparat und Personalausweis mitnehmen.

Wir radeln auf Wirtschafts- und Waldwegen vorbei an Steinbach und Oberhöchstadt zur Hohemark, weiter zum Forellengut und über Oberstedten zum Kronenhof (Mittagspause mit Einkehr). Hier wird dann der Zeppelin-Rundflug verlost. Rückfahrt über den Bad Homburger Kurpark, Hardtwald, Nieder-Eschbach und Harheim zur Nidda.

(50 km)

Kosten: pro Teilnehmer 10,00 €

Michael@Bunkenburg.de (☎ 75057383),

Jean Coquelin



Gnewikow-Fülberth-Radsport GmbH

in Frankfurt-Eschersheim. Wir haben nicht 1000 Räder an Lager, sind dafür aber flexibel und für all Ihre Wünsche u. Bedürfnisse offen. Service u. Reparaturen auch an nicht bei uns gekauften Rädern. Mi u. Do. bis 20⁰⁰, sonst übl. Öffnungszeiten. Mehr Infos auch im Internet: www.radsport-frankfurt.de
60433 Frankfurt, Eschersheimer Landstr. 470
Tel. 069/ 534100,
E-Mail: radsport-frankfurt@web.de



Ihre traffiQ-Mobilitätszentrale an der Hauptwache >>



>> *ob mit Bus, Bahn, Pkw oder Fahrrad*

Information, Beratung, Service und Verkauf

>> Fahrplan- und Tarifauskünfte >> RMV- und DB-Fahrkarten >> CarSharing >> Informationen zur aktuellen Verkehrslage >> Wegbeschreibungen >> Infos für Radfahrer >> Autoroutenplanung >> Stadtpläne >> Veranstaltungshinweise

Ihre Mobilitätszentrale im RMV

An der Hauptwache

Montag-Freitag

Samstag

traffiQ-Hotline

(tägl. 6.00 - 24.00 Uhr)

9.00 - 20.00 Uhr

9.30 - 18.00 Uhr

01805/069 960

(0,12 Euro/Min.)



www.traffiQ.de

Ihr Fahrrad fährt mit >>

Radfahren schont die Umwelt, macht Spaß und hält fit!

traffiQ steht für intelligenten und umweltfreundlichen öffentlichen Nahverkehr in Frankfurt am Main und ist somit auch ein guter Partner, wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind.

>> Ihr Fahrrad fährt mit

Gerne wird Ihr Fahrrad im Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) kostenlos in Bussen und Bahnen mitgenommen.

Zusammengeklappte Fahrräder dürfen hierbei immer als Handgepäck mitgenommen werden. Für nicht zusammenklappbare Fahrräder gelten die folgenden Regeln:

RegionalExpress, StadtExpress, Regional-Bahn, S-Bahn, Regionalbus

Ganztägig und ohne zeitliche Einschränkung ist die Fahrradmitnahme in Regionalexpressen, Stadtexpressen, Regionalbahnen, S-Bahnen und den Bussen der weiteren in Frankfurt verkehrenden Busunternehmen (VU, FKE, OVB) möglich.

U-Bahn-, Straßenbahn, Bus

In den U-Bahnen, Straßenbahnen und Bussen der VGF sowie der im Auftrag der VGF tätigen Busunternehmen können während der Hauptverkehrszeiten an Werktagen von 6.00 - 8.30 Uhr und von 16.00 - 18.30 Uhr leider *keine* Fahrräder mitgenommen werden. An Samstagen, Sonntagen, Feiertagen sowie am 24.12, 31.12. und während der hessischen Schulferien ist die Mitnahme jedoch ganztags möglich.

Die Mitnahmeregelungen in anderen Bussen innerhalb des RMV-Gebietes erfragen Sie bitte bei der jeweiligen lokalen Nahverkehrsgesellschaft oder dem Busunternehmen.

>> Grundsätzlich gilt:

Es gibt keinen Anspruch auf Mitnahme von Fahrrädern. Wenn es einmal zu eng wird, entscheidet das Fahrpersonal, ob ein Fahrrad noch mitgenommen werden kann oder nicht. Bitte beachten Sie, dass Fahrgäste im Rollstuhl oder mit Kinderwagen ein Vorrecht auf Beförderung haben.

>> ob in Bus, Tram, S-Bahn, U-Bahn oder Zug

>> Ein- und Aussteigen mit Fahrrad

Bitte benutzen Sie vorzugsweise die mit einem entsprechenden Piktogramm gekennzeichneten Türräume. Maximal zwei Fahrräder haben dort Platz. Denken Sie bitte daran, Ihr Fahrrad während der Fahrt festzuhalten, damit niemand verletzt wird oder sonstige Beschädigungen verursacht werden.

Kinder unter 10 Jahren dürfen ihr Fahrrad nur in Begleitung eines Erwachsenen mitnehmen.

>> Weitere Informationen

Den genauen Wortlaut der Bestimmungen sowie die Tarifbestimmungen und Beförderungsbedingungen erhalten Sie auf Wunsch in der Verkehrsinsel, in den RMV-Verkaufsstellen, über die *traffiQ*-Hotline oder im Internet unter www.traffiQ.de.

>> Gute Fahrt mit Bus, Bahn und Rad wünscht

traffiQ
Frankfurt am Main

Sonntag, 27.06.2004 ★★★★★**RENNRADTOUR INS BLAUE**

Abfahrt: 10:00 Uhr - S-Bhf Berkersheim
 Wie gewohnt pedalieren wir auf ruhigen, kleinen Strassen durch die Wetterau. Lasst Euch überraschen! Es werden keine Rennen gefahren, aber gute Kondition und Durchhaltevermögen sind Voraussetzung. Tour für Rennrad und leichte Reiseräder. Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 22 km/h.
 (110 km)

Christina Romeis (☎ 748468), Guido Müller

Mittwoch, 30.06.2004 ★★★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

Abfahrt: 18:30 Uhr -
 Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 12

Mittwoch, 30.06.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr -
 Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 12

**Samstag, 03.07.2004** ★★**BANNWALD UND****FLUGHAFENAUSBAU**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Wir umradeln größtenteils auf Waldwegen im Uhrzeigersinn den Flughafen. Unterwegs werden wir das Klettercamp von ROBIN WOOD besuchen, wo wir uns erfrischen und aus anderer Perspektive einen Blick auf den gefährdeten Wald werfen können. Nichtkletterer können sich dort, auch ohne sich in "schwindelnde Höhen" zu begeben, über den Flughafen ausbau und seine Verhinderung informieren. Auf dem Rückweg sind weitere Stippvisiten an einem Wildgatter und am Naturdenkmal Goethebuche innerhalb des Bannwaldes vorgesehen.
 (45 km)

Arno Schwab, Rainer Mai

Sonntag, 04.07.2004 ★

Kinder- und Familientour

SPIELEND INS ERLENBACHTAL

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Wir fahren gemütlich über Harheim und Massenheim nach Nieder- und Ober-Erlenbach. Unterwegs machen wir Pause an einem Spielplatz oder direkt am Erlenbach, so dass

für Kinder Stiefel und Wechselkleidung sinnvoll sein können. In Ober-Erlenbach Picknick am schönen Spielplatz. Anschließend fahren wir gemeinsam zurück zur Nidda.
 (25 km)

Michael Genthner, Frank Henrich

Sonntag, 04.07.2004 ★★★**RHEINGAU-RIESLING-TOUR**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
 Wir fahren mit der S1 von Nied nach Hochheim. In Kastel wechseln wir auf die Mainzer Seite und radeln nach einer kurzen Passage durch das Mainzer Gewerbegebiet auf Wirtschaftswegen durch Schrebergärten und Obstplantagen bis Ingelheim-Nord (Picknick oder Einkehr).

Mit der Fähre setzen wir in den Rheingau über und radeln über Geisenheim bis zum Ortseingang von Rüdesheim. Hier beginnt die für Radwanderer sehr attraktive Rheingau-Riesling-Route durch Weinberge zum Kloster Eberbach. Auf dieser Strecke sind einige Steigungen zu überwinden.

Dann ist es an der Zeit, sich auch dem Riesling zu widmen. Zum Schluss vertrauen wir uns ab Hochheim wieder der S1 an.
 (70 km)

Christian Kümmerlen, Klaus Konrad

Sonntag, 04.07.2004 ★★★**ZUR ROSENHÖHE IN DARMSTADT**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Wir wollen Darmstadt als Stadt der Baukunst (Jugendstil auf der Mathildenhöhe) und Gartenkunst (Garten- und Parkanlage "Rosenhöhe") kennen lernen. Hin- und Rückfahrt weitgehend über Waldwege. Bei hoffentlich schönem Sommerwetter bitte Badesachen mitnehmen! Picknick u. Einkehr sind vorgesehen.
 (80 km)

Georg Springer, Hartmut Lange

Dienstag, 06.07.2004 ★**VOM HINKELSTEIN ZUM ANGLERHEIM**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
 Über die Leuna-Brücke geht es über den Main in den Schwanheimer Wald. Dort radeln wir am Pumpwerk Hinkelstein vorbei zum Staudenweiher im Süden von Kelsterbach. Nach der Einkehr im Anglerheim fahren wir zum Main und an diesem entlang zurück.
 (30 km)

Karl-Heinz Lehr



Montimare

Fahrradshop

Ihr Fahrradshop im
Frankfurter Nordend für

MOUNTAINBIKES

STADTRÄDER

BEACHCRUISER

BMX RÄDER

BERATUNG

SERVICE



Sandweg 44 - 46
60316 Frankfurt
Tel. 069 - 94414245

Öffnungszeiten (durchgehend)

Mo - Fr 10.00 - 19.00

Sa 10.00 - 16.00

(Nov. - Feb. Mittwochs geschlossen)

www.montimare.de

Zum Lahmen Esel



Traditionelles Frankfurter
Apfelweinlokal mit
gutbürgerlicher Küche

Öffnungszeiten:

Di. - Sa. 11.30 - 14.00 Uhr und
17.00 - 24.00 Uhr,

So. u. Feiertag 11.30 - 14.00 Uhr
und 16.30 - 23.00 Uhr

Montag Ruhetag

Für Ihre Feiern und Familienfeste
bieten wir Ihnen Räumlichkeiten
für bis zu 60 Personen.

Krautgartenweg 1
60439 Frankfurt - Niederursel
Telefon u. Fax 0 69 / 57 39 74
Wirt: Thomas Metzmacher
www.lahmer-esel.de



Mittwoch, 07.07.2004 ★★In Kooperation mit dem Frankfurter Verband
NACH SELIGENSTADTAbfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Über Oberrad und den Maunzenweiher erreichen wir das Heusenstammer Schloss. Kurze Rast. Dann radeln wir auf schönen Wald- und Feldwegen nach Seligenstadt. Dort besteht die Möglichkeit zur Mittagseinkehr oder zur Besichtigung der Basilika und des Klostergartens. Tourenende und Schlussrast im Rudererdorf.

(60 km)

Rüdiger und Inge Paetow

Mittwoch, 07.07.2004 ★★**BAROCK AM ABEND**Abfahrt: 18:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Der kleine Kulturtrip geht überwiegend durch den Sachsenhäuser Stadtwald. Er führt zu zwei Anlagen des 17./18. Jahrhunderts: Schloss Schönborn in Heusenstamm mit einer Kirche von Balthasar Neumann und die erst 300 Jahre alte planmäßige Stadtanlage hugenottischer Emigranten von Neu-Isenburg.

(30 km)

Frank Berger

Mittwoch, 07.07.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12**Mittwoch, 07.07.2004** ★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12**Freitag, 09.07.2004** ★★

Stadtteilgruppe Nordwest

DURCH DEN HARDTWALD**ZUM ROTLAUFWEG**Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Wir radeln über die Felder des Vordertaunus über Niederursel, Kalbach und Ober-Eschbach zum Hardtwald, den wir auf hügeligem Weg durchqueren. Auf dem Unteren Rotlaufweg, der eine tolle Aussicht nach Frankfurt bietet, fahren wir nach Dornholzhausen und durch Wohnstraßen zum Bad Homburger Schloss. Von dort gehts bergab zur Nidda und nach Praunheim.

(35 km, 200 Höhenmeter)

Wolfgang Loos, Alfred Linder

10.07. - 11.07.2004 ★★ / ★★★**MICHELSTÄDTER MUSIKNACHT****Johann Sebastian Bach****im Spiegel der Zeiten**Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
Bahnfahrt nach Aschaffenburg. Wir radeln am Main entlang und durchs Mümlingtal nach Michelstadt. Die Musiknacht von 18-24 Uhr kann je nach musikalischer Kondition nach eigenem Geschmack gestaltet werden. Veranstaltungen an verschiedenen romantischen Standorten in der historischen Altstadt und im Stadtpark. Übernachtung im Hotel in ruhiger und unmittelbarer Umgebung der Altstadt. Am Sonntag geht es bergiger nach Darmstadt. Eine Besichtigung ist unterwegs vorgesehen. Rückfahrt per Bahn.

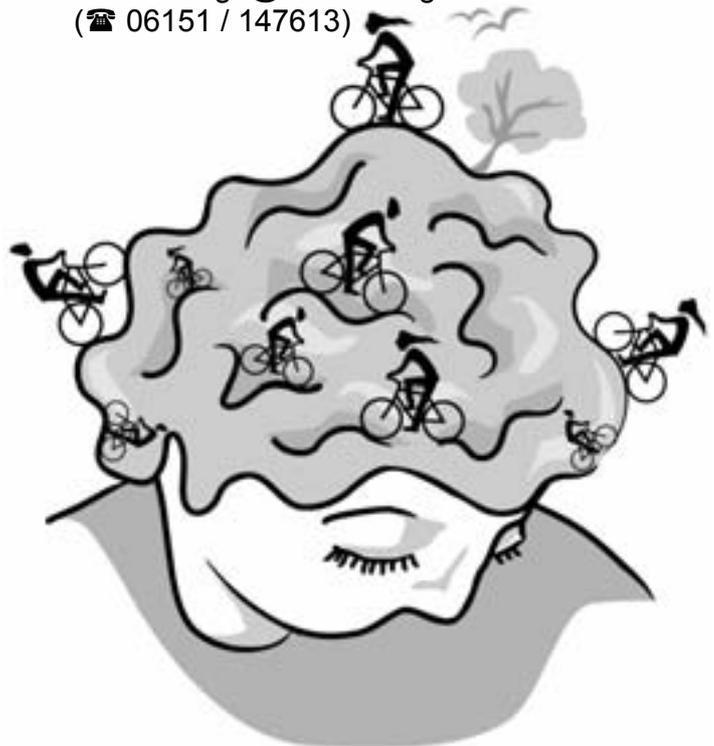
Maximal 15 Teilnehmer

(60 km je Tag)

Kosten: 90,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)
85,00 € ADFC-Mitglieder**Anmeldung:** bis 21.04.

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de

(☎ 06151 / 147613)

**Sonntag, 11.07.2004** ★★ / ★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

ASCHAFFENBURG**Stadt, Schloss und Park**

Abfahrt: 9:30 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

10:15 Uhr - Rodenbach-Bhf.

Von Rodenbach über Alzenau und Hörstein erreichen wir Aschaffenburg mit Stadt, Schloss und Park Schönbusch. Zurück geht





FAHRRÄDER ALLER ART
MEISTERBETRIEB
REPARATUREN · ERSATZTEILE

Hofheimer Straße 5
65931 Frankfurt/Main (Zeilsheim)
Tel. 069/36 52 38
Fax 069/37 00 24 86

Am Bahnhof
65929 Frankfurt/Main (Höchst)
Tel. 069/31 25 13

service@radsporthaus-kriegelstein.de
www.radsporthaus-kriegelstein.de

Montag – Freitag 9 – 19.00 Uhr
Sa. (Mrz. – Sept.) 9 – 16.00 Uhr
Sa. (Okt. – Feb.) 9 – 14.00 Uhr



„Zur Buchscheer“

seit 1876

Inh. Zur Buchscheer GmbH

Wir schenken nur
selbstgekelterten Apfelwein aus.
Traditionelle Frankfurter Küche

Mo. - Fr. 15 - 23 Uhr, Sa. und So. 11 - 23 Uhr

Dienstag Ruhetag

Schwarzsteinkautweg 17, 60598 Frankfurt/Main

Tel. (069) 63 51 21

es am Main entlang und ab Seligenstadt bzw. Steinheim mit RMV.

Mittagspause mit Einkehr.

(55 / 65 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

6,00 € (4,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg

Sonntag, 11.07.2004 ★★

WO FLIESST DER MAIN DENN HIN?

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Aus der Heimatkunde wissen wir, dass der Main bei Mainz in den Rhein mündet. Diese Stelle ist nicht all zu bekannt, das wollen wir ändern. Wir fahren durch den Stadtwald und über Kelsterbach an den Main. Ihm folgen wir bis zur Mainspitze, wo uns die oben gestellte Frage beantwortet wird. Anschließend radeln wir zurück zur Flörsheimer Warte. Hier beenden wir mit Wein und herrlicher Aussicht unsere Tour. Rückfahrt per S-Bahn.

(55 km)

Karin und Albrecht Reinhard

Sonntag, 11.07.2004 ★★

ZU DEN DIETESHEIMER

STEINBRÜCHEN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Auf dieser familienfreundlichen Tour radeln wir durch den Stadtwald nach Neu-Isenburg. Von hier steuern wir unser Tagesziel über Heusenstamm, Offenbach-Bieber und Lämmerspiel an. Bei den Dietesheimer Steinbrüchen sind Spiel- und Sportflächen vorhanden. Mittags Picknick oder Einkehr in einer Gaststätte. Auf dem Mainuferweg fahren wir nachmittags zurück.

(60 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 11.07.2004 ★★

ZU DEN HÜGELGRÄBERN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Über Bischofsheim und Hochstadt führt uns der Weg an Kilianstädten vorbei bis zu den Hügelgräbern in der Nähe von Eichen. Der Schatten der Bäume lädt zum Rasten ein. Auf dem Rückweg fahren wir über Büdesheim und Gronau nach Seckbach, wo unsere Tour zünftig enden soll. Die Strecke ist ein wenig hügelig. Bitte Verpflegung mitbringen.

(65 km)

Jean Coquelin

Sonntag, 11.07.2004 ★★★★★

BAYERISCHER SPESSART

Abfahrt: 9:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
Großteils auf Waldwegen erklimmen wir die Höhen des Spessarts. Nachmittagsrast beim "Engländer" (Ausfluglokal). Rolling home along Kahl and Main. Da wir nicht die Schallmauer brechen wollen, werden wir erst abends in Frankfurt ankommen.

(140 km)

Rainer Mai, Jürgen Johann

Dienstag, 13.07.2004 ★

KLEINE OFFENBACH-RUNDFAHRT

Abfahrt: 18:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
Zunächst geht es durch Oberrad in den Stadtwald. Nach Überquerung der Stadtgrenze umfahren wir die Innenstadt von Offenbach auf einer ehemaligen Industriebahntrasse und steuern am Rumpfenheimer Schloss vorbei den Schultheißweiher an, wo die Möglichkeit zur Picknick- und Badepause besteht. Auf dem Mainuferweg kommen wir dann schnell und einfach wieder zur Gerbermühle zurück.

(25 km)

Wolfgang

Preisling



Mittwoch, 14.07.2004 ★★

ZUM JAGDSCHLOSS KRANICHSTEIN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Durch den südlichen Stadtwald, über Neu-Isenburg und Dreieich radeln wir zum Jagdschloss Kranichstein. Wir wollen mittags einkehren, bitte aber trotzdem etwas zum Essen und Trinken mitbringen. Heimwärts fahren wir über Langen und Buchschlag. Schlussrast an der Louisa.

(60 km)

Jean Coquelin, Klaus Konrad



Mittwoch, 14.07.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 14.07.2004 ★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

16.07. - 18.07.2004 ★★**VULKANRADWEG**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Per Bahn nach Fulda. Dann werden folgende Orte passiert: Schlitz, Lauterbach, Herbstein, Grebenhain, Gedern, Hirzenhain, Ortenberg, Glauburg, Altstadt und Nidderau. Über weite Strecken radeln wir auf dem Vulkanradweg, der wunderschön durch den Vogelsberg führt. Kleinere Änderungen der Route sind noch möglich. Wir radeln überwiegend auf ruhigen Wegen abseits von Straßen.

(50 - 70 km je Tag)

Kosten: 145,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)
130,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 11.06.

Michael@Bunkenburg.de (☎ 75057383)

Samstag, 17.07.2004 ★

Frankfurt erFahren - KunstGes. und ADFC

INDUSTRIEKULTUR**UND SOZIALREFORM (4)****May-Siedlungen der 20er Jahre**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Eschenheimer Turm

Diese Tour im Rahmen der Route der Industriekultur geht in den Nordwesten zu den Baublöcken Platenstraße und Raimundstraße sowie zu den Siedlungen Höhenblick, Westhausen, Praunheim und Römerstadt.

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

17.07. - 18.07.2004 ★★**FAHRRAD UND KLASSIK**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Hin und zurück nach/von Limburg per Bahn. Radtour auf weitgehend autofreien Wegen entlang der Lahn nach Weilburg und zurück. Abends Konzertbesuch im Rahmen der Weilburger Schlosskonzerte im Renaissancehof. Am Sonntagvormittag ist eine Besichtigung geplant. Übernachtung im "Hotel Weilburg".

(40 km je Tag)

Kosten: 99,00 € (Bahn, Konzert, Besichtigung)
89,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 01.06.

jean@coquelin.de (☎ 459917), Klaus Konrad

Sonntag, 18.07.2004 ★

Frankfurt erFahren - Gemeinsame Vormittagstour

INDUSTRIEKULTUR**UND SOZIALREFORM (5)****May-Siedlungen der 20er Jahre**

Abfahrt: 9:30 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz

Diese Vormittagstour zu den Tagen der Route der Industriekultur geht in den Südwesten und Westen zur Heimatsiedlung und den Siedlungen Niederrad (Zickzackhausen), Goldstein, Friedrich-Ebert und Hellerhof.

(25 km)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Sonntag, 18.07.2004 ★★★**ZUM HAHNENKAMM**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Als alternatives bergiges Ziel zum stark frequentierten Taunus bietet sich der Spessart an, der eher von Insidern besucht wird. Wir passieren den Goetheturm, Heusenstamm und Weiskirchen, umfahren Froschhausen und queren den Main über die Krotzenburger Schleuse. An der Kahl entlang radeln wir nach Alzenau. Ständig steigend erklimmen wir den höchsten Gipfel des Hahnenkamms. Etwa 1 km muss über einen Wurzelpfad geschoben werden. Vom Aussichtsturm weiter Blick über Wälder bis nach Frankfurt. Auch die Abfahrt - hauptsächlich durch Wald - hat es in sich und ist nicht leicht zu bewältigen. Bei Dettingen queren wir den Main über eine Fußgängerbrücke. Über Zellhausen, Dudenhofen und Patershäuser Hof fahren wir heimwärts. Einkehr oder Selbstverpflegung. Tourenende Louisa (Linie 14 und S3/S4).

(90 km)

Wolfgang Claus

Sonntag, 18.07.2004 ★★★**EBERBACH AM NECKAR**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)

Auch die 6. Auflage des beliebten Sommer-Klassikers führt uns wieder auf direktem Weg ins Tal der Gersprenz und durch dieses recht eben bis in die Mitte des Odenwalds. Nach



einem 10 km langen, bergigen Abschnitt rollen wir hinunter an den Neckar nach Hirschhorn. Von dort radeln wir flussaufwärts nach Eberbach. Rückfahrt mit dem RMV. Größtenteils autofreie Wege, teilweise mäßig befahrene Landstraßen. Verpflegung mitbringen, erst am Neckar ist eine Einkehr geplant.

(105 km)

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Mittwoch, 21.07.2004 ★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

JUBILÄUMSTOUR ZUM FALKENSTEIN

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Wir begehen ein kleines Jubiläum: Seit 10 Jahren gibt es die Tour zum Falkenstein. Wie immer geht es abseits des Verkehrs über Steinbach und Schönberg immer leicht bergauf. Dann folgt ein etwas steileres Stück (ca. 1,5 km) am Hünenberg entlang bis zum Arbeiterweg. Auf diesem Höhenweg geht es nach Falkenstein. Dort gibt es noch einmal einen kurzen knackigen Anstieg zur Burg. (Eintritt evtl. 2,00 €). Hier machen wir eine Pause und genießen die Aussicht. In rauschender Fahrt geht es über Kronberg und durch die Felder immer bergab nach Eschborn. In Ginnheim haben wir uns einen kühlen Trunk ehrlich verdient.

(30 km, 500 Höhenmeter)

Michael Dorgarten

Mittwoch, 21.07.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

23.07. - 26.07.2004 ★★★ - ★★★★★

MÄRCHENHAFTES

HESSISCHES BERGLAND

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Freitag geht es von Kassel aus zunächst die Fulda entlang zur schönen Fachwerkstadt Hann. Münden und dann auf dem Weserradweg zur barocken Hugenottenstadt Bad Karlshafen. Auf den Spuren der Brüder Grimm kommen wir am Samstag an Trendelburg vorbei nach Hofgeismar und fahren durch den hügeligen Habichtswald nach Fritzlar. Sonntag radeln wir über Bad Wildungen bergauf, bergab durch den Kellerwald nach Kirchhain und Marburg. Am Montag gelangen wir an Homberg (Ohm) vorbei, durch den hübschen Ort Grünberg nach Gießen.

Geradelt wird auf Radwegen und ruhigen Nebenstraßen, oft müssen wir jedoch kräftige Steigungen überwinden.

Maximal 15 Teilnehmer

(75 - 90 km je Tag)

Kosten: 195,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)

170,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 01.07.

Frühbucher/Innen bis 10.06.

Nachlass 15,00 €

Theda.Bunje@gmx.de (☎ 06145 / 990110)

Sonntag, 25.07.2004 ★★★ + ★★★★★

GROSSER RADTOURENSONNTAG:

Als die Römer frech geworden...

Abfahrt: 10.00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Auch 2004 veranstaltet der ADFC Frankfurt wieder einen Radtourensonntag im Rahmen der Aktion "Ferien zuhause" der **Frankfurter Rundschau**. Wir bieten vier Touren mit unterschiedlicher Länge und entsprechenden Anforderungen an:

Tour A (60 km)

★★

Auf der Spur einer römischen Straße nach Dietzenbach

W. Preising, H. Lange

Tour B (60 km)

★★

Zu römischen Bädern nach Hanau

Chr. Kümmerlen, K. Konrad, J. Coquelin

Tour C (50 km)

★★★

Zum Römerkastell Saalburg

F. und A. Linder, P. Mertens

Tour D (80 km)

★★★

Zur ehemaligen römischen Legionsstadt Mainz

A. Schwab, K. Klemp, U. Vogt

Weitere Informationen zu den Touren werden in der Woche vor dem 25. Juli im Lokalteil der Frankfurter Rundschau in der Veranstaltungsreihe "Ferien zuhause" veröffentlicht.

Mittwoch, 28.07.2004 ★★

5-SEEN-TOUR

Abfahrt: 18:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir drehen in moderatem Tempo eine Runde durch den Frankfurter Stadtwald, schauen uns die mit Seerosen bewachsenen Weiher an und stärken uns abschließend in der Buchscheer mit selbstgekeltertem Apfelwein.

(25 km)

Gisela Schill, Sabine Schiewe





Gasthaus Obermühle

Wir bieten Ihnen gutbürgerliche Küche.

*Am Wochenende auch
Kaffee und Kuchen.*

Sonntags wechselnde Mittagsmenüs.

*Ab Mai ist unser Biergarten
wieder geöffnet.*



*Unser Kolleg in rustikaler Atmosphäre
mit bis zu 50 Plätzen steht Ihnen für
Feierlichkeiten und ähnliches zur Verfügung!*



Warme Küche täglich von 17:30–22:00

Sonntags Mittagstisch 11:30–14:00

Öffnungszeiten (Mai–Sep.) 16:00–24:00

Öffnungszeiten (Okt.–Apr.) 17:00–24:00

Sonntags 11:00–24:00

Dienstag Ruhetag

Für Reservierungen

Tel. 069 / 898539

Obermühlstraße 63

63073 Offenbach/Bieber

www.gasthaus-obermuehle.de



RADSPORT

Rennräder · Rahmen

Radsportbekleidung

Werkstattservice

Ersatzteile

Damen- und Herrenräder

Kinderräder

Radsport Graf

An der Herrenwiese 8

60529 Frankfurt (Goldstein)

Telefon und Fax 069-666 76 01

Mo - Fr 9 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr,

Sa 9 - 13 Uhr, Do geschlossen



**AMAL IN DE WOCH!
NIX KOCHÉ -
ESS' UN DRINK
BEIM KNOCHÉ!**

Zum Knoche



Eigene Apfelweinkelterei

Inh. Manfred Wenzel

Rathausstraße 4

Bad Vilbel-Massenheim

Tel. 06101/42563 • Fax 42568

seit 1884

tägl. ab 17 Uhr, So. + Feiertag
ab 16 Uhr • Do. Ruhetag

Mittwoch, 28.07.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 28.07.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Samstag, 31.07.2004 ★★

ZU BESONDEREN ORTEN IM SÜDWESTEN DES GRÜNGÜRTELS

Abfahrt: (⇒ Seite 9)
14:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Es ist erstaunlich, wie viele interessante, z.T. auch weniger bekannte Orte es im Südwesten des Frankfurter GrünGürtels gibt. Die folgenden werden angefahren: Gernhardt-Eschen, Schmitt'sche Grube, Schwanheimer Düne, Rohsee, Agendawald, Wasserwerk Hinkelstein, Goethebuche, Kelsterbacher Terrasse und Schwanheimer Alteichen. Beeindruckend sind z.B. die urwüchsigen Kiefern in der Schwanheimer Düne, die Stelzerlen im Rohsee oder die mächtigen 400-jährigen Alteichen, aber es gibt noch mehr zu entdecken. Vielfach enthalten vor Ort aufgestellte Stelen nähere Erläuterungen, die zu studieren, sich lohnt. Nachdem wir uns überall genügend umgesehen haben, bildet die Einkehr in einer Schwanheimer Gartenwirtschaft den passenden Abschluss.

(35 km)

Wolfgang Preisung



Sonntag, 01.08.2004 ★★ / ★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

LIMESHAIN - NEUE

RÖMERFORSCHUNGEN

Abfahrt: 9:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
10:00 Uhr - Friedberger Warte

Über die Hohe Straße geht es zum Limes-Lehrpfad bei Rommelshausen. Hier werden wir etwas über die neuesten Forschungen zu den Römern am Limes erfahren. Über Höchst erreichen wir den mittelalterlichen Richtertisch bei Kaichen, danach das Niddatal bei Karben.

Ab hier kann man mit RMV oder an der Nidda fahren.

Mittagspause mit Einkehr.

(55 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Christa Bernatzky, Orlof Hügel

Sonntag, 01.08.2004 ★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

KLEINE TAUNUSTOUR ZUM

HERZBERG UND ANDEREN KUPPEN

Abfahrt: 09:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Diese Radtour richtet sich an Leute, die den Taunus lieben und ihn deshalb nicht im Renntempo erobern wollen. - Auf sanften Wegen radeln wir am Eschbach und am Kirdorfer Bach durch den Vordertaunus. Bergauf gehts zur Saalburg und zum Herzberg (Einkehr). Auf holprigen Pfaden erklimmen wir Roßkopf und Einsiedler. Am Limes und auf dem Tillmannsweg erreichen wir den Fuchstanz (Kneipen). Je nach Wetter und Kondition können wir auch noch zum Altkönig radeln. Danach fahren wir aber fast nur noch bergab nach Praunheim.

Mountainbike empfohlen

(70 km, 800 Höhenmeter)

Wolfgang Loos, Alfred Linder

Mittwoch, 04.08.2004 ★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

FAHRT IN DEN SÜDEN

nach Dreieichenhain und Langen

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Durch den Stadtwald und Neu-Isenburg gelangen wir nach Dreieichenhain. Weiter gehts über das Naherholungsgebiet Mühlthal nach Langen, dort Mittagseinkehr. Die Tour führt uns noch - wieder auf attraktiven Waldstrecken - über den Langener Waldsee, bevor sie in einer Gartenwirtschaft in Sachsenhausen mit einigen Schoppen o.ä. ausklingt.

(60 km)

Ulrich Vogt, Dieter Scheuer

Mittwoch, 04.08.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 04.08.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12



Faszination
Fahrrad



www.radschlag.de

radschlag GmbH
Hallgartenstraße 56
60389 Frankfurt

Tel: 069/452064
Fax: 069/453284

Email: info@radschlag.de

Mo		Ruhetag
Di, Mi	10:00 - 18:30 Uhr	
Do	12:00 - 20:00 Uhr	
Fr	10:00 - 20:00 Uhr	
Sa	10:00 - 15:00 Uhr	

Wegbeschreibung



Webdesign: S. Werner



Tennisclub

“Gasthaus Einstand”

Am Ginnheimer Wäldchen 1 • 60431 Frankfurt-Ginnheim

Tel. + Fax: 069 / 53 12 78

Öffnungszeiten:

vom 15. April - 05. Okt. 2004
täglich ab 15.00 Uhr

Jeden zweiten und letzten Freitag im Monat

Die alternative Disco für “Fortgeschrittene”

... mitten in Frankfurt!

... mitten im Grünen!

Freigegeben
ab 25
FSK

FreitagNacht ★

Tanzen ausser Kontrolle

www.club-einstand.de



www.club-einstand.de

Samstag, 07.08.2004 ★Frankfurt erFahren - KunstGes. und ADFC
INDUSTRIEKULTUR**UND SOZIALREFORM (6)****May-Siedlungen der 20er Jahre**Abfahrt: 14:00 Uhr - Eschenheimer Turm
Diese Tour geht in den Norden und Osten zum Budge-Heim, den Baublöcken Marbachweg, Hallgartenstraße und den Siedlungen Miquelallee, Bornheimer Hang und Riederwald.

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

**Sonntag, 08.08.2004** ★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

VORDERTAUNUS, SAALBURG**UND MÜHLENWANDERWEG**Abfahrt: 09:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
In schneller Folge werden wir die Vielgestaltigkeit des Taunus erleben: Wir radeln am Esch- und Erlenbach entlang durch den Vordertaunus, genießen die Ausblicke, die das weitläufige Wehrheimer Becken bietet, gelangen zur Saalburg (Einkehr Bhf. Saalburg), fahren durch ausgedehnte Buchenwälder des Hochtaunus und kehren am urigen Urselbach zurück ins Tal.

Der Mühlenwanderweg ist gewiss der interessanteste Teil unserer Tour: Über Single-Trails und Wurzelpfade, die für Mountainbikes gut geeignet sind, fahren wir entlang des Urselbachs und seinen Werkgräben - vorbei an ehemaligen Mühlen und Wasserrädern - bis zu seiner Mündung in die Nidda.

(70 km, 400 Höhenmeter)

Wolfgang Loos, Alfred Linder

08.08. - 14.08.2004 ★★★ / ★★★★★**SÜDPFALZ UND****NÖRDLICHES ELSASS**Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
Ein fahrradfreundliches Hotel in Schweigen-Rechtenbach (D) am südlichen Ende der Deutschen Weinstraße - bei Wissembourg (F) - ist unser Basislager für 5 Tagestouren. Diese Ausflüge führen u.a. ins Dahner Felsenland, in die Nordvogesen (Château de Fleckenstein, Steinbachtal), zum Haguener Forst, in denBienwald und zu den Rheinauen. Mittags wird an reizvollen Stellen gepicknickt. Nach Neustadt und zurück fahren wir mit der Bahn. Von dort nach Schweigen-Rechtenbach (ca. 60 km) und zurück wird geradelt.
(450 km)**Kosten:** 380,00 € (Bahn, Ü/HP, DZ)

340,00 € ADFC-Mitglieder

EZZ 30,00 €; Anzahlung 35,00 €

Anmeldung: bis 30.04.

Christian Kümmerlen (☎ 302795)

Mittwoch, 11.08.2004 ★★★**ADLERSUCHE IM TAUNUS**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 11.08.2004 ★★★★★**AUF DEN ALTKÖNIG**

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Freitag, 13.08.2004 ★★

InDerStadt-Tour / Stadtteilgruppe Nordwest

ZUR FRIEDBERGER WARTE

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Die Nidda entlang radeln wir nach Berkersheim, weiter hinauf zum Heiligenstock und über den Eselsweg (dort werden wir sehen, warum er so heißt). Danach erreichen wir bald unser Ziel, die Friedberger Warte, die sehr sehenswert ist. Im Hof der Warte gibt es eine Gartenwirtschaft, in die wir einkehren. Zurück fahren wir über den Marbachweg und die neue Fahrradroute Nordweststadt-Innenstadt nach Praunheim.

(20 km)

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

14.08. - 16.08.2004 ★★★**NORDHESSEN - WALDECKER LAND**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Auf dieser Tour sehen wir jede Menge Fachwerk, Schlösser, Burgen und malerische Landschaften. Am Samstag fahren wir zunächst mit der Bahn bis Wabern, dann gehts mit dem Rad über Fritzlar und Wolfhagen zum Twistesee und weiter nach Bad Arolsen. Am nächsten Tag erreichen wir über Korbach den Edersee, dessen Ufer wir ein längeres Stück folgen. Übernachtet wird in der Fachwerkstadt Frankenberg. Montag radeln wir die Eder entlang nach Battenberg und gelangen schließlich bei Biedenkopf an die Lahn, die uns bis



ANGLERHEIM RÖDELHEIM

LUDWIG
LANDMANNSTR. 326
60487 FRANKFURT A/M

TEL 069 / 789 43 53
FAX 069 / 97 84 37 65
MOBIL 0170 960 47 54

E-MAIL:
ANGLERHEIM.ROEDELHEIM
@T-ONLINE.DE

IHR
AUSFLUGSZIEL
AN DER NIDDA

TÄGLICH GEÖFFNET

DEUTSCHE KÜCHE

TÄGLICH WECHSELNDER
MITTAGSTISCH

BIERGARTEN

Unser traditionelles Fischerfest
findet in diesem Jahr am

14/15 August

statt

RESTAURANT & SAALBAU
www.wiener-hof.de
Wiener Hof
KNEIPE - BIERGARTEN - KULTUR



Offenbach - Bieber

Sommer wie Winter täglich ab 17 Uhr geöffnet
Sonn- und Feiertags schon ab 11.30 mit Küche bis 23 Uhr

Eine umfangreiche Speisekarte mit hessischen,
deutschen und internationalen Spezialitäten

Von Oktober bis April vielseitiges Kulturprogramm

Wiener Hof, Langener Straße 23, Offenbach-Bieber
Tel: 069-891296 / Fax: 069-891142 / eMail: Wiener-Hof

TANDEMCLUB Weiße Speiche e.V. FRANKFURT

Geführte Fahrrad-Fahrten
für Jedermann/frau
(25 Km, Pause, 25 Km)

Tandem-Fahren zum
kennenlernen/ausprobieren ?
Dann einfach vorbeikommen!
Termine im Internet

www.weissespeiche.de
Fragen ? ivo.koch@web.de
Tandem-Fahren macht Spaß !

Marburg begleiten wird. Wir fahren auf Radwegen und ruhigen Nebenstraßen in Flusstälern, stellenweise sind jedoch auch kräftige Steigungen zu überwinden.

Maximal 15 Teilnehmer

(70 - 90 km je Tag)

Kosten: 150,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)

125,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 20.07.

Frühbucher/Innen bis 01.07.

Nachlass 15,00 €

Theda.Bunje@gmx.de (☎ 06145 / 990110)



Sonntag, 15.08.2004

★★ / ★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

PILOTPROJEKT REGIONALPARK

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Von der Niddamündung aus geht es zuerst am Main entlang, dann folgen wir der Regionalparkroute vom Rosengarten und der Wasserwerksallee, den diversen Baumalleen und künstlerischen Punkten bis zur Flörsheimer Warte. Hier machen wir Rast. Danach erreichen wir über Massenheim und Delkenheim die Landmarke Vogelnest.

Weiter radeln wir entweder über Römerwege bis Kastel und am Main zurück oder Richtung Hochheim/Flörsheim auf einem anderen Regionalparkweg.

Rückfahrt mit RMV von Kastel möglich.

Mittagspause mit Einkehr.

(45 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Kamilla Nuyken

Sonntag, 15.08.2004

★★★

ZUR BARBAROSSAQUELLE

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Sprudelndes Wasser, nicht aus dem Wasserhahn, sondern aus zwei Quellen, wollen wir erradeln. Autofrei fahren wir auf Schleichwegen nach Hanau, an der Kinzig entlang durch verwunschene Auenwälder zur Klosterruine St. Wolfgang und weiter auf guten Waldwegen zu unserem Ziel, der Barbarossaquelle. Dort wird mittags gepicknickt. Auf dem Rückweg überqueren wir die Mainschleuse bei Groß-Krotzenburg. Weitere Rast erst am späten Nachmittag beim Gasthof Tannenhof, ein ro-

mantisches, mitten im Wald gelegenes Gebäude. Über Obertshausen kommen wir wieder in heimatliche Gefilde und zum Königsbrunnchen. Tourenende Louisa (Linie 14 oder S3/S4).

Bitte beachten: In der Mittagsrast an der Barbarossaquelle gibt es keine Möglichkeit einzukehren oder etwas zu kaufen.

(70 km)

Wolfgang Claus

Mittwoch, 18.08.2004

★★★

ZUM WILDPARK "ALTE FASANERIE"

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Auf dem südlichen Mainuferweg radeln wir zunächst bis Steinheim. Die Mittagspause (Picknick oder Einkehr) lädt auch dazu ein, sich in den schmucken Altstadtgassen ein wenig umzusehen. Zu unserem Ziel, der "Alten Fasanerie", ist es von hier nicht mehr weit. Für das Besichtigen des Wildparks (Eintritt) mit seinen weitläufigen Gehegen, die z.B. Elche, Wölfe und Luchse beherbergen, nehmen wir uns ausreichend Zeit. Danach fahren wir auf langen, schattigen Waldstrecken über Jügesheim (Einkehr im lohnenden Eissalon) und Heusenstamm zur Abschlussrast im Rudererdorf.

(65 km)

Christian Kümmerlen, Ulrich Vogt

Mittwoch, 18.08.2004

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

Mittwoch, 18.08.2004

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

21.08. - 22.08.2004

★★★★

VOGELSBERG UND VULKANRADWEG

Abfahrt: 10:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Entlang der Nidda geht es durch die Wetterau bis Florstadt. Auf Nebenstrecken kommen wir nach Bad Salzhausen und kehren über die Stadt Nidda ins Niddatal zurück, dem wir bis Schotten folgen. Dort besteht bei gutem Wetter Bademöglichkeit im Nidda-Stausee. Hinter Schotten erwartet uns zum Abschluss des ersten Tages ein steiler Anstieg zur Jugendherberge Hoherodskopf (Ü). Am zweiten Tag erreichen wir bei Hartmannshain den Vulkanradweg, den wir auf seiner Gesamtstrecke bis



OPTISCHE RADSPORTBRILLEN

ALPINA NEW SWING



Brille mit Panorama-
scheibe und integrierten
Korrekturgläsern

1 aufknöpfbare
Sonnenschutz-
scheibe

Sportband

€ 138,-

Mit Ihren optischen Brillengläsern*)

*) Einstärkengläser in Kunststoff bis +/- 6,0 Dpt., Zyl +2,0 Dpt.



BRILLEN-WEISS

am Römer

Römerberg 36 069/282133

Frankfurt am Main

Optische Radbrillen mit Ihren Brillengläserstärken
ab 79,90 €

Wir führen: Alpina, Adidas, Rudy Project, Nike usw.

FAHRRAD – STATION

BIKE POINT

• Fahrradaufbewahrung • Pflege • Pannenservice • Verleih

Die BIKE-POINT Termine 2004:

Bei allen Heimspielen der Eintracht nach der Winterpause ab 13.3. vs. Schalke 04
Haupteingang des Waldstadions 1 Stunde vor Spielbeginn

Die MOBILE BIKE-POINT STATION bei den folgenden Events:

Wäldchestag	29.5. – 1.6.04	Oberforsthaus
Brunnenfest	4.6. – 7.6.04	Oberursel G-Schule Mitte
Museumsuferfest +ADFC	27.8. – 29.8.04	Liebieghaus / Friedensbr.

Weitere Angebote

- Fahrradverleih auch für Kindereinrichtungen
- Fahrradworkshopangebote
- Verkauf von gebrauchten u. überholten Fahrrädern

Weitere Termine für 2004 sind in Planung und ab März im Internet abrufbar

BIKE-POINT ist ein gemeinnütziges Projekt des Internationalen Bundes –
Jugendbüro Griesheim, Info und Werkstatt: Autogenstr. 12 85933 Frankfurt
Tel.: 069 – 38 98 12 10 und 39 23 00 / Korporatives Mitglied im ADFC
Im Internet: www.ib-bikepoint.de

Lauterbach hinabfahren. Über Bad Salzschlirf und Großenlüder kommen wir schließlich nach Fulda. Von dort individuelle Heimreise mit der Bahn.

(140 km)

Kosten: 35,00 € (Ü/F in JH)
25,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 15.07.
Hartmut Lange (☎ 06109/3561)

Sonntag, 22.08.2004 ★★★

GRÜNGÜRTEL: EINMAL RUNDHERUM

Abfahrt: 10:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Wir folgen der GrünGürtel-Markierung rund um Frankfurt. Einkehr wahrscheinlich, trotzdem Proviant mitbringen!

(65 km)

Jean Coquelin



Sonntag, 22.08.2004 ★★★

Rennradtour

WEINPROBE BEIM ÖKOWINZER

Rennrad-, Schlemmertour

- Ökoimbiss inklusive!

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Auf weitgehend autoarmer Strecke rollen wir zügig via Kelsterbach und Walldorf gen Süden, um in Nierstein den Rhein per Fähre zu überqueren. Danach geht es über einige Bukelchen zu einem kleinen Weinort südlich von Bingen, wo wir gegen 13.00 Uhr zu einer Öko-Weinprobe mit üppigem Öko-Imbiss vom Winzer erwartet werden. Frisch gestärkt rollen wir nach Mainz zum Bahnhof, hier Rückfahrgelegenheit per RMV oder für Unentwegte am Main entlang per Rad. Volle Trinkflasche, Flickzeug und verkehrstüchtiges Leichtlauf- oder Rennrad ist Pflicht!

Kosten: ca. 15 € f. Fähre, Weinprobe, Imbiss, RMV

(130 km, 200 Höhenmeter)

Werner Goy (☎ 06107/1372,

Werner.Goy@onlinehome.de), Andrea Goy

Mittwoch, 25.08.2004 ★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

Mittwoch, 25.08.2004 ★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Siehe Seite 12

27.08. - 30.08.2004 ★★ / ★★★

MOSEL, HUNSRÜCK,

NAHE UND RHEIN

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
Bahnfahrt nach Koblenz. Wir radeln an der Mosel entlang ins klammartige Ehrbachtal. Wanderung in der wildromantischen Erbachklamm. Danach ein etwas beschwerlicher Anstieg auf die Hunsrückhöhen. Weiterfahrt nach Emmelshausen (1.Ü). Nach einer längeren Strecke auf einer ehemaligen Bahntrasse, dem Schinderhannes-Radweg, erreichen wir Bundenbach (verschiedene Besichtigungen). 2.Ü. im idyllischen Hahnenbachtal. Über das malerische Fachwerkdorf Herrstein und durch eine reizvolle Wald- und Wiesenlandschaft fahren wir ins Nahetal, evtl. Abstecher nach Idar-Oberstein. 3.Ü. in Bad Sobernheim (Deutschlands längster Barfußpfad). Wir rollen durch das Nahetal mit alpinen Landschaftsbildern nach Bad Münster am Stein und Bad Kreuznach (Wanderung auf die Ruine Rheingrafenstein). Weiter geht es an der Nahe entlang nach Bingen, mit der Fähre nach Rüdesheim und schließlich durch die Weinberge nach Eltville. Rückfahrt mit der Bahn.

Maximal 15 Teilnehmer

(240 - 260 km)

Kosten: 200,00 € (Bahn, Ü/F, 1 Menü, DZ, Fähre, Besichtigungen)
180,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 15.07.

Rainer Griga (☎ 06151 / 147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)

27.-29. August

Museumsuferfest

Fahrradaufbewahrung und

ADFC-Infostand bei

FRANKFURT **BIKE** SERVICE & SECURITY
POINT



28.08. - 05.09.2004

★★★

CHIEMSEE UND INNTAL*Vom bayerischen Meer**zum deutschen Venedig*

Abfahrt: Ffm-Hbf

Am 1. Tag fahren wir mit der Bahn nach Prien und erkunden ein wenig den Chiemsee (1.Ü). Danach Bahnfahrt nach Rosenheim, von wo wir dem Inntalradweg bis Passau folgen. Markante Orte an dieser Strecke sind Wasserburg, Altötting, Burghausen und Schärding. Zum Schluss gönnen wir uns im attraktiven Passau, das auch deutsches Venedig genannt wird, einen Ruhetag. Rückfahrt mit der Bahn. (250 km)

Kosten: 510,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Besichtigung)
480,00 € ADFC-Mitglieder
EZZ 150,00 €

Anmeldung: bis 01.07.

Matthias Uhlig (☎ 06102/800897)

Sonntag, 29.08.2004

★★★

WEINBERGE UND INSELN

Abfahrt: 9:50 Uhr - S-Bhf Hochheim

Wir radeln am Main, dann am westlichen Rheinufer entlang nach Nackenheim und über die Weinberge (kurzer steiler Anstieg, dann Höhenweg) nach Nierstein. Bei Guntersblum bringt uns eine Fähre zur Insel Kühkopf (größtes Naturschutzgebiet Hessens, Einkehr). Weiter zur Schwedensäule, die König Gustav Adolf während des 30-jährigen Krieges nach erfolgreicher Überquerung des Rheins (jetzt Altrhein) hat errichten lassen. Einkehr auf der Insel Langenau, Fähre nach Ginsheim. Rückfahrtmöglichkeit ab Mainz-Gustavsburg. Die Tour endet am S-Bhf Hochheim.

Fotos zur Tour im Internet:

www.leserattenforum.de/lrf/Archiv/Bilder.htm

Die Wege sind streckenweise recht holprig, bitte stabile Fahrräder mitbringen.

Anfahrt mit S1 von Ffm-Hbf um 9.12 Uhr möglich

(85 km, 150 Höhenmeter)

Kosten: 2 x Bahn, 2 x Fähre, 2 x Einkehr
Rainer Pipping (☎ 95294467,
Rainer.Pipping@t-online.de), Frank Rolle

Mittwoch, 01.09.2004

★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

HEUSENSTAMMER SCHLOSS

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Vorbei an der Gerbermühle und den Oberrä-

der Gemüsegärten fahren wir bergauf in den Stadtwald. Wir lassen den Maunzenweiher hinter uns und radeln zum Heusenstammer Schloss, dort Mittagsrast. Zurück gehts über Neu-Isenburg und den Jacobiweiher. (40 km)

Rüdiger und Inge Paetow

Mittwoch, 01.09.2004

★★★

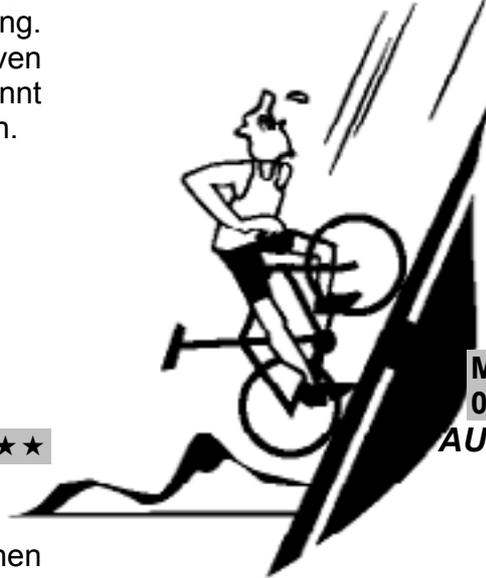
ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr

- Praunheim

(⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

**Mittwoch,****01.09.2004**

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr

- Praunheim

(⇒ Seite 9)

Siehe Seite 12

04.09. - 05.09.2004

★★★★ - ★★★★★

ODENWALD UND HEIDELBERG

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf

Am Samstag fahren wir zunächst mit der Bahn nach Darmstadt-Eberstadt, dann gehts mit dem Rad durch den Odenwald über Fürth nach Weinheim und durch die Weinberge weiter nach Heidelberg. Nach einem Bummel durch die sehenswerte Altstadt werden wir als abendlichen Höhepunkt die "Schlossbeleuchtung" erleben. Sonntag radeln wir zunächst den Neckar entlang, dann durch Flusstäler, aber auch bergauf und bergab durch die Mitte des Odenwalds zurück nach Dieburg.

Geradelt wird auf Radwegen und ruhigen Nebenstraßen, oft müssen wir jedoch kräftige Steigungen überwinden.

Übernachtung im Hotel. Maximal 15 Teilnehmer

(75 - 80 km je Tag)

Kosten: 105,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)

85,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 05.08.

Frühbucher/Innen bis 15.07.

Nachlass 15,00 €

Theda.Bunje@gmx.de (☎ 06145 / 990110)



Sonntag, 05.09.2004

★★ / ★★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

SELIGENSTADT -**KLOSTER UND KLOSTERGARTEN**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
 Durch den Stadtwald und um Offenbach herum erreichen wir zuerst Heusenstamm mit Schloss und Park. Über Jügesheim geht es weiter nach Seligenstadt mit Stadt und Pfalz, Kloster und Klostergarten.

Über eine Parkroute erreichen wir die Dietesheimer Steinbrüche und fahren dann am Main weiter.

Rückfahrt mit RMV ab Seligenstadt bzw. Dietesheim möglich.

Mittagspause mit Einkehr.

(35 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit,
 Christa Bernatzky

**Sonntag, 05.09.2004**

★★ - ★★★

ACHT SCHLÖSSER AM MAIN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Die Schlösser der Loire sind weltbekannt, die Schlösser am Main (noch) nicht. Um dies zu ändern, führt diese flotte Tagestour zu acht Schlossanlagen der benachbarten Grafschaften. Vor Ort werden zu den Baulichkeiten einige Erläuterungen gegeben. Es handelt sich um Schloss Offenbach, die Königspfalz in Bürgel, Schloss Rumpenheim, Schloss Steinheim, Schloss Hanau, Wilhelmsbad, Schloss Philippsruhe und schließlich die Schelmenburg. Bei schönem Wetter Picknick unterwegs, bei schlechtem Wetter Einkehr.

(60 km)

Frank Berger

Sonntag, 05.09.2004

★★★★

ÜBERRASCHUNGSTOUR

Abfahrt: 09:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Alles wird geplant, fast alles ist festgelegt. Warum nicht mal etwas unternehmen, von dem man vorher nicht weiß, wohin es geht und was einen erwartet? Bitte genügend zu Essen und Trinken mitnehmen.

(90 km)

Wolfgang Claus

Sonntag, 05.09.2004

★★★★

AUF DIE KARLSHÖHE

Abfahrt: 08:30 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 Die Karlshöhe ist ein Ausflugslokal, das idyllisch auf einer Waldlichtung mitten im Fürstlich Löwensteinschen Wildpark im Hochspessart liegt und nur zu Fuß oder mit dem Rad erreichbar ist. Entlang des Mains fahren wir nach Aschaffenburg und weiter nach Waldaschaff, wo der erste stärkere Anstieg zu bewältigen ist. Über Weibersbrunn und Hafenhohrtal gelangen wir zur Karlshöhe. Hier ausgiebige Rast. Rückfahrt über Hafenhohr und Mainradweg nach Lohr. Von dort Bahnfahrt.

Wir fahren auf autofreien Radwegen, stillen Landstraßen und Waldwegen. Kurze Schiebetrassen im Wald werden uns nicht die Freude an dieser Tour nehmen.

(110 km)

Albrecht und Sebastian Reinhard

05.09. - 11.09.2004

★★★

ZWISCHEN VOGESEN UND**FRANZÖSISCHEM JURA**

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
 Bahnfahrt in den Sundgau. Von einem festen Quartier im Dreieck Basel-Mulhouse-Belfort unternehmen wir jeden Tag attraktive Ausflüge von 60-70 km. Es sind Besichtigungen des Eisenbahnmuseums und des Automuseums in Mulhouse vorgesehen. Wir besuchen auch die Kapelle von Le Corbusier in Ronchamp.

Infos beim Tourenleiter.

(350 - 400 km)

Kosten: 490,00 € (Bahn, Ü/HP)

450,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 15.07.

jean@coquelin.de (☎ 459917)



MIETER HELFEN MIETERN

Frankfurt e.V.

...weil Wohnen
menschenswert und
bezahlbar sein muß,
für alle!



Beratung • Schriftliche Vertretung Prozesskostenversicherung

für 40 bzw. 70 Euro (incl. Versicherung) im Jahr

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9-13 und 14-18 Uhr

Große Friedberger Straße 16-20
(An der Konstabler Wache)
60313 Frankfurt am Main

Tel.: (069) 28 35 48 fax: 29 63 30
E-Mail: mieterhelfenmieternfrankfurt@web.de

Wir sind wohnungspolitisch aktiv (Mietrechtsreform, Schutz für sozial gebundenen Wohnraum...) und unterstützen Mieterinitiativen. Fordern Sie unsere kostenfreien Merkblätter zu Mietrecht und Wohnungspolitik an!

Dalmatinisches, italienisches
und internationales
Spezialitäten - Restaurant

“Zum Goldenen Löwen”



Alt-Rödelheim 10
60489 Ffm-Rödelheim
Tel.: 069 - 78 38 19

www.Restaurant-ZumGoldenenLoewen.de

Schattige Sommerterrasse - 120 Sitzplätze

Öffnungszeiten:

Täglich

von 11.30 - 14.30 Uhr
und 17.30 - 24.00 Uhr

Samstag

von 17.30 - 24.00 Uhr
Sonn- und Feiertage

von 11.30 - 24.00 Uhr

Ein Auszug aus unserer Speisekarte:

Mittagstisch ab 4,90 €

Salat Italia mit Thunfisch, Käse und Schinken 4,90 €

Cevapcici, Djuvec-Reis, Pommes frites u. Salat 5,90 €

Gemüseauflauf nach Art des Hauses 6,90 €

Mixteller 8,10 €

Hacksteak, Schweine- und Putensteak, Cevapcici,

Dörrfleisch mit Pommes frites, Djuvec-Reis und Salat

Rotbarschfilet mit Salzkartoffeln und Salat 8,60 €

Rödelheim

50 Meter von der Nidda



Empfehlung des Hauses **Possmann**

Freitag, 10.09.2004

★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

ZUM HARDTBERGTURM

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Durch die Felder, immer die Taunusberge vor Augen, radeln wir vorbei an Eschborn und dann dem Westerbach folgend bis nach Kronberg. Auf dem Philosophenweg (Achtung: hier gehts mächtig bergauf) durchqueren wir den Opelzoo. Unser Ziel (mit Aussicht von 409 m ü.NN) ist bald erreicht. Wer kennt die Burgen mit Namen? Zurück in die Stadt rollt es wie von selbst. Wir folgen Schwal- und Sulzbach bis zur Nidda. Boxenstop in Rödelheim.
 (25 km, 300 Höhenmeter)
 Christina Romeis

10.09. - 12.09.2004

★★★

HESSISCHE FERNRADWEGE:**R2, R3 UND R1****Kirchhain - Fulda - Rhön**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf
 Mit der Bahn nach Kirchhain. Auf dem R2 (Neustadt, Alsfeld, Lauterbach) geht es nach Fulda (1.Ü). Am nächsten Tag folgen wir dem R3 (Milseburggradweg) nach Hilders. Dort ist die absolute Sensation eingebaut: der Milseburg-Tunnel für Radfahrer (1,2 km lang). Von Hilders fahren wir zunächst entlang der Ulster. Ab Wüstensachsen radeln wir über Obernhäusen nach Gersfeld (2.Ü). Am 3.Tag kurze Rundtour um Gersfeld, dann folgen wir dem R1 nach Fulda. Rückfahrt per Bahn.
 Die drei Etappen sind sehr unterschiedlich. Besonders der 2. Tag hat es in sich, da mehrere längere Steigungspassagen vorkommen. Gute Ausdauer ist daher erforderlich.
 (60 - 80 km je Tag)

Kosten: 145,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)
 130,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 06.08

Michael@Bunkenburg.de (☎ 75057383),
 Theda.Bunje@gmx.de (☎ 06145 / 990110)

Samstag, 11.09.2004

★★

MÜHLENTOUR

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Durch den Frankfurter Stadtwald radeln wir über Heusenstamm nach Offenbach-Bieber. Dort befindet sich die Obermühle, in der wir uns mit Kaffee und Kuchen verwöhnen lassen. Danach geht es gemütlich am Mainufer entlang zurück.
 (40 km)
 Gisela Schill, Sabine Schiewe

Sonntag, 12.09.2004

★★★

MAINZ - EINE STADT MIT GESCHICHTE

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Über Zeppelinheim, Walldorf, Mönchbruch und Königstädten fahren wir zur Mainspitze bei Gustavsburg. Hier überqueren wir den Rhein und sind im "goldigen" Mainz. Dort wird ausreichend gerastet.
 Nachmittags unternehmen wir eine Rundfahrt durch Mainz, wobei wir stark befahrene Wege vermeiden und Mainz mit seinen Winkeln und Gassen kennen lernen. Dabei kommen wir auch an vielen markanten Punkten der Mainzer Vergangenheit und Gegenwart vorbei. Rückweg an Rhein und Main bis Hochheim. Da wir nun unseren "Tretsoll" erfüllt haben, benutzen wir ab hier den RMV.
 (70 km)
 Peter Mertens, Eri Mrosek

Sonntag, 12.09.2004

★★★

DIE DOMÄNE MECHTILDSHAUSEN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
 Wir wollen den größten Biolandbetrieb Hessens, die Domäne Mechtildshausen bei Wiesbaden, kennen lernen. Die Route führt uns hierzu in einem Bogen über die Höhenzüge des Vordertaunus und lässt uns über den Mainradweg zurückkehren. Auf der Domäne werden wir Leckeres ohne Chemie in einem Café/Bistro zu uns nehmen.
 (70 km)
 Georg Springer, Arno Schwab

Sonntag, 12.09.2004

★★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

ZUM BURGFEST NACH**OBERREIFENBERG**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Abseits des Verkehrs geht es durch den Vordertaunus nach Dornholzhausen und von dort bergauf zur Saalburg. In einer kurzen Pause erfrischen wir uns an der immer fließenden Minervaquelle. Nun radeln wir über Oberhain und Neu-Anspach zum Weiltalradweg, dem wir bis Oberreifenberg folgen. Zur Burg strampeln wir steil hinauf. Oben können wir einen kühlen Trunk auf dem Burgfest genießen (Alternative: Cafébesuch). Anschließend fahren wir bergauf zum Roten Kreuz, danach aber nur noch bergab über den Fuchstanz, Kronberg nach Eschborn. Von hier ist es ein Katzensprung zum Durstlöschen in Praunheim.





Öffnungszeiten:

täglich von 11.30 bis 1.00 Uhr nachts

**Ginnheimer Hohl 2 A
60431 Frankfurt/M.
Telefon 069 - 52 09 81**

Im Adler hier
trinkt man
Zwölf Apostel Bier



...eine kleine Auswahl aus unserer Speisekarte

Internationale Spezialitäten

Wiener Schnitzel mit Pommes frites, Erbsen und Salat	7,80
Cordon Bleu mit Pommes frites, feinem Gemüse und Salat	9,20
Schweinelende »Josefine« mit Champignons und Käse, überbacken, mit Broccoli, Bratkartoffeln und Salat	10,10
Filet Gulasch »Stroganoff« mit Butterreis und Salat	11,70
Diplomatenplatte, Cordon Bleu, Schweinefilet, Rinderfilet, Sauce Bernaise, reich garniert mit Salat, pro Person	11,20

Feine Vegetarische Spezialitäten

Überbackene Nudeln mit Spinat	5,60
Gemüseplatte	7,80
Blumenkohl, Broccoli in Bierteig mit Tatarsauce	5,10
Gemüseauflauf nach Art des Hauses	6,60
Gegrilltes Gemüse und Tomaten mit Käse überbacken	5,00

Fisch-Spezialitäten

Forelle »Müllerin Art« oder »Blau« mit Salzkartoffeln oder Butterreis und Salat	8,60
Lachsfilet, gegrillt mit Kartoffeln, Blattspinat und Salat	8,80
Rotbarsch-Filet mit Salzkartoffeln oder Butterreis und Salat	7,90

Balkan-Spezialitäten

Cevapcici mit Djuvec-Reis und Salat	5,10
Pljeskavica mit Schafskäse gefüllt, Djuvec-Reis und Salat	6,90
Raznjici, Schweinefleischspießchen mit Reis oder Pommes frites und Salat	7,00
Grill-Teller mit Pommes frites, Reis und Salat	9,10
Balkan-Platte, Pljeskavica, 2 Cevapcici, 2 Sorten Fleisch, 1 Raznjic, Speck, Djuvec-Reis, Pommes frites, Erbsen und Salat, pro Person	9,50

Kleine Köstlichkeiten (jeweils 100 g)

Hack-Medaillons mit Schafskäse gefüllt, Bratkartoffeln und Salat	4,20
Rostbraten mit Zwiebeln, Bratkartoffeln und Salat	5,20
Filet Mignon mit Bratkartoffeln und Salat	7,40
Schweinesteak mit Käse und Schinken überbacken, Bratkartoffeln und Salat	5,60
Hammel-Medaillon mit Krim-Sauce, Bratkartoffeln und Salat	5,90

Verschiedene Kinderteller stehen zur Auswahl!

Ein Großteil der Strecke sind Waldwege, mit entsprechender Oberfläche und Steigungen, deswegen nur für Mountainbikes und Trekkingräder geeignet.

(70 km, 750 Höhenmeter)

Doris Fiekers, Michael Dorgarten

Mittwoch, 15.09.2004 ★★★

GRUBE MESSEL UND MUSEUM

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir radeln über den südlichen Stadtwald, Neu-Isenburg und Dreieich zur Grube Messel. Dort können wir uns von der Aussichtsplattform aus die Grube anschauen und an den Schautafeln über die Grube informieren. Nach kurzem Aufenthalt fahren wir in den Ort Messel, wo wir einkehren. Da es keine weitere Einkehrmöglichkeit gibt, bitte für unterwegs etwas Proviant mitnehmen. Später besuchen wir noch das Fossilien- und Heimatmuseum. Heimwärts fahren wir über Rödermark und Heusenstamm. Tourenende und Schlussrast ist im Rudererdorf.

(80 km)

Klaus Konrad, Ilse Strasmann, Ulrich Vogt

Samstag, 18.09.2004 ★

Frankfurt erfahren - KunstGes. und ADFC

INDUSTRIEKULTUR

UND SOZIALREFORM (7)

May-Siedlungen der 20er Jahre

Abfahrt: 14:00 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz

Die letzte Tour geht in den Süden nach Sachsenhausen, Niederrad und Oberrad.

Abschluss im Gartenlokal.

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Sonntag, 19.09.2004 ★★★

ZUM VOGELPARK NACH KAHL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir radeln über Neu-Isenburg, Heusenstamm und Hainburg nach Kahl zum Vogelpark. Nach einem längeren Aufenthalt fahren wir über Schloss Emmerichshofen sowie der Hanauer Bulau zur Kinzig und an ihr entlang nach Hanau. Am Main geht es bis Mühlheim zu den Steinbrüchen, dann nach Offenbach-Bieber und über die Anlage "Walderholung" der Arbeiterwohlfahrt wieder zurück. Unterwegs Picknick oder Einkehr.

(70 - 80 km)

Matthias Uhlig



Sonntag, 19.09.2004 ★★★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

HALALI ZUM

WETTERAUER TINTENFASS

Abfahrt: 9:00 Uhr - Praunheim

(⇒ Seite 9)

Zum Abschluss der klassischen Tourensaison eine Fahrt, die es durch Länge und Höhenmeter in sich hat. Gute Kondition ist erforderlich. Anfangs der brettelebene Weg entlang der Nidda bis Florstadt, Einkehr in Wölfersheim, doch dann rauf nach Münzenberg. Zur Auswahl stehen die Besichtigung der Burgruine, die an ein mittelalterliches Tintenfass erinnert, oder eine Kaffeepause unter alten Bäumen. Über Bad Nauheim, Friedberg und Nieder-Erlenbach erreichen wir wieder Frankfurt, wo wir bei Interesse noch eine Schlusseinkehr anhängen. Man kann aber auch in Friedberg die S-Bahn besteigen.

(110 km)

Alfred Linder, Rainer Pipping

Sonntag, 26.09.2004 ★ / ★ ★

Kinder- und Familientour

SPIELEND DURCHS

ERLENBACHTAL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Praunheim

(⇒ Seite 9)

10:45 Uhr - Bonames-

Niddabrücke

Kinder dürfen sich auf viele Spielplätze freuen! Und die Eltern trotzdem Abenteuer erleben! Über Harheim und Massenheim geht es nach Nieder- und Ober-Erlenbach. Dort bleiben vielleicht einige am schönen Spielplatz. (*-Fahrt) Die Neugierigen fahren

weiter über Burgholzhausen bis zur Autobahnbrücke. Zurück zum Spielplatz in Ober-Erlenbach. Picknick. Dann gemeinsam zurück zur Nidda.

"Highlights": Quelltopf in Harheim, Mineralquelle in Massenheim, Schloss in Nieder-Erlenbach, Brunnen in Ober-Erlenbach und Burgholzhausen, Erlenbach-Wildnis, hohe Eisenbahnbrücke, Firma Rotor-Flug, abenteuerliche Autobahnunterführung (nur Besichtigung!).



Für die Kinder sind Stiefel und Wechselkleidung sinnvoll.

(20 / 30 km)

Ivo Koch, Ursula Witzel, Ilse Strassmann

Sonntag, 26.09.2004 ★★★

ZUM "ROTEN RAUSCHER"

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Das Pendant zum "Federweißen", nämlich der "Rote Rauscher", ist in Frankfurt nicht zu erhalten, wohl aber in Ingelheim. Wir fahren daher mit der S1 von Nied nach Hochheim. Von dort radeln wir mit einem kurzen Abstecher in den Biebricher Schlosspark durch den Rheingau bis Oestrich-Winkel. Nachdem uns die Fähre nach Ingelheim-Nord übergesetzt hat, schaffen wir uns durch Einkehr oder Picknick eine gewisse Grundlage. In Ingelheim ist der ersehnte längere Aufenthalt vorgesehen. Danach strampeln wir über Heidesheim und Mainz zurück nach Hochheim, wo der Besuch einer Straußwirtschaft den Tag abrundet, bevor wir mit der S1 zurückfahren.

(70 km)

Christian Kümmerlen

Sonntag, 03.10.2004 ★

Stadtteilgruppe Nordwest

ZUM SOSENHEIMER SPEIERLING

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Speierling gibt dem Stöfche Halt und herben Geschmack. Aber wer kennt schon diesen urigen Baum und seine seltsamen Früchte? Einige Exemplare dieser Spezies finden sich noch im Sossenheimer Unterfeld, das wir auf verschlungenen Wegen durchstreifen. In Sossenheim selbst haben wir ein äußerlich eher unauffälliges Nostalgiker-Café mit einer phantastischen Auswahl an frischen Kuchen im Visier. Ein Geheimtipp, den wir nur unseren Radlerkumpanen verraten.

(25 km)

Freya und Alfred Linder

Sonntag, 03.10.2004 ★★★

ZUM BAHAI-TEMPEL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Die Hinfahrt erfolgt auf Wegen des Vordertaus und über Eppstein zum Bahai-Tempel. Von hier geht es mit ordentlichen Steigungen über Lorsbach und den Lorsbacher Kopf (Waldgaststätte) nach Hofheim und entlang des Schwarzbaches bis zum Main, der uns den Weg zurück nach Höchst weist. Hier lassen wir auf dem atmosphärisch ansprechen-

den Schlossplatz die Tour ausklingen. Gefahren wird meist auf land- und forstwirtschaftlichen Wegen, so dass unsere Lungen abgasfrei atmen können.

(60 km)

Georg Springer, Hartmut Lange

Mittwoch, 06.10.2004 ★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

VON GELNHAUSEN NACH HAUSE

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung

Wir fahren mit der Bahn nach Gelnhausen. Von dort radeln wir am Langenselbolder See vorbei nach Rückingen, wo eine Wirtin nur für uns ihr Lokal öffnet. Danach fahren wir durch die urige Bulau weiter in das Gelände der Landesgartenschau in Hanau und folgen der Kinzig bis zur Mündung. Am Main entlang radeln wir zurück. Ab Mühlheim-Dietesheim kann mit der S-Bahn abgekürzt werden. Schlussrast ist im Rudererdorf. Anmeldung erforderlich bei Brigitte Rebna, da beschränkte Teilnehmerzahl bei der Bahnfahrt.

(55 km)

Brigitte Rebna (06196 / 42435), E. Kuschel

Sonntag, 10.10.2004 ★★

InDerStadt-Tour

ABSEITS DER HOCHHÄUSER

- ARCHITEKT-TOUR

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Unterschiedliche Beispiele neuer Wohnsiedlungs- und Gewerbearchitektur in Frankfurts Westen werden angefahren. Jeweils vor Ort gibt es genauere Informationen zu den Gebäuden.

(50 km)

Anne Wehr,
Bertram Giebeler



Sonntag, 10.10.2004 ★★

Stadtteilgruppe Nordwest

STIERSTÄDTER HEIDE

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Über Steinbach radeln wir auf leicht ansteigenden Wegen zum Naturschutzgebiet Stierstädter Heide. Zurückrollen lassen wir uns über Weißkirchen und Niederursel.

(25 km, 198 Höhenmeter)

Gerhard Heller, Petra Honermann



Sonntag, 10.10.2004 ★★★**DURCH DEN TAUNUS****NACH BAD NAUHEIM**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Wir strampeln durch den Taunus über die Saalburg und Pfaffenwiesbach nach Bad Nauheim (Trinkkuranlage, Sprudelhof und Gradierwerke) und Friedberg (Burg und Altstadt mit Judenbad), wo wir uns jeweils etwas umsehen. Mittags Picknick mit Panoramablick ins Usinger Land. Von Friedberg radeln wir relativ verkehrsfrei durch den hügeligen Vordertaunus zurück.

(80 km)

Wolfgang Preising, Eva Kuschel

15.10. - 17.10.2004 ★★★**FAHRRADWOCHELENDE****IM SPESSART**

Abfahrt: 10:30 Uhr - Hanau Hbf Vorplatz
Wir werden an 3 Tagen den nördlichen Spessart per Rad erkunden. Dazu nutzen wir größtenteils Waldwege. Da wir zweimal am gleichen Ort (Habichtsthal) übernachten, fahren wir am Samstag nur mit Tagesgepäck.

Einige Streckenhöhepunkte (Rückersbacher Schlucht, Hafenhöhlental, Wiesbütsee) sind gewiss und der kulinarische und gesellige Aspekt kommt sicher auch nicht zu kurz.

Bitte Kondition und bergtaugliches Rad (MTB kann, muss aber nicht sein) mit nicht zu schmalen Reifen mitbringen.

(70 - 80 km je Tag)

Kosten: 50,00 € (Ü/F)

42,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 5,00 €

Anmeldung: bis 15.09.

juergen.johann@adfc-frankfurt.de. (762928)

Sonntag, 17.10.2004 ★★★**ZUM BIOKONDITOR NACH BAD KÖNIG**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
In Zell hinter Bad König befindet sich im Herzen des Odenwalds ein traditionsreiches Familienunternehmen mit Laden und Caféhaus, das sich der Herstellung ökologischer Produkte verpflichtet hat. Bad König, auch bekannt für seine Kuranlagen und die Odenwaldtherme, erreichen wir größtenteils über flache Waldwege. Nur vor dem Mömmlingtal-Radweg müssen wir einen Hügel überqueren. Rückfahrt mit RMV.

(70 km)

Jürgen Lutz, Dejan Olipic

Mittwoch, 20.10.2004 ★★★**ZUR MATHILDENHÖHE**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Durch den südlichen Stadtwald, über Neulsenburg, Dreieich und die Prinz-von-Hessen-Grube radeln wir nach Darmstadt zur Mathildenhöhe. Dort wollen wir einkehren, bitte aber trotzdem etwas zum Essen und Trinken mitbringen. Heimwärts fahren wir über das Jagdschloss Kranichstein, Langen und Buchschlag. Schlussrast an der Louisa.

(70 km)

Klaus Konrad, Dieter Scheuer, Ulrich Vogt

Sonntag, 24.10.2004 ★★★**ASCHAFFENBURG**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
Die Radl-Zeit neigt sich dem Ende entgegen, aber wir besuchen noch einmal diese schöne Stadt in Unterfranken. Viele meinen, dieses Ausflugsziel, zu dem sicher fast jeder, der in Frankfurt wohnt und auch nur irgendwie Rad fahren kann, schon mal gelangt ist, sei nur entlang des Mains zu erreichen. Wir aber fahren durch den Wald, der im Herbst besonders reizvoll ist.

(100 km)

Nico Klausner, Dejan Olipic

Sonntag, 31.10.2004 ★

InDerStadt-Tour / Stadtteilgruppe Nordwest

FRANKFURTS WILDER OSTEN

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Warum denn in die Ferne schweifen, sieh, das Gute liegt so nah. Doch Frankfurts Osten kennen viele nur rudimentär. Thomas Sippel ist dort geboren, zur Schule gegangen und immer noch wohnhaft. Er führt uns vom Unfallkrankenhaus zum Lohrberg, nach Bergen, in den Fechenheimer Wald, den Ostpark und zur Heimat von Eintracht und FSV. Eine Einkehr in "Bad Bernem" könnte den Abschluss bilden.

(max. 25 km)

Freya Linder, Thomas Sippel

Sonntag, 07.11.2004 ★★★**CHICORÉE AM OTZBERG**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Der um diese Jahreszeit besonders wertvolle Chicorée gilt als blutreinigend, senkt den Cholesterinspiegel und entgiftet. Das Wintergemüse wird in Hessen nur in Lengfeld bei Otzberg angebaut, wo sich aus den Kochkünsten der Bäuerin ein kleines Chicoréerestaurant entwickelt hat. Wir fahren via Messel und



**Den Radler-Stadtplan
für Frankfurt ...**

**... und die Karten für
das Umland ...**



**... erhalten Sie im
ADFC - Infoladen
und im Buchhandel**

Dieburg und wärmen uns bei gutem Essen auf. Die Rückkehr erfolgt je nach Anschluss ab Dieburg oder ab Ober-Roden mit der Bahn. (70 km)

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Sonntag, 14.11.2004 ★★

Stadtteilgruppe Nordwest

FRANKFURTS SKYLINE

VOM SCHÄFERKÖPPEL

Abfahrt: 14:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
An der Nidda geht es bis Bad Vilbel und dann hinauf nach Nieder-Erlenbach. Es folgt ein kurzer heftiger Anstieg zum Schäferköppel (175 m ü.NN). Bei einer Pause genießen wir unter der uralten Kastanie die Aussicht auf Frankfurt. Die Rückfahrt geht über Dortelweil an die Nidda. In Berkersheim kehren wir dann noch gemütlich ein.

(40 km, 200 Höhenmeter)

Doris Fiekers, Michael Dorgarten

Sonntag, 21.11.2004 ★★

ÜBERRASCHUNGSTOUR

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Das Ziel der Tour am Totensonntag bleibt vorerst unser Geheimnis. Trotzdem kommt jeder mit Interesse an Radfahren und/oder Kultur auf seine Kosten. Eine Einkehr in urgemütllicher Umgebung ist natürlich zu dieser Jahreszeit "Pflicht".

Die Tourenlänge wird dem Wetter angepasst.

(50 - 60 km)

Andrea und Werner Goy



Sonntag, 05.12.2004 ★★

WEIHNACHTSMARKT AM

SCHLOSS EMMERICHSHOFEN

Abfahrt: 11:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
Wir kurbeln durch den Rodgau und queren über die Auheimer Brücke den Main. Von dort erreichen wir über Neuwirtshaus das ehemalige Jagdschloss Emmerichshofen. Hier findet in romantischer Atmosphäre ein Weihnachtsmarkt statt. Gestärkt von heißem Apfelwein und Lebkuchen geht es den Main entlang zurück.

Anmeldung bei der Tourenleitung.

(60 km)

Anja und Jürgen Johann (☎ 762928)

Sonntag, 12.12.2004 ★

Stadtteilgruppe Nordwest

ZUM WEIHNACHTSMARKT

IN DER NÄHE

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
In Vorfreude aufs Fest besuchen wir einen Weihnachtsmarkt. Die Auswahl erfolgt sehr kurzfristig. Je nach Witterung und aktuellem Angebot geht es nach Bad Vilbel, Massen-heim, Bad Homburg oder Kronberg. Glühwein gibt es aber überall.

(25 - 35 km)

Freya und Alfred Linder

Sonntag, 19.12.2004 ★★★★★

Mountainbike-Trainingstour

SCHNELLER, HÖHER, WEITER

... oder langsamer, niedriger, kürzer?

Abfahrt: 10:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Gefahren wird bei jedem Wetter, aber letzteres bestimmt die Route: Höhe, Länge und Bodenqualität.

300 bis 1000 Höhenmeter.

(15 - 75 km)

Rainer Mai, Dejan Olipic

2005

Sonntag, 09.01.2005 ★★

Stadtteilgruppe Nordwest

ORCHESTRION-SAMMLUNG

IN NEU-ISENBURG

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Tour durch den Stadtwald mit anschließendem Besuch einer Orchestrion-Sammlung in Neu-Isenburg. Das Orchestrion ist ein mechanisches Musikinstrument mit Orgelpfeifen, Schlaginstrumenten und Klavier. Solche Instrumente wurden bis ca. 1920 gebaut.

(30 km)

Gerhard Heller, Petra Honermann

Sonntag, 23.01.2005 ★★

HANAU UND KINZIGTAL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
Für die Strecke stehen durchweg asphaltierte, auto- und steigungsfreie Wege zur Verfügung, wegen der Jahreszeit dennoch 3 Sterne. Wir radeln ins Zentrum von Hanau und - sofern es das Wetter zulässt - weiter bis ins Kinzigtal.



Spätestens in Gelnhausen lassen wir es uns in einem Restaurant gut gehen. Danach geht es mit dem RMV zurück.

(50 km)

Jürgen Lutz

Sonntag, 30.01.2005

★★★★

Mountainbike-Trainingstour

WEIHNACHTSSPECK?

Abfahrt: 10:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Gefahren wird bei jedem Wetter, aber letzteres bestimmt Höhen- und Weitenmeter, Körnung und Streckenverlauf.

300 bis 1000 Höhenmeter.

(15 - 75 km)

Rainer Mai, Dejan Olipic

Sonntag, 13.02.2005

★★

InDerStadt-Tour / Stadtteilgruppe Nordwest

WEIHER DER ALTEN WALLANLAGEN

Abfahrt: 14:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Angeregt von der Broschüre "Stadtgewässer in Frankfurt" des Umweltamtes starten wir zu einer Weihertour. Zuerst radeln wir zum Rebstockweiher und dann über die Europabrücke zum Südufer des Mains. Hier fahren wir auf dem Mainuferweg bis zur Flößerbrücke. Nach dem Überqueren des Mains erreichen wir die Wallanlagen und den Rechneigrabenweiher. Am Ende der Wallanlagen stoßen wir noch auf einen Teich in der Nähe der Alten Oper. Zurück geht es über Westend und Grüneburgpark nach Ginnheim, wo wir gemütlich einkehren.

(22 km)

Doris Fiekers, Michael Dorgarten

Sonntag, 27.02.2005

★★★

INS KLEINE BRAUHAUS

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Niddaabwärts geht es über Höchst und den Kelsterbacher Wald nach Haßloch ins kleine Brauhaus, wo wir uns stärken und aufwärmen. Rückfahrt auf gleichem Wege.

(60 km)

Anja und Jürgen Johann (☎ 762928)

Sonntag, 13.03.2005

★★

InDerStadt-Tour / Stadtteilgruppe Nordwest

WARTENTOUR

Abfahrt: 13:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
Zuerst fahren wir zur Bockenheimer Warte, dann weiter zur neu renovierten Galluswarte. Auf der Main-Neckar-Brücke überqueren wir den Main und fahren hoch zur Sachsenhäuser Warte. Am Rande des Stadtwaldes besichtigen wir Reste der alten Landwehr. Nun geht es in rauschender Fahrt zur Gerbermühle, hier überqueren wir wieder den Main und fahren zu unserer letzten Station, der restaurierten Friedberger Warte. Hier werden wir einkehren. Zurück geht es über den Marbachweg und die Fahrradrouten Nordweststadt-Innenstadt nach Praunheim.

(30 km, 150 Höhenmeter)

Michael Dorgarten

Doris Fiekers



Sonntag, 20.03.2005

★★★★

AUF UMWEGEN NACH SELIGENSTADT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Hoffentlich finden sich ein paar frühjahrsfeste Radler, die sich schon zur Saisonöffnung vor der traditionellen Einkehr in Seligenstadt noch den zünftigen Umweg über den von Weinbergen umrahmten Hahnenkamm (ca. 400m ü.NN) zutrauen. Hinfahrt zwischen Main und Wetterau; Rückfahrt vorbei an der Fasanerie und über die Dietesheimer Steinbrücke.

ACHTUNG: Falls der Radreisemarkt auf diesen Tag fällt (stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest), fällt die Tour aus!

(110 km)

Jürgen Lutz, Rainer Mai

Das ADFC-Radtourenprogramm 2005 erscheint Mitte März



Wanderungen

Sonntag, 21.03.2004 ★★

Wanderung

VON LORCH NACH KAUB

Treffen: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
11:15 Uhr - Lorch-Bhf



Bahnfahrt nach Lorch. Gemütlich wandern wir die Weinberge hinauf mit vielen schönen Ausblicken auf den Rhein. Im Niedertal begrüßt uns der Grenzvogt vom Freistaat Flaschenhals. (Was es damit auf sich hat, erfahren wir dort.) Danach geht es steil bergauf und auf sanft abfallendem Weg hinunter nach Kaub (lohnenswerter Rundgang und Einkehr). Bitte Proviant für unterwegs mitnehmen. Ankunft in Frankfurt-Hbf: 18.05 Uhr oder 20.05 Uhr (jeweils ohne Umsteigen).

Fotos zur Tour im Internet:

www.leserattenforum.de/lrf/Archiv/Bilder.htm

Voranmeldung beim Tourenleiter bis spätestens 20.03.2004 wegen Wochenendticket.

(12 km, 300 Höhenmeter)

Rainer.Pipping@t-online.de (☎ 95294467)

Sonntag, 28.11.2004 ★

Wanderung - Stadtteilgruppe Nordwest

AUF DEN SPUREN DER RÖMER

Treffen: 14:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

An den Altarmen der Nidda und der Ringmauer entlang wandern wir in Richtung Römerstadt. Hier suchen wir nach den Spuren (Brunnen, Öfen usw.) der ehemaligen Siedlung "vicus Nida". Abschluss der Wanderung ist der Weihnachtsmarkt an der barocken Auferstehungskirche in Praunheim.

(6 km)

Doris Fiekers, Michael Dorgarten



Radtouren Bad Vilbel

Karfreitag, 09.04.2004 ★★

ZUM WETTERAUER DOM IN ILBENSTADT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

In Zusammenarbeit mit dem ADFC Frankfurt bieten wir eine Fahrt entlang der Nidda zur 900 Jahre alten ehemaligen Klosterkirche in Ilbenstadt an. Dort besteht zudem die Möglichkeit, sich mit anderen Teilnehmern aus einer Reihe von umliegenden Orten Frankfurts auszutauschen, denn die Tour ist als Sternfahrt ausgelegt, siehe Beschreibung Seite 11.

(40 km)

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Jürgen Knies (☎ 06101 / 64892)

Maifeiertag, 01.05.2004 ★★★

ZUM HESSENPAK

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Am Ortsrand von Bad Homburg vorbei geht es durch das Köpperner Tal zum Hessenpark, wo das traditionelle Maifest des DGB mit musikalischen und kabarettistischen Darbietungen aufwartet und den Besuchern auch lukullische Angebote von hessisch bis orientalisch serviert werden. Die Rückfahrt erfolgt über die Saalburg, von wo aus man die Räder talwärts laufen lassen kann.

(45 km)

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Dr. Ute Gräber-Seißinger (☎ 06101 / 542256)

Samstag, 15.05.2004 ★★

FAHRRADKLIMA IN DER PRAXIS

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Zusammen mit dem Bad Vilbeler Ortsverband des Bunds für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) machen wir einen Echtest der Fahrradfreundlichkeit in Bad Vilbel, indem wir pedalierend die Stadt durchstreifen. Wir besichtigen und erörtern sowohl positive als auch weniger erfreuliche Gegebenheiten und machen uns Gedanken über mögliche Verbesserungen. Auch eine Einkehr zwecks Stärkung und Diskussion über umweltschonende Mobilität in Bad Vilbel ist vorgesehen.

(30 km)

Rückkehr: ca. 16:00 Uhr

Wulfhard Bäumlein (☎ 06101 / 12607)

Peter Paul (☎ 06101 / 541017)

Sonntag, 16.05.2004 ★★

AUF DER APFELWEIN- UND

OBSTWIESENROUTE

Abfahrt: 11:15 Uhr - Bad Vilbel, Nordbahnhof
Dieser Tag ist der Rad- und Wandertag der Hessischen Apfelwein- und Obstwiesenrouten. Zunächst geht es mit der S-Bahn nach Bruchengraben. Ab dort werden wir uns mit dem Rad auf Apfelwein- und Obstwiesenrouten durch die Wetterau bewegen. Einmal um



Friedberg herum geht es über Dorheim, Ockstadt und Rosbach zurück nach Bad Vilbel. Dabei passieren wir etliche Stationen der Route, die zur Einkehr einladen und mit einigen Sonderaktionen überraschen werden. Die Rückkehrzeit ist stark abhängig davon, wie ausgiebig wir unterwegs verweilen.

(45 km)

Dieter Dametz (☎ 06101 / 85517)

Sonntag, 16.05.2004 ★★

ZUR STERNBACHER KIRCHE

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Auf dem Nidda-Uferweg gelangen wir über Gronau nach Okarben. Von dort aus geht es durch den Niddataler Ortsteil Assenheim weiter bis nach Wickstadt, anschließend über schattige Wege durch den Wald zur versteckt gelegenen, erstmals im Jahr 778 erwähnten Wallfahrtskirche Maria Sternbach. Dort verweilen wir zu einer Besichtigung. Auf dem Rückweg ist eine Einkehr vorgesehen.

(48 km)

Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

Jürgen Knies (☎ 06101 / 64892)

Sonntag, 23.05.2004 ★★★

DREI-BÄDER-TOUR

Abfahrt: 10:15 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Den Nidda-Uferweg entlang radeln wir in Richtung Frankfurt bis nach Sossenheim. Dort zweigt der Weg ab in den Vordertaunus nach Sulzbach und Bad Soden. Nach einer Mittagspause in Oberhöchstadt geht es über Oberursel und Bad Homburg wieder zurück an die Nidda, bevor sich in Bad Vilbel der Kreis schließt.

(65 km)

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Josef Brückl (☎ 06034 / 902922)

Mittwoch, 16.06.2004 ★

TOUR DE HASSIA

Abfahrt: 12:00 Uhr – B. Vilbel, Altes Rathaus
Sobald die morgens in Frankfurt gestartete Gruppe in Bad Vilbel angekommen ist, beginnt auch für uns Vilbeler diese Tour. Den Auftakt bildet eine kurze Betrachtung des Brunnens der Sprudelbuben sowie der Skulptur, die Karl Friedrich Grosholz darstellt und dessen Andenken gewidmet ist. Anschließend fahren wir entlang der Nidda über Dortelweil nach Gronau. In Gronau überqueren wir das Flüsschen und gelangen an der Niddermündung vorbei über Klein-Karben und Okarben zum Ludwigsbrunnen. Nach einer kurzen Rast geht es auf demselben Weg zurück zur Besichtigung

des Brunnenbetriebes Hassia & Luisen. Für den dortigen Rundgang um 14:00 Uhr bitten wir wegen begrenzter Teilnehmerzahl um Anmeldung.

(25 km)

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

Anmeldung: bis 14.06.2004

Jürgen Knies (☎ 06101 / 64892)

Freitag, 25.06.2004

★★

NACH BAD HOMBURG

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Auf dem Nidda-Uferweg geht es bis zum Abzweig nach Massenheim. Dort treffen wir auf den Erlenbach und fahren diesen entlang bis nach Ober-Erlenbach. Wir folgen dem Radweg seitlich der Straße über Bad Homburg-Gonzenheim bis zur unserem Ziel in Bad Homburg - Biergarten oder Eiscafé. Der Rückweg führt über Bad Homburg-Ober-Eschbach entlang des Eschbachs nach Frankfurt-Nieder-Eschbach und Harheim. Hier gelangen wir an die Nidda, die uns wieder zum Ausgangspunkt zurückgeleitet.

(28 km)

Rückkehr: ca. 22:00 Uhr

Jürgen Knies

(☎ 06101 / 64892)



Sonntag, 04.07.2004

★

Kinder- und Familientour

NIDDERAU MEETS VILBEL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Diese Radtour ist ideal für Familien mit kleinen Kindern. Auf einer ruhigen, steigungsfreien Strecke werden wir ca. 15 km zurücklegen, um auf halbem Weg eine Gruppe zu treffen, die ebenfalls mit Kindern aus Nidderau angeradelt kommt. In einem gemütlichen Lokal werden wir einige Zeit gemeinsam bei einem Gläschen und einer Brotzeit verbringen, und auf dem großen Spielplatz kommen auch unsere jungen Mitradler auf ihre Kosten.

(25 km)

Rückkehr: ca. 15:00 Uhr

Josef Brückl (☎ 06034 / 902922),

Armin Möller (☎ 06101 / 582811)



Samstag, 10.07.2004 ★★**NACH RÜSSELSHEIM ZUM FEIERN**

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Entlang der Nidda geht es zunächst nach Höchst. Dort überqueren wir den Main und radeln weiter bis nach Rüsselsheim. Am Nachmittag ab 14 Uhr feiert die dortige ADFC-Ortsgruppe auf dem Gelände des Naturfreundehauses Rüsselsheim ihr zehnjähriges Bestehen. Das möchten wir mitfeiern. Die Rückkehr ist mit der S-Bahn vorgesehen.

(50 km) Rückkehr: ca. 19:00 Uhr
 Christian Martens (☎ 06101 / 128426)

Sonntag, 18.07.2003 ★★★**ÜBER DEN FELDBERG NACH IDSTEIN ZUM JAZZ**

Abfahrt: 08:30 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 An der Saalburg vorbei fahren wir hoch bis zum Feldberg, wo wir rastend die Aussicht genießen. Anschließend geht's nach rasanter Abfahrt in den Hintertaunus. In Idstein verweilen wir zur Stärkung und haben außerdem die Gelegenheit, das Treiben auf dem Hessen-Jazz-Festival, das sich um eine Vielzahl von Open-Air-Bühnen in der Innenstadt konzentriert, zu verfolgen. Die Rückfahrt erfolgt ab Niedernhausen per S-Bahn.

(70 km) Rückkehr: ca. 19:00 Uhr
 Dr. Ute Gräber-Seißinger (☎ 06101 / 542256)

20.08. - 22.08.2004 ★★★**DURCH DIE RHÖN**

Abfahrt: : 9:30 Uhr - Bad Vilbel, Nordbahnhof
 An diesem Wochenende werden wir mit dem Rad das Land der offenen Fernen, so die Bezeichnung der Höhen der Rhön, erklimmen. Dabei ist der eine oder andere heftige Anstieg unvermeidbar. Blicke auf Vogelsberg und Thüringer Wald werden immer wieder für so manche Anstrengung entschädigen. Zum Aufwärmen starten wir in Wächtersbach und durchqueren zunächst den Spessart. Die erste Nacht werden wir auf dem Kreuzberg verbringen. Dann geht es weiter über die Hochrhön vorbei am Schwarzen Moor. Die zweite Nacht ist in Ehrenberg-Seiferts geplant. Am dritten Tag werden wir einen Abstecher nach Thüringen machen und dann über Tann und den Milseburg-Radweg, eine ehemalige Bahntrasse, unseren Endpunkt Fulda ansteuern, wo wir die Tour mit müden Beinen geruhsam ausklingen lassen können.

(160 km) Rückkehr: ca. 20:00 Uhr

Max. 12 Teilnehmer

Kosten: 75,00 € (Bahn, Ü/F)
 65,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 01.06.

Joachim Hochstein (☎ 06101 / 402907),
 Christian Martens (☎ 06101/128426)

Freitag, 03.09.2004 ★**ZUM LUDWIGSBRUNNEN****NACH KARBEN**

Abfahrt: 17:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Wir fahren auf dem Nidda-Uferweg an Dortelweil vorbei nach Gronau. Dort überqueren wir die Nidda an der Niddermündung und gelangen sodann auf ebener Strecke nach Karben. Dort, am Ludwigsbrunnen, können wir die zwischenzeitlich geleerten Fahrradflaschen mit frischem Quellwasser auffüllen. Auf dem Rückweg werden wir noch einkehren.

(25 km) Rückkehr: ca. 21:00 Uhr
 Jürgen Knies.(06101 / 64892)

Sonntag, 12.09.2004 ★★★**ZWISCHEN NIDDA UND NIDDER**

Abfahrt: 10:15 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Längs des Niddaufers fahren wir bis nach Wickstadt, zweigen dann ab und gelangen, vorbei an der Sternbacher Kirche, zum Kloster Engelthal. Die Ursprünge dieser in einem stillen Waldtal der Wetterau gelegenen Benediktinerinnen-Abtei reichen bis in das Jahr 1268 zurück. Von der Abtei aus führt der Weg zurück an die Nidder. Stationen auf der Rückfahrt sind Altstadt-Höchst (Mittagspause in Lokal) sowie Nidderau. Schließlich geht's auf der Hohen Straße zurück nach Bad Vilbel.

(65 km) Rückkehr: ca. 17:00 Uhr
 Josef Brückl (☎ 06034 / 902922)

Sonntag, 03.10.2004 ★★**ZUM BOTANISIEREN INS ARBORETUM**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Die von ADFC und BUND veranstaltete Tour führt am Frankfurter Norden vorbei ins Arboretum, den Baumpark zwischen Eschborn und Sulzbach. Dort werden nicht nur deutsche Eichen, sondern auch eine ganze Reihe weiterer Baumarten zu erkunden sein. Bei Altweibersommerwetter werden wir das Gelände außerdem für ein kleines Picknick nutzen.

(45 km) Rückkehr: ca. 16:00 Uhr
 Wulfhard Bäumlein (☎ 06101 / 12607),
 Peter Paul (☎ 06101 / 541017)



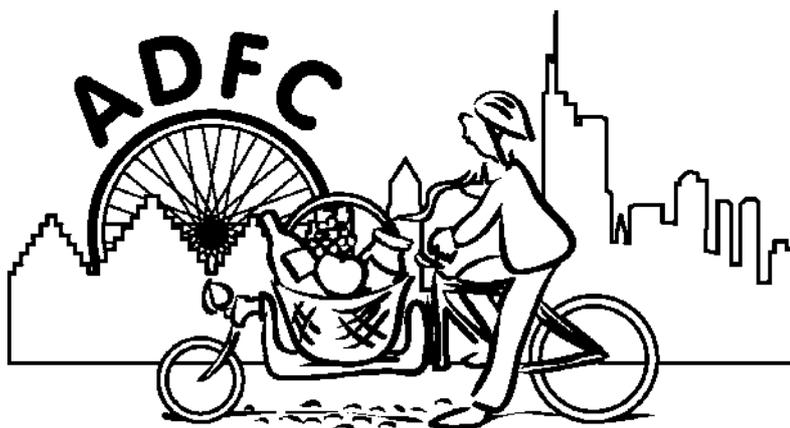
Liebe Leserin - Lieber Leser

.... in den Händen halten Sie die Broschüre des ADFC-Frankfurt mit dem Radtourenangebot für die neue Radsaison.

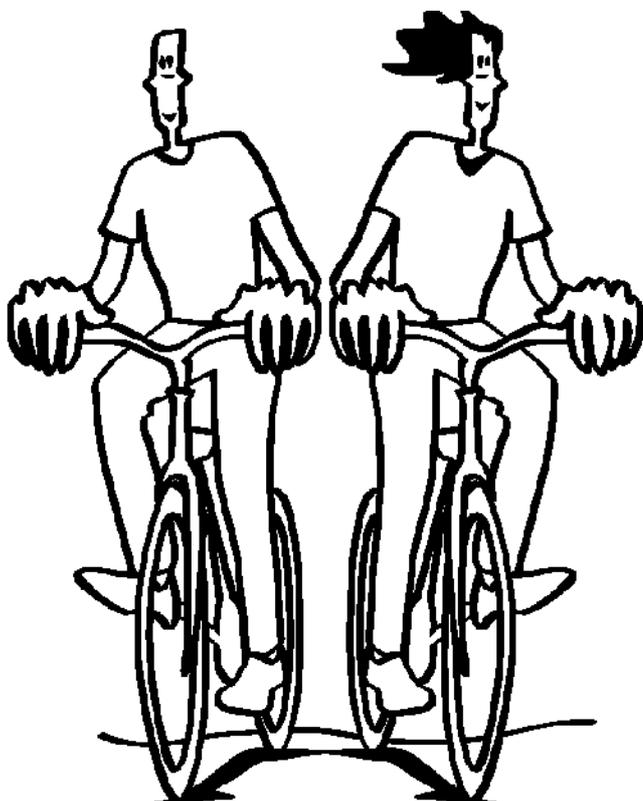
Wir, die ehrenamtlichen Tourenleiter des ADFC-Frankfurts, würden uns sehr freuen, Sie bei einer der angebotenen Touren begrüßen zu können, um uns gemeinsam auf den Weg zu machen und / oder das Tourenziel zu erreichen. Na dann, nichts wie los

Liebes Noch-nicht-Mitglied, eine große Unterstützung für uns wäre ein kleiner Kostenbeitrag von Ihnen, damit die Last der Druckkosten auf mehr Räder verteilt wird, denn gemeinsam geht vieles leichter.

Vielen Dank schon jetzt dafür.



Nehmen Sie einfach einen Überweisungsauftrag, tragen als Empfänger den ADFC Frankfurt, Kontonummer 77 111 948, BLZ 501 900 00 bei der Frankfurter Volksbank ein, setzen einen Betrag ein und ab geht die Post.



Dafür halten Sie ein Radtourenprogramm in der Hand, das seinesgleichen sucht und eines verspricht: interessante Touren, nette Menschen und Spaß auf oder neben dem Rad, selbst wenn der Himmel einmal weint.

Wem dies nicht ausreicht, dem können wir nur sagen: werde Mitglied, stilles oder besser noch aktives Mitglied und sei herzlich willkommen. Es gibt viele Möglichkeiten, seine Energie, sein Wissen und seine Zeit einzubringen.

Zum Beispiel setzen wir uns für eine bessere und umweltfreundlichere Verkehrspolitik ein, die gerade das Radfahren konsequenter fördern soll.

**Daher nicht warten –
starten –
Mitglied werden.**



Beitritt

auch möglich unter
www.adfc.de

Anschrift

Name, Vorname, Geburtsjahr:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon

Beruf:

Schüler, Student etc.

Ja, ich trete dem ADFC bei und bekomme die Radwelt.
Mein Beitrag unterstützt die Fahrrad-Lobby in Deutschland und Europa

- Einzelmitglied 38 € / 25 € (ermäßigt)
- Familien- / Haushaltsmitglied 48 € / 38 € (ermäßigt)

Name, Vorname, Geburtsjahr:

Name, Vorname, Geburtsjahr:

Name, Vorname, Geburtsjahr:

Datum, Unterschrift:

- Schicken Sie mir eine Rechnung
- Ich erteile dem ADFC hiermit eine Einzugsermächtigung

Kontoinhaber:

Konto-Nummer:

Bankleitzahl:

Datum, Ort, Unterschrift

Ausfüllen und absenden an: ADFC e.V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen oder per Fax an: 0421 / 346 29 50



AUToFREIE SONNTAGE 2003

06.06.2004

HAPPY MOSEL

Schweich - Cochem (140 km), ca. 9 - 19 Uhr
Beide Uferstraßen zwischen Schweich und Cochem

Auskunft: Mosellandtouristik GmbH,
Postfach 1310, 54463 Bernkastel-Kues,
☎ 065 31 / 20 91

Es handelt sich um den landschaftlich schönsten Abschnitt des Moseltals, das hier in vielen Windungen verläuft.

20.06.2004

RAD-ERLEBNISTAG AN DER NAHE

Bingen - Nohfelden (Saarland) (ca. 130 km),
10 - 18 Uhr

Auskunft: Naheland-Touristik, 55606 Kirn
☎ 067 52 / 20 55

27.06.2004

TAL TOTAL

Rüdesheim - Lahnstein / Bingen - Koblenz
Tal der Loreley, Rhein-Uferstraßen B42 Rüdesheim bis Lahnstein und B9 Bingen bis Koblenz-Stolzenfels (120 km), 9 - 19 Uhr

Auskunft: Touristik-Gemeinschaft "Im Tal der Loreley", Postfach 1263, 56326 St.Goar,
☎ 067 41

/ 13 00

Unbedingt

zu emp-

fehlen,

da das

Rheintal ja

sehr reiz-

voll ist.

Auch bei

einer sehr

großen

Teilnehmerzahl

fließt der

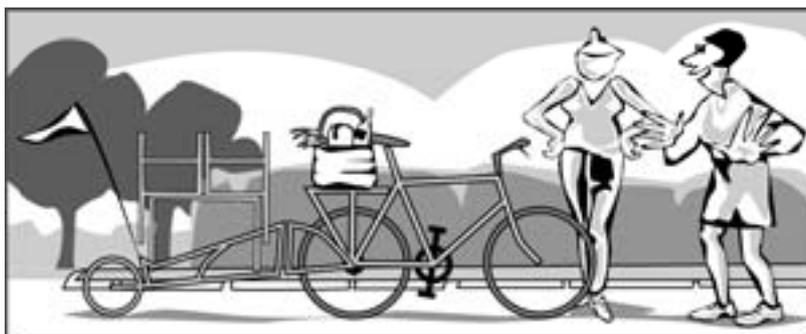
Radverkehr

aufgrund

der Streckenlänge

von insgesamt

120 km.



01.08.2004

RADERLEBNISTAG

auf dem Radrundweg Ellerbachtal-Gräfenbachtal (35 km) 10 - 19 Uhr.

Auskunft:

Verbandsgemeindeverwaltung von
Rüdesheim ☎ 0671 / 37143

08.08.2004

LIEBLICHES TAUBERTAL

(Bad Mergentheim - Rothenburg o.d.T. / Detwang. 40 km autofrei zwischen Rothenburg / Detwang und Bad Mergentheim

Auskunft:

www.liebliches-taubertal.de

15.08.2004

AUToFREIES APPELBACHTAL

Würzweiler bis Pfaffen-Schwabenheim (30 km) 9 - 18 Uhr

Auskunft:

Verbandsgemeindeverwaltungen von

Bad Kreuznach ☎ 06 71 / 91 21

Wöllstein ☎ 067 03 / 302 23

Alsenz-Obermoschel ☎ 063 62 / 303 31

Rockenhausen ☎ 063 61 / 45 12 14

29.08.2004

ERLEBNISTAG

DEUTSCHE WEINSTRASSE

Bockenheim - Schweigen (80 km) 10 - 18 Uhr

Auskunft: Pfalzweinwerbung,
Chemnitzer Str. 3, 67433 Neustadt,
☎ 063 21 / 91 23 28

Diese schon seit Jahren stattfindende Veranstaltung ist der Vorläufer aller anderen.

12.09.2004

AUToFREIES KINZIGTAL

Hanau bis Sinnatal-Sterbfritz (80 km) 8 - 18 Uhr

Informationen:

Landratsamt Main-Kinzig-Kreis,

Hauptverwaltung Hanau,

☎ 061 81 / 292-2320

Hauptverwaltung Gelnhausen,

☎ 060 51 / 85-4459

Diese Kinzigtalstrecke ist ausgesprochen abwechslungsreich (Uferwege, Auenwald, freies Feld, Ortsdurchfahrten, Bundesstraße, leichte Steigungen).

Alle Angaben sind ohne Gewähr



Informationen rund ums Rad



Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 17.15 - 19.00 Uhr
Samstag 11.00 - 13.00 Uhr
(Mitte Okt. bis Mitte März samstags geschlossen)



ADFC Frankfurt am Main e.V.
Fichardstr. 46, 60322 Frankfurt
Tel. 069 - 944 101 96, Fax 069 - 944 101 93
www.ADFC-Frankfurt.de