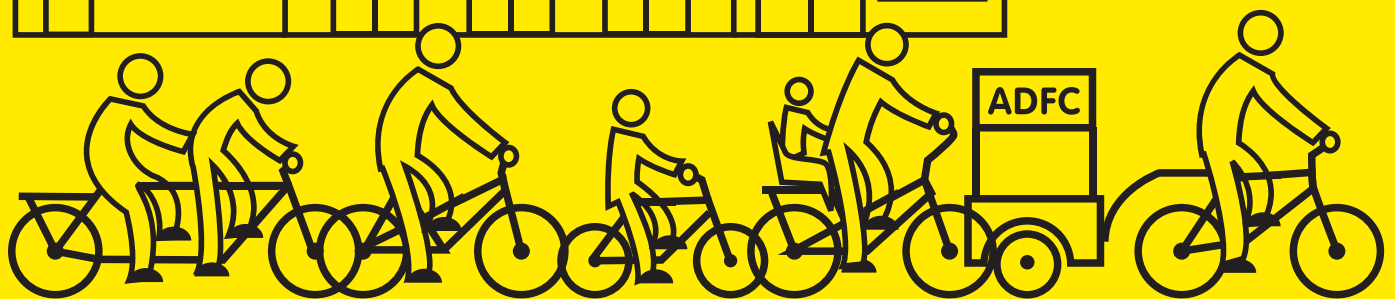


ADFC Frankfurt am Main e.V.

-TOUREN PROGRAMM 2006

Neue ★ - Kategorien

→ Seite 4



**Allgemeiner
Deutscher
Fahrrad-Club**

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 Preisung ☎ 069 / 75 84 96 80

AG KlauNix

Alfred Linder ☎ 0176 / 29 37 87 14

AG Technik

Ralf Paul ☎ 069 / 494 09 28

AG Touren

Johannes Wagner ☎ 069 / 47 77 27

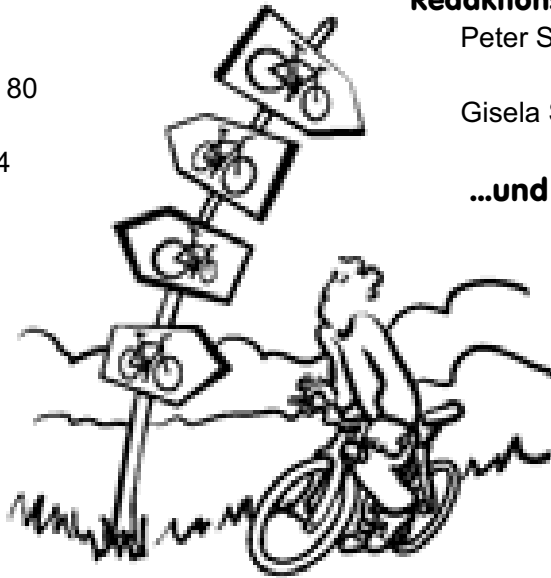
Jürgen Johann ☎ 069 / 76 29 28

AG Verkehr

Verkehrspolitischer Sprecher:

Fritz Biel ☎ 069 / 52 95 74

Verkehr@ADFC-Frankfurt.de



Redaktionsteam frankfurt aktuell

Peter Sauer ☎ 069 / 56 59 06

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, Ulrike Mehren, 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

www.ADFC-Hessen.de

ADFC Bundesverband e.V.

Postanschrift:

Postfach 10 77 47, 28077 Bremen

Geschäftsstelle:

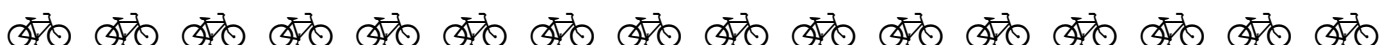
Grünenstr. 120, 28199 Bremen

☎ 0421 / 34 62 9-0

Fax 0421 / 34 62 9-50

E-Mail Kontakt@ADFC.de

www.ADFC.de



LIEBE RADLERINNEN UND RADLER,

wollten Sie nicht schon lange einmal gemeinsam mit Gleichgesinnten zu einer gemütlichen oder auch sportlichen Fahrradtour starten? Dann sind Sie bei uns richtig. Ob Mitglied oder Nichtmitglied, ob mit Freunden oder alleine – suchen Sie sich aus dem vorliegenden Radtourenprogramm Ihre Tour heraus. Sie sind herzlich zur Teilnahme eingeladen.

Die Vielfalt des 2005er Programms finden Sie auch im Tourenangebot 2006 wieder. Die im letzten Jahr erstmals durchgeführten Stadtrundfahrten am Samstag, ein Angebot des ADFC insbesondere für Frankfurter Neubürger, das auch von „alteingesessenen“ Frankfurtern angenommen wurde, haben einen enormen Zulauf erfahren und einen Bekanntheitsgrad weit über das Tourenprogramm hinaus bekommen. Die Stadt Frankfurt hat diese Touren jetzt in ihr Begrüßungsheft aufgenommen, das allen Neubürgern von der Stadt überreicht wird. Neben den InDerStadt-Touren bieten auch die „Frankfurt erFahren“-Touren (Übersicht siehe Seite 7) reichlich Gelegenheit, per Rad Frankfurter Besonderheiten kennen zu lernen.

Auch dieses Jahr haben wir wieder etwas Neues im Programm, sogenannte FlexiTouren (siehe Seite 16). Dahinter verbirgt sich ein neues Internet-gestütztes Angebot für Feierabendtouren. Diese Touren sind nicht im vorliegenden Radtourenprogramm festgelegt. Es wird über die Internetseite des ADFC eingeladen, Sie selbst können bei der Planung mitwirken. Und noch etwas ist neu: Die Touren-AG hat die Kategorien * bis **** neu definiert! Lesen Sie bitte zuerst auf Seite 4 nach, bevor Sie in den Tourenangeboten blättern.

Wie oben bereits erwähnt können auch Nichtmitglieder an unseren Touren teilnehmen. Wenn Sie sich dann entschließen, **ADFC-Mitglied zu werden** und dadurch unsere Arbeit weiter unterstützen, würde uns das natürlich ganz besonders freuen. Empfehlen können wir allen Radlerinnen und Radlern einen Besuch in den Gaststätten, deren Anzeige Sie in unserem Programm finden. Hier sind Sie auf dem Fahrrad immer herzlich willkommen.

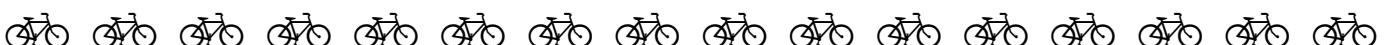
Danke sage ich allen RadtourenleiterInnen, die wie jedes Jahr ehrenamtlich für den ADFC tätig sind und mit Ihren Ideen das Tourenangebot 2006 ermöglicht haben. Danken möchte ich auch unserem Redaktionsteam für die vielen Stunden, die es für unser Tourenprogramm am und um den PC herum verbracht hat.

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

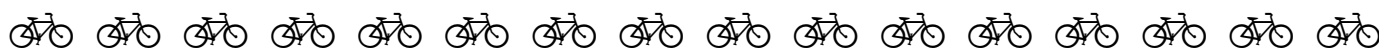
Wir sind bemüht, alle Touren wie im Programm angekündigt durchzuführen. Unvorhergesehene Umstände können ausnahmsweise dazu führen, dass eine Tour ausfallen oder kurzfristig geändert werden muss.

Schwierigkeitsgrade der Touren

Die Einteilung der Fahrten in ★- bis ★★★★★-Touren soll Ihnen helfen, die für Sie geeigneten Touren herauszufinden. Die Anzahl der Sterne beschreibt das **Tempo**, das auf ebenen, gut befahrbaren Streckenabschnitten eingeschlagen wird (siehe unten). Die **Durchschnittsgeschwindigkeit** liegt regelmäßig darunter. Darüber hinaus finden Sie bei der Tourenbeschreibung die Angabe der **Streckenlänge**. Bitte beachten Sie, dass die Schwierigkeit einer Tour nicht nur vom **Tempo**, sondern auch von der **Streckenlänge** und den **Steigungen** abhängt.

★	leichte Tour	bis 15 km/h
★★	mittelschwere Tour	15 bis 18 km/h
★★★	anspruchsvolle Tour	18 bis 21 km/h
★★★★	sportliche Tour	über 21 km/h

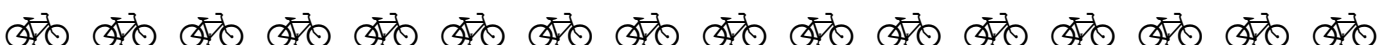
Wer bisher nicht oder nur kurze Strecken mit dem Rad fährt, sollte bei ★ bis ★★ beginnen. Eine Tour mit ★★★ oder ★★★★ ist nur erfahrenen Radlern zu empfehlen.



ALLE TOUREN IM ÜBERBLICK

Tagestouren am Wochenende und an Feiertagen

	26.03. ★★	45 km	Abseits der Hochhäuser - Architek-Tour	10
	26.03. ★★★	80 km	Kurzkur in Bad Nauheim	10
April	02.04. ★★★	70 km	Mainz - eine Stadt mit Geschichte	10
	09.04. ★★	50 km	Rund um Neu-Isenburg	12
	16.04. ★★★	55 km	Zu den Winzern am Rhein	12
	17.04. ★★★	70 km	Ein Frühlingsklassiker	12
	23.04. ★★	40 km	Zur Käsmühle	14
	23.04. ★★★	60 km	Moultoneer Ride Frankfurt	14
	30.04. ★★	60 km	Zum Eisenbahnmuseum in Kranichstein	16
Mai	01.05. ★★★★★	80 km	Ronneburg einmal anders	16
	06.05. ★★	40 km	Dietesheimer Steinbrüche	18
	07.05. ★★	40 km	Genussradeln nach Dreieichenhain	18
	07.05. ★★	45 km	Naturschutzhaus in den Weilbacher Kiesgruben	18
	07.05. ★★	60 km	Zum Mönchbruch	18
	14.05. ★★★	75 km	Zum Märchenschloss	20
	14.05. ★★★	90 km	Zur Ronneburg	20
	14.05. ★★★★★	85 km	Über den Taunus nach Idstein	20
	21.05. ★★★	50 km	Bleibeskopf - Kunst - Picknick	22
	21.05. ★★★	60 km	Rund um Frankfurt	22
	21.05. ★★★★★	70 km	Zu Klöstern und Kirchen in der Wetterau	22
	28.05. ★★	65 km	Wiesbaden - Weltkulturerbe?	24
	28.05. ★★★★★	130 km	Sportliche Tour nach Würzburg	24
Juni	04.06. ★★★	100 km	Ried und Rhein, das muss sein... ..	26
	11.06. ★★★	80 km	Wo der Rhein den Main küsst	28
	11.06. ★★★★★	110 km	Die Warte, die keine ist... ..	28
	18.06. ★★★	65 km	Über die Weinberge zum Büchnerhaus	30
	18.06. ★★★	70 km	Vivarium	30
	18.06. ★★★★★	90 km	Zum Pferdkopf	30
	25.06. ★★★★★	110 km	Zum Neroberg	36
Juli	02.07. ★★	55 km	Gemütlich zur Saalburg	36
	02.07. ★★★	70 km	Rheingau-Riesling-Tour	38
	02.07. ★★★★★	140 km	Bayerischer Spessart	38
	08.07. ★★★	65 km	Über den Milseburg-Radweg in die Hochrhön	38
	09.07. ★★★	80 km	Zur Rosenhöhe in Darmstadt	38
	09.07. ★★★	70 km	Zum Vogelpark nach Kahl	40
	09.07. ★★★★★	120 km	Grosse Runde um die Wetterau	40
	16.07. ★★★	75 km	Rätseltour	40
	16.07. ★★★	60 km	Limestour: Zum Castell des Numerus Nidensium	42
	23.07. ★	35 km	Stadtwald-Tour	42
	23.07. ★★★	70 km	Grüngürtel: Einmal rundherum	42
	30.07. ★★ - ★★★★★		Großer Radtourensonntag: Zu Warten und Türmen	44
Aug.	06.08. ★	25 km	Live-Musik in Hattersheim	46
	06.08. ★	40 km	Zum Obsthof nach Nieder-Erlenbach	46
	06.08. ★★	60 km	Dietesheimer Steinbrüche	46
	13.08. ★★★	65 km	Wo die Kelten und Römer hausten	46
	13.08. ★★★★★	160 km	Über den Vogelsberg nach Fulda	48
	20.08. ★★★	80 km	Zur Doppelmühle im Kahlgrund	48
	27.08. ★★★	70 km	Der Hahnenkamm ruft	50



	27.08. ★★★★★	130 km	Weinprobe beim Ökowinzer in Aspisheim	50
Sep.	03.09. ★★	60 km	Hessenpark	52
	03.09. ★★★	50 km	Main-Taunus-Tour zum Rettershof	52
	03.09. ★★★★★	90 km	Mittelalterliche Stadt	52
	17.09. ★★★	70 km	Die Airport-Seen-Tour	56
	24.09. ★	30 km	Im Osten Frankfurts	56
Okt.	01.10. ★★	40 km	Von Park zu Park auf grünen Wegen	56
	08.10. ★★	40 km	Skulptour nach Darmstadt	56
	08.10. ★★★	60 km	Zum Bahai-Tempel	58
	15.10. ★★★	75 km	Zum Biokonditor in Bad König	58
	22.10. ★★	40 km	Zu den Opelvillen	58
Nov.	05.11. ★★★	70 km	Chicorée am Otzberg	60
	26.11. ★★★★★	50 km	Herbst-Mountainbike, die 1.	60
Dez.	10.12. ★★★	60 km	Weihnachtsmarkt am Schloss Emmerichshofen	60
	17.12. ★★★★★	50 km	Winter-Mountainbike, die 2.	60
Jan.	01.01. ★★★★★	65 km	Die Neujahrstour	61
	21.01. ★★★	50 km	Hanau und Kinzigtal	61
Feb.	04.02. ★★★★★	50 km	Winter-Mountainbike, Die 3.	61
	11.02. ★★	40 km	Verwunschene Wasserburg an der Nidder	61
	18.02. ★★	40 km	Regionalpark und Wiesbaden	61
	25.02. ★★★	60 km	Ins Kleine Brauhaus	62
März	11.03. ★★	40 km	Schöne Aussicht auf... ..	62

Tagestouren am Mittwoch

Touren für alle, die werktags Zeit haben, insbesondere für ältere RadlerInnen mit entsprechender Ausdauer, unterwegs Abkürzung mit RMV möglich.

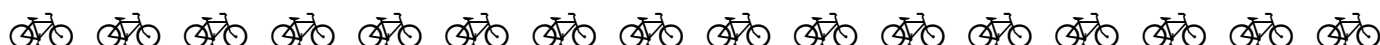
	05.04. ★★	35 km	Zum Saisonstart auf Westkurs	10
	19.04. ★★★	85 km	Zum Brauhaus Castel	12
	03.05. ★★	50 km	Dietesheimer Steinbrüche	16
	17.05. ★★★	70 km	Ehemalige Synagogen (1)	20
	07.06. ★★	50 km	Ehemalige Synagogen (2)	28
	21.06. ★★★	80 km	Zum Keltenfürst auf dem Glauberg	30
	05.07. ★★	60 km	Nach Seligenstadt	38
	19.07. ★★★	65 km	Nach Steinheim und Dietesheimer Steinbrüche	42
	02.08. ★★	60 km	Dreieichenhain und Langener Waldsee	44
	16.08. ★★★	80 km	Auf die Veste Otzberg	48
	06.09. ★★	40 km	Heusenstammer Schloss	52
	20.09. ★★★	75 km	Zu den frühen Kelten	56
	04.10. ★★	60 km	Zum Wildpark "Alte Fasanerie"	56
	18.10. ★★★	85 km	Zur Burg in Friedberg	58

Nachmittagstouren

	22.04. ★★	25 km	Mühlenwanderweg Urselbach	14
	10.06. ★★	35 km	Zum Biobauern	28
	11.06. ★★	45 km	Kaffee und Kuchen bei den Startbahngegnern	28

Feierabend-Touren

	02.05. ★★	30 km	Zwischen Nidda und Vordertaunus	16
	04.05. ★		Flexitour	16
	09.05. ★	25 km	Genussradeln am Abend	18
	18.05. ★★	35 km	Zur Goethebuche im Bannwald	22
	23.05. ★	25 km	Genussradeln am Abend	22
	01.06. ★		Flexitour	24
	06.06. ★★	30 km	Zwischen Nidda und Vordertaunus	26
	13.06. ★	25 km	Genussradeln am Abend	28
	21.06. ★★★	30 km	Traditionstour zum Falkenstein	30



27.06. ★	25 km	Genussradeln am Abend	36
04.07. ★★	30 km	Zwischen Nidda und Vordertaunus	38
06.07. ★		Flexitour	38
11.07. ★	25 km	Genussradeln am Abend	40
25.07. ★	25 km	Genussradeln am Abend	42
01.08. ★★	30 km	Zwischen Nidda und Vordertaunus	44
03.08. ★		Flexitour	44
08.08. ★	25 km	Genussradeln am Abend	46
22.08. ★	25 km	Genussradeln am Abend	48
07.09. ★		Flexitour	52

Am 26.4., 3.5., 10.5., 17.5., 24.5., 31.5., 7.6., 14.6., 28.6., 5.7., 12.7., 19.7., 26.7., 2.8., 9.8., 16.8., 23.8., 30.8. und 6.9. finden sportliche ★★-MTB-Feierabend-Touren ("Adlersuche im Taunus") statt.

Am 26.4., 3.5., 10.5., 17.5., 24.5., 31.5., 7.6., 14.6., 21.6., 28.6., 5.7., 12.7., 19.7., 26.7., 2.8., 9.8., 16.8., 23.8., 30.8. und 6.9. finden sportliche ★★-MTB-Feierabend-Touren ("Auf den Altkönig") statt.

InDerStadt-Touren

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

25.03. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	10
26.03. ★★	45 km	Abseits der Hochhäuser - Architek-Tour	10
05.04. ★★	35 km	Zum Saisonstart auf Westkurs	10
29.04. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	16
27.05. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	24
24.06. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	32
29.07. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	42
26.08. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	49
30.09. ★	20 km	Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!	56
01.10. ★★	40 km	Von Park zu Park auf grünen Wegen	56

KulTouren (Kunstgesellschaft und ADFC)

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

23.04. ★★	45 km	Vom Ostpark zum Park Wilhelmsbad	14
14.05. ★★	50 km	Pilotprojekt Regionalpark	20
04.06. ★★	50 km	Gelnhausen	26
05.06. ★★	45 km	Friedberg	26
25.06. ★★	50 km	Kloster Engelthal und Gerichtsstätte Kaichen	36
16.07. ★★	50 km	Dreieichenhain und Dietzenbach	40
05.08. ★★	45 km	Fulda und Milseburg-Radweg	44
06.08. ★★	50 km	Fulda, Schlitz, Lauterbach	46
27.08. ★★	50 km	Kleine Rheintour: Oppenheim, Worms	49
09.09. ★★	50 km	Marburg und Amöneburger Becken	54
10.09. ★★	50 km	Marburg, Burgwald mit Christenberg	54

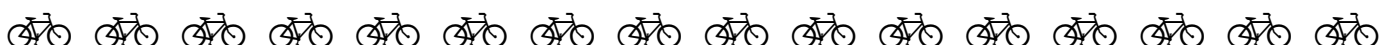
Frankfurt erFahren (Kunstgesellschaft und ADFC)

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

22.04. ★	20 km	Siedlungen der Nachkriegszeit (1):	12
13.05. ★	25 km	Siedlungen der Nachkriegszeit (2):	20
03.06. ★	30 km	Siedlungen der Nachkriegszeit (3):	26
26.08. ★	25 km	Route der Industriekultur:	49
02.09. ★	20 km	Siedlungen der Nachkriegszeit (4):	50
07.10. ★	25 km	Siedlungen der Nachkriegszeit (5):	46

Nacht-Tour

24.06. - 25.06. ★★		Mittsommernachtstraum	36
--------------------	--	-----------------------------	----



Mehrtagestouren

12.05. - 14.05. ★★	Die Lahn von der Quelle bis Limburg	18
15.05. - 26.05. ★★★	Provence und Ardèche	20
25.05. - 28.05. ★★★	Freizeit und Kultur an Rhein und Ruhr	24
03.06. - 06.06. ★★★★★	Pfingstradtour	26
15.06. - 18.06. ★★★	Kaum bekannt und doch so nah: Lothringen	30
23.06. - 25.06. ★★	Rheinhessen-Nahe-Tour	32
23.06. - 26.06. ★★★	Mosel, Hunsrück und Nahe	32
24.06. - 26.06. ★★	Von der Altmühlquelle durchs Taubertal zum Main	32
24.06. - 25.06. ★★★	Mittsommernachtstraum	36
14.07. - 16.07. ★★★	Michelstädter Musiknacht	40
15.07. - 17.07. ★★	Marburg - Edersee - Wabern	40
24.08. - 27.08. ★★★	Ahrtal, Eifel und Mosel	48
26.08. - 28.08. ★★★	Die schönsten Stellen der Fränkischen Schweiz	49
01.09. - 16.09. ★★★	Vom Bodensee zum Königssee	50
02.09. - 09.09. ★★★	Vallée De La Loire	52
08.09. - 10.09. ★★★	Rhön-Radtour	52
09.09. - 12.09. ★★	Die Donau von der Quelle nach Ulm	54
09.09. - 17.09. ★★★	Mozartradweg	54
14.10. - 15.10. ★★★	Futtern im Spessart	58
10.11. - 12.11. ★★★	MTB-Wochenende im Grenzland D/F	60

Wanderungen

29.10. ★★	12 km Von Lorch nach Kaub	58
07.01. ★★	17 km Von Bad Soden nach Hofheim	61

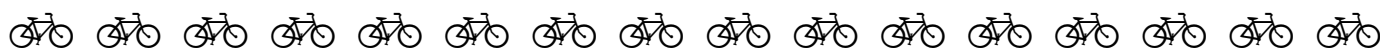


Radtouren von Bad Vilbel

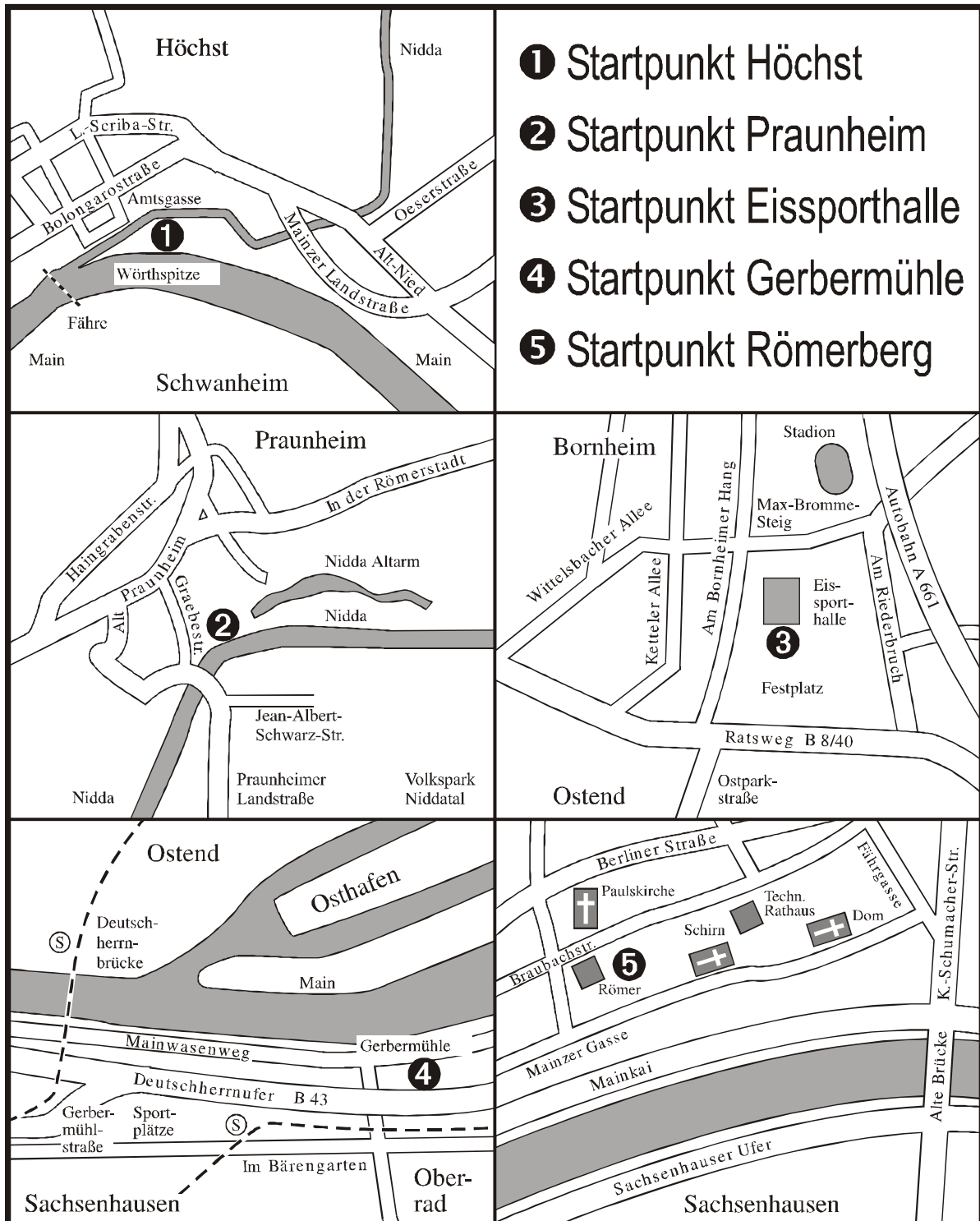
26.04. ★	15 km Mobiler Fahrrad-Stammtisch	62
29.04. ★★	45 km Nach Klein-Auheim zu alten Fasanerie	62
07.05. ★★	48 km Zur Sternbacher Kirche	62
04.06. ★★	60 km Taunus-Tour light	63
21.06. ★	18 km Mobiler Fahrrad-Stammtisch	63
24.06. ★★★	67 km Frankfurter Grüngürtel – klassisch	63
09.07. ★★	50 km Zum Wetterpark	63
22.07. ★★★★★	50 km Zum Herzberg	63
17.08. - 20.08. ★★★	230 km Bike & Bier – Franken satt	64
27.08. ★	32 km Am Main nach Seligenstadt	64
03.09. ★★★	70 km Zwischen Nidda und Nidder	64
10.09. ★★★★★	100 km Auf der Hohen Straße nach Büdingen	64

Beitrittserklärung 66

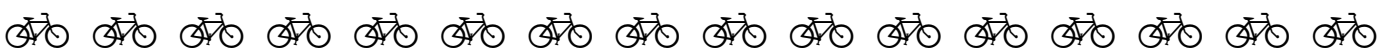
Autofreie Sonntage 67



Startpunkte



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



Jubiläumsveranstaltung 10 Jahre Radreisemarkt



**Informationsveranstaltung
für alle, die mit dem Fahrrad
verreisen möchten**

**Sonntag, 19. März,
11 bis 17 Uhr**

► Eintritt 1 Euro ◀

Samstag, 18. März, 19.30 Uhr
Dia-Vortrag von Reinhard Wolf

**Jacobsweg
– per Rad von Bruchköbel nach
Spanien –**

► Eintritt 2 Euro ◀

Bürgerhaus Bornheim, Arnsburger Str. 24

Samstag, 25.03.2006

★

InDerStadt-Tour

**NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:
SCHWINGT EUCH AUFS RAD!**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Bertram Giebeler, Jürgen Lutz, Anne Wehr

Sonntag, 26.03.2006

★★

InDerStadt-Tour

ABSEITS DER HOCHHÄUSER

- ARCHITEK-TOUR

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

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

(45 km)

Anne Wehr, Bertram Giebeler

Sonntag, 26.03.2006

★★★

KURZKUR IN BAD NAUHEIM

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

Auf der Hinfahrt benutzen wir die inzwischen gut ausgebaute Route durch die Felder der Wetterau. In Bad Nauheim kann unten beim Italiener eingekehrt oder hinauf zum Café auf den Johannisberg gefahren werden. Auf der Rückfahrt überqueren wir die Nidda und gelangen über die Hohe Straße ins Nordend.

(80 km)

Jürgen Lutz, Dejan Olipic

Sonntag, 02.04.2006

★★★

MAINZ – EINE STADT MIT GESCHICHTE

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

Über Zeppelinheim, Walldorf, den Mönchbruch und Königstädten fahren wir zur Mainspitze nach Gustavsburg. Hier überqueren wir den Rhein und sind im "goldigen" Mainz. Jetzt wird erst eine ausreichende Mittagsrast genossen.

Den Nachmittag verbringen wir auf einer Radrundreise durch Mainz. Wir vermeiden stark befahrene Wege und lernen Mainz mit seinen Winkeln und Gassen kennen. Dabei kommen wir an vielen markanten Punkten der Mainzer Vergangenheit und Gegenwart vorbei.

Zurück fahren wir an Rhein und Main entlang bis Hochheim. Da wir nun unser "Tretsoll" erfüllt haben, benutzen wir ab hier den RMV.

(70 km)

Peter Mertens

Mittwoch, 05.04.2006

★★

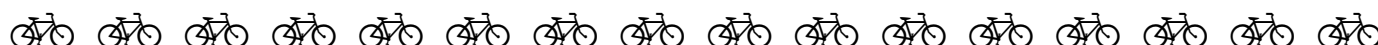
InDerStadt-Tour

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

ZUM SAISONSTART AUF WESTKURS

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

Wir radeln auf der südlichen Mainseite bis zur Goldsteinsiedlung, von hier in den Schwanheimer Wald und durch die Schwanheimer Dünen nach Höchst. Zur Mittagsrast werden wir dort im



Fahrrad Informationstag 2006

Sonntag 23. April in Dreieich-Sprendlingen

FIT 2006 –

**der FahrradInformationstag
des ADFC Kreis Offenbach e.V.**
Die größte Fahrradmesse im Rhein-
Main-Gebiet gibt Ratschläge für den
Fahrradkauf und zur Fahrradtechnik.

Das bietet FIT 2006:

- Viele aktuelle Fahrradmodelle und jede Menge Zubehör
- Vorträge zu wichtigen Themen rund ums Fahrrad
- Beratung und Informationen durch ADFC-Experten
- Umfangreiches Sortiment an Druckschriften und Fahrradkarten des ADFC
- Fahrradcodierung zur Diebstahlprävention (Kaufbeleg und Personalausweis mitbringen)
- Radler-Café mit Kaffee und Kuchen.

FIT 2006 – 23. April von 11 bis 18 Uhr im Bürgerhaus Dreieich-Sprendlingen, Fichtestraße 50
www.adfc-kreis-offenbach.de *Jetzt vormerken: FIT 2007 in der Kulturhalle Rödermark*

ThedaTours

Rad- und Wanderreisen

Theda Bunge, Eckenheimer Landstr. 471, 60435 Frankfurt
Tel. / Fax: 069 / 43 19 89 07 E-Mail: info@thedatours.de

www.thedatours.de

Radreisen 2006

inkl. Bahnfahrt ab FFM-Hbf, Tourenleitung,
ÜP (ÜZ) in guten Hotels

Mai

12.05. - 15.05. **JAGST UND KOCHER** ab 250 €
19.05. - 27.05. **OSTSEE:**
Flensburg – Lübeck ab 675 €

Juni

01.06. - 08.06. **HAMBURG** ab 690 €
14.06. - 17.06. **FULDA UND WERRA** ab 250 €

Juli

30.06. - 03.07. **RHÖN** ab 215 €
16.07. - 23.07. **BAYERN**
mit Gepäcktransport ab 660 €

August

05.08. - 12.08. **MÜNSTERLAND** ab 560 €
19.08. - 26.08. **MÜNCHEN** ab 775 €

September / Oktober

02.09. - 09.09. **ÖSTERREICH**
mit Gepäcktransport ab 695 €
16.09. - 23.09. **CÔTE D'AZUR** ab 860 €
29.09. - 03.10. **FRANKEN** ab 320 €

WEINGUT BUNK-HIRSCHMANN



Radfahrer willkommen !

Unsere Öffnungszeiten 2006:

3. 3. - 17. 7. 06
11. 8. - 10. 12. 06

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

während der Schlemmerwochen
28. 4. - 7. 5. 06
täglich geöffnet

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

"Bären" am Schlossplatz einkehren. Am Nachmittag drehen wir eine kleine Runde durch Höchst. Später fahren wir stadteinwärts zurück. (35 km)
Klaus Konrad, Hinrich Garrels

Sonntag, 09.04.2006

★★

RUND UM NEU-ISENBURG

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Auf Waldwegen radeln wir über das Königsbrunnchen, Vierwaldstädtersee, Stadtwaldhaus, Gehspitzweiher und Langener Waldsee zur Burg Dreieichenhain. Auf einer anderen Strecke führt uns der Weg über Neu-Isenburg zurück zum Rudererdorf. Unterwegs besteht die Möglichkeit zu picknicken oder einzukehren. (50 km)
Matthias Uhlig

Ostersonntag, 16.04.2006

★★★

ZU DEN WINZERN AM RHEIN

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)
Nördlich an Rhein und Main entlang erreichen wir über Wiesbaden das idyllische Niederwalluf. Nach einer Einkehr setzen wir mit der Fähre über und gelangen rheinaufwärts nach Mainz. Am dortigen Nordbahnhof besteht Rückfahrmöglichkeit (S-Bahn). Der Rest der Truppe fährt am Wasser zurück nach Höchst, wo am Schlossplatz die Tour ausklingt. Die Strecke ist flach. Ab Mainz-Kastel halbstündlich S-Bahn nach Frankfurt. (55 / 95 km)
Michael Weingärtner, Michael Bötte

Ostermontag, 17.04.2006

★★★

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 hinauf 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 eigentliches Ziel, das sehr idyllische Selztal, durch das sich ein eigener Radweg bis Ingelheim schlängelt. Von dort radeln wir - mit tollem Panoramablick auf den Rheingau - über

Heidesheim und Heidenfahrt (Einkehr!) zurück nach Mainz. Von Hochheim geht es mit der S1 zurück. (70 km)
Christian Kümmerlen, Klaus Konrad

Mittwoch, 19.04.2006

★★★

ZUM BRAUHAUS CASTEL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
Wir radeln über Zeppelinheim und Walldorf nach Rüsselsheim. Dort wechseln wir die Mainseite und weiter gehts auf dem nördlichen Mainuferweg nach Kostheim und Kastel. Wir kehren zum Mittagessen im Brauhaus Castel ein. Der Heimweg führt durch den Regionalpark, über Wicker, Weilbach und das Rosarium bei Hattersheim nach Höchst. Auf dem Schlossplatz ist Tourenende und Schlussrast. (85 km)

Klaus Konrad,
Hinrich Garrels



Samstag, 22.04.2006

★

SIEDLUNGEN DERNACHKRIEGSZEIT (1)

Griesheim, Bizonen-Siedlung

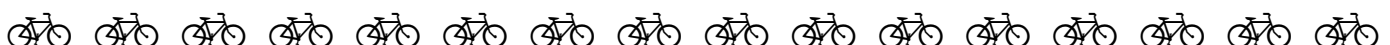
Abfahrt: 14:00 Uhr - Paulskirche, Platz
Siedlungen und Bauten in der Innenstadt, im Gallus und in Griesheim werden wir anfahren, u.a. eine Bizonen-Siedlung der frühen Nachkriegszeit.

Abschluss mit Einkehr
(20 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren





Wir bieten Ihnen ein hochwertiges und qualitätsorientiertes Angebot zu fairen Preisen. Wichtig ist uns eine individuelle und kompetente Beratung. Bei uns finden Sie Räder von

**STEVENS, GUDEREIT, FALTER, SPECIALIZED, WHEELER
Rotwild und RockyMountain**

und Zubehör von

VauDE, Terry, Specialized, Tubus, Polar, Assos, Gore

Ihre Reparatur führen wir ebenso kompetent und zuverlässig aus und das innerhalb von 1-2 Tagen, auch in der Hochsaison!

Sie finden uns in der

Berger Str. 262-264

069-9451080

Mehr Informationen unter:

www.bikes.de

Unsere Werkstatt erreichen Sie direkt unter:

069-457629

Samstag, 22.04.2006

★★

MÜHLENWANDERWEG URSELBACH

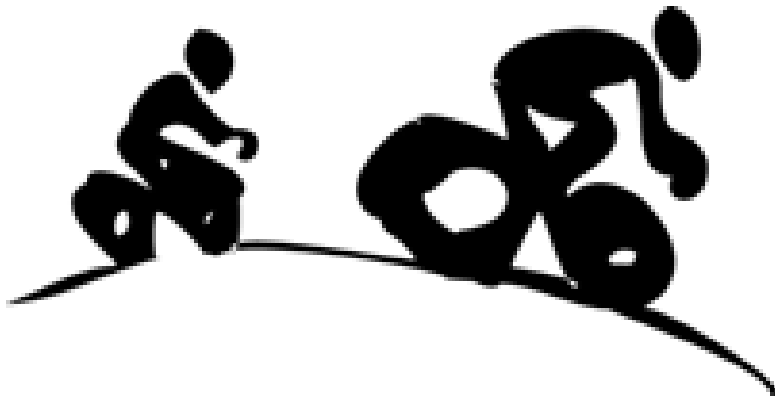
Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 14:00 Uhr - U3 Haltestelle Oberursel-Hohemark

Mit der U3 fahren wir bis Oberursel-Hohemark, wo weitere Teilnehmer willkommen sind. Nach kurzem Anstieg zur Kaiser-Friedrich-Brücke führt unser Weg talwärts entlang des Urselbachs bis zu dessen Mündung in die Nidda. Tourenende ist die nahe Haltestelle der U3 in Hedderheim.

Unterwegs erfahren wir Teile der Geschichte von 42 Mühlen, beginnend mit einer ab 1860 durch Wasserkraft industriell betriebenen Spinnerei - leider 1919 abgebrannt. Bewegte Mühlräder sehen wir an anderen Stellen des durch Tafeln gut dokumentierten Weges. Im Vortaus-Museum (Eintritt frei) in Oberursel sehen wir das Innere einer Pappmühle.

Möglich ist ein Abstecher zu gegenwärtiger Kunst: Hundertwasser-Kindergarten.
 (25 km)

Hans-Otto Aeffner, Helga Steinmetz

**Sonntag, 23.04.2006**

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

VOM OSTPARK**ZUM PARK WILHELMSBAD**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 10:00 Uhr - Ostbahnhof

Vom ersten Frankfurter Volkspark, dem Ostpark, geht es über das Seckbacher und Enkheimer Ried zum Park Wilhelmsbad.

Zurück fahren wir über die Parks Philippsruhe und Rumpenheim.

Mittagspause mit Einkehr
 (45 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg

Sonntag, 23.04.2006

★★

ZUR KÄSMÜHLE

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Wir radeln auf kleineren Straßen, oft durch Wald, über Neu-Isenburg und Offenbach-Bieber zur Käsmühle. Nach einer längeren Rast geht es von hier zum Main und zurück. Es besteht die Möglichkeit zu picknicken oder einzukehren.
 (40 - 50 km)
 Matthias Uhlig

Sonntag, 23.04.2006

★★★

MOULTONEER RIDE FRANKFURT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Gemeinsam wollen wir an diesem Tag auf einer Radtour rund um den Frankfurter GrünGürtel den "Spirit of Bradford on Avon" erleben. Kultivierte Einkehr und Bilder vom BOA Weekend 2005 ergänzen die Tour. Weitere Informationen und Antworten auf technische Fragen gibt es beim Tourenleiter.
 (60 km)
 Marco Schütt (☎ 06051/619195, Hanau@origamitour.de)

Mittwoch, 26.04.2006

★★★

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 Hardtbergturn, Burg Falkenstein, Hünenbergwiesen oder Saalburg an und radeln wieder 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, Helmut Schulz

Mittwoch, 26.04.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Es geht auf direkter Route zum Altkönig. Bis zur Emminghaushütte fahren wir gemeinsam. Auf der anschließenden Strecke bis zum oberen Ringwall sind dann Varianten möglich. Dort genießen wir die Aussicht. Dann geht es wieder runter. Diese Fahrt ist keine Rennveranstaltung, sondern ein sportliches Treffen, bei dem auch



Gasthaus zum Löwen

Inhaber Peter Häfner

Alt-Sossenheim 74
65936 Frankfurt

Telefon 069 - 34 13 57

Fax 069 - 37 56 41 50

Internet www.zumloewen.org

Email info@zumloewen.org

- Deutsche gut-bürgerliche Küche
 - günstiger Mittagstisch
 - Kolleg für Feierlichkeiten
 - Fremdenzimmer
 - schöner, großer Sommergarten
 - Parkplätze im Hof
 - Autobahnen A5, A66 und A648
- Ausfahrt: F-Sossenheim



Öffnungszeiten:

Mai-Sept.	So-Fr	11:30-23:00 Uhr
	Samstag	17:00-23:00 Uhr
Okt.-April	Montag	Ruhetag
	Di-Fr	11:30-14:30 Uhr
		17:00-23:00 Uhr
	Samstag	17:00-23:00 Uhr
	Sonntag	11:30-23:00 Uhr



Faszination Fahrrad in Frankfurt am Main



Faszination Fahrrad
Mensch + Maschine

Die genialste Erfindung aller Zeiten

www.radschlag.de

der kommunikative Aspekt nicht zu kurz kommt. Naturschutz wird respektiert! Bitte Wasser, MTB und Grundkondition mitbringen.

(35 km, 600 Höhenmeter)

Jürgen Johann, Rainer Mai, Dejan Olipic,

Michael Weingärtner

Samstag, 29.04.2006

★

InDerStadt-Tour

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Peter Mertens, Albrecht Reinhard

Sonntag, 30.04.2006

★★

ZUM EISENBAHMUSEUM

IN KRANICHSTEIN

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

Auf langen Waldstrecken radeln wir über Neu-Isenburg und Dreieichenhain zunächst zum Forsthaus Kalkofen. Dort Einkehr. Danach gehts zum interessanten Eisenbahnmuseum in Darmstadt-Kranichstein. Für den Besuch gönnen wir uns etwas Zeit. Zurück geht es über Messel und Dreieichenhain.

(60 - 70 km)

Matthias Uhlig

Montag, 01.05.2006

★★★★

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, auf der 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

Dienstag, 02.05.2006

★★

ZWISCHEN NIDDA UND VORDERTAUNUS

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

Wir steuern in moderatem Tempo wechselnde Ziele am Rande des Taunus an, z.B. Bad Homburg, Oberursel, Kronberg. Möglicherweise sind auch Steigungen zu bewältigen. Zurück an der Nidda Schlusseinkehr.

(30 km)

Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten,

Peter Mertens, Helmut Schulz

Mittwoch, 03.05.2006

★★

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, 03.05.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 03.05.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Donnerstag, 04.05.2006

★ / ★★

Feierabendtour der besonderen Art

FLEXITOUR

Abfahrt: 16:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Mit dieser Tour startet der ADFC Frankfurt ein neues Konzept von Feierabendtouren - die FlexiTouren. Im Gegensatz zu allen anderen in diesem Programmheft angekündigten Touren werden FlexiTouren über die Internetseite www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren bekannt gemacht, weil neben dem Startpunkt auch Pausenpunkte in Praunheim, Eissporthalle, Gerbermühle, Römer als Einstiegspunkte genutzt werden können (Zeiten auf der Website oder über Tourenleiter-Handy). Dadurch kann jeder seine Gesamtroute flexibel selbst bestimmen.

Außerdem können sowohl bei diesen Touren als auch über die Website die TeilnehmerInnen mitbestimmen, wann die nächste FlexiTour



PER PEDALE

FAHRRAD TOTAL - AN DER UNI

Adalbertstraße 5 • 60486 Frankfurt

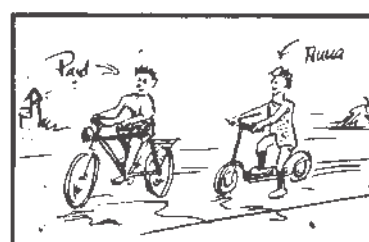
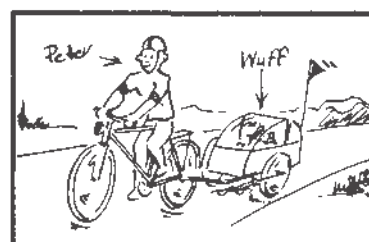
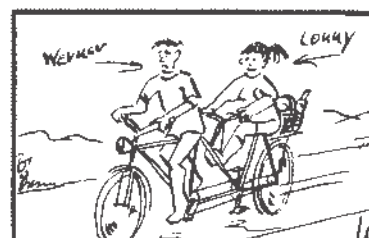
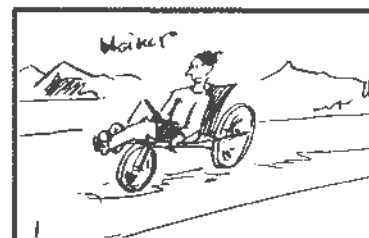
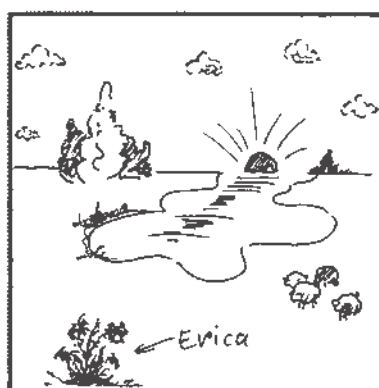
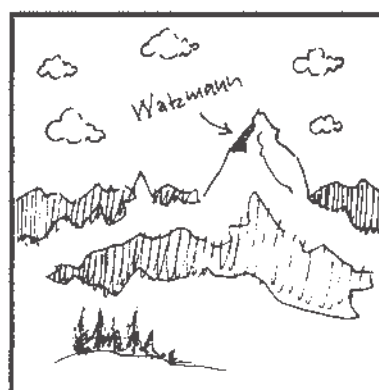
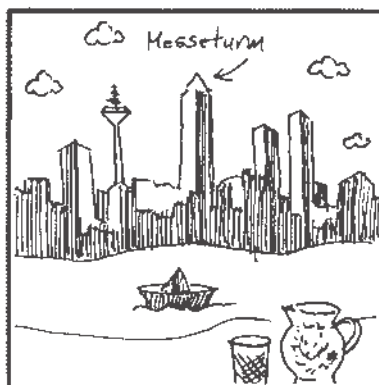
Tel. 069 / 707 69 11-0 • Fax 707 69 11-3

www.perpedale.de • email: info@perpedale.de

Fahrräder für alle Landschaften + Lebenslagen.

Stadt-, Touren-
und Trekking-
Räder
Kinder-, Jugend-
und Falträder
Renn- und Sport-
räder
Mountain-Bikes
Liege- und Last-
Räder, Tandems
Anhänger und
Zubehör
Kleidung, Litera-
tour und Karten
Beratung und
Service

Fahrrad-
manufaktur
Utopia
Stevens
Gudereit
Puky
Enik
Brompton
riese & müller
Steppenwolf
Maxcycles
Zweipluszwei
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 - 19.00 Uhr,
Samstag
von 9.30 - 16.00 Uhr.
Von Oktober bis Februar
ist unser Geschäft
samstags bis 14.00 Uhr
geöffnet

stattfindet, wo begonnen wird (evtl. weitere Einstiegspunkte) und wohin es geht.

Genaueres zur heutigen Tour (und den zukünftigen) finden Sie auf unserer o.g. Website oder beim Tourenleiter (s.u.), der das FlexiTour-Konzept betreut.

Werner Buthe (☎ 6664078, ☎ 0177/6664078)

Samstag, 06.05.2006

★★

DIETESHEIMER STEINBRÜCHE

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. Auf dem Mainuferweg fahren wir nachmittags zurück.

(40 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 07.05.2006

★★

GENUSSRADELN NACH DREIEICHENHAIN

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

Hinweg durch den Wald über Neu-Isenburg, Gravenbruch und Götzenhain. In Dreieichenhain beschauliche Mittagspause mit Einkehr. Zurück über Sprendlingen, am Hengstbach entlang und Buchschlag nach Sachsenhausen. Wegen der Drängelgitter am Bach für Liegeräder, Tandems und Öltanker nur bedingt geeignet.

(40 km)

Rainer Mai, Nico Klausner

Sonntag, 07.05.2006

★★

NATURSCHUTZHAUS IN DEN WEILBACHER KIESGRUBEN

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

Auf möglichst naturnahen Wegen radeln wir zum Naturschutzhaus, wo ein offener Sonntag "Rund ums Rad" veranstaltet wird. Es gibt einen Fahrrad-Geschicklichkeitsparcours. ADFC-Gruppen aus der Region bauen einen Infotisch auf. Ein Fahrradladen stellt Spezialräder zum Ausprobieren (Liegerad, Tandem, Fahrradanhänger, etc.) zur Verfügung. Außerdem kann eine neue Erlebnis-Ausstellung zum Thema Amphibien und Reptilien besichtigt werden. Stärken kann man sich bei Kaffee und Kuchen. Zurück führt uns der Weg auf der südlichen Mainseite durch den Bannwald.

(45 km)

Arno Schwab, Jürgen Bunzel

Sonntag, 07.05.2006

★★

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 Zeppelinheim und Walldorf in das große Naturschutzgebiet Mönchbruch. Dort Picknick oder Einkehr. Zurück geht es an der Startbahn West entlang und über das Ausflugslokal Gundhof.

(60 km)

Matthias Uhlig

Dienstag, 09.05.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Wir fahren eine gemütliche Runde zu verschiedenen Zielen im Osten von Frankfurt, z.B. entlang des Mains nach Rumpenheim, durch das Enkheimer Ried nach Bischofsheim oder über Oberrad in den Stadtwald. Die Tour endet jeweils in der Nähe der Eissporthalle. Eine Schlusseinkehr ist geplant.

(25 km)

Renate Markiewka, Birgit Wagenbach, Anne Wehr

Mittwoch, 10.05.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 10.05.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

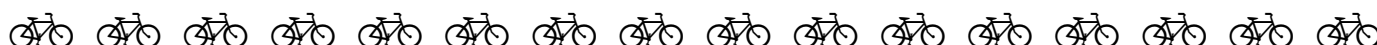
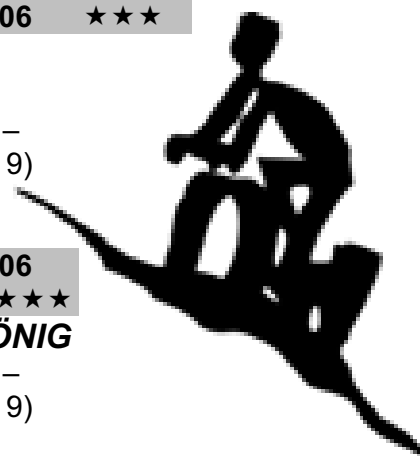
12.05. - 14.05.2006

★★

DIE LAHN VON DER QUELLE

BIS LIMBURG

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf, n. Vereinbarung
Bahnfahrt nach Bad Laasphe. Als erstes steht eine Fahrt zur Lahnquelle an. Dann geht es immer lahnabwärts über Biedenkopf, Lahntal, Cölbe nach Marburg (1.Ü) und über Gießen, Wetzlar, Braunfels nach Weilburg (2.Ü). In Oberbiel besichtigen wir die Grube "Fortuna" tief unter der Erde. Am Sonntag radeln wir über Aumenau, Villmar und Runkel (Eisdiele) nach Limburg. Rückfahrt mit der Bahn.



Optische Fahrradbrillen

ALPINA PRO SPORT OPTIC



€ 138,-

Mit Ihren optischen Brillengläsern*)

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

Optische Radsportbrillen ab € 79,90

inkl. Ihren optischen Brillengläsern*)

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

s'Oliver ab € 79,90

adidas evil eye ab € 179,-

Rudy Project Perception ab € 159,-

Brillen für stark gebogene optische Gläser von

Rupp+Hubrach (Sports)

Rodenstock (Sport)

Mailshop (Performer)

Rudy Project ab € 64,90

Rodenstock ab € 130,-

adidas ab € 75,-

Nike ab € 69,90

Optische

-Tauchmasken

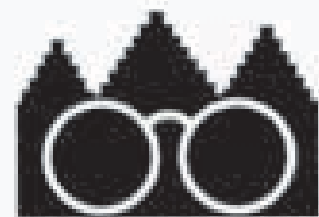
-Schwimmbrillen

-Schießbrillen

-Squashbrillen

-Golfbrillen

-Motorradbrillen



BRILLEN-WEISS

am Römer

Wir sind für Sie da:

Montag bis Freitag 10.00 – 13.00 Uhr

14.00 – 18.30 Uhr

Samstag 10.00 – 16.00 Uhr

Römerberg 36 Tel. 069/282133

Frankfurt am Main

www.brillen-weiss.de



Ein Verein stellt sich vor!

Auch wir treten in die Pedale:

»Fahrend die Welt erkunden,
kundig die Welt erfahren.«

Neugierig ???

Unser Programm finden Sie unter

www.freunde-des-radwanderns.de

Rühmann's

- Naturtrübes, süßiges Wäldchen-Bräu
- Selbst gekelterter Apfelwein aus dem Hause Familie Schaak
- Eigene Schlachtung
- Essen/Getränke auch zum Mitnehmen
- Genügend Platz für Feste und Feiern:
Innenbereich: 100 Plätze
Außenbereich: 400 Plätze

Öffnungszeiten:

Oktober bis April

täglich 15.00 Uhr bis 0.30 Uhr

Sonn- und Feiertags 11.00 Uhr bis 23.00 Uhr

April bis Oktober

täglich 11.00 Uhr bis 0.30 Uhr

Inhaber: Oliver Rühmann

Reginastraße 6 · 60437 Frankfurt/Harheim

Tel. & Fax 06101/42982

Wir werden sowohl autofreie Wege benutzen, als auch verkehrsarme Landstraßen. Übernachtet wird in Gasthöfen.

(60 - 70 km je Tag)

Kosten: 145,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)

130,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 20.04.

Michael Bunkenburg (☎ 525261,

Michael@Bunkenburg.de)

Samstag, 13.05.2006 ★

Frankfurt erFahren - KunstGesellschaft und ADFC

SIEDLUNGEN DER NACHKRIEGSZEIT (2)

Frankfurter Berg

Abfahrt: 14:00 Uhr - Eschenheimer Turm

Über die Siedlungen am Dornbusch, Albert-Schweitzer- und Anne-Frank-Siedlung fahren wir zu den Siedlungen Frankfurter Berg.

Abschluss mit Einkehr

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

Sonntag, 14.05.2006 ★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

PILOTPROJEKT REGIONALPARK

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

Von der Niddamündung fahren wir zuerst am Main entlang. Ab Hattersheim folgen wir der Regionalparkroute mit Rosengarten, Wasserwerksallee, Baumalleen und Kunstwerken bis zur Flörsheimer Warte. Über Massenheim und Delkenheim erreichen wir mit der Höhenplattform "Vogelnest" den Wendepunkt der Route. An Hochheim vorbei mit Spielplatz und Plattform Deponie erreichen wir Flörsheim und den Main.

Mittagspause mit Einkehr.

(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Kamilla Nuyken

Sonntag, 14.05.2006 ★★

ZUM MÄRCHENSCHLOSS

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

Zunächst geht es an den Stadtrand von Offenbach zum Wetterpark. Anhand von Modellen, Schautafeln und einer Wetterstation wird umfassend über das Phänomen, das uns alle berührt, informiert. Weiter gehts zu einer aus dem Jahre 1705 stammenden Wasserburg. Dieses entzückende Kleinod war Sommersitz der Äbte von

Seligenstadt. Trotz Einkehr sollte etwas Proviant mitgeführt werden. Tourenende Louisa, Linie 14 oder S3/4

(75 km)

Wolfgang Claus

Sonntag, 14.05.2006 ★★★

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.

Der Anstieg zur Ronneburg ist sehr steil. Hier kann geschoben werden.

(90 km)

Michael Weingärtner, Michael Bötte

Sonntag, 14.05.2006 ★★★

ÜBER DEN TAUNUS NACH IDSTEIN

Abfahrt: 09:30 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Von Höchst geht es bergauf und bergab durch den Taunus. Dabei ist so mancher Berg zu bezwingen. Wenn dann der Hunger am größten ist, gibt es in der Idsteiner Altstadt sicher genügend Möglichkeiten, diesen und vor allem den Durst zu stillen. Wir radeln nicht mehr ganz so anstrengend über Hofheim zurück.

(85 km, 500 Höhenmeter)

Werner und Andrea Goy

15.05. - 26.05.2006 ★★★

PROVENCE UND ARDÈCHE

Abfahrt: nach Absprache

Von zwei festen Quartieren zwischen Avignon und Montélimar wollen wir die Provence mit ihren Dörfern, Märkten und Düften entdecken. Abhängig vom Wetter und Stimmung ist auch ein Abstecher zur Ardèche-Schlucht vorgesehen.

Tagesetappen 60 bis 80 km

(500 km)

Kosten: 690,00 € 650,00 € ADFC-Mitglieder

Anzahlung 100,00 €

Anmeldung: bis 31.03.

Jean Coquelin (☎ 459917, jean@coquelin.de)

Mittwoch, 17.05.2006 ★★★

EHEMALIGE SYNAGOGEN (1)

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

Wir fahren über Heusenstamm nach Weiskirchen (ehemalige Synagoge jetzt Wohnhaus) und nach Klein-Krotzenburg (die Gemeinde pflegt und nutzt die ehemalige Synagoge). Auf Wunsch Abstecher nach Groß-Krotzenburg,



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



Mit dem
Rad zur Arbeit
2006

1.6.2006 bis 31.8.2006

Mit machen, fit machen
ein Gewinn für jeden,
jetzt bundesweit

www-mit-dem-rad-zur-arbeit.de



Deutscher
Radsport-Verband e.V.



Teilnehmen kann, wer im Aktionszeitraum
an mindestens 20 Arbeitstagen das
Fahrrad für den Arbeitsweg benutzt.

Mitmachen und mitgewinnen!

Mehr Infos im Internet oder im Infoladen.



Frank und Birgit
Lück

Am Rathaus 1
63477 Maintal
Hochstadt

Tel. 06181 / 44 11 44
ab 16:00 geöffnet
Mittwoch Ruhetag

dann über Steinheim und Lämmerspiel nach Offenbach, wo wir uns über die Inschrift an der ehemaligen Synagoge Gedanken machen können. Bitte Verpflegung für ein Picknick mitbringen, da wir Einkehrmöglichkeiten erst nach der Mittagsessenszeit erreichen.

(70 km)

Ilse Strasmann, Waltraud Vergest

Mittwoch, 17.05.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 17.05.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14



Donnerstag, 18.05.2006

★★

ZUR GOETHEBUCHE IM BANNWALD

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

Hoffentlich kann die über 250 Jahre alte Goethebuche als Naturdenkmal im Unterwald (Frankfurter Stadtwald) noch lange bewundert werden. Leider gilt das nicht für das Wildgatter im Kelsterbacher Wald, in dem Schwarz-, Rot- und Muffelwild leben, weil das für die Landebahn beanspruchte Areal vom Abholzen des Bannwaldes bedroht ist.

Die Tour führt zunächst durch den Schwanheimer Wald, über den Rohsee, weiter am Kelsterbacher Mainufer entlang, Richtung Mönchwaldsee und Bannwald. Auf der Kelsterbacher Terrasse verläuft unsere Route von der TICONA über das Wildgatter bis zur Goethebuche, an keltischen Hügelgräbern, Tränken und Brunnen vorbei. Zurück radeln wir über die mediterran anmutenden Schwanheimer Dünen (Naturschutzgebiet) in die Höchster Altstadt zum Durstlöschen.

(35 km)

Arno Schwab, Jürgen Bunzel

Sonntag, 21.05.2006

★★★

BLEIBESKOPF - KUNST - PICKNICK

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

Am Bleibeskopf (480 m) im Taunus mit seinem Ringwall (mit neuen Mauern!) ist künstlerisches Bauen mit Steinen und Hölzern geplant. Schon jetzt stehen viele nette Kunstwerke. Zum Bauen bitte Handschuhe mitbringen. Picknick. Bei feuchtkühlem Wetter Fahrt zum Restaurant auf dem Herzberg. Auf der Hinfahrt Halt an zwei Wasserstellen.

(50 km, 500 Höhenmeter)

Michael Dorgarten, Ivo Koch

Sonntag, 21.05.2006

★★★

RUND UM FRANKFURT

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

Wir radeln durch den Stadtwald nach Frankfurt-Höchst. Dem Niddaferweg folgen wir über Bad Vilbel bis Gronau. Die weitere Strecke führt uns über Niederdorfelden, Hochstadt und Bischofsheim ins Enkheimer Ried. Am Main entlang geht es schließlich zurück. Unterwegs Einkehr oder Picknick.

(60 km)

Mathias Uhlig

Sonntag, 21.05.2006

★★★★

ZU KLÖSTERN UND

KIRCHEN IN DER WETTERAU

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wer glaubt, dass die Wetterau flach ist, hat hier eine gute Gelegenheit seinen Irrtum zu korrigieren. In stetem Bergauf und Bergab geht es über das Kloster Engelthal zur Sternbacher Kirche, die an diesem Tag wegen der Wallfahrt geöffnet ist.

Bitte Proviant mitbringen, da keine Einkehr geplant ist.

(70 km, 500 Höhenmeter)

Heinrich Göbel, Albrecht Reinhard

Dienstag, 23.05.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Peter Mertens, Albrecht Reinhard

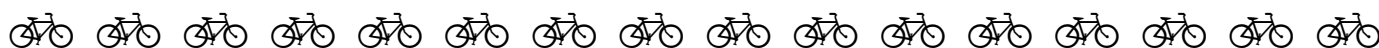
Mittwoch, 24.05.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14



Genießen wo gebraut wird

Jeden Werktag ab 12⁰⁰ Uhr
Mittagstisch nur 5,-€

Gaststätte Brauerei Biergarten



17⁰⁰ bis 19⁰⁰ Uhr Happy Hours:
0,4l Haßlocher Bier nur 1,80 €

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



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



Mittwoch, 24.05.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

25.05. - 28.05.2006

★★★

FREIZEIT UND KULTUR**AN RHEIN UND RUHR****Kanal- und Flusslandschaften und mehr**

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

Von Dortmund nach Köln in vier Tagen durch zwei 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: 200,00 € (Bahn, Ü/F)

175,00 € ADfC-Mitglieder

Bertram Giebeler (☎ 59119), Anne Wehr

**Samstag, 27.05.2006**

★

InDerStadt-Tour

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:**SCHWINGT EUCH AUFS RAD!**

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Peter Mertens, Jürgen Lutz

Sonntag, 28.05.2006

★★

WIESBADEN - WELTKULTURERBE?

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

Wiesbaden soll mit seinen vielen Bauwerken des 19. Jahrhunderts in 5 bis 10 Jahren zum Weltkulturerbe werden. Auf dem Industriepark-

Höchst-Radweg, über Abschnitte der Regionalparkroute und durch Weinberge gelangen wir ins Stadtzentrum von Wiesbaden mit seinen imposanten Gebäuden und Anlagen. Fast übergangslos landen wir an einem paradiesischen Platz im Gründerzeitviertel, das vom Umwandlungsdruck bedroht ist, in einer Stadtteil-Szenekneipe mit Biergarten.

Für die drei etwas anstrengenden Steigungen des Hinwegs lassen wir uns Zeit. Moderatere Rückfahrt, aber ebenfalls nicht über den Mainuferweg!

(65 km)

Jürgen Lutz, Dejan Olipic

Sonntag, 28.05.2006

★★★★

SPORTLICHE TOUR NACH WÜRZBURG

Abfahrt: 08:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Wir fahren entlang des Mains bis Kahl. Von hier überqueren wir den Spessart und gelangen wieder an den Main bei Lohr. Ab hier geht es nur noch eben nach Würzburg. Da der Weg das Ziel ist, werden wir in Würzburg nur eine kleine Rad-Stadtrundfahrt machen und uns ansonsten bei den notwendigen Stärkungen erholen. Rückfahrt per Bahn.

Auf dieser Tour werden auch unasphaltierte Strecken befahren, weshalb reine Rennräder eher ungeeignet sind.

(130 km, 300 Höhenmeter)

Albrecht Reinhard, Heinrich Göbel

Mittwoch, 31.05.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 31.05.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Donnerstag, 01.06.2006

★ / ★★

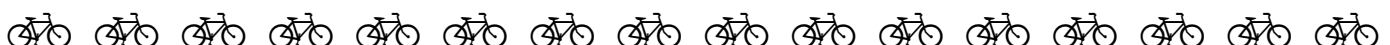
Feierabendtour der besonderen Art

FLEXITOUR

Auch diesen Monat finden die FlexiTouren statt. Siehe Seite 16

Näheres zur heutigen Tour und zu den Tourenangeboten dieses Monats erfahren Sie auf unserer Internetseite www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder unter den bekannten Telefonnummern (s.u.).

Werner Buthe (☎ 6664078, ☎ 0177/6664078)



Zum Goldenen Anker seit 1722



...die Küche mit Tradition

Wir laden Sie ein...

... ins Restaurant "Zum Goldenen Anker".

Im neuen und schönen Ambiente bietet Ihnen unsere Küche:

- *abwechslungsreiche und preiswerte Mittagskarte von 11.30 bis 14.30 Uhr*
 - *Spezialitäten des Hauses, deutsche sowie internationale Küche*
- *täglich wechselndes Tagesgericht sowie Speisekarte für jeden Geschmack*
 - *jeden Samstag leckeren Eintopf*
 - *am Wochenende hausgemachten Kuchen, im Sommer täglich Kuchentheke*

Samstags öffnen wir für Sie ab 15.30 Uhr. Genießen Sie nach Ihrem Wochenendeinkauf Kaffee und frischgebackenen Kuchen!

Und ab Mai wartet unsere sonnige Mainterrasse auf Sie!

Wir freuen uns darauf, Sie persönlich in unserem Haus begrüßen zu können! Lassen Sie sich mit gutem Essen verwöhnen!

**Zum Goldenen Anker · Alte Mainstraße 17 · 65795 Hattersheim-Okriftel
Telefon: 0 61 90 - 7 34 44 · Telefax: 0 61 90 - 93 30 35**

Öffnungszeiten: SA ab 15.30 Uhr, SO und an Feiertagen durchgehend ab 10.00 Uhr. MO Ruhetag! DI - FR Mittagstisch von 11.30 - 14.30 Uhr, Abendessen von 18.00 - 23.00 Uhr

Samstag, 03.06.2006

★

Frankfurt erFahren - KunstGesellschaft und ADFC
SIEDLUNGEN DER NACHKRIEGSZEIT (3)

Offenbach, Gravenbruch

Abfahrt: 14:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
 Unsere Ziele sind Siedlungen in Oberrad, Offenbach und Gravenbruch. Für die autogerechte Stadt wurde in den 60er Jahren gebaut, bis hin zum Autokino.

Abschluss mit Einkehr
 (30 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

03.06. - 06.06.2006

★★★★

PFINGSTRADTOUR

Mit Rad und Zelt um den Pfälzer Wald

Abfahrt: 10:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
 Wir folgen zunächst dem Verlauf des R8 an Darmstadt vorbei entlang der Bergstrasse, die wir Richtung Worms verlassen (1.Ü). Weiter geht es durch die Pfalz nach Bad Dürkheim, dem Eingangstor zum Pfälzer Wald. Wir gelangen über Kaiserslautern und Landstuhl zum Ohmbachsee (2.Ü). Von dort folgen wir über weite Strecken dem "Westpfalzradwanderweg" über Zweibrücken ins Dahner Felsenland (3.Ü). Nach einem kurzen Abstecher über die französische Grenze nach Wissembourg durchqueren wir den Bienwald und erreichen Karlsruhe. Von dort individuelle Heimreise mit der Bahn.
 (320 km)

Kosten: 50,00 € (Ü auf Campingplätzen.)

40,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 25.05.

Hartmut Lange (☎ 06109/35614,

HartmutLange@gmx.de), Karl Heinrich Muth

Pfingstsonntag, 04.06.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

GELNHAUSEN

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:00 Uhr - Friedberger Warte

Über die Hohe Straße und vorbei an den Kunstwerken entlang dieser Regionalparkroute erreichen wir Langenselbold. Durch die Auenlandschaft der Kinzig fahren wir weiter nach Gelnhausen. Wir machen einen kleinen Stadtrundgang, besuchen das Museum und die Marienkirche, und - wer will - die Pfalz auf der Kinziginsel. Zurück mit RMV.

Mittagspause mit Einkehr bzw. Picknick
 (50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg

Pfingstmontag, 05.06.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

FRIEDBERG

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

10:00 Uhr - Friedberger Warte

Über Bergen fahren wir ins Niddertal zur Burg ruine Niederdorfelden. Vorbei an Rendel und durch den Karbener Wald gehts nach Burggräfenrode mit seinen Burgen. Wir queren das Niddatal und erreichen die Burg Ockstadt und am Nachmittag Friedberg. Hier machen wir eine kleine Stadtrundfahrt und besichtigen das Burggelände mit dem Adolfsturm.

Zurück mit RMV bzw. an Wetter und Nidda.

Mittagspause mit Einkehr
 (45 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Manfred Bohl

Pfingstsonntag, 04.06.2006

★★★★

RIED UND RHEIN, DAS MUSS SEIN...

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

Zunächst radeln wir durch das große Naturschutzgebiet Mönchbruch und das Hessische Ried zum Rhein. Ihm folgen wir dann bis Mainz. Das letzte Teilstück führt am Main entlang zurück. Ab Mainz kann auch mit der S-Bahn gefahren werden. Unterwegs Picknick oder Einkehr.
 (100 km)

Mathias Uhlig

Dienstag, 06.06.2006

★★

ZWISCHEN NIDDA UND VORDERTAUNUS

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

Wir steuern in moderatem Tempo wechselnde Ziele am Rande des Taunus an, z.B. Bad Homburg, Oberursel, Kronberg. Möglicherweise sind auch Steigungen zu bewältigen. Zurück an der Nidda Schlusseinkehr.

(30 km)

Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten,
 Peter Mertens, Helmut Schulz



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

FAHRRAD *Thoet* **GMBH**

www.fahrrad-thoet.de



Hasengasse 5-7 • Kleinmarkthalle, Parkhaus gegenüber Konstabler Wache • 60311 Frankfurt • Telefon 0 69/13 30 77-0
Filiale Sportarena, Hauptwache 1 • Parkhaus Hauptwache • 60313 Frankfurt • Telefon 0 69/28 58 61

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

Mittwoch, 07.06.2006

★★

EHEMALIGE SYNAGOGEN (2)

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Wir radeln in südlicher Richtung, westlich an Langen vorbei (Pause am Lindensee) nach Egelsbach. Die dortige ehemalige Synagoge ist heute Wohnhaus. Dann fahren wir nach Dreieichenhain (Synagoge ebenfalls heute Wohnhaus). Dort können wir nach Wahl picknicken oder einkehren. Tourenende im Rudererdorf.
 (50 km)
 Ilse Strassmann, Waltraud Vergest

Mittwoch, 07.06.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 14

Mittwoch, 07.06.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 14

Samstag, 10.06.2006

★★

ZUM BIOBAUERN

Abfahrt: 12:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 Weitgehend autofrei fahren wir in den Nordosten und besuchen dort zwei Bauernhöfe mit ökologischem Anbau, zunächst einen Betrieb des Demeter-Verbands mit Bio-Supermarkt. Der zweite Hof unterhält das einzige "Bio"-Erdbeer-Selbstpflücker-Feld bei Frankfurt. Ab hier trennt uns nur noch ein Hügel vom Nidda-Uferweg.
 (35 km)
 Jürgen Lutz, Arno Schwab

Sonntag, 11.06.2006

★★

**KAFFEE UND KUCHEN BEI
DEN STARTBAHNGEGNERN**

Abfahrt: 12:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Bei der Umrundung des Flughafens kommen wir an besonders schönen und spektakulären Stellen des bedrohten Bannwalds vorbei. Im Kelsertbacher Wald besuchen wir am Nachmittag die Inföhütte der Ausbaugegner, wo wir an der institutionalisierten Verpflegung der Sonntags-spaziergänger teilhaben können. Hier informiert die IGEL (Initiative gegen eine Landebahn) über den Widerstand.
 (45 km)
 Jürgen Lutz, Arno Schwab

Sonntag, 11.06.2006

★★★

WO DER RHEIN DEN MAIN KÜSST

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)
 Über die Jahrhunderte dienten die Flüsse als wichtige Transportwege und als Nahrungsquelle. Auch Frankfurt wäre ohne den Main nicht denkbar. An seiner reizvollen Mündung legen wir die Mittagspause ein. Die Tour führt uns nur am Anfang und am Zusammenfluss an den Gewässern entlang. Es wird nicht eingekehrt! Bitte daher genügend Proviant mitnehmen. Tourenende S-Bahn-Station Niederrad.
 (80 km)
 Wolfgang Claus

Sonntag, 11.06.2006

★★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

DIE WARTE, DIE KEINE IST...

Abfahrt: 09:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Wir radeln die Nidda hinauf und durch die Wetterau bis zur alten Römerstraße, auf der wir fast bis Münzenberg fahren. Von hier können wir unser Ziel - die Grüninger Warte - schon sehen. In Grüningen besichtigen wir Teile der alten Stadtbefestigung und die Reste der Wasserburg. Nach Kaffee und Kuchen im Burghof strampeln wir hoch zur Warte und genießen die Aussicht. Meist dem Limes-Radweg folgend fahren wir bis Butzbach (kleine Eispause auf dem Marktplatz). Weiter radeln wir über Ober-Mörlen nach Friedberg und in zügiger Fahrt bis Massenheim an die Nidda und nach Berkersheim, dem Tourenende.
 Tour für Rennräder o.ä. nicht geeignet, da besonders im Bereich des Limes-Radweges schlechte Wegstrecken sind. Jeder sollte ausreichend für Essen und Getränke sorgen, weil keine größere Einkehr geplant ist.
 (110 km, 500 Höhenmeter)
 Michael Dorgarten, Ivo Koch

Dienstag, 13.06.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

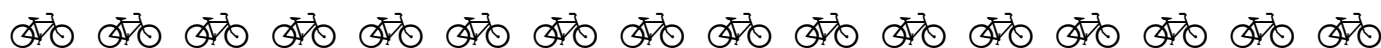
Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 18
 Renate Markiewka, Birgit Wagenbach, Anne Wehr

Mittwoch, 14.06.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

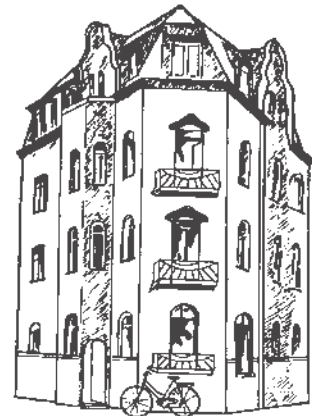
Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 14



MIETER HELFEN MIETERN

Frankfurt e.V.

...weil Wohnen
menschenwürdig 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!

Ab 2006 sind wir unter neuem Namen für Sie da!
Ihr Team der Fahrradscheune.

Verkauf
Versand
Vermietung
Service

Main Velo
Liege-, Touren- & Spezialräder

06101 48 9 58
info@mainvelo.de
www.mainvelo.de

Alt-Harheim 27
60 437 Frankfurt

Mittwoch, 14.06.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

15.06. - 18.06.2006

★★★

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

Abfahrt: 07:00 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 Biotop des Naturschutzgebiets "Parc régional naturel de Lorraine".

(340 km)

Kosten: 200,00 € (Bahn, 1 Ü/F, 2 Ü/HP, Radtransport)

175,00 € ADFC-Mitglieder

Bertram Giebeler, Anne Wehr (☎ 591197)

Sonntag, 18.06.2006

★★★

ÜBER DIE WEINBERGE**ZUM BÜCHNERHAUS**

Abfahrt: 09:50 Uhr, S-Bhf Hochheim

Wir radeln zuerst am Main, dann am westlichen Rheinufer entlang nach Nackenheim und über die Weinberge (Höhenweg nach kurzem, steilen Anstieg) bis Nierstein. Mit der Autofähre gehts über den Rhein und weiter zur Schwedensäule, die Gustav Adolf während des 30-jährigen Krieges nach erfolgreicher Überquerung des Rheins (jetzt Altrhein) errichten ließ. Rundfahrt durch den Kühkopf (größtes Naturschutzgebiet Hessens). Dort Einkehr. In Goddelau besuchen wir das zum Museum hergerichtete Geburtshaus Georg Büchners. Rückfahrt per Bahn ab Goddelau. Infos zum Büchnerhaus: www.leserattenforum.de/lrf/Projekt/Buechner/BuechnerS.htm - Fotos zur Tour: www.leserattenforum.de/lrf/Archiv/Bilder.htm

Die Wege sind streckenweise etwas holprig, bitte stabile Fahrräder mitbringen. Wenn es nicht zu spät ist, auf Wunsch Rückfahrt per Rad in zügigem Vier-Sterne-Tempo.

Anfahrt mit S1 ab Ffm-Hbf (tief) um 09:12 Uhr nach Hochheim möglich.

Kosten: Bahn, Fähre, Einkehr, Eintritt (65 / 110 km, 150 Höhenmeter)

Rainer Pipping, Dirk Wenner

(☎ 95294467, rainer.pipping@t-online.de)**Sonntag, 18.06.2006**

★★★

VIVARIUM

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

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

(70 - 80 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 18.06.2006

★★★★

ZUM PFERDSKOPF

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

Über die Saalburg und Usingen erreichen wir das Weiltal. Der Anstieg zum Pferdskopf wird belohnt mit dem grandiosen Ausblick über den Hintertaunus. Der Rückweg führt uns zum Roten Kreuz. Von dort lassen wir uns nach Frankfurt rollen.

Einkehr ist nicht vorgesehen, bitte Picknick mitbringen. Da wir über größere Strecken Waldwege fahren, sind Rennräder ungeeignet.

(90 km, 1200 Höhenmeter)

Helmut Schulz, Peter Mertens

Mittwoch, 21.06.2006

★★★

ZUM KELTENFÜRST AUF DEM GLAUBERG

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

Wir radeln stadtauswärts durch den Günthersburgpark zum Heiligenstock, über den Lohrberg nach Bergen und auf der Hohen Straße nach Windecken. Dort Picknick. Bitte Essen und Trinken mitnehmen. Nach der Rast fahren wir weiter über Lindheim nach Glauberg. Wir schieben die Räder auf den Glauberg. Hier erfolgt eine kurze Einführung zur Geschichte der Kelten und des keltischen Fürstengrabes. Zurück gehts über Altenstadt, Kloster Engelthal und Kaichen nach Groß-Karben. Rückfahrt mit der S-Bahn (Gruppenticket).

(80 km)

Hermann Heß, Klaus Spalke

Mittwoch, 21.06.2006

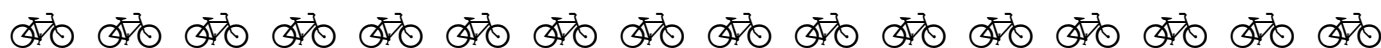
★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

TRADITIONSTOUR ZUM FALKENSTEIN

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

Abseits des Verkehrs fahren wir über Steinbach und Schönberg immer leicht den Berg hinauf. Dann folgt ein etwas steileres Stück (1,5 km) am Hünenberg entlang bis zum Arbeiterweg. Auf diesem Höhenweg geht es nach Falkenstein.



Schlafkultur - Erholung pur



Ungewöhnlich: wir verkaufen keine Rabatte!



Zu fairen Preisen bekommen
Sie im
neuen

Freya Linder
dormiCIEL Bettenstudio

T. 069-53 32 53

www.dormiciel.de

Raimundstr. 27 • Frankfurt-Ginnheim:

Messbett-Service, Schlafmöbel, Lattenroste
Matratzen, Decken, Kissen, Bettwäsche ...
Mit Beratung, Qualität und Kundendienst

RADSPORT

Rennräder • Rahmen
Radsportbekleidung
Werkstattservice
Ersatzteile
Damen- und Herrenräder
Kinderräder

Radsport Graf

An der Herrenweiese 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



Schöne Aussicht HOTEL • RESTAURANT • CAFE

In Bergen-Enkheim mit
Blick über Frankfurt

- 48 Komfortzimmer mit Telefon, TV, Bad/Dusche/WC, teilweise Kochnische
- Klimatisierte Gesellschafts- und Tagungsräume für 10 - 90 Personen
- Große Gartenterrasse, klimatisierter Wintergarten
- Kostenloser Bustransfer für Hotelgäste zur U-Bahn
- Parkplätze vorhanden



Schöne Aussicht

Karl Halbow und Sohn GmbH

Im Sperber 24 • D-60388 Frankfurt am Main

Tel. 0 61 09 / 50470 • Fax 0 61 09 / 5047329

E-Mail: info@schoene-aussicht.de

www.schoene-aussicht.de

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 rollen wir dann nach 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, 21.06.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14



23.06. - 25.06.2006

★★

RHEINHESSEN-NAHE-TOUR

Abfahrt: Römer, nach Vereinbarung
Zunächst radeln wir durch das Naturschutzgebiet Mönchbruch und Rüsselsheim nach Mainz (1.Ü). Weiter führt uns die Strecke auf dem südlichen Rheinuferweg über Ingelheim nach Bingen und danach auf dem Naheradweg nach Bad Kreuznach (2.Ü). Am dritten Tag strampeln wir durch das landschaftlich sehr reizvolle Nahe-tal. Rückfahrt per Bahn von Bad Münster am Stein.

Max. 10 Teilnehmer
(150 km)

Kosten: 130,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)
100,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 30,00 €

Anmeldung: bis 01.06.

Matthias Uhlig (☎ 06102/800897,

Fax 06102/800897,

MatthiasUhligADFCN-I@T-Online.de)

23.06. - 26.06.2006

★★★

MOSEL, HUNSRÜCK UND NAHE

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung
Bahnfahrt nach Koblenz. Wir radeln an der Mosel entlang ins Ehrbachtal. Wanderung in der wildromantischen Ehrbachklamm. Danach ein etwas beschwerlicher Anstieg auf die Hunsrückhöhen. Weiterfahrt nach Emmelshausen (1.Ü). Nach einer längeren Strecke auf einer ehemaligen Bahntrasse (Schinderhannes-Radweg)

fahren wir durch romantische Hunsrücktäler und über Höhen - Besichtigung des Hunsrückdoms vorgesehen - zum idyllisch gelegenen Hotel im Hahnenbachtal (2.Ü). Der Abendspaziergang führt zu einer der ältesten und größten Burganlagen des Hunsrücks.

Über das malerische Fachwerkdorf Herrstein gehts zur Edelsteinstadt Idar-Oberstein. Der Besuch des Edelsteinmuseums ist Pflicht. Dann an der Nahe entlang, evtl. bis nach Bad Sobernheim mit dem längsten Barfußpfad Deutschlands (3.Ü in Waldböckelheim). Nun folgen wir der Nahe mit z.T. alpinen Landschaftsbildern nach Bad Kreuznach. Rückfahrt mit der Bahn.

(240 km)

Kosten: 260,00 € (Bahn, 2 Ü/HP, 1 Ü/F, Eintritt, Fähre) 245,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 10.05.

Frühbucher/Innen bis 10.04.

Nachlass 15,00 €

Rainer Griga (☎ 06151/147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)

Samstag, 24.06.2006

★

InDerStadt-Tour

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Anne Faulstich, Heinrich Freund, Ilse Strasmann

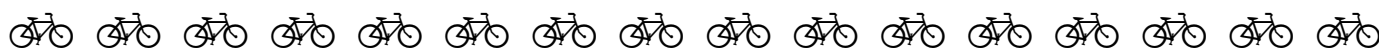
24.06. - 26.06.2006

★★

VON DER ALTMÜHLQUELLE

DURCHS TAUBERTAL ZUM MAIN

Abfahrt: 07:15 Uhr - Ffm-Hbf, n. Vereinbarung
Von Ansbach radeln wir durch hügelige Landschaften des Naturparks Frankenhöhe auf ruhigen Feldwegen und Landstraßen zur Quelle der Altmühl. Nach einer gemütlichen Rast fahren wir weiter nach Rothenburg o.d.T. (1.Ü). Der Abend bietet Gelegenheit in der schönen Altstadt zu bummeln. Am zweiten Tag radeln wir auf dem Taubertalradweg. Die Strecke führt am Fluss entlang, durch den fränkisch-schwäbischen Wald und u.a. durch die Orte Creglingen und Weikersheim nach Bad Mergentheim (2.Ü).





das ist die Adresse
wo Sie zu
GÜNSTIGEN Preisen
ALLES RUND UM'S RAD
bekommen

Neu spezielles
Programm für den
Alltags- und Tourenradler!
mit gezieltem
Bekleidungsprogramm

Fachwerkstatt
auch für Fremdfabrikate
mit 24-Stunden Express-Service

Unser Team ist für SIE da
Mo-Fr 9.00 - 19.00 Uhr
Samstag 9.00 - 14.00 Uhr

Alles finden Sie in unserem STARKEN Katalog
RADWELT 2006

GRATIS gegen Vorlage dieser Anzeige

Oberliederbacher Weg 42
65843 SULZBACH am Taunus

Wir verschicken sogar innerhalb
24 Stunden !

Auch nach Frankfurt...
...wenn Sie keine Zeit/Möglichkeit
haben, uns in SULZBACH
zu besuchen



Wir bieten Ihnen gutbürgerliche Küche.

*Am Wochenende auch
Kaffee und Kuchen.*

Sonntags wechselnde Mittagsmenüs.

*Ab Mai ist unser Biergarten
wieder geöffnet.*



*Unser neues 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.) 15:00–24:00

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



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

9.00 - 20.00 Uhr

Samstag

9.30 - 18.00 Uhr

traffiQ-Hotline

01805/069 960

(tägl. 6.00 - 24.00 Uhr)

(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. *traffiQ* ist somit auch ein guter Partner, wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind.

>> Ihr Fahrrad fährt mit

Gerne können Sie Ihr Fahrrad im Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) kostenlos in Bussen und Bahnen mitnehmen.

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

U-Bahn-, Straßenbahn, Bus

In den U-Bahnen, Straßenbahnen und Bussen in Frankfurt ist an Samstagen, Sonntagen, Feiertagen und während der hessischen Schulferien die Mitnahme von Fahrrädern ganztags möglich. An Werktagen können während der Hauptverkehrszeiten von 6.00-8.30 Uhr und von 16.00-18.30 Uhr leider **keine** Fahrräder mitgenommen werden.

RegionalExpress, StadtExpress, Regional-Bahn, S-Bahn

Ganztägig und ohne zeitliche Einschränkung ist die Fahrradmitnahme in RegionalExpressen, StadtExpressen, Regionalbahnen, S-Bahnen möglich.

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

>> Grundsätzlich gilt:

Kinder unter 10 Jahren dürfen ihr Fahrrad nur in Begleitung eines Erwachsenen mitnehmen. Es gibt prinzipiell keinen Anspruch auf Mitnahme von Fahrrädern. Wenn es einmal zu eng wird, entscheidet das Fahrpersonal, ob Sie Ihr Fahrrad mitnehmen dürfen oder nicht. Bitte beachten Sie, dass Fahrgäste im Rollstuhl oder mit Kinderwagen immer ein Vorrecht auf Beförderung haben, gegebenenfalls müssen Radfahrer sogar Bus oder Bahn verlassen, falls der Platz nicht ausreicht. Bitte folgen Sie den Anweisungen des Fahrpersonals.

>> 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.

>> 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

Weiter geht es am nächsten Morgen an der Tauber entlang über Tauberbischofsheim zur Mündung in Wertheim. Von hier Rückfahrt mit der Bahn (Ankunft in Frankfurt ca. 19:30 Uhr).. Unterwegs Picknick.

(55 km je Tag)

Kosten: 160,00 € (Bahn, Ü/F, DZ,)

135,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 30,00 €

Anmeldung: bis 02.06.

Frühbucher/Innen bis 28.04.

Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (☎ 06102/733971,

Fax 06102/733972, mertensp.nib@t-online.de),

Lisa Wiese (☎ 4950853)

24.06. - 25.06.2006

★★★

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 zweiten Frühstücks. Gutes Licht am Rad, Taschenlampe, warme Klamotten, Schlafsack, Isomatte, Badesachen, Mondmilch usw. und evtl. Grillzeug nicht vergessen.

Anmeldung bei den Tourenleitern

(70 km)

Kosten: 0,00 €

Rainer Mai (☎ 413085), Jürgen Johann

(☎ 762928)

Sonntag, 25.06.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

KLOSTER ENGELTHAL UND

GERICHTSSTÄTTE KAICHEN

Abfahrt: 08:45 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

09:35 Uhr - Bf Nieder-Wöllstadt

Mit RMV geht es zuerst nach Nieder-Wöllstadt. Über Assenheim und Wickstadt fahren wir an der Nidda, dann durch Wald zum Kloster Engelthal. Nach Erbstadt erreichen wir Kaichen mit der Gerichtsstätte, danach wieder das Niddatal.

Zurück mit RMV bzw. an der Nidda

Mittagsrast mit Einkehr

(50 / 70 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Hans Dohm, Orlof Hügel

Sonntag, 25.06.2006

★★★★

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 durch Weinberge, Wald und Flur, auch Quellen werden zum Durstlöschen einbezogen - sind heftige, Schweißperlen fordernde Steigungen nicht zu vermeiden. Auf dem Neroberg kann ausgiebig im Café, Tempel und Amphitheater gerastet werden. Zurückrollend ist eine Stippvisite in der russischen Kapelle auf halber Höhe vorgesehen, bevor wir die hügelreiche Landeshauptstadt bis zum Biebricher Schloss durchstreifen. Von dort aus geht es flussaufwärts zurück. Ressourcen schonend kann ab Mainz-Kastel vom RMV Gebrauch gemacht werden.

(110 km)

Arno Schwab, Jürgen Bunzel

Dienstag, 27.06.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Renate Markiewka, Gisela Schill

Mittwoch, 28.06.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 28.06.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Sonntag, 02.07.2006

★★

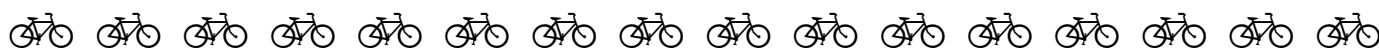
GEMÜTLICH ZUR SAALBURG

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

Es geht vorbei an Stierstadt und Oberhöchstadt auf Wirtschafts- und Waldwegen zur Hohemark. Von dort langsamer Anstieg bis hinauf zur Saalburg. Auf dem letzten Stück vor dem Ziel darf auch geschoben werden. Auf der Saalburg wird eine ausgedehnte Rast eingelegt. Rückfahrt über Oberhain, Köpperner Tal, Hardtwald (Bad Homburg), Nieder-Eschbach und Harheim zur Nidda.

(55 km, 400 Höhenmeter)

Michael Bunkenburg, Jean Coquelin





Fledermauspalast

Café-Bar & Antiquitäten

Schöne, rauchfreie Atmosphäre, mit Kinderspielecke

61130 Nidderau/Windecken • Hofhausstraße 25

Nähe Marktplatz; Tel. (06187) 992325

Freitag: Nachmittagscafé ab 15 Uhr und

Kerzenschein-Cocktail-Nacht bis 24 Uhr

Samstag: 15-22 Uhr • Sonntag: 15-19 Uhr

Ab Efm/Bergen: 15 km Hohe Straße bis Wartbaum, dann 1,5 km zur Altstadt



HEX★HEX Fahrradladen

Berthold Gentzler

Gutleutstr. 156

60327 Frankfurt am Main

Telefon: 069 / 23 34 44

Telefax: 069 / 23 34 94

Web: www.hexhex-fahrraeder.de

E-Mail: hexhex-fahrrader@arcor.de

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag:

10:00 - 13:00

15:00 - 18:00

Samstag:

10:00 - 14:00

Landkarten Schwarz

GmbH & Co. KG

Kornmarkt 12

(am Parkbaus Hauptwache)

60311 Frankfurt am Main

Telefon 069 - 55 38 69 & 069 - 28 72 78

Fax 069 - 59 75 166

www.landkarten-schwarz.de

Montags - Freitags 9:30 - 19:30 Uhr

Samstags 10:00 - 18:00 Uhr

Rund um die Welt
- alles in Karten.



Sonntag, 02.07.2006

★★★

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 gelangen über Geisenheim bis 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, 02.07.2006

★★★★

BAYERISCHER SPESSART

Abfahrt: 09:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
 Großteils auf Waldwegen erklimmen wir die Höhen des Spessarts. Nachmittagsrast beim "Engländer" (Ausflugslokal). Rolling home along Kahl and Main. Da wir nicht die Schallmauer durchbrechen wollen, kommen wir erst abends in Frankfurt an.
 (140 km)
 Rainer Mai, Jürgen Johann

Dienstag, 04.07.2006

★★

ZWISCHEN NIDDA UND VORDERTAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Wir steuern in moderatem Tempo wechselnde Ziele am Rande des Taunus an, z.B. Bad Homburg, Oberursel, Kronberg. Möglicherweise sind auch Steigungen zu bewältigen. Zurück an der Nidda Schlusseinkehr.
 (30 km)
 Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten, Peter Mertens, Helmut Schulz

Mittwoch, 05.07.2006

★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

NACH SELIGENSTADT

Abfahrt: 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 Klostersgartens. Tourenende und Schlusssrast im Rudererdorf.
 (60 km)
 Rüdiger und Inge Paetow

Mittwoch, 05.07.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 14

Mittwoch, 05.07.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Siehe Seite 14

Donnerstag, 06.07.2006

★ / ★★

Feierabendtour der besonderen Art

FLEXITOUR

Auch diesen Monat finden die Flexi Touren statt. Siehe Seite 16
 Näheres zur heutigen Tour und zu den Tourenangeboten dieses Monats erfahren Sie auf unserer Internetseite www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder unter den bekannten Telefonnummern (s.u.).
 Werner Buthe (☎ 6664078, ☎ 0177/6664078)

Samstag, 08.07.2006

★★★

**ÜBER DEN MILSEBURG-RADWEG
IN DIE HOCHRHÖN**

Abfahrt: 08:10 Uhr - Treffpunkt: Ffm-Hbf, RE 4506 nach Fulda
 Bahnfahrt nach Fulda. Wir radeln wir über den Milseburg-Radweg nach Hilders. Hier Mittagsrast. Steil bergauf kommen wir nach Frankenheim, zum Schwarzen Moor und über den Heidelberg zum "Haus am Roten Moor" (Kaffee-pause empfehlenswert). Abwärts geht es nach Gersfeld. Rückfahrt per Bahn.
 Mehrere kräftige Steigungen (Hilders - Schwarzes Moor und Heidelberg, 925 m ü.NN).
 (65 km, 700 Höhenmeter)
 Albrecht Reinhard, Sebastian Reinhard

Sonntag, 09.07.2006

★★★

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 führen weitestgehend über Waldwege. Bei hoffentlich





Gnewikow & Fülberth Radsport

Fahren Sie mehr Km als der durchschnittliche Radler? Dann haben Sie auch höhere Ansprüche an Ihr Fahrrad als der durchschnittliche Radler. Schauen Sie sich doch mal auf unserer Homepage unsere nach Ihrem Wunsch und Anspruch individuell zusammengestellten hochwertigen GF- Pro Custom- made Trekking und Tourenräder an.

www.radsport-frankfurt.de

60433 Frankfurt, Eschersheimer Landstrasse 470
Tel.: 069/ 534100



Zweirad Ganzert



HERCULES



BULLS



Zweirad Ganzert Mainzer Landstraße 234
60326 Frankfurt (Galluswarte) Tel. 069 734386 Fax 069 731793

Museumsuferfest

vom 7. bis 9. Juli 2006



**Allgemeiner
Deutscher
Fahrrad-Club**

ADFC-Infostand



mobile Bike-Point Station
und Fahrradaufbewahrung

Sie finden uns
zwischen Friedensbrücke und Holbeinsteg

schönem Sommerwetter bitte Badesachen mitnehmen! Picknick und Einkehr sind vorgesehen.

(80 km)

Hartmut Lange, Georg Springer

Sonntag, 09.07.2006

★★★

ZUM VOGELPARK NACH KAHL

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

Wir radeln auf längeren Waldstrecken über Heusenstamm und Hainburg zum Vogelpark in Kahl. Nach einem längeren Aufenthalt fahren wir über Schloss Emmerichshofen, durch die Hanauer Bulau und an der Kinzig entlang nach Hanau. Die restliche Strecke führt uns über die Dietesheimer Steinbrüche und Offenbach-Bieber zurück. Unterwegs Picknick oder Einkehr.

(70 km)

Matthias Uhlig

Sonntag, 09.07.2006

★★★★

GROSSE RUNDE UM DIE WETTERAU

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

Der R4 führt uns entlang der Nidda nach Bad Salzhausen. Nach einer kurzen Pause geht es über Hungen in das Fachwerkstädtchen Lich. Hier Kaffeepause. Der Rückweg geht über Kloster Arnsburg, Ruine Münzenberg nach Friedberg. Rückfahrt per RMV.

Trekkingrad empfehlenswert.

(120 km)

Heinrich Göbel

Dienstag, 11.07.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Werner Buthe, Peter Mertens

Mittwoch, 12.07.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 12.07.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

14.07. - 16.07.2006

★★★

MICHELSTÄDTER MUSIKNACHT

über Amorbach und durch den Odenwald

Abfahrt: nach Vereinbarung

Von Aschaffenburg über Main- und Mümlingtal nach Michelstadt mit Stadtführung (Ü), Rund-

fahrt durch den hinteren Odenwald über Amorbach (Besichtigung Abteikirche und Orgel oder Museum), abends Konzertbesuch in Michelstadt (Ü), Fahrt durch den vorderen Odenwald nach Darmstadt mit aussichtsreichem Cafébesuch.

(180 km)

Kosten: 155,00 € (Bahn, Ü/F, Eintritt)

145,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 29.05.

Frühbucher/Innen bis 28.04.

Nachlass 15,00 €

Rainer Griga (☎ 06151/147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)

15.07. - 17.07.2006

★★

MARBURG - EDERSEE - WABERN

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf, n. Vereinbarung

Bahnfahrt nach Marburg. Wir radeln durch den Burgwald nach Frankenberg. Am 2. Tag gehts zum Edersee (2.Ü) und über Fritzlar nach Wabern. Rückfahrt mit der Bahn. Die genaue Route ist noch in Planung, daher sind Änderungen möglich.

Diese Radtour führt überwiegend auf ruhigen Wegen oder kleinen Landstraßen. Übernachtet wird in Gasthöfen.

(60 - 70 km je Tag)

Kosten: 145,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)

130,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 21.06.

Michael Bunkenburg (☎ 525261,

Michael@Bunkenburg.de)

Sonntag, 16.07.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

DREIEICHENHAIN UND DIETZENBACH

Abfahrt: 10:00 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz

Über Neu-Isenburg und die "Stangen-Pyramide" erreichen wir Dreieichenhain mit Altstadt, Burg und Museum. Weiter fahren wir über Götzenhain nach Dietzenbach zum Aussichtsturm "Ballett der Bewegungen" und Geschichtspfad.

Mittagspause mit Einkehr

(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Rainer Schoenberg, Orlof Hügel

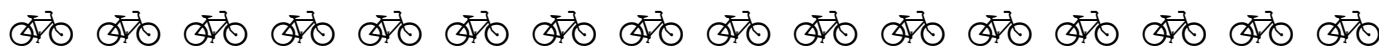
Sonntag, 16.07.2006

★★★

RÄTSELTOUR

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

Wo befindet sich der Mainzer Berg? Alle, die nach Antwort suchen und diese Bildungslücke schließen möchten, sollten sich auf die Räder schwingen und mitfahren. Dort Gastronomie



Info@kunstgesellschaft.de - www.kunstgesellschaft.de

vorhanden, aber auch ideal für Picknickfreunde. Um allen Unwägbarkeiten vorzubeugen, sollte doch etwas Verpflegung mitgenommen werden. Tourenende Oberforsthaus, Linie 21.

(75 km)

Wolfgang Claus

Sonntag, 16.07.2006

★★★

Stadtteilgruppe Nordwest

LIMESTOUR: ZUM CASTELL

DES NUMERUS NIDENSIIUM

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

Durch den Vordertaunus geht es abseits des Verkehrs nach Dornholzhausen. Am Rande des Taunus fahren wir bis Köppern. Von hier aus beginnt der Aufstieg durch den Wald zum Castellum des Numerus Nidensium (heute Kapersburg genannt), wohl das besterhaltene Kastell des Limes, das in den letzten Jahren restauriert wurde. In rasanter Fahrt geht es wieder hinunter ins Köpperner Tal. Hier werden wir einkehren. Frisch gestärkt fahren wir weiter über Burgholzhausen nach Massenheim an die Nidda und an ihr entlang zurück nach Praunheim.

Große Teile der Strecke sind Waldwege mit entsprechender Oberfläche und Steigungen. Deshalb ist die Tour nur für Mountainbikes und Tourenräder geeignet.

(60 km, 500 Höhenmeter)

Michael Dorgarten, Ivo Koch

Mittwoch, 19.07.2006

★★★

NACH STEINHEIM UND

DIETESHEIMER STEINBRÜCHE

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

Über Lohrberg, Hohe Straße, Wachenbuchen, Wilhelmsbad und Philippsruhe erreichen wir Steinheim, wo wir Mittagspause machen.

Der Rückweg führt uns über die Dietesheimer Steinbrüche, Lämmerspiel, Offenbach-Bieber und den Stadtwald bis Oberrad. Dort zünftiges Tourenende.

(65 km)

Jean Coquelin

Mittwoch, 19.07.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 19.07.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Sonntag, 23.07.2006

★

STADTWALD-TOUR

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

Wir wollen heute gemütlich den Stadtwald erkunden. Dazu fahren wir eine Schleife von West nach Ost. Wir kommen über Neu-Isenburg zum Stadtwaldhaus. Dort ist Zeit zum Schauen. Mittagsrast machen wir am Jacobiweiher (Einkehrmöglichkeit). Am Nachmittag sehen wir noch einige Weiher und Brunnen. Die verdiente Kaffeepause gibt es am Goethe-Turm. Danach rollen wir bergab in die Stadt. Endpunkt ist der Römer (ca. 17:30 Uhr).

(35 km, 30 Höhenmeter)

Peter Mertens (mertensp.nib@t-online.de),

Christine Kruse

Sonntag, 23.07.2006

★★★

GRÜNGÜRTEL: EINMAL RUNDHERUM

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

Wir folgen der GrünGürtel-Markierung rund um Frankfurt. Einkehr wahrscheinlich, trotzdem Proviant mitbringen!

(70 km)

Jean Coquelin

Dienstag, 25.07.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Renate Markiewka, Gisela Schill

Mittwoch, 26.07.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 26.07.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Samstag, 29.07.2006

★

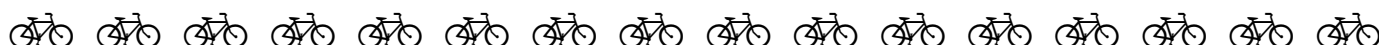
InDerStadt-Tour

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen.



FAHRRAD - STATION BIKE POINT

• Fahrradaufbewahrung • Pflege • Pannenservice • Verleih •

Die BIKE-POINT Termine 2006:

Bei allen Heimspielen der Eintracht nach der Winterpause ab 5.3.06 gegen VFL Wolfsburg

Haupteingang der Commerzbank-Arena, 1,5 Stunden vor Spielbeginn

Bei allen Spielen der WM in der Commerzbank-Arena, 2 Stunden vor Spielbeginn

Die MOBILE BIKE-POINT STATION bei den folgenden Events:

Wäldchestag	3.6. - 6.6.06	Oberforsthaus
City-Arena	3.6.06	Innenstadt (in Planung)
Main-Arena	10.6.-9.7.06	Mainufer (in Planung)
Museumsuferfest	7.7.-9.7.06	Liebighaus / Friedensbrücke + ADFC
Konzert Rolling Stones	14.7.06	Commerzbank-Arena

Weitere Angebote

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

Weitere Termine sind in Planung und ab März im Internet abrufbar (Link Termine)

BIKE-POINT ist ein gemeinnütziges Projekt des Internationalen Bundes -

Jugendbüro Griesheim, Info und Werkstatt: Autogenstr. 12, 65933 Frankfurt

Tel.: 069 - 38 98 12 10 und 39 23 00 Korporatives Mitglied im ADFC

Im Internet: www.ib-bikepoint.de jugendbuero.Griesheim@internationaler-bund.de

ZUR GARTENLAUBE

INHABER: FAMILIE AKTAS

SCHWANHEIMER UFER 0
(AN DER GRIESHEIMER SCHLEUSE)
60529 FRANKFURT / SCHWANHEIM

TELEFON: 069 / 666 93 61

ÖFFNUNGSZEITEN:

MÄRZ - OKTOBER: 11 - 23 UHR
NOVEMBER - FEBRUAR: 17 - 22 UHR

BIERGARTEN

DURCHGEHEND DEUTSCH / TÜRKISCHE
WARME KÜCHE

Selt 10 Jahre in Bieber
Wiener Hof

Die Verwöhn-Oase für jung & alt



Biergarten mit...

- GROßER AUSWAHL -
- BESTER QUALITÄT -
- VERNÜNFTE PREISEN -
- GEMÜTLICHEM AMBIENTE -
- OHNE RUHETAG -

www.wiener-hof.de

Wiener Hof, Langener Straße 23, Offenbach-Bieber
Tel: 069-891296 / Fax: -891142 / wiener-hof@t-online.de

Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Jean Coquelin, Klaus Konrad, Albrecht Reinhard

Sonntag, 30.07.2006

★★ / ★★★★★

GROSSER RADTOURENSONNTAG

Zu Türmen und Warten

Abfahrt: 10.00 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Auch 2006 veranstaltet der ADFC Frankfurt wieder einen Radtourensonntag im Rahmen der Aktion „Ferien zuhause“ der **Frankfurter Rundschau**. Wir bieten drei Touren mit unterschiedlicher Länge und entsprechenden Anforderungen an:

Tour A (ca. 60 km)

★★

Wingertsberg und Goetheturm

Werner Buthe, Renate Markiewka, Matthias Uhlig, Dieter Werner

Tour B (ca. 65 km)

★★★

Flörsheimer Warte

Jean Coquelin, Klaus Konrad, Christian Kümmerlen

Tour C (ca. 95 km)

★★★

Hahnenkamm

Heinrich Göbel, Albrecht Reinhard

Weitere Informationen zu den Touren werden in der Woche vor dem 30. Juli im Lokalteil der Frankfurter Rundschau in der Veranstaltungsreihe „Ferien zuhause“ veröffentlicht.

Dienstag, 01.08.2006

★★

ZWISCHEN NIDDA UND VORDERTAUNUS

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

Wir steuern in moderatem Tempo wechselnde Ziele am Rande des Taunus an, z.B. Bad Homburg, Oberursel, Kronberg. Möglicherweise sind auch Steigungen zu bewältigen. Zurück an der Nidda Schlusseinkehr.

(30 km)

Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten, Peter Mertens, Helmut Schulz

Mittwoch, 02.08.2006

★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

DREIEICHENHAIN

UND LANGENER WALDSEE

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

Die Tour führt weitgehend durch die Wälder südlich von Frankfurt. Zunächst geht es durch

den Stadtwald und an Neu-Isenburg vorbei nach Dreieichenhain. Mittagsrast in einer Gartenwirtschaft. Danach durchqueren wir Langen und radeln - wieder auf Waldwegen - über Schloss Wolfsgarten zum Langener Waldsee und zurück nach Sachsenhausen zur Schlusseinkehr.

Streckenverlauf: ebene, autofreie Wege (meistens im Wald).

(60 km)

Ulrich Vogt, Hinrich Garrels

Mittwoch, 02.08.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 02.08.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Donnerstag, 03.08.2006

★ / ★★

Feierabendtour der besonderen Art

FLEXITOUR

Auch diesen Monat finden die FlexiTouren statt. Siehe Seite 16

Näheres zur heutigen Tour und zu den Tourenangeboten dieses Monats erfahren Sie auf unserer Internetseite www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder unter den bekannten Telefonnummern (s.u.).

Werner Buthe (☎ 6664078, ☎ 0177/6664078)

Samstag, 05.08.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

FULDA UND MILSEBURG-RADWEG

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

Anfahrt mit RMV und Fahrradbus bis Hilders. Auf dem Milseburg-Radweg durch den Milseburg-Tunnel und über Hofbieber zur Bischofsstadt Fulda. Dom und Michaelskirche, Schlossgarten, Orangerie und Stadtschloss (evtl. Schloss Fasanerie) sind unsere Ziele.

Bademöglichkeit unterwegs. Hin und zurück mit RMV.

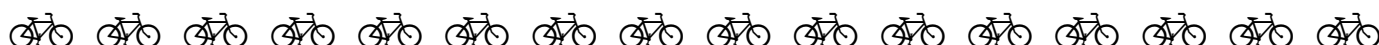
Mittagsrast mit Einkehr

(45 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Manfred Bohl





**Bad Homburger Brauhaus
Graf Zeppelin**

Landungsstätte der Luftschiffe
A.D. 1910

**Am Bad Homburger Brauhaus
führt kein (Rad)Weg vorbei**

- Erfrischung für durstige Radler
- Die ideale Rast für die Radtour im großen Biergarten
- Erlebnisbrauerei mit regionaler Küche
- Speisen am Sudfass
- täglich durchgehend geöffnet
- 61352 Bad Homburg - Zeppelinstraße 10
- Tischreservierung unter 06172 - 28 86 62
- Besuchen Sie auch unseren Hofladen
Mo-Fr. 11:00 - 19:00 • Sa 10:00 - 16:00 Uhr

Geprüfte QUALITÄT
iss richtig gut!

www.badhomburger-brauhaus.de

101 Jahre

Schreiber-Heyne

**ÄPFELWEINWIRTSCHAFT
SOMMERGARTEN**

Der Radtreff.

Apfelwein
Schnitzel
Rippchen
Grüne Soße
Kartoffelwurst
Schokopudding
+ vieles mehr
Laßt's Euch schmecken!

**Mittagstisch 12:00 - 14:30
Täglich 16:30 - 01:00**

**Mörfelder Landstrasse 11
60598 Frankfurt am Main
Sachsenhausen
069 - 623963
www.schreiber-heyne.de**

**Interesse
an gemeinschaftlichen
Wohnformen?**

069.560 3939 (Anrufbeantworter)
info@gemeinschaftliches-wohnen.de
www.gemeinschaftliches-wohnen.de

Netzwerk Frankfurt

für gemeinschaftliches Wohnen



**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

Inhaber: Peter Kürschner

Mountainbikes • Trekking Röder • Reiseröder • Service

Sonntag, 06.08.2006

★

LIVE-MUSIK IN HATTERSHEIM**Zu Rock und Pop mit "The Flying Toreros"**

Abfahrt: 09:30 Uhr - Höchst (⇒ Seite 9)

Wir radeln auf der neuen Höchster Uferpromenade, vorbei an Ballsporthalle und Krielteler Bahnhof zum Posthof in Hattersheim. Hier spielt die 6-köpfige Cover-Band "The Flying Toreros" (www.toreros.de) von 11:00-13:30 Uhr Songs aus den 80er und 90er Jahren (z.B. von Joe Cocker, Queen, Simple Minds, Rio Reiser etc.). Eintritt kostenlos.

Nach dem Konzert fahren wir am Schwarzbach entlang und auf dem Mainuferweg zurück nach Sindlingen. Der Industriepark Höchst wird südlich umrundet.

(25 km)

Angelika Dietrich, Manfred Feih

**Sonntag, 06.08.2006**

★

ZUM OBSTHOF**NACH NIEDER-ERLENBACH**

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

Heute wollen wir den ökologischen Obsthof am Steinberg in Nieder-Erlenbach besuchen. Wir fahren auf sicheren Wegen durch die City zur Nidda. Wir folgen ihr bis Massenheim. Von hier ist es nicht mehr weit bis zu unserem Ziel, wo wir etwas für unser leibliches Wohl tun. Unter schattigen Bäumen gibt es wahrscheinlich auch einen Ohrenschmaus in Form von Live-Musik. Zurück gehts über Bonames und Eschersheim zum Römer (ca. 17:30 Uhr).

Die Rückfahrt kann an einigen Stellen durch U- oder S-Bahn abgekürzt werden.

Unterwegs ausreichend Pausen.

(40 km)

Peter Mertens (mertensp.nib@t-online.de),
Christine Kruse

Sonntag, 06.08.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

FULDA, SCHLITZ, LAUTERBACH

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

In den Flusstälern fahren wir von Fulda über Schlitz und Bad Salzschlirf nach Lauterbach. Im mittelalterlichen Schlitz können wir Stadtmauer

und Burgen sehen und in Lauterbach den historischen Ortskern mit Stadtkirche.

(Eine Erweiterung um 1 bzw. 2 Tage mit Vulkan-Radweg ist möglich.) Anmeldung erbeten.

Die Tagesradler fahren mit RMV ab Lauterbach zurück.

Mittagspause mit Einkehr.

(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit (☎ 552191,

info@kunstgesellschaft.de), Manfred Bohl

Sonntag, 06.08.2006

★★

DIETESHEIMER STEINBRÜCHE

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. Auf dem Mainuferweg fahren wir nachmittags zurück.

(60 km)

Matthias Uhlig

Dienstag, 08.08.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Marie Menke, Peter Mertens

Mittwoch, 09.08.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 09.08.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Sonntag, 13.08.2006

★★★

WO DIE KELTEN UND RÖMER HAUSTEN

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

Heute wollen wir in den Taunus zu den Spuren und Überbleibseln unserer frühen Vorfahren radeln und sehen, mit welchen Bauten sie sich gegen Eindringlinge zu schützen versuchten. Auf der Rückfahrt Einkehr in einer urigen Apfelweinkelerei (Geheimtipp). Bitte Proviant mitnehmen. Tourenende S-Bahn-Station Niederrad.

(65 km)

Wolfgang Claus





Gasthaus-Gartenlokal **‘Zum Lemp’**

Inh. Familie Bär
60435 Ffm.-Berkersheim

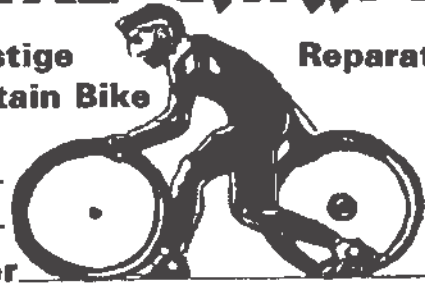
Berkerssh. Obergasse 12

Tel. 069 / 54 32 46

Öffnungszeiten:
Dienstag - Samstag
ab 17:00 Uhr
Sonntags ab 11:30 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

Eckenheimer Landstr.

Humboldt

Glauburgstr.

Str.

**← Bike-
Garage**

Oeder - Weg

ROSBACHER SPORT

NEU!
**natürlich &
isotonisch**

**ZUR NATÜRLICHEN
VERBESSERUNG
DER LEISTUNG.**

**Rosbacher
SPORT**
NATÜRLICH & ISOTONISCH

www.rosbacher.com

Sonntag, 13.08.2006

★★★★

ÜBER DEN VOGELSBERG NACH FULDA

Abfahrt: 08:30 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Die Tour führt uns über die Hohe Straße und den Vulkanradweg nach Lauterbach. Nach einer größeren Pause geht es über Schlitz nach Fulda. Rückfahrt per RMV.

Obwohl die Tour relativ lang ist, gibt es nur eine längere, gut zu fahrende Steigung nach Hartmannshain. Von dort rollen wir nur abwärts oder eben dahin.

Eher keine Rennradtour.

(160 km)

Heinrich Göbel

Mittwoch, 16.08.2006

★★★

AUF DIE VESTE OTZBERG

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 9)

Die am nördlichen Rand des Odenwalds gelegene, weithin sichtbare Veste Otzberg bildete im Mittelalter den südlichen Grenzpunkt des Reichsforstes Dreieich, in dem bereits Karl der Große seiner Jagdleidenschaft frönte. Wir fahren zunächst durch die Wälder dieses Forstes vorbei an Messel und Münster bis Groß-Umstadt. Hier beginnt der Anstieg, für den wir uns Zeit lassen und den wir teils strampelnd, teils schiebend bewältigen. Einkehr in Hering bzw. auf der Veste. Zurück gehts zunächst steil bergab bis Lengfeld. Über Münster radeln wir weiter nach Ober-Roden. Rückfahrt mit S-Bahn. Trotz Einkehr bitte Proviant mitnehmen.

Streckenverlauf: meist ebene Waldwege, kräftige Steigung zur Veste, bergtaugliches Fahrrad erforderlich.

(80 km, 250 Höhenmeter)

Ulrich Vogt, Gisela Hauke

Mittwoch, 16.08.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 16.08.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Sonntag, 20.08.2006

★★★★

ZUR DOPPELMÜHLE IM KAHLGRUND

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

Auf Waldwegen radeln wir über Heusenstamm bis Seligenstadt. Nach Überquerung des Mains fahren wir zur Mündung der Kahl. Wir folgen ihr flussaufwärts am Schloss Alzenau vorbei bis zur

restaurierten Wassermühle bei Ströztbach. Dort Picknick bzw. Einkehr. Anschließend radeln wir nach Alzenau zurück und von dort über Wasserlos und Hörstein an Weinbergen vorbei nach Dettingen am Main, den wir auf einer autofreien Brücke überqueren. Von Seligenstadt gehts zurück nach Jügesheim. Rückfahrt mit S-Bahn. Streckenverlauf: ebene, meist autofreie Radwege, nur kurze Steigungen.

(80 km)

Ulrich Vogt, Hinrich Garrels

Dienstag, 22.08.2006

★

GENUSSRADELN AM ABEND

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)

Siehe Seite 18

Marie Menke, Albrecht Reinhard

Mittwoch, 23.08.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 23.08.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

24.08. - 27.08.2006

★★★

AHRTAL, EIFEL UND MOSEL

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung

Ab Remagen radeln wir durch das Ahrtal mit seinen Weinhängen zunächst nach Ahrweiler (historischer Ortskern). Weiterfahrt auf einer ehemaligen Bahntrasse. Schmankerln sind eine kleine Off-Road-Strecke auf einem uferbegleitenden Wanderweg durch ein Naturschutzgebiet und eine kleine Wanderung in wildromantischer Gegend (1.Ü Altenahr). Durch das Ahrtal und über die Eifelhöhen geht es nach Hillesheim und Gerolstein (2.Ü). Ab Daun fahren wir auf einer ehemaligen Bahntrasse (55 km!) an Maaren und Naturschutzgebieten vorbei bis Wittlich (3. Ü) mit seinem pittoresken, barocken Altstadt kern. Durch das romantische Tal der Lieser gelangen wir zur Mosel bei Bernkastel-Kues und folgen ihr bis Bullay. Rückfahrt mit der Bahn.

(255 km)

Kosten: 238,00 € (Bahn, 2 Ü/HP, 1 Ü/F, Fähre, Eintritt) 223,00 € ADFC-Mitglieder

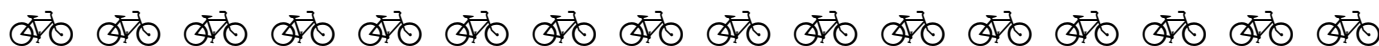
Anmeldung: bis 06.07.

Frühbucher/Innen bis 01.06.

Nachlass 15,00 €

Rainer Griga (☎ 06151/147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)



Samstag, 26.08.2006 ★

Frankfurt erFahren - KunstGesellschaft und ADFC

ROUTE DER INDUSTRIEKULTUR:**Eisenbahnen, Brücken, Siedlungen**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Willy-Brandt-Platz

Ausgehend von den ehemaligen Westbahnhöfen am Anlagenring fahren wir zum Hauptbahnhof, am Westhafen vorbei und über Gleisanlagen ins Gallus, weiter nach Griesheim und Nied. Unser Ziel ist die Eisenbahner-Siedlung Nied.

Abschluss mit Einkehr

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

3,00 € (5,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Edward Kiel

Samstag, 26.08.2006 ★

InDerStadt-Tour

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:**SCHWINGT EUCH AUFS RAD!**

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

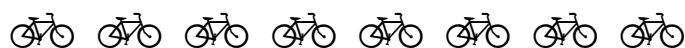
(20 km)

Anne Faulstich, Heinrich Freund, Jürgen Lutz

26.08. - 28.08.2006 ★★★**DIE SCHÖNSTEN STELLEN****DER FRÄNKISCHEN SCHWEIZ**

Abfahrt: 07:30 Uhr - Ffm-Hbf, n. Vereinbarung
 Von Lauf a.d.P. radeln wir durch das schöne Flusstal der Pegnitz. Unser Etappenziel ist die Stadt Pegnitz (1.Ü). Dann geht es "voll in die Runde". Es erwartet uns ein onduliertes Gelände. Für diese Mühe entschädigt die herrliche Landschaft. Wir kommen durch bekannte Orte: Pottenstein, Tüchersfeld und Ebermannstadt und erreichen Forchheim (2.Ü). Am dritten Tag starten wir zu einer neuen Schleife durch die zentrale Fränkische Schweiz. Wir fahren durch Egloffstein, Obertrubach, Hiltoltstein und Schnaittach. Wir haben nun viel "erfahren" und erreichen unseren Ausgangspunkt Lauf a.d.P. Rückfahrt mit der Bahn.

Die Strecken gehen in der Regel an Flüssen oder Bächen entlang. Die starken Steigungen sind nur kurz und es kann auch geschoben werden.



Unterwegs picknicken wir oder kehren ein.
 (55 - 65 km je Tag)

Kosten: 170,00 € (Bahn, Ü/F. DZ)

145,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 30,00 €

Anmeldung: bis 04.08.

Frühbucher/Innen bis 30.06.

Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (☎ 06102/733971,

Fax 06102/733972, mertensp.nib@t-online.de)

Sonntag, 27.08.2006 ★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

KLEINE RHEINTOUR:**OPPENHEIM, WORMS**

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

Mit RMV geht es nach Bischofsheim, dann fahren wir über den Rhein nach Oppenheim und Worms.

(Eine Erweiterung um 1 bzw. 2 Tage mit Worms, Lorsch, Kühkopf und Ried ist möglich.) Anmeldung erbeten.

Die Tagesradler fahren mit RMV zurück.

Mittagspause mit Einkehr.

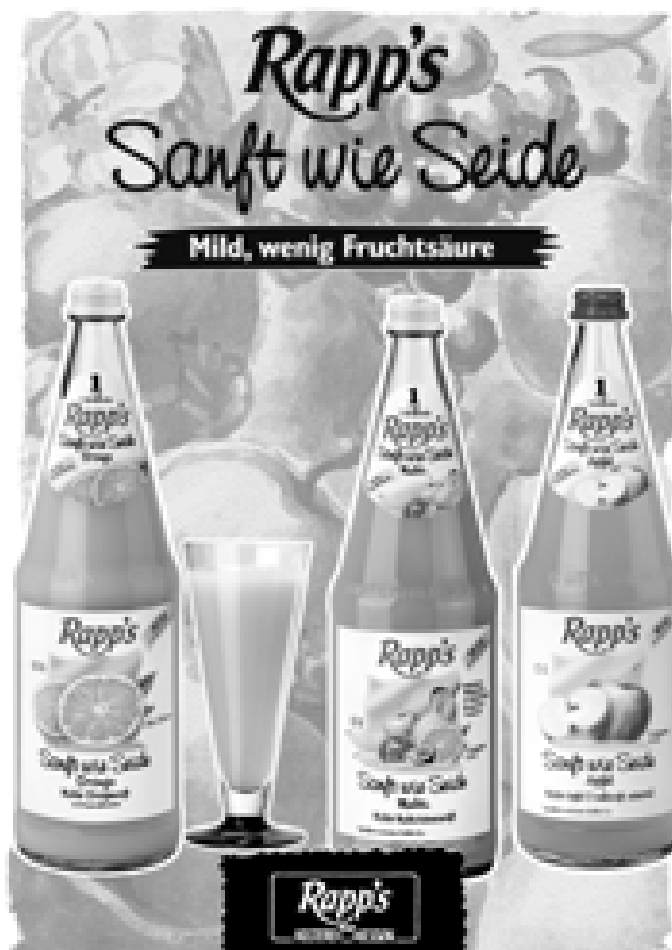
(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit (☎ 552191,

info@kunstgesellschaft.de), Orlof Hügel



Sonntag, 27.08.2006

★★★

DER HAHNENKAMM RUFT

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)
 Der Hahnenkamm ist eine der höchsten Erhebungen im vorderen Spessart. Über Heusenstamm radeln wir auf Waldwegen nach Seligenstadt. Mit der Fähre überqueren wir den Main und fahren über Dettingen nach Hörstein. Hier beginnt der Anstieg zunächst auf ruhiger Landstraße. Bald biegen wir in einen schattigen Waldweg ein, der uns über Hemsbach zum Hahnenkamm führt. Vom dortigen Ludwigsturm genießen wir die herrliche Aussicht in die Mainebene. Nach ausgiebiger Rast (bayerischer Biergarten!) gehts steil bergab und über Alzenau an der Kahl entlang zurück zum Main. Über Seligenstadt erreichen wir Jügesheim. Rückfahrt mit S-Bahn.

Trotz Einkehr bitte Proviant mitbringen.

Streckenverlauf: meist autofreie Wege, kräftige Steigungen, daher bergtaugliches Fahrrad erforderlich.

(70 km, 350 Höhenmeter)

Ulrich Vogt,
Jürgen Appel



Sonntag, 27.08.2006

★★★★ / ★★★

Rennrad- und Schlemmertour (2 Touren)

**WEINPROBE BEIM ÖKOWINZER
IN ASPISHEIM**

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

Auf weitgehend autoarmer Strecke rollen wir zügig mit dem Rennrad via Kelsterbach gen Süden, um in Nierstein den Rhein per Fähre zu überqueren. Nach einigen Buckelchen werden wir gegen 13.30 Uhr südlich von Bingen in einem kleinen Weinort vom Winzer zu einer Weinprobe mit üppigem Imbiss erwartet. Frisch gestärkt rollen wir nach Mainz. Rückfahrt per RMV. Sattelfeste fahren durch.

Die Schlemmergruppe ohne Rennradambitionen fährt hin und zurück Teilstrecken mit dem RMV. Hier sind Tempo und die Streckenlänge reduziert.

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

(130 / 75 km, 300 Höhenmeter)

Werner und Andrea Goy (☎ 06107/1372,

Werner.Goy@onlinehome.de)

Mittwoch, 30.08.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 30.08.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

01.09. - 16.09.2006

★★★

VOM BODENSEE ZUM KÖNIGSSEE

Von Lindau ins Berchtesgadener Land

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung

Mit der Bahn fahren wir nach Lindau und haben den restlichen Tag am Bodensee zur Verfügung. An den folgenden Tagen radeln wir durch das Allgäu und Oberbayern bis Bad Tölz, wo wir einen Ruhetag einlegen. Weiter durchfahren wir auch den besonderen reizvollen Chiemgau. Die Route verläuft in großen Teilen auf dem ausgeschilderten Bodensee-Königssee-Radweg. Auf dem Königssee unternehmen wir eine Schifffahrt nach St. Bartholomä.

Da die gesamte Tour durch das recht hügelige Voralpenland (tgl. zwischen 250 und 700 Höhenmeter) verläuft, ist für die Teilnahme eine gute Kondition Voraussetzung.

Max. 10 Teilnehmer

(450 km)

Kosten: 870,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)

840,00 € ADFC-Mitglieder

EZZ 140,00 €

Anmeldung: bis 01.06.

Matthias Uhlig (☎ 06102/800897,

Fax 06102/800897,

MatthiasUhligADFCN-I@T-Online.de)

Samstag, 02.09.2006

★

Frankfurt erFahren - KunstGesellschaft und ADFC

SIEDLUNGEN DER NACHKRIEGSZEIT (4)

Niederrad, Bürostadt

Abfahrt: 14:00 Uhr - Südbahnhof, Vorplatz

Über Sachsenhausen und die Fritz-Kissel-Siedlung erreichen wir Niederrad mit Adolf-Miersch-Siedlung und Bürostadt. Die monofunktionale Bürostadt ist ein national beachtetes Konzept der 60er Jahre mit einigen besonderen Bauten (z.B. den Olivetti-Türmen).

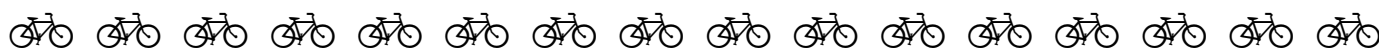
Abschluss mit Einkehr.

(20 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren





FRANKFURT

Informationen rund ums Rad

ADFC Frankfurt am Main e.V.

Fichardstr. 46, 60322 Frankfurt

Tel. 069 - 944 101 96

Fax 069 - 944 101 93

www.ADFC-Frankfurt.de

Infoladen

ADFC-Shop

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 17.15 - 19.00 Uhr

Samstag 11.00 - 13.00 Uhr

(Mitte Okt. bis Mitte März samstags geschlossen)



Zu den Zwölf Aposteln

Rosenberger Str. 1

60313 Frankfurt

Tel. 069 / 28 86 68

Fax 069 / 28 42 29

E-Mail info@12apostel.net

www.12apostel.net



- Sommerterrasse -

Öffnungszeiten

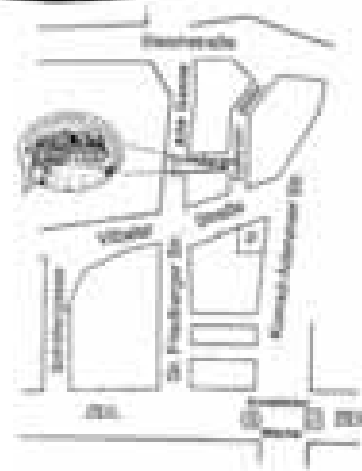
Bierkeller: täglich 17.00 - 1.00 Uhr

Gaststätte: täglich 11.30 - 0.30 Uhr

Restaurant: So-Fr 11.30 - 14.30 Uhr

17.30 - 0.30 Uhr

Samstag 17.30 - 0.30 Uhr



02.09. - 09.09.2006

★★★

VALLÉE DE LA LOIRE

Abfahrt: nach Absprache

Bahnfahrt über Paris nach Blois. Von dort führt uns die Tour durch das Loiretal über Chambord, Chenonceaux, Fontevraud bis Saumur. Wir kommen über Tours zurück zu unserem Startpunkt. Da wir öfter unser Quartier wechseln, sind die einzelnen Etappen auf 60-70 km begrenzt. Wir wollen das Land richtig genießen. (350 km)

Kosten: 540,00 € 500,00 € ADFC-Mitglieder
Anzahlung 80,00 €

Anmeldung: bis 30.04.

Jean Coquelin (☎ 459917, jean@coquelin.de)

Sonntag, 03.09.2006

★★

HESSENPAK

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

10:45 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)

Via Oberursel und Saalburg erreichen wir den Hessenpark. Hier längerer Aufenthalt zu ausgiebiger Besichtigung und Mittagsrast. Zurück geht es über Obernhain, Saalburg, den Oberen Rotlaufweg und Hardtwald bis zur Nidda bei Harheim. Über die Praunheimer Brücke erreichen wir wieder den Römer.

Zweimal geht es bei dieser Tour an der Saalburg (400 m ü.NN) über den Taunuskamm, was aber mit einem Rad mit Schaltung und etwas Training kein Problem sein sollte. (60 km)

Albrecht Reinhard, Heinrich Göbel

Sonntag, 03.09.2006

★★★

MAIN-TAUNUS-TOUR ZUM RETTERSCHOF

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

Am linken Mainufer entlang und über den äußersten Westen Frankfurts geht es an den Rand des Vordertaunus. Nun fahren wir durch Kelheim zum Liederbachtal, einem der typischen kleinen Täler dieser Gegend. Über Schneidhain (Tourgipfel, 320 m ü.NN) erreichen wir den Rettershof mit seinem Gasthof. Nach der Pause radeln wir zum zweiten Höhepunkt der Tour: Über Fischbach kommen wir zum Meisterturm bei Hofheim. Von ihm genießen wir die tolle Aussicht (Café vorhanden). Der Heimweg führt uns über Hofheim und Kriftel (Obstplantagen) nach Eddersheim. Rückfahrt mit S-Bahn.

Auf dieser Tour sind einige Steigungen zu überwinden. (50 km)

Peter Mertens, Helmut Schulz

Sonntag, 03.09.2006

★★★★

MITTELALTERLICHE STADT

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

Zurzeit tobt der Streit um eine pseudohistorische Nachbildung einiger Bauwerke in Frankfurt. Nicht weit von hier liegt Büdingen, das die Weltkriege unbeschadet überstanden hat und in den letzten Jahren seine Altstadt mit viel Liebe restaurieren ließ. Wem die gesamte Strecke zu weit ist, kann auch mit der Bahn zurückfahren. Trotz Einkehr bitte Proviant mitnehmen. Tourenende Gerbermühle. (90 km)

Wolfgang Claus

Mittwoch, 06.09.2006

★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

HEUSENSTAMMER SCHLOSS

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

Vorbei an der Gerbermühle und den Oberräder 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, 06.09.2006

★★★

ADLERSUCHE IM TAUNUS

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

Siehe Seite 14

Mittwoch, 06.09.2006

★★★★

AUF DEN ALTKÖNIG

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

Siehe Seite 14

Donnerstag, 07.09.2006

★ / ★★★

Feierabendtour der besonderen Art

FLEXITOUR

Auch diesen Monat finden die Flexi Touren statt. Siehe Seite 16

Näheres zur heutigen Tour und zu den Tourenangeboten dieses Monats erfahren Sie auf unserer Internetseite www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder unter den bekannten Telefonnummern (s.u.).

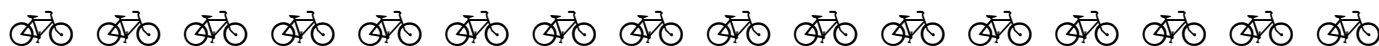
Werner Buthe (☎ 6664078, ☎ 0177/6664078)

08.09. - 10.09.2006

★★★

RHÖN-RADTOUR

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf, n. Vereinbarung
Bahnfahrt nach Fulda. Wir nehmen den R3 (Milseburgweg) nach Hilders. Auf dieser



Mit dem Fahrrad auf Touren ...



DER NEUE KATALOG!

Ab 15. März abholbereit für Sie im Laden!



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!

IM FREIEN ZU HAUSE

So finden Sie uns:

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

Supertramp

Nähe Uni - Messe

Jordanstraße 30 · 60486 Frankfurt
Tel. 069 / 77 77 23 · Fax 069 / 77 20 24

Großer Sommergarten

Durchgehend warme Küche

Gut bürgerliche Küche



www.zumbaeren.net

Gasthaus · Restaurant

Zum Bären



gründet 1988

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

Strecke ist die absolute Sensation eingebaut, der Milseburg-Tunnel für Radfahrer (1,2 km lang). Von Hilders fahren wir weiter nach Tann (1.Ü), dann zur Wasserkuppe und weiter nach Gersfeld (2.Ü). Wir machen eine kurze Rundtour um Gersfeld und folgen dem R1 im Tal der Fulda nach Fulda. Rückfahrt per Bahn.

Die Landschaft in der Rhön ist wunderschön, allerdings kommen längere Steigungsstrecken vor. Gute Ausdauer ist daher erforderlich.

Diese Radtour führt überwiegend auf ruhigen Wegen abseits von Straßen.

(60 - 80 km je Tag)

Kosten: 145,00 € (Bahn, Ü/F, DZ, Eintritt)

130,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 16.08.

Michael@Bunkenburg.de (☎ 525261)

Samstag, 09.09.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

MARBURG UND AMÖNEBURGER BECKEN

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

Vom Hbf Marburg fahren wir über Cappel und den Frauenberg ins Amöneburger Becken. Nach Amöneburg und Kirchhain geht es entlang an Ohm und Lahn über Cölbe und Wehrda zurück nach Marburg. Mittagspause mit Einkehr

(50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Edgar Zieser

09.09. - 17.09.2006

★★★

MOZARTRADWEG

Abfahrt: Ffm-Hbf, nach Vereinbarung

Ab Rosenheim fahren wir weitgehend am Inn entlang zum Fuß des Kaisergebirges (Ü). und über den Walchsee und um das Kaisergebirge herum nach Lofer (Ü). Wir radeln im Saalachtal nach Bad Reichenhall (Salzmuseum) und über Berchtesgaden zum Königssee (Ü). Es folgt eine kurze Tagesetappe nach Salzburg mit vielen Besichtigungen und abendlichem Konzertbesuch (Ü). Wir besichtigen weitere Sehenswürdigkeiten, bevor wir über den Mondsee zum Irrsee (Ü) fahren. Dann führt uns die Route über verschiedene Seen nach Laufen (Ü im ehemaligen Kloster) und an verschiedenen bayerischen Seen entlang nach Seebruck/Leon am Chiemsee (Ü). Wir gönnen uns eine Schifffahrt auf dem Chiemsee zu den Inseln Herren- und Frauenchiemsee und strampeln nach Wasserburg (Ü) und an den Innhügeln entlang zurück nach Rosenheim.

Die Kosten beinhalten den Gepäcktransport mit

privatem Pkw, der nach Möglichkeit abwechselnd von den Teilnehmern gefahren wird. (465 km)

Kosten: 615,00 € (Bahn, 2 Ü/HP, 6 Ü/F, Schiff, Eintritt) 595,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 26.07.

Frühbucher/Innen bis 25.06.

Nachlass 20,00 €

Rainer Griga (☎ 06151/147613,

Rainer.Griga@fernuni-hagen.de)

09.09. - 12.09.2006

★★

DIE DONAU VON DER QUELLE NACH ULM

Abfahrt: 07:20 Uhr - Ffm-Hbf, n.Vereinbarung
Bahnfahrt nach Donaueschingen. Wir radeln die Tour in vier entspannten Etappen: 1.Tag Donaueschingen - Geislingen - Tuttlingen. 2.Tag Tuttlingen - Beuron - Sigmaringen. 3.Tag Sigmaringen - Riedlingen - Munderkingen - Ehingen. 4.Tag Ehingen - Blaubeuren, Blautopf-Quelle - Ulm.

Bei dieser Tour gibt es so viel zu sehen - romantische Städte, Landschaften, Naturdenkmäler in Hülle und Fülle -, dass man keine Sehenswürdigkeiten bevorzugen sollte. In Ulm haben wir noch etwas Zeit, bevor wir wieder in den Alltag fahren. Rückfahrt per Bahn.

Die wenigen Steigungen werden wir mühelos überwinden. Unterwegs Picknick oder Einkehr. Alle Bahnfahrten mit EC - kein Umsteigen.

(40 km, 56 km, 68 km, 44 km - ca. 210 km ges.)

Kosten: 199,00 € (Bahn, Ü/F, DZ)

180,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 45,00 €

Anmeldung: bis 18.08.

Frühbucher/Innen bis 14.07.

Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (☎ 06102/733971,

Fax 06102/733972, mertensp.nib@t-online.de)

Sonntag, 10.09.2006

★★

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

MARBURG, BURGWARD

MIT CHRISTENBERG

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

Von Marburg fahren wir in den Burgwald über Mellnau und Münchhausen zur Keltensiedlung Christenberg. Zurück auf einer Route durch Marburg. (Eine Erweiterung um 1 bzw. 2 Tage mit dem Lahn-Radweg und Marburg, Wetzlar, Weilburg und Limburg ist möglich. Anmeldung erbeten.) Die Tagesradler fahren mit RMV zurück. Mittagspause mit Einkehr. (50 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

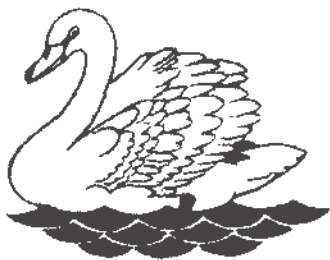
10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit (☎ 552191,

info@kunstgesellschaft.de), Edgar Zieser



„Zum Schwanen“



Wilhelmshöher Straße 152
60389 Frankfurt am Main
Seckbach

Telefon (069) 47 88 49 31
www.zum-schwanen-seckbach.de

Historischer Gasthof seit 1898

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag, 11.30 Uhr - 24.00 Uhr, durchgehend geöffnet;
Samstag, 16.00 Uhr - 24.00 Uhr, Sonntag, Feiertag 11.00 Uhr - 24.00 Uhr.

Küche:

Montag - Freitag, 11.30 Uhr - 14.30 Uhr und 16.30 Uhr - 22.30 Uhr;
Samstag, 16.00 Uhr - 22.30 Uhr,
Sonntag, Feiertag, 11.00 Uhr - 14.30 Uhr und 16.00 Uhr - 22.00 Uhr

Kroatisches, 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 - 23.00 Uhr

Samstag

von 17.30 - 24.00 Uhr

Sonn- und Feiertage

von 11.30 - 23.00 Uhr

Ein Auszug aus unserer Speisekarte:

Mittagstisch ab 5,20 €

Salat Italia mit Thunfisch, Käse und Schinken	5,50 €
Cevapcici, Djuvec-Reis, Pommes frites u. Salat	6,30 €
Gegrillte Gemüse mit Käse überbacken	6,90 €
Mixteller	8,60 €
Hacksteak, Schweine- und Putensteak, Cevapcici, Dörrfleisch mit Pommes frites, Djuvec-Reis und Salat	
Rotbarschfilet mit Salzkartoffeln und Salat	8,80 €

Rödelheim

50 Meter von der Nidda



Empfehlung des Hauses **Possmann**

Sonntag, 17.09.2006

★★★

DIE AIRPORT-SEEN-TOUR

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

10:00 Uhr - N-I, Straßenbahnrrondell

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

(70 km)

Matthias Uhlig

Mittwoch, 20.09.2006

★★★

ZU DEN FRÜHEN KELTEN

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

Wir radeln über Oberrad, Neu-Isenburg, Dreieichenhain in den Koberstädter Forst zwischen Langen und Messel. Hier, an einem der geheimnisvollsten Orte des Kreises Offenbach, erfahren wir einiges an Geschichte und Geschichten rund um die frühkeltische Siedlung im Waldgebiet Koberstadt. Mittagseinkehr in der Thomashütte. Auf dem Rückweg besuchen wir noch die Kelten-Erlebnisstätte auf der Bulau bei Urberach. Rückfahrt von Dietzenbach mit der S-Bahn.

(75 km)

Hermann Heß, Klaus Spalke

Sonntag, 24.09.2006

★

IM OSTEN FRANKFURTS

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

Wir radeln eine kleine interessante Runde, auf der wir den Osthafen, den Ostpark, das Enkheimer Ried, den Heinrich-Kraft-Park und den Schultheißweiher ansteuern.

(30 km)

Matthias Uhlig

Samstag, 30.09.2006

★

InDerStadt-Tour

**NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:
SCHWINGT EUCH AUFS RAD!**

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

Frankfurt ist fahrradfreundlicher als sein Ruf. Die Stadt mit dem Rad entdecken? Das geht optimal! Auf unserer Erkundungstour gelangen wir zu interessanten Orten und Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Frankfurt. Und: Wir lernen attraktive Wegverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadtrundfahrt einladen. Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr.

(20 km)

Bertram Giebeler, Anne Wehr

Sonntag, 01.10.2006

★★

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 Grünanlagen werden mitgeliefert.

(40 km)

Anne Wehr, Bertram Giebeler

Mittwoch, 04.10.2006

★★

In Kooperation mit dem Frankfurter Verband

ZUM WILDPARK "ALTE FASANERIE"

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

Auf dem südlichen Mainuferweg radeln wir 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 viel Zeit. Danach fahren wir auf langen Waldstrecken über Heusenstamm zur Abschlusstrast im Rudererdorf.

(60 km)

Christian Kümmerlen, Ulrich Vogt

Samstag, 07.10.2006

★

Frankfurt erFahren - KunstGesellschaft und ADFC

SIEDLUNGEN DER NACHKRIEGSZEIT (5)**Nordweststadt**

Abfahrt: 14:00 Uhr - Eschenheimer Turm

Über die Dornbusch-Siedlung und die Steuben-Siedlung fahren wir zur Nordweststadt, dem Wohnkonzept der 60er Jahre, der "Raumstadt" von Tassilo Sittmann und Walter Schwagenscheidt. Abschluss mit Einkehr

(25 km)

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, AG KulTouren

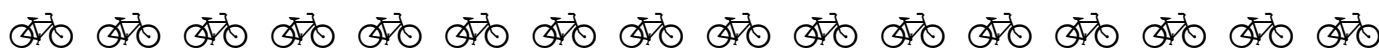
Sonntag, 08.10.2006

★★

SKULPTOUR NACH DARMSTADT**Ausgewählte moderne Skulpturen im Freien**

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

Am Flughafen vorbei fahren wir über Langen nach Darmstadt. Dort startet nach kurzem Imbiss unsere kleine Stadtradeltour, die uns unter fachkundiger Leitung zu ausgewählten Skulpturen des 20. Jahrhunderts führt, u.a. zur Licht-





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!

wiese, zum Staatstheater oder zu etwas abseits gelegenen Firmensitzen. Im Darmstädter Stadtraum finden sich Plastiken von hervorragenden, abstrakt und figürlich arbeitenden Künstlern des 20. Jahrhunderts. Nach der Skulptour haben wir einen Überblick über verschiedene Tendenzen und Stilmerkmale der Nachkriegsmoderne erhalten und können danach vielleicht Skulpturen im Stadtraum mit einem aufmerksameren Auge betrachten. Rückfahrt mit RMV.

(40 km)

Hanneke Heinemann

Sonntag, 08.10.2006

★★★

ZUM BAHAI-TEMPEL

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

Die Hinfahrt erfolgt auf Wegen des Vordertaunus 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 Schwarzbachs bis zum Main, der uns den Weg zurück nach Höchst weist. Hier lassen wir auf dem atmosphärisch ansprechenden Schlossplatz die Tour ausklingen. Gefahren

wird meist auf land- und forstwirtschaftlichen Wegen, so dass unsere Lungen abgasfrei atmen können.

(60 km)

Hartmut Lange,
Georg Springer



14.10. - 15.10.2006

★★★

FUTTERN IM SPESSART

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

Es geht auf Waldwegen in südöstlicher Richtung zur Auheimer Mainbrücke. Über die Rückersbacher Schlucht erklimmen wir den Hochspessart. Die Pause verbringen wir beim "Engländer". Von dort ist es nicht mehr weit bis zum Ziel, einer kleinen Pension. In einem Gasthof genießen wir (Wild-)Spezialitäten und Getränke der Region. Vegetarische Kost gibt es selbstverständlich auch.

Am nächsten Tag radeln wir auf kleinen Landstraßen sowie Waldwegen in Richtung Wiesbüttsee und von dort je nach Witterung über die Birkenheimer Straße oder den Kahlgrund zurück.

(80 - 90 km je Tag)

Kosten: 40,00 € (Ü/F, DZ)

30,00 € ADFC-Mitglieder EZZ 5,00 €

Anmeldung: bis 30.09.

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

Sonntag, 15.10.2006

★★★

ZUM BIOKONDITOR IN BAD KÖNIG

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 9)

Im Herzen des Odenwalds befindet sich hinter Bad König ein traditionsreiches Familienunternehmen mit Laden und Caféhaus, das sich der Herstellung ökologischer Produkte verpflichtet hat. Unser Ziel erreichen wir größtenteils über flache Waldwege. Nur vor dem Mümlingtalradweg müssen wir einen Hügel überqueren. Die Einkehr ist erst am Ende geplant. Rückfahrt mit RMV.

(75 km)

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Mittwoch, 18.10.2006

★★★

ZUR BURG IN FRIEDBERG

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

Der Hinweg nach Friedberg führt weitgehend entlang der Nidda und der Usa. In Friedberg machen wir einen Abstecher zur Burg. Eine Einkehr ist ebenfalls vorgesehen. Rückfahrt über die Felder der Wetterau.

(85 km)

Klaus Konrad, Hinrich Garrels

Sonntag, 22.10.2006

★★

ZU DEN OPELVILLEN

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

Über die Regionalparkroute führt uns der Weg zum "Raben", "Haus des Dichters", nach Bad Weilbach mit dem Schwefelbrunnen und zur Flörsheimer Warte. Bergab geht es über die Annakapelle. Bei Flörsheim überqueren wir den Main und erreichen unser Ziel, die Opelvillen, wo wir die aktuelle Ausstellung besichtigen. Da die Thematik z. Zt. noch unbekannt ist, lassen wir uns überraschen.

Schlusseinkehr in Flörsheim. Rückfahrt per RMV.

(40 km)

Heinrich Göbel, Albrecht Reinhard

Sonntag, 29.10.2006

★★

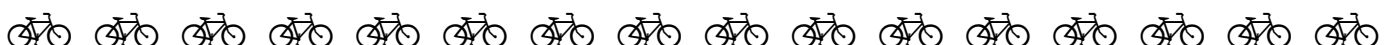
Wanderung

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 hinauf und auf sanft abfallendem Weg hinunter nach Kaub. Lohnenswer-



Montimare

Fahrradshop

Ihr Fahrradshop in Frankfurt für:

**Mountainbikes
Trekkingräder
Tourenräder
Reiseräder
Rennräder
Stadträder
und Vieles mehr!**

**Kompetente Beratung
und bester Service!**

60 gratis-Parkplätze auf dem Hof!

**Direkt neben "Globetrotter"
Nähe Zoo, Haltestelle "Ostendstraße"**

**Hanauer Landstr. 11-13
60314 Frankfurt
Tel.: 069-94318123**

Öffnungszeiten (durchgehend)
Mo - Fr 10.00 - 19.00
Sa 10.00 - 18.00



www.montimare.de

ter Rundgang und Einkehr. Bitte Proviant für unterwegs mitbringen. Ankunft in Frankfurt-Hbf: 18.05 Uhr oder 20.05 Uhr (jeweils ohne Umsteigen).

Fotos zur Tour:

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

Voranmeldung beim Tourenleiter bis spätestens 28.10.2006 wegen Hessenticket. Kosten: Beteiligung an Tickets.

(12 km, 300 Höhenmeter)

Rainer Pipping

(☎ 95294467, rainer.pipping@t-online.de)

Sonntag, 05.11.2006

★★★

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. Wir fahren durch die Wälder südlich von Frankfurt nach Lengfeld am Otzberg. Dort wird das Wintergemüse angebaut und kann in einem kleinen Restaurant probiert werden. Vom Essen erwärmt gehts zurück bis Ober-Roden. Rückfahrt mit S-Bahn.

(70 km)

Nico Klausner, Jürgen Lutz

10.11. - 12.11.2006

★★★

MTB-WOCHENENDE IM GRENZLAND D/F

Gemeinsame Veranstaltung

mit den Naturfreunden

Abfahrt: nach Absprache

Im deutsch-französischen Grenzgebiet (Vorderweidenthal, Südpfalz) fahren wir zwei gemäßigten sportliche Mountainbike-Touren.

Kosten: 50,00 € 40,00 € ADfC-Mitglieder
Bertram Giebeler, Anne Wehr (☎ 591197)

Sonntag, 26.11.2006

★★★★

HERBST-MOUNTAINBIKE, DIE 1.

Heraus aus den Betten

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

Je nach Lust und Laune treiben wir uns im Taunus herum. Dabei steht das gemütliche Radeln im Vordergrund.

Eine Pause in der Höhe ist vorgesehen, auch um sich aufzuwärmen. Hier können wir ausdampfen, umziehen, nachtanken.

Wer zuvor die so genannten Dunkel Touren (inoffiziell) besucht hat, braucht sich vor dem Winter nicht zu fürchten. Also nur Mut!

MTB und passende Klamotten mitbringen.

(50 km, 800 Höhenmeter)

Dejan Olipic, Rainer Mai

Sonntag, 10.12.2006

★★★★

WEIHNACHTSMARKT

AM SCHLOSS EMMERICHSHOFEN

Abfahrt: 10:30 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 am Main entlang zurück.

Anmeldung bis 09.12.2006, 18 Uhr

(60 km)

Jürgen und Anja Johann (☎ 762928, juergen.johann@adfc-frankfurt.de)



Sonntag, 17.12.2006

★★★★

WINTER-MOUNTAINBIKE, DIE 2.

Early bird special

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

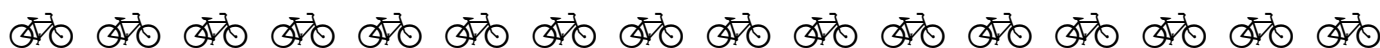
Für alle, die trotz Feuchtigkeit und Kälte den Sauhund niedergekämpft haben, winkt eine Belohnung. Also Kopf hoch und durch! Heute können wir mit einer munteren Jagd rechnen. Eine Pause in der Höhe ist vorgesehen, zum Aufwärmen, Ausdampfen, Umziehen, Nachtanken.

Wer zuvor die so genannten Dunkel Touren (inoffiziell) besucht hat, braucht sich nicht zu verstecken.

MTB und passende Klamotten mitbringen.

(50 km, 800 Höhenmeter)

Dejan Olipic, Rainer Mai



2007

Montag, 01.01.2007

★★★★

DIE NEUJAHRSTOUR . . .

Abfahrt: 10:30 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 . . . findet nur statt, wenn die Wege schnee- und eisfrei sind.

Eine schnelle Runde durch die Wetterau. Am Nachmittag wollen wir schon wieder in Frankfurt sein. (65 km)

Heinrich Göbel

Sonntag, 07.01.2007

★★

Wanderung

VON BAD SODEN NACH HOFHEIM

Treffen: 10:00 Uhr - Bad Soden, Bahnhofsvorplatz

Anfahrt in eigener Regie (Fahrplan 2006: 09:14 Uhr S3 ab Ffm-Hbf oder 09:30 Uhr HLB ab Frankfurt-Höchst).

Wir wandern von Bad Soden über die Rote Mühle und den Rettershof zum Gimbacher Hof. Dort Einkehr. Am Nachmittag gehts zur Gundelhard und weiter je nach Kondition bzw. Wetterlage nach Hofheim oder Lorsbach zur S-Bahn. (17 km)

Klaus Konrad, Christian Kümmerlen

Sonntag, 21.01.2007

★★★

HANAU UND KINZIGTAL

Abfahrt: 10:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 9)
 Für die Strecke stehen durchweg asphaltierte, auto- und steigungsfreie Wege zur Verfügung. Sofern das Wetter mitspielt, gelangen wir über Hanau ins Kinzigtal. Spätestens in Gelnhausen lassen wir es uns in einem Café gut gehen. Rückfahrt mit RMV.

(50 km)

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Sonntag, 04.02.2007

★★★★

WINTER-MOUNTAINBIKE, DIE 3.*Spring is in*

Abfahrt: 10:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Genug ist nie genug. Und selbst blinde Hühner finden die Kneipe. Wie auch immer die Form ist, hier passt sie bestens hinein.

Wer zuvor die so genannten Dunkeltouren (inoffiziell) besucht hat, braucht sich nicht zu verstecken. MTB und passende Klamotten mitbringen.

(50 km, 800 Höhenmeter)

Dejan Olipic, Rainer Mai

Sonntag, 11.02.2007

★★

Stadtteilgruppe Nordwest

VERWUNSCHENE**WASSERBURG AN DER NIDDER**

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

Je nach Zustand der Wege fahren wir entlang der Nidda oder parallel zu ihr bis Gronau. Wir radeln weiter nach Niederdorfelden, wo wir die alte Wasserburg besichtigen. Anschließend werden wir uns bei einem Mittagessen aufwärmen. So gestärkt strampeln wir auf dem R4 hoch zur Hohen Straße. Von Bergen geht es weiter nach Preungesheim und über Berkersheim zur Nidda. Nun ist es nicht mehr weit bis zur Praunheimer Brücke.

(40 km, 150 Höhenmeter)

Michael Dorgarten

Schon vormerken: Radreisemarkt

**März 2007****Sonntag, 18.02.2007**

★★ / ★★★★★

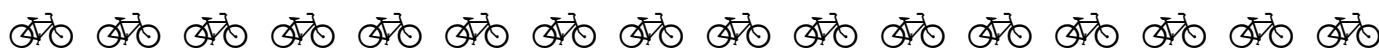
REGIONALPARK UND WIESBADEN

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

Über einen Teil der Regionalparkroute und die Anhöhen nördlich der Mainlinie radeln wir nach Wiesbaden-Biebrich an den Rhein. Von dort fahren wir in die Innenstadt, wo wir einkehren. Für die einen gehts mit der Bahn zurück. Die anderen müssen eine nun direktere und flottere Fahrt auf sich nehmen.

(40 / 70 km)

Nico Klausner, Jürgen Lutz



Sonntag, 25.02.2007

★★★

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)

Jürgen und Anja Johann (☎ 762928,
 juergen.johann@adfc-frankfurt.de)

**Das ADFC-
 Radtourenprogramm 2007
 erscheint Mitte März**

Sonntag, 11.03.2007

★★

Stadtteilgruppe Nordwest

SCHÖNE AUSSICHT AUF...

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 9)
 Wie so oft geht es die Nidda hinauf bis Bona-
 mes. Hier verlassen wir das Flusstal und fahren
 weiter durch die Felder Richtung Ober-
 Eschbach und dann hinauf nach Gonzenheim.
 Kurz vor Seulberg genießen wir die schöne
 Aussicht auf das Rhein-Main-Gebiet. Beein-
 druckt radeln wir dann nach Burgholzhausen.
 Hier Aussicht auf Speis und Trank. Satt und
 träge geht es am Erlenbach entlang nach Mas-
 senheim und wieder an die Nidda. Dort besteht
 Aussicht, bald in Praunheim zurück zu sein.

(40 km, 200 Höhenmeter)

Michael Dorgarten

BAD VILBEL

Mittwoch, 26.04.2006

★

Feierabendtour

MOBILER FAHRRAD-STAMMTISCH

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Auf gehts in den Feierabend! Im ersten Teil
 steigt die Strecke gemächlich an. Sie führt durch
 den Vilbeler Wald nach Bergen, anschließend
 über den Lohrberg und den Heilsberg bis nach
 Berkersheim. Dort kehrt die Gruppe gegen
 19:45 Uhr in die Apfelweinwirtschaft Lemp ein.

Rückkehr: ca. 22:00 Uhr

(15 km)

Dieter Dametz (☎ 06101/85517)

nes gelangt man zur am Waldrand gelegenen Al-
 ten Fasanerie. Hier ist ein Rundgang geplant.
 Die Rückfahrt erfolgt mit der S-Bahn – je nach
 Bedarf entweder ab Hanau oder nach einer
 letzten Etappe im Sattel ab Offenbach-Kaiserlei.
 Rückkehr: ca. 18:30 Uhr

(45 km)

Jürgen Knies (☎ 06101/64892)

Dieter Dametz (☎ 06101/85517)

Samstag, 29.04.2006

★★

Tagestour

NACH KLEIN-AUHEIM**ZUR ALTENFASANERIE**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Am Rand des Vilbeler Waldes entlang führt der
 Weg über den Berger Rücken, sodann durch
 Bergen und von dort aus hinunter zum Ried-
 teich. Die nächsten Stationen sind Bischofsheim
 und nach der Durchquerung des Dörnigheimer
 Waldes Hanau-Wilhelmsbad. Über die Kinzig,
 durch Hanau-West und dann entlang des Mai-

Sonntag, 07.05.2006

★★

Tagestour

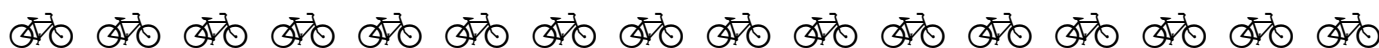
ZUR STERNBACHER KIRCHE

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus
 Die Strecke verläuft zunächst auf dem Nidda-
 Uferweg und führt über Gronau nach Okarben.
 Von dort aus geht es durch den Niddataler
 Ortsteil Assenheim weiter bis nach Wickstadt,
 anschließend weg von der Nidda und über
 schattige Wege durch den Wald zur versteckt
 gelegenen Wallfahrtskirche Maria Sternbach.
 Dort besteht Gelegenheit zur Besichtigung des
 erstmals im Jahr 778 erwähnten Gotteshauses.
 Auf dem Rückweg ist eine Einkehr vorgesehen.
 Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

(48 km)

Jürgen Knies (☎ 06101/64892)

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



Sonntag, 04.06.2006

★★

Tagestour

TAUNUS-TOUR LIGHT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Bei dieser Tour werden wir den Taunus streifen, die Anstiege werden jedoch mit etwas Kraftaufwand nicht allzu schwer zu bewältigen sein. Wir fahren zunächst die Nidda entlang bis Sossenheim und zweigen dann ab nach Schwalbach. Über Niederhöchstadt geht es weiter nach Steinbach, wo wir uns in einem gemütlichen Lokal unter freiem Himmel stärken. Der Rückweg führt uns über Stierstadt nach Oberursel, und bei Kalbach kommen wir wieder an die Nidda, bevor sich in Bad Vilbel der Kreis schließt.

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

(60 km)

Josef Brückl (☎ 06034/902922)

Mittwoch, 21.06.2006

★

Feierabendtour

MOBILER FAHRRAD-STAMMTISCH

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Über die Streuobstwiesen „Im Linnen“ und die Gronauer Felder verläuft der Weg nach Gronau, zur Mündung der Nidder in die Nidda. Anschließend folgt er der Nidder flussaufwärts. Mit etwas Glück werden die Störche von Gronau im Nest oder in deren Jagdgebiet zu sehen sein. Durch die Auenlandschaft der Nidda geht es weiter nach Karben. Die Einkehr ist im Sportlerheim Klein-Karben vorgesehen. Die Rückfahrt erfolgt entlang des Pappelweges über Dortelweil.

Rückkehr: ca. 22:30 Uhr

(18 km)

Klaus-Peter Armbrust (☎ 06101/83194)

Samstag, 24.06.2006

★★★

Tagestour

FRANKFURTER GRÜNGÜRTEL**KLASSISCH**

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Die erste Etappe verläuft durch den Vilbeler Wald hoch auf den Berger Rücken, dann über den Heiligenstock, hinunter an die Nidda und auf dem Nidda-Uferweg bis nach Nied. Im Anglerheim wird zur Mittagszeit eine Rast eingelegt. Anschließend geht es weiter bis nach Höchst, dort mit der Fähre über den Main und dann zur Schwanheimer Düne. Weitere Stationen sind das Frankfurter Stadion, die Oberschweinstiege, der Goetheturm und die Gerbermühle. Dem Fechenheimer Mainbogen folgend, durch das

Enkheimer Ried, über den Berger Rücken und durch den Vilbeler Wald führt der Weg zurück nach Bad Vilbel.

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr

(67 km)

Klaus-Peter Armbrust (☎ 06101/83194)

Sonntag, 09.07.2006

★★

Tagestour

ZUM WETTERPARK

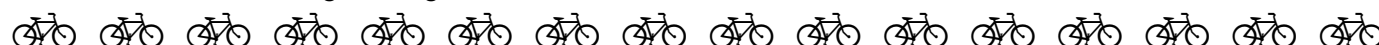
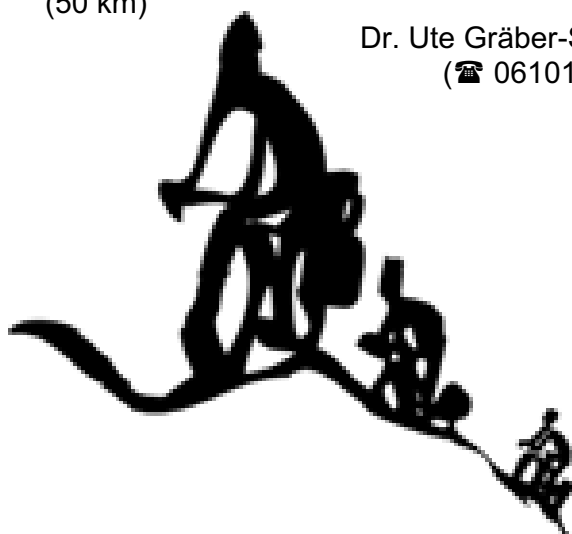
Abfahrt: 9:30 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Die Strecke verläuft am Rand des Vilbeler Waldes hoch nach Bergen, dann hinunter nach Fechenheim und nach der Überquerung des Mains auf dem das Offenbacher Stadtgebiet umrundenden Grünring vom Main zum Main. Nach einer Rast in der Gerbermühle ist die nächste Station der im Sommer 2005 eröffnete Offenbacher Wetterpark am Buchhügel. Dort werden wir zur Besichtigung der Ausstellung verweilen und Gelegenheit haben, die verschiedenen meteorologischen Seiten des beliebten Small-Talk-Themas „Wetter“ genauer kennen zu lernen.

Rückkehr: ca. 17:30 Uhr

(50 km)

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

**Samstag, 22.07.2006**

★★★★

Tagestour

ZUM HERZBERG

Abfahrt: 10:45 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Der Tagesausflug ist ein Gemeinschaftsprojekt der Ortsgruppen Dreieich und Bad Vilbel. Komplett autofrei führt der Weg über Massenheim, Nieder- und Ober-Erlenbach durch den Hardtwald zur Saalburg und dann hoch zum Herzberg (591 m ü.NN). Der Gasthof ist geöffnet und lädt zur Rast ein. Eine tolle Aussicht verspricht ein Aufstieg auf den Herzberg-Turm. Eine lange Abfahrt mit anschließender Einkehr im Gasthaus „Forelengut“ entschädigt für die Mühen des Aufstieges. Danach führt der Weg fast ausschließlich leicht

bergab, vorbei an Bad Homburg, entlang des Eschbachs und durch Nieder-Eschbach bis nach Harheim. Hier wartet ein Biergarten mit selbstgebrautem Bier und Äbbelwoi aus eigener Kelterei. Die Dreieicher Gruppe wird zur Rückfahrt die S-Bahn ab Bad Vilbel nutzen.

Rückkehr: ca. 18 Uhr

(50 km)

Klaus-Peter Armbrust (☎ 06101/83194)

17.08. - 20.08.2006

★★★

Mehrtagestour

BIKE & BIER – FRANKEN SATT

Treffpunkt: 7:45 Uhr - Bad Vilbel, Nordbahnhof

Die mit allerlei kulinarischen „Angriffen“ gewürzte Reise durch die Fränkische Schweiz sowie entlang des oberen Mains beginnt in Bamberg und führt zunächst auf dem Regnitz-Radweg bis nach Forchheim. Dort verlassen wir das Regnitztal und steuern durch das Wiesenthal in die Fränkische Schweiz. Auf dem Fränkische-Schweiz-Radweg stehen einige Bergwertungen an. Danach erwartet uns in Gestalt des frisch restaurierten Gutshofes Mengersdorf eine würdige Unterkunft. Der zweite Tag steht ganz im Zeichen der oberfränkischen „Metropolen“ Bayreuth und Kulmbach. Eine Führung durch das bayerische Brauereimuseum in Kulmbach und natürlich auch eine Verkostung werden uns die Geheimnisse rund um den Gerstensaft näher bringen. Am dritten Tag durchqueren wir die am Main-Radweg gelegenen beschaulichen Orte Lichtenfels und Bad Staffelstein und radeln bis nach Bamberg. Dort beziehen wir am frühen Abend Quartier, um anschließend die Stadt zu besichtigen. Am Sonntag wird die Reise mit einer gemütlichen Bierkellertour rund um Bamberg beschlossen, und am späten Nachmittag geht es mit dem RadWander-Express Frankenland zurück nach Hause.

Rückkehr: So., ca. 21:30 Uhr

(230 km)

Max. 12 Teilnehmer

Kosten: 145,00 € (Ü/F, Bahn), 135,00 € ADFC-Mitglieder

Anmeldung: bis 29.04.2006

Joachim Hochstein (☎ 06101/402907)

Sonntag, 27.08.2006

★

Tagestour

AM MAIN NACH SELIGENSTADT

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Die Strecke führt am Vilbeler Wald entlang hoch auf den Berger Rücken, dann auf der Hohen

Straße nach Bischofsheim. In Dörnigheim geht es zum Main und nach einem Abstecher über Steinheim schließlich nach Seligenstadt. Dort stehen eine Einkehr und die Besichtigung der Basilika und des zugehörigen Kräutergartens an. Die Rückfahrt erfolgt ab dem nahe gelegenen Weiskirchen mit der S-Bahn.

Rückkehr: ca. 18 Uhr.

(32 km)

Dieter Dametz (☎ 06101/85517)

Sonntag, 03.09.2006

★★★

Tagestour

ZWISCHEN NIDDA UND NIDDER

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Wir fahren über Dortelweil, Petterweil, Rosbach und Assenheim bis nach Wickstadt, zweigen dann ab und gelangen, vorbei an der Wallfahrtskirche Maria Sternbach, 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, wo wir in einem Lokal eine Mittagspause einlegen werden, sowie Nidderau. Schließlich gehts auf der Hohen Straße zurück nach Bad Vilbel.

Rückkehr: ca. 17 Uhr

(70 km)

Josef Brückl (☎ 06034/902922)

Sonntag, 10.09.2006

★★★★

Tagestour

AUF DER HOHEN STRASSE

NACH BÜDINGEN

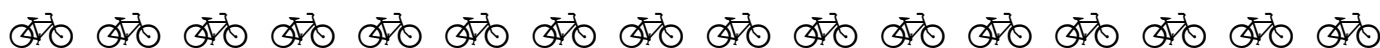
Abfahrt: 9:30 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

Die Hohe Straße, der alte Handelsweg zwischen Frankfurt und Leipzig, führt uns aussichtsreich in das Ronneburger Hügelland und weiter bis in das fürstliche Büdingen. Die Hohe Straße ist Bestandteil des Regionalparks Rhein-Main und als solcher von diversen gestalterischen Elementen gesäumt. In Büdingen werden wir in der Schlossanlage des Fürsten zu Ysenburg die Mittagsrast einlegen. Gestärkt geht es weiter am Fuß des Büdinger Waldes nach Glauberg. Hier verlassen wir das Niddertal in Richtung Florstadt, passieren die Wallfahrtskirche Maria Sternbach und gelangen schließlich in das Niddatal. Der Nidda folgend, kehren wir nach Bad Vilbel zurück.

Rückkehr: ca. 18 Uhr

(100 km)

Christian Martens (☎ 06101/128426)



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.

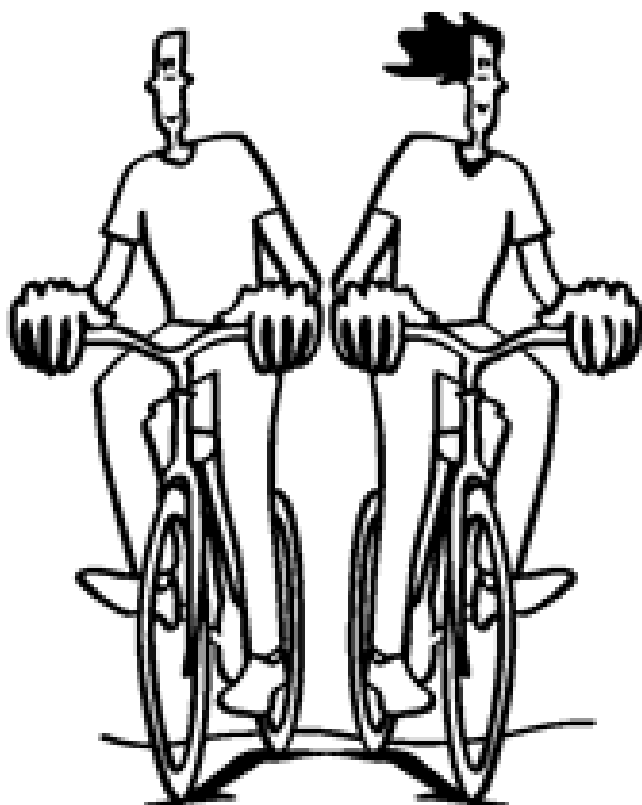


Dafür halten Sie ein Radtourenprogramm in der Hand, dass seinesgleichen sucht und eines verspricht: interessante Touren, nette Menschen und Spaß auf oder neben dem Rad, selbst wenn der Himmel einmal weint.

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 (*) (*) freiwillige Angabe

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:

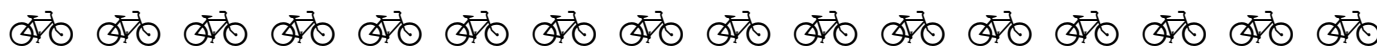
- ☐ Schicken Sie mir eine Rechnung
☐ Ich erteile dem ADFC hiermit eine Einzugsermächtigung

Kontoinhaber:

Konto-Nummer:

Bankleitzahl:

Datum, Ort, Unterschrift



AUТОFREIE SONNTAGE

25.05.2006, Himmelfahrt

TREFFPUNKT ALSENZTAL

Münchweiler – Alsenz (ca. 30 km), 10 – 18 Uhr
Auskunft: Verbandsgemeindeverwaltung
Rockenhausen ☎ 063 61 / 45 12 52

28.05.2006

AUТОFREIES AARTAL

Taunusstein-Bleidenstadt - Diez (ca. 40 km),
09 - 18 Uhr
Auskunft: Touristinformation Dietz
☎ 06 432 / 50 12 75

11.06.2006

HAPPY MOSEL

Schweich - Cochem (ca. 140 km), 9 - 19 Uhr
Beide Uferstraßen zwischen Schweich und
Cochem
Auskunft: Mosellandtouristik GmbH,
Postfach 1310, 54463 Bernkastel-Kues,
☎ 065 31 / 20 91

11.06.2006

RAD-ERLEBNISTAG AN DER NAHE

auf dem Nahe-Radweg Bingen - Nohfelden
(ca. 130 km), 10 - 18 Uhr
Auskunft: Naheland-Touristik, 55606 Kirn
☎ 067 52 / 20 55

25.06.2006

TAL TOTAL

Rüdesheim - Lahnstein / Bingen - Koblenz
Tal der Loreley, Rhein-Uferstraßen B42 Rüdes-
heim bis Lahnstein und B9 Bingen bis Koblenz-
Stolzenfels (120 km), 9 - 19 Uhr Unbedingt zu
empfehlen, da das Rheintal sehr reizvoll ist.
Auch bei einer sehr großen Teilnehmerzahl
fließt der Radverkehr aufgrund der Streckenlänge
von insgesamt 120 km.
Auskunft: Touristik-Gemeinschaft
„Im Tal der Loreley“
Postfach 1263, 56326 St. Goar,
☎ 067 41 / 13 00

06.08.2006

AUТОFREIES WEILTAL

Weilrod-Neuweilnau – Weilburg-Guntersau
(ca. 35 km), 10 – 18 Uhr
Auskunft: Taunus-Tourist-Info Hessenpark
☎ 06 081 / 68 84 40

20.08.2006

AUТОFREIES APPELBACHTAL

Marienthal bis Pfaffen-Schwabenheim
(30 km) 9 - 18 Uhr
Auskunft: Verbandsgemeindeverwaltungen
Bad Kreuznach ☎ 06 71 / 91 21
Wöllstein ☎ 067 03 / 302 23
Alsenz-Obermorschel ☎ 063 62/303 31
Rockenhausen ☎ 063 61 / 45 12 52

27.08.2006

ERLEBNISTAG

DEUTSCHE WEINSTRASSE

Bockenheim - Schweigen (80 km) 10 - 18 Uhr
Diese schon seit Jahren stattfindende Ver-
anstaltung ist der Vorläufer aller anderen.
Auskunft: Pfalzweinwerbung
Chemnitzer Str. 3
67433 Neustadt,
☎ 063 21 / 91 23 28

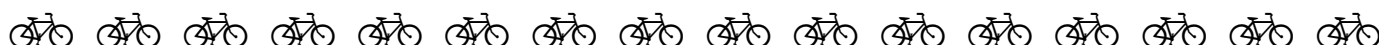
10.09.2006

AUТОFREIES KINZIGTAL

Hanau bis Sinntal-Sterbfritz (80 km) 8 - 18 Uhr
Diese Kinzigtalstrecke ist ausgesprochen ab-
wechslungsreich (Uferwege, Auenwald, freies
Feld, Ortsdurchfahrten, Bundesstraße, leichte
Steigungen).
Auskunft: Landratsamt Main-Kinzig-Kreis
Hauptverwaltung Hanau
☎ 061 81 / 292-2320
Hauptverwaltung Gelnhausen
☎ 060 51 / 85-4459

Alle Angaben ohne Gewähr.

Weitere Raderlebnistage unter
http://home.arcor.de/mb/mbund/rad_raderlebnistage.htm



Qualität und Leidenschaft

Hugo Blank, Ausrüstungs-Experte bei Globetrotter Ausrüstung, erfüllte sich seinen Traum mit einer Teilnahme an der Transalp: 850 km mit über 25.000 Höhenmetern – quer durch die Alpen.

Foto: Jörn Böhm

Foto: Holger Schneider

36
Monate
Garantie auf
alle Artikel.

Bei uns in der Hanauer Landstrasse finden Sie nicht nur über 20.000 Ausrüstungs-Ideen bester Qualität, sondern vor allem Ausrüstungs-Experten, die Ihre Leidenschaft teilen: den Traum von der nächsten großen Rad-Tour!

Träume leben.

Globetrotter Ausrüstung
Hanauer Landstraße 11-13
60314 Frankfurt/Main
Telefon: 069/43 40 43
shop-frankfurt@globetrotter.de
Mo. bis Fr. 10.00 - 20.00 Uhr
Samstag: 9.00 - 20.00 Uhr

www.**Globetrotter**.de
Ausrüstung

HAMBURG BERLIN DRESDEN FRANKFURT DARM KÖLN