



FAHRRAD Touren



2010

Gesundheit in besten Händen

AOK
Die Gesundheitskasse

MIT DEM RAD ZUR ARBEIT

Auf den Sattel, fertig, los! Fahren Sie „Mit dem Rad zur Arbeit“ – an mindestens 20 Arbeitstagen zwischen dem 1. Juni und dem 31. August 2010. Attraktive Preise warten auf Sie! Alle Infos zur Anmeldung unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de oder bei der AOK in Ihrer Nähe.

AOK

Mit dem Rad
zur Arbeit

2010
Eine Initiative von
ADFC und AOK



adfc

Eine Gemeinschaftsaktion des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs und ihrer AOK – Die Gesundheitskasse

LIEBE RADLERINNEN UND RADLER,



Abschied nach 16 Jahren

Dies war das Titelblatt des ersten eigenen Tourenprogramms des ADFC Frankfurt im Jahr 1994 in gelber Farbe – gelb war es 16 Jahre lang. Damals konnten Sie bei 30 Tages-, 13 Feierabend-, 4 Frauen-, 13 Wochenend- und Mehrtagestouren und an 5 Nachmittagen durch Frankfurt mitfahren. Anlässlich des Stadtjubiläums „1200 Jahre Frankfurt“ hatten wir 1994 erstmals Fahrten in der Stadt in unserem Angebot.

1994 hatte unser Programm 65 Mitfahr-Angebote, 2010 sind es 235. Zu den damaligen Kategorien sind viele neue dazugekommen: Mountainbike-, Flexi-, ZEWA- und KulTouren. Das Angebot an Tages- und insbesondere an Feierabendtouren ist um ein Vielfaches größer geworden. Auch das Angebot zu Fahrten in der Stadt selbst wurde ausgeweitet. Zu Touren für Neubürger und Neugierige, „Frankfurt erFahren“ und „Genussradeln am Abend“ sind im letzten Jahr noch die „Entdecker-Touren“ dazugekommen. Etwas Neues gibt es auch dieses Jahr: Die Erklärungen für die Neubürger können Sie jetzt in deutsch und in englisch hören.

Die Angebote haben sich zu einer bunten Vielfalt entwickelt und nach 30 Jahren ADFC gibt es ein neues Vereinslogo. Dies war der Anlass, unserem Programmheft ein neues Outfit zu geben: Das Titelblatt ist bunt geworden, ein Symbol für die Vielfalt unserer Tourenangebote.

Frühaufsteher oder Langschläfer, Sonntags- oder Wochentagsradler, von morgens bis abends oder nur kurz nachmittags im Sattel sitzend, langsam und gemütlich radelnd oder sportlich rasant - stöbern Sie in unserem neuen Tourenprogramm. Sie finden sicher eine passende Tour. Herzlichen Dank an alle Mitglieder der Touren-AG, ohne deren großes Engagement ein solch umfangreiches Angebot an geführten Touren nicht möglich wäre!

Ein besonderer Dank gebührt dem „TP-Redaktionsteam“ unter der Führung von Ulrike Mehren. Sehr viele Stunden konzentrierter Arbeit sind nötig, um aus der Vielzahl einzelner Texte die - möglichst korrekte und ansprechende - Vorlage für den Druck des endgültigen Programms herzustellen.

Das Tourenprogramm 2010 finden Sie auch auf den Internetseiten des ADFC Frankfurt (<http://www.adfc-frankfurt.de>). Dort können Sie sich über unsere anderen Tätigkeitsfelder informieren und auch über eine ADFC-Mitgliedschaft, wenn Sie noch nicht Mitglied sind. Wir freuen uns sehr über jeden Menschen, der mit seinem Beitrag die vielen sinnvollen Aktivitäten des ADFCs unterstützt.

Viel Spaß und Freude bei den Touren des Frankfurter ADFC wünscht Ihnen

Johannes Wagner

Tourenreferent des ADFC Frankfurt



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 Preisng ☎ 06192 / 9 51 76 17

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

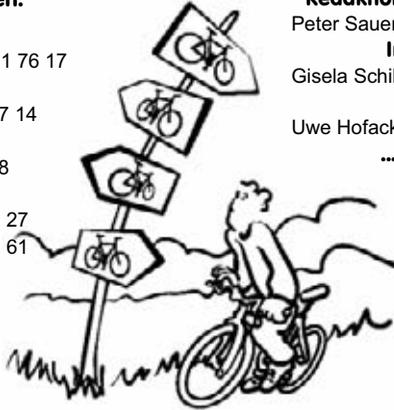
Michael Bunkenburg ☎ 069 / 52 52 61

AG Verkehr

Verkehrspolitischer Sprecher:

Fritz Biel ☎ 069 / 52 95 74

verkehr@adfc-frankfurt.de



Redaktionsteam frankfurt aktuell

Peter Sauer ☎ 069 / 46 59 06

Infoladengruppe

Gisela Schill ☎ 069 / 670 11 14

AG Fotografie

Uwe Hofacker ☎ 069 / 57 00 97 18

...und die Stadtteilgruppe

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

info@adfc-frankfurt.de

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

Winterpause Anfang Dezember bis Anfang Januar

Impressum

Herausgeber: ADFC Frankfurt am Main e.V.

Auflage: 10.000 Stück

Druck: Reha-Werkstatt, Frankfurt-Rödelheim

Redaktion und verantwortlich für dieses Heft:
Michael Klemme, Reinhard Hofrichter, Michael Klemme, Klaus Konrad, Eva Kuschel, Ulrike Mehren, Wehrhart Otto, Ingrid Reimann, Peter Schepko, Johannes Wagner, Anne Wehr

Werbung: Bertram Giebeler, ☎ 069 / 59 11 97, bertram.giebeler@adfc-frankfurt.de

Texterfassungs-Programm: Michael Klemme

Titelbild und Grafik: 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 (Mo-Fr 10-15 Uhr)

Fax 069 / 499 02 17

bueo@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

kontakt@adfc.de

www.adfc.de



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.

Preisangaben zu Mehrtagestouren verstehen sich incl. 19% MwSt.

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 Proviant mitzubringen ist. 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.

Das Wetter

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

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

28.03.2010	★★★	40km	Rund um Oberursel.....	11
28.03.2010	★★★	75km	Zum Biokonditor in Bad König.....	11
02.04.2010	★★	55km	In den Vordertaunus entlang Esch- und Erlenbach	11
05.04.2010	★★	30km	Zum Gasthof Hirsch in Flörsheim.....	12
11.04.2010	★★	40km	Genussradeln nach Dreieichenhain	12
11.04.2010	★★★★	100km	Einsame Täler im Hintertaunus.....	12
18.04.2010	★★★	75km	Zum Frühling ins Rhein Hessische Hügelland.....	12
18.04.2010	★★★	80km	Zur Barbarossaquelle.....	12
25.04.2010	★★	45km	Abseits der Hochhäuser - Architek-Tour.....	14
25.04.2010	★★★	70km	Zu den Kinzigauern	16
01.05.2010	★	23km	Zum Patershäuser Hof.....	16
02.05.2010	★★★	80km	Main-Radweg, Regionalpark und Vordertaunus	18
02.05.2010	★★★★	75km	Ronneburg einmal anders.....	18
09.05.2010	★★	35km	Fahr Rad im GrünGürtel - halbe Strecke	20
09.05.2010	★★★	70km	Fahr Rad im GrünGürtel - ganze Strecke	20
09.05.2010	★★★	90km	Zu den Winzern am Rhein	20
16.05.2010	★★	60km	Zu den Dietesheimer Steinbrüchen.....	22
16.05.2010	★★★	110km	Maikäferhauptstadt Lampertheim.....	22
23.05.2010	★★	60km	Zum Mönchbruch	24
23.05.2010	★★★	70km	Von der Quasselstrippe zum Laber-Handy.....	24
30.05.2010	★★	20km	Zum "Großen ADFC Radler-Fest"	24
03.06.2010	★★★	80km	Vier Schlösser.....	26
06.06.2010	★★★	90km	Zum Radlertreff nach Niedernberg.....	28
06.06.2010	★★★★	110km	Rennradtour in den Rheingau-Taunus.....	28
13.06.2010	★★	60km	Sternfahrt zum Freilichtmuseum Hessenpark I.....	28
13.06.2010	★★★★	55km	Sternfahrt zum Freilichtmuseum Hessenpark II.....	30
13.06.2010	★★★	70km	Zu den Warten von Bierstadt und Erbenheim	30
20.06.2010	★	40km	Neu-Isenburg	32
20.06.2010	★★	60km	Zur Neugotik um die Ecke.....	32
20.06.2010	★★★	70km	Zum Eisenbahnmuseum in Kranichstein.....	32
27.06.2010	★	25km	Wellness beim Baden und Grillen am Steinrodsee.....	36
27.06.2010	★★★	75km	Zur Rosenhöhe in Darmstadt.....	36
04.07.2010	★★★★	140km	Bayerischer Spessart.....	40
11.07.2010	★★ - ★★★		Großer Radtourensonntag Zu Dichtern und Denkern	42
18.07.2010	★★	36km	Zu den Dietesheimer Steinbrüchen.....	42
18.07.2010	★★★	70km	Nach Langenselbold	44
25.07.2010	★★★★	120km	Schnelle Fahrt nach Stornfels	44
01.08.2010	★★★	90km	Nach Aschaffenburg.....	46
01.08.2010	★★★★	160km	Die XXXL-Tour.....	46
08.08.2010	★	24km	Open Air in Hattersheim.....	48
08.08.2010	★★★	70km	In den grünen Kahlgrund.....	48
08.08.2010	★★★★	110km	Zum Hausberg	50
15.08.2010	★★	50km	Nach Heusenstamm.....	50
15.08.2010	★★	55km	Gemütlich zur Saalburg	52
15.08.2010	★★★	70km	Zur Altrheininsel Nonnenau.....	52
21.08.2010	★★	50km	Wo war einst ein Königlicher Jagdhof?.....	52
22.08.2010	★	35km	Wo alle Brunnlein fließen	52
22.08.2010	★★★★	95km	Durch den Vogelsberg	54
29.08.2010	★★★	80km	Zur Burg Frankenstein	56
05.09.2010	★★	40km	Rüsselsheim.....	56



12.09.2010	★★	45km	Von Park zu Park auf grünen Wegen.....	60
12.09.2010	★★★★	100km	Pedalritt über den Vogelsberg.....	60
19.09.2010	★★	50km	Auf dem Elisabethpfad zum Elisabethstein.....	60
26.09.2010	★★★	45km	Zum Weine.....	62
26.09.2010	★★★★	70km	GrünGürteltour.....	62
26.09.2010	★★★★	65km	Mit dem MTB in den Rheingau.....	62
03.10.2010	★★★★	110km	Zum Schloss Lichtenberg im Odenwald.....	62
10.10.2010	★★★	65km	Zur Gartenschaunachlese in Bad Nauheim.....	62
10.10.2010	★★★★	70km	Herbst auf der Platte.....	64
31.10.2010	★★★★	110km	Zum Kalten Markt nach Ortenberg.....	64
07.11.2010	★★★	70km	Chicorée am Otzberg.....	64
14.11.2010	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	64
21.11.2010	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	64
28.11.2010	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	66
05.12.2010	★★★	65km	Weihnachtsmarkt am Schloss Emmerichshofen.....	66
12.12.2010	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	66
19.12.2010	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
01.01.2011	★★★★★	65km	Die Neujahrstour.....	67
09.01.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
16.01.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
23.01.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
30.01.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
06.02.2011	★★★	50km	Hanau und Kinzigtal.....	67
13.02.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	67
20.02.2011	★★★	50km	ZEWA-Tour.....	68

Tagestouren am Wochentag

07.04.2010	★★	35km	Zum Wetterpark in Offenbach.....	12
21.04.2010	★★★	75km	Zur Mathildenhöhe.....	14
05.05.2010	★★	50km	Zum Landschaftspark Wilhelmsbad.....	18
19.05.2010	★★★	80km	In den Rheingau nach Eltville.....	22
02.06.2010	★★	50km	Zu den Dietesheimer Steinbrüchen.....	26
16.06.2010	★★★	70km	Zur Wallfahrtskirche Maria Sternbach in der Wetterau.....	30
07.07.2010	★★	60km	Erkundung des südlichen Regionalparks.....	40
21.07.2010	★★★	70km	Zur Fachwerkstadt Babenhausen.....	44
04.08.2010	★★	60km	Über Dreieichenhain zum Langener Waldsee.....	46
18.08.2010	★★★	70km	Zur Weininsel im Odenwald.....	52
01.09.2010	★★	55km	Zum Keltenfürsten auf dem Glauberg.....	56
15.09.2010	★★★	70km	Wetterau und Krebsbachtal.....	60
06.10.2010	★★	60km	Zum Abschluss ins Kleine Brauhaus.....	62
20.10.2010	★★★	70km	Saisonabschluss für Wetterfeste.....	64

Nachmittags- und InDerStadt-Touren

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

Samstagnachmittags am 27.3., 24.4., 29.5., 26.6., 31.7., 28.8., 25.9., 30.10. finden ★-InDerStadt-Touren („Neubürger und Neugierige: Schwingt euch aufs Rad!“) in zwei verschiedenen Variationen statt. Die Informationen an den Haltepunkten werden in Deutsch und Englisch vorgetragen.

24.04.2010	★★	20km	Mühlenwanderweg am Urselbach.....	14
02.05.2010	★	46km	Flughafenrundung nach Ausbau-Start.....	16



06.05.2010	★	25km	FlexiTour , die erste	18
08.05.2010	★	25km	Entdeckertour	20
05.06.2010	★★★	40km	Biobauern am Stadtrand	26
06.06.2010	★	25km	Au Weiher!	26
12.06.2010	★	25km	Entdeckertour	28
01.07.2010	★	25km	FlexiTour , die nächste bitte	36
04.07.2010	★	24km	Kaffee und Kuchen am Nachmittag	36
10.07.2010	★	25km	Entdeckertour	40
25.07.2010	★	40km	Zum Obsthof nach Nieder-Erlenbach.....	44
01.08.2010	★★★	33km	Bunte Stadtwald-Tour mit Komischer Kunst	46
05.08.2010	★	25km	FlexiTour , die nächste bitte	48
07.08.2010	★	25km	Entdeckertour	48
14.08.2010	★	25km	Besichtigung des ADFC-Infoladens mit anschließendem Grillen	50
29.08.2010	★★★	15km	Raus aus der Stadt und rein in den Urlaub!	54
02.09.2010	★	25km	FlexiTour , die nächste bitte	56
11.09.2010	★	25km	Entdeckertour	58
19.09.2010	★★★	38km	Entlang des Mains nach Hochheim.....	60
17.10.2010	★★	25km	BGB-Tour: Bei Guten Bedingungen.....	64
24.10.2010	★★	25km	BGB-Tour: Bei Guten Bedingungen.....	64

Feierabendtouren

07.05.2010	★★★	40km	MTB-Variationen	18
20.05.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	22
21.05.2010	★	20km	Wild im Wald	23
27.05.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	24
10.06.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	28
11.06.2010	★★★	40km	MTB-Variationen	28
18.06.2010	★	25km	Glühwürmchenpirschfahrt	30
23.06.2010	★★★	35km	Traditionstour zum Falkenstein	34
24.06.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	34
08.07.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	40
09.07.2010	★★★	40km	MTB-Variationen	40
22.07.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	44
06.08.2010	★	20km	Frankfurt bei Nacht.....	48
06.08.2010	★★★	40km	MTB-Variationen	48
12.08.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	50
26.08.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	54
09.09.2010	★	25km	Genussradeln am Abend	58
10.09.2010	★	20km	MiniPicknickSonnenuntergangsAfterworkSitinPartyGrillen	58
10.09.2010	★★★	40km	MTB-Variationen	58
17.09.2010	★★	20km	Zum "Feierabend" nach Messenhausen.....	60

Vom 4.5. bis 7.9. finden **jeden Dienstagabend** ★★-Feierabend-Touren („Zwischen Nidda und Taunus“) statt.

Vom 28.4. bis 1.9. treffen sich **jeden Mittwochabend** Mountain-Biker zu ★★★-MTB-Feierabend-Touren („Adlersuche im Taunus“) oder ★★★-MTB-Feierabend-Touren („Auf den Altkönig“). Die „Adlersuche im Taunus“ findet auch am 21.4. und am 8.9. statt

KulTouren - KunstGesellschaft und ADFC

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

25.04.2010	★★	45km	Hanau: Schlösser und Parks.....	16
13.05.2010	★★	50km	Friedberg: Burgen in der Wetterau.....	22



23.05.2010	★★	50km	Rheinhessen: Mainz und Ingelheim	23
24.05.2010	★★	60km	Ried: Kloster Lorsch und Kühkopf	24
06.06.2010	★★	50km	Dreieichenhain und Dietzenbach	28
20.06.2010	★★	50km	Wetterau: Engelthal und Ilbenstadt	32
04.07.2010	★★	60km	Messel: Grube und Museum	40
18.07.2010	★★	45km	Seligenstadt: Kloster und Park	42
08.08.2010	★★	50km	Regionalpark: Von Hattersheim nach Hochheim	48
22.08.2010	★★	60km	Um Fulda: Schlösser und Milseburgadweg	52

Frankfurt erFahren (KunstGesellschaft und ADFC)

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

20.03.2010	★	15km	Siedlungen 1	11
17.04.2010	★	25km	Siedlungen 2	12
08.05.2010	★	25km	Siedlungen 3	20
22.05.2010	★	15km	Siedlungen extra	23
14.08.2010	★	15km	Siedlungen 4	50
15.08.2010	★	30km	Siedlungen 5	50

Mehrtagestouren

23.04. - 25.04.	★★	Odenwald Radtour	14
13.05. - 16.05.	★★★	Pfälzerwald auf urige Art	22
22.05. - 25.05.	★★★★★	Pfingstzelttour	23
03.06. - 06.06.	★★★	Kunst, Kultur und Küche in Flandern	26
18.06. - 19.06.	★★★	Mittsommernachtstraum	32
25.06. - 27.06.	★★★	Die schönsten Stellen der Fränkischen Schweiz	34
26.06. - 28.06.	★★★	Odenwälder Kulturfahrt	34
09.07. - 11.07.	★★	Lahntour	40
16.07. - 19.07.	★★	Donau II - Von Ulm bis Regensburg	42
26.08. - 30.08.	★★★	Eifelradtour	54
03.09. - 05.09.	★★★	Rhöntour	56
10.09. - 14.09.	★★	Ein Stück Romantische Straße	58
11.09. - 19.09.	★★★	16-Seen-Radtour im Salzkammergut	58
01.10. - 03.10.	★★★	MTB-Wochenende im Odenwald	62

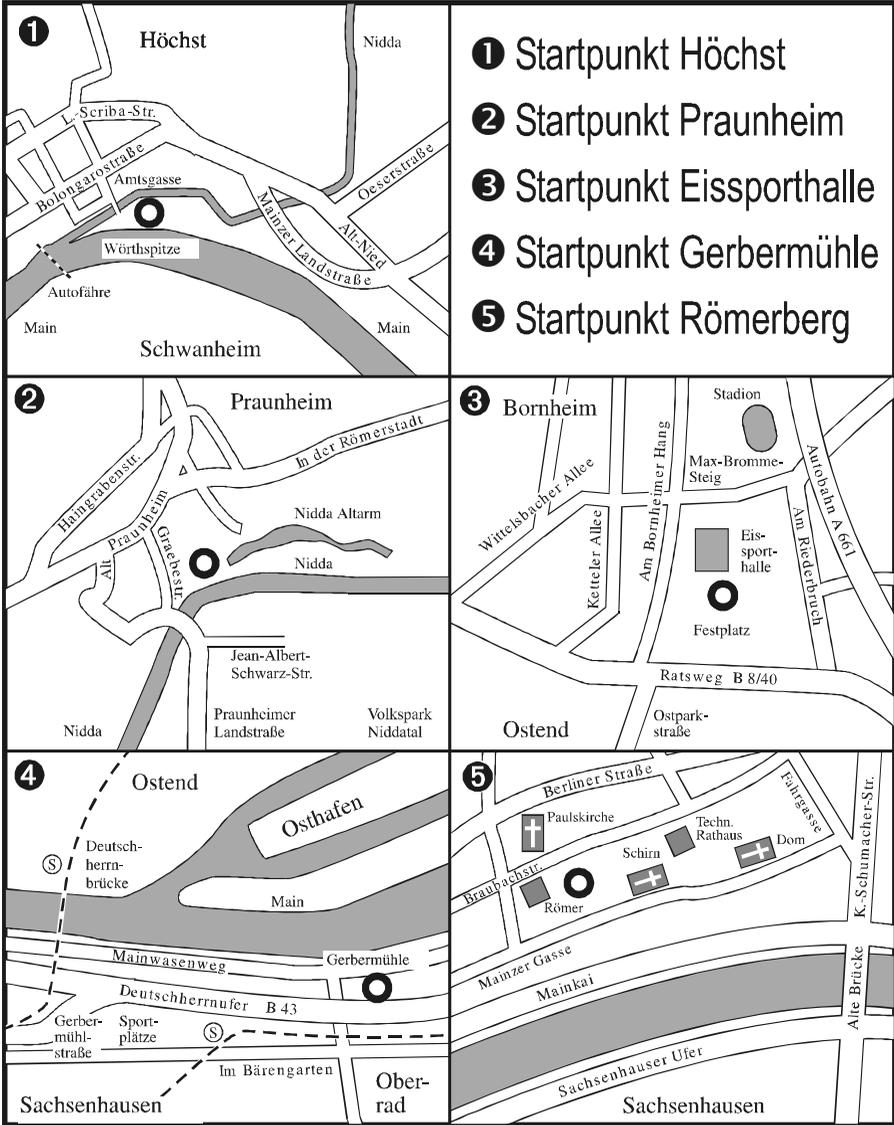
Wanderungen

12.12.2010	★★★	18km	Zum Weihnachtsmarkt am Otzberg	66
19.12.2010	★★	12km	Taunuswandeln zum Meisterturm	66
19.12.2010	★	5km	Wir tapen im Dunkeln zum Meisterturm	66
09.01.2011	★★	16km	Von Bad Soden nach Liederbach	67
20.02.2011	★★	15km	Kahlgrund, Hahnenkamm und Rückersbacher Schlucht	67

Impressum und Adressen	4
Radtouren von Bad Vilbel	68
Verzeichnis der Werbeanzeigen	71
Autofreie Sonntage	72
Beitrittserklärung	74



Startpunkte



Das komplette Tourenprogramm und vieles mehr:
www.adfc-frankfurt.de



Radreisemarkt



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

**Sonntag, 14. März,
11 bis 17 Uhr**

▶ Eintritt 2 Euro ◀

Samstag, 13. März, 19.30 Uhr
Diavortrag

"Ganz weit weg"

mit dem Tandem auf Neuseeland

▶ Eintritt 3 Euro ◀

Bürgerhaus Bornheim, Arnburger Str. 24

Samstag, 20.03.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Holzhausenschloss
Frankfurt erFahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN 1

Vom Nordend nach Bornheim

Siedlungen um 1900, der 1920er-Jahre und
nach 1945 im Nordend und in Bornheim.
15 km

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

Samstag, 27.03.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

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. Wir lernen attraktive Wegeverbindungen ins Grüne kennen. Lassen Sie sich zu einer faszinierenden Stadt-

rundfahrt einladen. Erläuterungen auch in Englisch! Dauer: 3 Stunden plus Abschlusseinkehr. (Variante West) 20 km
Klaus Konrad, Ulrich Hahn, Reinhard Hofrichter, Wehrhart Otto

Sonntag, 28.03.2010 ★★★

Abfahrt: 12:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

Achtung: Ab heute Sommerzeit!

RUND UM OBERURSEL

Die Stadt Oberursel hat um den Ort einen Fahrradrundkurs angelegt, der uns durch alle Stadtteile und den Stadtwald führt. Die Strecke beinhaltet einige Steigungen. Eine Zwischenrast ist nicht vorgesehen. Im Ginnheimer "Adler" lassen wir die Tour ausklingen.

40 km, 180 Höhenmeter

Michael Weingärtner, Michael Bötte

Sonntag, 28.03.2010 ★★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

Achtung: Ab heute Sommerzeit!

ZUM BIODENDORF IN BAD KÖNIG

Im Herzen des Odenwalds befindet sich hinter Bad König ein traditionsreiches Familienunternehmen mit Laden und Café, das sich auf Bio-produkte spezialisiert hat. Dorthin gelangen wir größtenteils über flache Waldwege. Nur vor dem Mümlingtalradweg müssen wir einen Hügel überqueren. Einkehren werden wir erst am Ziel, von wo uns der RMV zurückbringt.

75 km

Jürgen Lutz, Heinrich Göbel

Karfreitag, 02.04.2010 ★★

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

IN DEN VORDERTAUNUS

ENTLANG ESCH- UND ERLENBACH

Auf Radwegen und durch Parkanlagen geht es zur Nidda bei Hedderheim. Ab Harheim fahren wir dann am Eschbach entlang Richtung Bad Homburg. Es folgen ein paar kurze Steigungen, aber die Mittagsrast (Einkehr möglich) in Burg-holzhausen ist bald erreicht. Am Erlenbach radeln wir zurück zur Nidda bei Bad Vilbel und auf grünen Wegen wieder in die Stadt zur Abschlusseinkehr in Ginnheim.

Die gesamte Strecke verläuft auf Rad- oder Feldwegen. Gelegentlich sind Steigungen zu bewältigen.

55 km

Theda Bunje, Peter Mertens



Ostermontag, 05.04.2010

★★

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

ZUM GASTHOF HIRSCH IN FLÖRSHEIM

Wir fahren auf der südlichen Mainseite und durch den Stadtwald bis Kelsterbach. Dort wechseln wir auf die nördliche Mainseite, um auf leicht hügeligen Wegen einige Besonderheiten des Regionalparks RheinMain kennen zu lernen. Die Strecke ist leicht befahrbar und auch für Anfänger geeignet. Rückfahrt mit S-Bahn, wer will kann per Rad retour (weitere 30 km im 3-Sterne-Tempo).

30 km

Heinrich Göbel

Mittwoch, 07.04.2010

★★

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

ZUM WETTERPARK IN OFFENBACH*Für alle, die gemütlich radeln wollen*

Der im Jahr 2005 im Stadtgebiet Offenbach eröffnete Wetterpark ist ein Themenpark und ein Freilichtmuseum. Auf ca. 20.000 qm werden die verschiedenen Erscheinungsformen des Wetters präsentiert und erklärt. Wir radeln am Main entlang, an der Weseler Werft vorbei zum Ostpark und weiter über Riederwald nach Fechenheim. Über den Arthur-von-Weinberg-Steg fahren wir nach Offenbach und durch das Stadtgebiet zum Wetterpark. Hier haben wir einen Aufenthalt zur freien Besichtigung. Danach Mittagsrast mit Einkehr. Der Rückweg führt uns in einem Bogen um die südlichen Stadtteile von Offenbach und über Oberrad ins Rudererdorf.

35 km

Klaus Konrad, Reinhard Hofrichter

Sonntag, 11.04.2010

★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN**NACH DREIEICHENHAIN**

Hinweg über Louisa, Buchschlag und am Hengstbach entlang. In Dreieichenhain beschauliche Mittagspause mit Einkehr. Zurück über Götzenhain, Gravenbruch und Neulsenburg zum Goetheturm. Wegen der Drängelgitter am Bach für Liegeräder, Tandems und Öltanker nur bedingt geeignet.

40 km

Nico Klausner, Rainer Mai

Sonntag, 11.04.2010

★★★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

EINSAME TÄLER IM HINTERTAUNUS

Wir wollen eines der vielen reizvollen Täler im Hintertaunus entdecken, unser Ziel ist das Mi-

chelbachtal. Es ist verkehrstechnisch noch wenig erschlossen und nicht ganz leicht zu erreichen. Wir fahren zuerst nach Burgholzhausen, vorbei am Bundeswehrdepot, weiter nach Friedrichsthal, Wernborn, Michelbach, Wilhelmsdorf (Einkehr), Merzhausen, Neu-Anspach, Oberhain und über die Saalburg zurück.

100 km, 1000 Höhenmeter

Heinrich Göbel

Samstag, 17.04.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Holzhausenschloss Frankfurt erfahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN 2*Vom Nordend zum Frankfurter Berg*

Siedlungen der 1920er-Jahre und nach 1945 im Nordend und am Dornbusch, in Eckenheim, Eschersheim und am Frankfurter Berg.

25 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit

Sonntag, 18.04.2010

★★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)

ZUM FRÜHLING**INS RHEINHESISCHE HÜGELLAND**
Zu Kirschblüten und Reben

Mit etwas Glück ist das Rhein Hessische Hügel land um diese Jahreszeit ein weißes Blütenmeer und ein lohnendes Ziel für eine Radtour. Wir fahren mit der S1 von Nied 09:19 Uhr nach Hochheim (S1 ab Hauptwache 09:08 Uhr). Mit dem Rad geht es durch Mainz und Obstplantagen hinauf nach Mainz-Finten. Anfangs steigt es leicht an, später stärker. Im gleichen Maße werden die Ausblicke immer eindrucksvoller. Nach einer Picknickrast auf der Höhe geht es weiter nach Essenheim und in das tief unten gelegene idyllische Selztal, durch das sich ein Radweg schlängelt, dem wir bis Ingelheim folgen. Von dort radeln wir – mit tollem Panoramablick auf den gegenüber liegenden Rheingau – über Heidesheim und Heidenfahrt (kurze Einkehr) zurück nach Mainz und Hochheim. Von hier mit der S1 zurück.

75 km

Klaus Konrad, Helmut Lingat

Sonntag, 18.04.2010

★★★

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

ZUR BARBAROSSAQUELLE

Die Barbarossaquelle befindet sich am Rande des Spessarts bei Alzenau. Der Weg führt fast durchgehend eben entlang an Main und Kinzig.





Gasthaus Obermühle

**Wir bieten Ihnen
gutbürgerliche Küche.
Am Wochenende auch
Kaffee und Kuchen.
Sonntags wechselnde
Mittagsmenüs.**

**Ab Mai ist unser Biergarten
wieder geöffnet.**



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



Warme Küche täglich von 17:30–22:00
Sonntags Mittagstisch 11:30-14:00
Öffnungszeiten (Mai-Sep.) 16:00-24:00
Öffnungszeiten (Okt.-Apr.) 17:00-24:00
Sonntags 11:00-24:00

Dienstag Ruhetag



Für Reservierungen
Tel. 069 / 898539
Obermühlstraße 63
63073 Offenbach/Bieber
www.gasthaus-obermuehle.de



Main
ÄPPELHAUS
Lohrberg

Äppel-Bistro

Unser Sommerbistro
auf dem Lohrberg bietet
allerlei Köstlichkeiten
rund um den Äpfel und
die Frankfurter Traditionsküche.

Eröffnung zum Blütenfest
am 18.04.2010

Weitere Informationen auf unserer Homepage
www.MainAepfelHausLohrberg.de



Oliver Rühmann und seine Familie
führen seit dem 15. Oktober 2009 das
Vereinsrestaurant des TSV Ginnheim

Am Mühlgarten 2, 60431 Frankfurt am Main

Telefon: 069 / 951 140 60

Mobil: 0178 / 562 777 4

Email: ruehmanns-ginnheim@gmx.de

Mit feiner Frankfurter und hessischer Küche sowie
ausgewählten internationalen Speisen, möchte das
"Rühmann Team" seine Gäste verwöhnen.

Gepflegte Biere, ein süffiger Äpfel und gute Weine
tragen zur angenehmen Atmosphäre bei.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten

Montag - Samstag von 17:00 Uhr bis 01:00 Uhr
Sonn- und Feiertage von 11:00 Uhr bis 23:00 Uhr

Küche durchgehend bis 23:00 Uhr

Nur zur Quelle steigt der Weg an. Am Ziel gibt es keine Einkehrmöglichkeit. Deshalb Verpflegung für das Picknick mitbringen.

80 km, 200 Höhenmeter

Michael Weingärtner, Michael Bötte

Mittwoch, 21.04.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

Auf der Suche nach dem "Restaurant Adler" fahren wir flott Richtung Taunus, steuern ein Ziel, z.B. Hardtbergturn, Burg Falkenstein, Hünenbergwiesen oder Saalburg an und radeln wieder zurück. Im Biergarten des "Adler", den wir bisher immer gefunden haben, kompensieren wir den Flüssigkeitsverlust. Für diese Tour ist ein MTB sinnvoll, möglich ist auch ein Rad mit breiterer Bereifung und berggängiger Schaltung.

40 km, 350 Höhenmeter

Elke Bauer, Ulrich Bauer, Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten, Ulrich Hahn, Hajo Kinstler, Helmut Schulz

Mittwoch, 21.04.2010

★★★

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

ZUR MATHILDENHÖHE

Die Bebauung der südlichen Mathildenhöhe durch die von Großherzog Ernst Ludwig 1899 gegründete Künstlerkolonie führte ab 1900 zu der heutigen Gestalt und wurde 1906 durch den Hochzeitsturm und 1908 durch das Ausstellungsgebäude ergänzt. Wir radeln durch den südlichen Stadtwald, Neu-Isenburg und Dreieich, vorbei an der Prinz-von-Hessen-Grube nach Darmstadt zur Mathildenhöhe. Einkehr ist geplant, bitte trotzdem Verpflegung mitbringen. Heimwärts fahren wir über das Jagdschloss Kranichstein, Langen und Buchschlag. Schlussrast in der Buchscheer.

75 km

Klaus Konrad, Bernhard Thomas

23.04.2010 - 25.04.2010

★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

ODENWALD RADTOUR

Start in Aschaffenburg, Abstecher zum Landschaftspark Schönbusch, dann entlang des Mains nach Miltenberg und Amorbach (1.Ü). Über Buchen und Mudau kommen wir zur Odenwälder Wanderbahn, der wir bis Mosbach folgen (2.Ü). Die Strecke von Amorbach nach Mosbach führt uns mit einigen Steigungen durch den Odenwald. Entlang des Neckars über Eberbach nach Neckargemünd, dort Weiterfahrt mit dem Schiff nach Heidelberg. Rückfahrt per Bahn.

Wir fahren überwiegend auf Wirtschaftswegen und ruhigen Straßen.

160 km, 500 Höhenmeter

Kosten 130,00 €, für ADFC-Mitglieder 120,00 €

(Bahn, 2 Ü/F im DZ, Schiff, Eintritt),

EZZ 30,00 € - begrenzt buchbar

Anmeldung bis 31.3.

Michael Bunkenburg (069-525261,

michael@bunkenburg.name)

Samstag, 24.04.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

(Variante Ost) siehe Seite 11

Bertram Giebeler, Anne Wehr

Samstag, 24.04.2010

★★

Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

14:00 Uhr - U3-Haltestelle Hohemark

MÜHLENWANDERWEG AM URSELBACH

Mit der U3 fahren wir von der Hauptwache bis Oberursel-Hohemark, wo weitere Teilnehmer willkommen sind. Nach kurzem Anstieg Richtung Kaiserin-Friedrich-Brücke führt der Weg entlang des Urselbachs bis zu dessen Mündung in die Nidda. Tourende ist die nahe Haltestelle der U3 in Heddernheim. 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 Vortaunusmuseum in Oberursel (Eintritt frei) zeigen sich uns die Innereien einer Pappmühle. Vorgesehen ist ein Abstecher zu gegenwärtiger Kunst: Hundertwasser-Kindergarten.

Tourenleiter fährt mit Navi (GPS).

20 km

Hans-Otto Aeffner (06171-911564, 0160-

97791333, hans-otto.aeffner@web.de),

Helga Steinmetz (06171-981315)

Sonntag, 25.04.2010

★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ABSEITS DER HOCHHÄUSER –

ARCHITEK-TOUR

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

45 km

Bertram Giebeler, Anne Wehr



ThedaTours

Rad- und Wanderreisen

Theda Bunje, Eckenheimer Landstr. 471, 60435 Frankfurt
Tel./Fax: 069 / 63 19 69 07 E-Mail: info@thedatours.de

www.thedatours.de

RADREISEN 2010

alle Reisen inkl. Bahnfahrt, Gepäcktransport,
Reiseleitung, Ü/F in guten Hotels

Mai		
09. - 17.05.	SÜDFRANKREICH	ab 970 €
Juni		
04. - 11.06.	OSTSEE	ab 730 €
	<i>Travemünde – Stralsund</i>	
28.06. - 03.07.	FÜNF FLÜSSE	ab 475 €
	<i>Altmühl, Donau, Naab, Vils, Pegnitz</i>	
Juli		
11. - 18.07.	BAYERN	ab 730 €
	<i>Ammersee – Chiemsee</i>	
August		
31.07. - 07.08.	DRAU-RADWEG	ab 845 €
	<i>Kärnten – Südtirol</i>	
14. - 20.08.	USEDOM	ab 745 €
28.08. - 04.09.	MÜNCHEN per Rad	ab 815 €
September		
12. - 20.09.	RÜGEN und Hiddensee	ab 845 €

Wanderreisen und Tages-Exkursionen

WEINGUT BUNK-HIRSCHMANN



Radfahrer willkommen !

Unsere Öffnungszeiten 2010:

5. 3. - 12. 7.2010
13. 8. - 5. 12. 2010

Fr. , Sa. und Mo. ab 17.00 Uhr
Sonntag ab 16.00 Uhr

während der Schlemmerwochen
23. 4. - 2. 5. 2010
täglich geöffnet

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

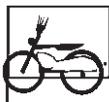


Gut ankommen – gut unterkommen

Das Bett & Bike-Zeichen führt Sie zur richtigen
Unterkunft: Wo Sie auch für nur eine Nacht
bleiben können, wo Ihr Rad sicher verwahrt ist,
wo nasse Kleidung trocknen kann und der Tag
mit einem reichhaltigen Frühstück beginnt.



5.000 fahrradfreundliche Gastbetriebe
im aktuellen Deutschlandverzeichnis und
auf www.bettundbike.de



Bett & Bike



Sonntag, 25.04.2010

★★

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

10:30 Uhr - Friedberger Warte

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

HANAU: SCHLÖSSER UND PARKS

Auf zwei Routen geht es nach Hanau: einmal auf der Talstrecke durchs Seckbacher und Enkheimer Ried, zum anderen über Bergen und die Hohe Straße. In Wilhelmsbad treffen beide Gruppen wieder zusammen. Philippsruhe, dann Rumpenheim und Offenbach vollenden die Schössertour. Einkehr geplant.

45 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Rainer Schoenberg

**Sonntag, 25.04.2010**

★★★

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

ZU DEN KINZIGAUEN

Es gibt nur wenige Orte an denen man heute noch sehen kann, wie es vor langer Zeit einmal bei einem mäandernden Fluss ausgesehen hat, nämlich hinter der Märchenstadt Hanau. Hier beginnt ein Labyrinth, in dem sich der Fluss je nach Wasserstand seinen Weg durch die Sumpfwälder bahnt. Im Frühjahr blühen dort, bevor sich das Blätterdach der Bäume schließt, wie ein Teppich unzählige Blumen und später duftet dort überall der wilde Bärlauch. Kein Wunder, dass in dieser Landschaft, die die Menschen prägte, zahlreiche Sagen und Märchen entstanden. Wenn dann die Landschaft offener wird, sieht und hört man viele Vögel. Mit etwas Glück kann man auch ein Storchenpaar entdecken. Einkehr oder Picknick ist möglich.

70 km

Wolfgang Claus

Mittwoch, 28.04.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 28.04.2010

★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

Es geht auf direkter Route zum Altkönig. Bis zur Emminghaushütte fahren wir gemeinsam. Auf den anschließenden Streckenabschnitten zum optionalen Zwischenhalt an der Waldwiese und zum Ziel am Ringwall sind dann Varianten möglich. Oben angekommen genießen wir die Aussicht. Dann geht es wieder bergab. Diese Fahrt ist keine Rennveranstaltung, sondern ein sportliches Treffen, bei dem auch der kommunikative Aspekt nicht zu kurz kommt. Naturschutz wird respektiert! Bitte Wasser, MTB, Grundkondition und "Pannen-Grundausrüstung" (Ersatzschlauch, Mantelheber, Pumpe) mitbringen. 35 km, 600 Höhenmeter

Samstag, 01.05.2010 Tag der Arbeit

★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

ZUM PATERSHÄUSER HOF**Zum Biobauern**

Wir fahren durch den Frankfurter Stadtwald, an Scheerwald und Gravenbruch vorbei, zum Patershäuser Hof (www.Hofgut-Patershausen.de) zwischen Heusenstamm und Dietzenbach. Diese Tour ist sowohl für die ganz jungen als auch für unsere älteren Radler problemlos zu schaffen. Wir sind schon in der Mittagszeit dort, um ein gemütliches Beisammensein zu pflegen. Die Pächter dieses Biohofes bieten an solchen Tagen wie diesem alles, was man für eine gute Rast benötigt (Grill). Man kann aber auch selbst Essen und Trinken mitbringen. Wer sich die Rücktour nicht zutraut, kann ab Heusenstamm Bus oder S-Bahn benutzen.

Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte unter www.adfc-frankfurt.de/FlexTouren zur Verfügung, man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen.

23 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),

Renate Markiewka

Sonntag, 02.05.2010

★

Abfahrt: 12:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

FLUGHAFENUMRUNDUNG**NACH AUSBAU-START**

Auch der Bereich der Erweiterungs-Baustelle lässt sich mit dem Rad umfahren. Wir nehmen Einblick in Kahlschläge und auf neue Betonflächen. Zudem kommen wir an spektakulären





**VOGELSBERGER
SÜDBAHNRADWEG**



Natur pur
herrliche
Landschaft!

... das Radlerparadies
im südlichen Vogelsberg



• 35 km super Strecke auf dem Bahnradweg Hessen
Verbindung:
Vulkanradweg
R 3 Kinzigtal

- mit dem RMV bis Bahnhof Wächterbach
- mit dem PKW A66 - Ausfahrt Bad Orb

Auf geht's!

Info: Tel. 06054-808-26
Birstein - Perle des Vogelsberges
www.vogelsberger-suedbahnradweg.de



Erste Melange aus Wiener Heurigen & Sachsenhäuser Apfelweinwirtschaft

SCHWEIER
IM MÜHLENFAL

Tägl. ab 15 Uhr
Sonn- und Feiertags
ab 11 Uhr
Weisswurstfrühstück

Biergartenromantik pur
Im Erholungsgebiet Langener Mühltal !

Ausserhalb 12, 63225 Langen ☎ 06103-92 8888
www.merzenmuehle.de

 **radwerk**

Bernd Meyer

Radwerk • Fahrradreparatur und Verkauf
Meisterbetrieb • Alt Praunheim 41 • 60488 Frankfurt
Telefon 0 69 - 76 80 97 90 • Telefax 0 69 - 76 75 26 17
E-Mail: radwerk-praunheim@t-online.de
Öffnungszeiten: Mo bis Fr 10 - 19 Uhr, Sa 10 - 16 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



Stellen des noch erhaltenen Bannwalds vorbei. Kaffee und Kuchen erwarten uns bei den Ausbauegnern oder den Naturfreunden.

46 km

Jürgen Lutz, Harald Lutz

Sonntag, 02.05.2010 ★★★

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

**MAIN-RADWEG, REGIONALPARK
UND VORDERTAUNUS**

Mal auf der südlichen, mal auf der nördlichen Seite radeln wir den Mainuferweg nach Flörsheim. Nach einer Mittagsrast am Main (Einkehr möglich) gelangen wir nun über die Flörsheimer Schweiz auf die Regionalpark-Route bei Wicker. Auf Feldwegen über Kriftel, Liederbach und Schwalbach geht es in den Vordertaunus. An den Kronthaler Quellen vorbei führt unser Weg schließlich über Eschborn und Praunheim zurück an die Nidda und zur Schlusseinkehr in Ginnheim. Die gesamte Strecke verläuft auf Rad- oder Feldwegen. Einige Steigungen sind zu bewältigen.

80 km

Theda Bunje, Peter Mertens

Sonntag, 02.05.2010 ★★★

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

RONNEBURG EINMAL ANDERS

Wir fahren weitgehend auf autofreien Nebenstreifen über Maintal und Bruchköbel nach Langenselbold. Dann folgen wir dem Lauf der Gründau nach 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 Butterstadt, von wo wir der Hohen Straße bis nach Bergen folgen. Schlusstrast auf dem Lohrberg.

75 km

Hartmut Lange

Dienstag, 04.05.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

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

30 km

Elke Bauer, Ulrich Bauer, Michael Bunkenburg, Michael Dorgarten, Ulrich Hahn, Klaus Konrad, Peter Mertens, Helmut Schulz

Mittwoch, 05.05.2010 ★★

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

**ZUM LANDSCHAFTSPARK
WILHELMSBAD**

Für alle, die gemütlich radeln wollen

Durch Wald und Flur fahren wir zum Landschaftspark Wilhelmsbad. Dort ist Mittagsrast mit Picknick, bitte Verpflegung mitbringen. Nachmittags am Main entlang zurück. Schlusstrast im Rudererdorf.

50 km

Bernhard Thomas, Klaus Konrad

Mittwoch, 05.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 05.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 06.05.2010 ★

Abfahrt: 17:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

FLEXITOUR, DIE ERSTE

Feierabendtour der besonderen Art

Im Gegensatz zu allen anderen in diesem Programmheft angekündigten Touren werden **FlexiTouren** auch unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren bekannt gemacht, weil neben dem Startpunkt auch Pausenpunkte (z.B. Praunheim, Eissporthalle, Gerbermühle, Römer, Ffm Hbf, etc.) als weitere Start-, Ein- und Ausstiegspunkte genutzt werden können (Zeiten auf der Webseite oder telefonisch beim Tourenleiter). Dadurch kann jeder seine Gesamtroute flexibel selbst bestimmen. Somit sind **FlexiTouren** vor allem für Einsteiger interessant. Genaueres zur aktuellen ersten Tour im Jahr (und vielen zusätzlichen, die nicht in diesem Programm stehen) neben der Möglichkeit einer automatischen Benachrichtigung erhält man auf unserer o.g. Webseite oder beim Tourenleiter, der das **FlexiTouren**-Konzept betreut.

25 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078, Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de), Renate Markiewka, Katja Elgert, Klaus Binzer

Freitag, 07.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

MTB-VARIATIONEN

Genüssliche MTB-Tour zu verschiedenen Zielen im Taunus zwischen 400 und 600 Höhenmetern.



W**BÖTTGEN** WORLD B**F** BIKE

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

Die Entfernungsangabe ist nur ein ungefährer Wert. Schlusseinkehr in einem Gartenlokal an der Strecke.

Bitte unbedingt Beleuchtung mitbringen, denn es könnte passieren, dass wir in die Dämmerung/Dunkelheit kommen.

40 km, 500 Höhenmeter

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

Samstag, 08.05.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Holzhausenschloss
Frankfurt erFahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN 3

Vom Nordend zur Römerstadt

Siedlungen der 1920er-Jahre und nach 1945 im Nordend und Westend, an Miquelallee, Grünhof, Hügelstraße, Höhenblick und in der Römerstadt.
25 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit



Samstag, 08.05.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTDECKERTOUR

In Frankfurt gibt es viel Unterschiedliches und Interessantes zu entdecken! Auf möglichst fahrradtauglichen Wegen werden unterschiedliche Punkte angefahren. Nach etwa drei Stunden erreichen wir dann eine verkehrsgünstig gelegene Gaststätte zur Schlusseinkehr. Wem unsere Neubürgertouren gut gefallen haben, ist hier sicher richtig.
25 km

25 km

Klaus Konrad, Hartmut Lange

Sonntag, 09.05.2010 ★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

FAHR RAD IM GRÜNGÜRTEL –

HALBE STRECKE

im Rahmen des Aktionstages

Der Grüngürtel-Radweg führt zumeist auf autofreien Wegen rund um Frankfurt. Einer der maßgeblichen Väter dieser Route war Harald Braunewell, auch Mitbegründer des Frankfurter

ADFC. Im Rahmen des Aktionstages folgen wir dem Radweg ab Praunheim im Uhrzeigersinn. Wem die Strecke zu lang ist, kann jederzeit aufhören. Bahnanschluss gibt es an vielen Stellen.

Wir folgen der Nidda nach Berkersheim und erreichen über den Lohrberg und Bergen das Enkheimer Ried. Weiter geht es dem Fechenheimer Mainbogen folgend zur Gerbermühle. Dort endet die offizielle Tour. Wer will, kann auf eigene Faust dem Grüngürtel weiter folgen. Schlusseinkehr ist geplant.
35 km

Jürgen Johann

Sonntag, 09.05.2010 ★★★

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

FAHR RAD IM GRÜNGÜRTEL –

GANZE STRECKE

im Rahmen des Aktionstages

Der Grüngürtel-Radweg führt zumeist auf autofreien Wegen rund um Frankfurt. Einer der maßgeblichen Väter dieser Route war Harald Braunewell, auch Mitbegründer des Frankfurter ADFC. Im Rahmen des Aktionstages folgen wir dem Radweg ab Praunheim im Uhrzeigersinn. Dabei werden alle Stempelstationen angefahren. Wem die gesamte Strecke zu lang ist, kann jederzeit abkürzen.

Wir folgen der Nidda nach Berkersheim und erreichen über den Lohrberg und Bergen das Enkheimer Ried. Weiter geht es dem Main folgend über die Gerbermühle in den Stadtwald. Unterwegs Picknick bzw. Einkehr. Wir passieren den Goetheturm und die Oberschweinstiege. Von dort radeln wir über das Waldstadion und Goldstein nach Schwanheim. Mit der Fähre setzen wir über nach Höchst. Dann folgen wir der Nidda flussaufwärts, mit Abstecher ins Sosenheimer Unterfeld und streben dem Ausgangspunkt zur Schlusseinkehr zu.
70 km

70 km

Klaus Konrad, Helmut Lingat

Sonntag, 09.05.2010 ★★★

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

ZU DEN WINZERN AM RHEIN

Entlang an Main und Rhein radeln wir unserem Tagesziel in Niederwalluf entgegen und picknicken dort am Ufer des Rheins. Danach führt uns der Weg zwischen Main und Vordertaunus durch die Hügel zurück nach Höchst, wo wir die Tour im Gasthaus "Zum Bären" ausklingen lassen.

90 km, 50 Höhenmeter

Michael Weingärtner, Michael Bötte





Cityräder



Trekkingräder



Mountainbikes

Fahrradhaus Wagner

Familienbetrieb seit 1929

Wooogstraße 21 60431 Frankfurt / Ginnheim

Tel.: 069-95294844

Fax: 069-95294856

Email: info@fahrradwagner.de

Website: www.fahrradwagner.de

- Ersatzteile
- Beratung
- Service
- Fahrradversicherung
- Fahrradfinanzierung



Elektroräder

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9-12 / 15-18 h
Mi nachm. geschl.
Sa 9-13 h



Kinder-/Jugendräder



Zubehör

Kostas Parkterrasse

mit bestem Blick auf den **Breentanopark**

Friedel-Schomann-Weg 7, 60489 Frankfurt-Rödelheim, Inh. Kostas Koukouzelis
Fisch und Fleisch vom Grill, diverse Salate
griechisch-deutsche Küche, täglich durchgehend geöffnet von 11 bis 23 Uhr

Tel.: 069 - 76 75 79 57

www.rat-raeder-reisen.de

Wir haben immer mehrere Modelle mit Rohloffnabe
zur Auswahl auf Lager ! MTB's, Trekking/Cross und Liegeräder.

Rohloff Fachbetrieb mit Zertifikat. Gewerbezentrum Kriftel Beyerbachstr. 9 Tel. : 06192 / 91 07 77

Dienstag, 11.05.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS
 siehe Seite 18

Mittwoch, 12.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
ADLERSUCHE IM TAUNUS
 siehe Seite 14

Mittwoch, 12.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
AUF DEN ALTKÖNIG
 siehe Seite 16

Donnerstag, 13.05.2010 Himmelfahrt ★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)
 10:00 Uhr - Friedberger Warte
 KulTour - KunstGesellschaft und ADFC
FRIEDBERG:

BURGEN IN DER WETTERAU

Über die Friedberger Warte, Niederdorfelden, Burg-Gräfenrode und Ockstadt zur Burg Friedberg. Wir sehen Burgen, Burgruinen, Burgreste und Burgtürme sowie umgebaute Burgen.

Einkehr geplant. Zurück mit dem RMV oder per Rad entlang der Nidda.

50 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Manfred Bohl

13.05.2010 - 16.05.2010 ★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

PFÄLZERWALD AUF URIGE ART

Recht sportlich geht es von der Rheinebene aus munter auf und ab über die lieblichen Hügel der kulturvollen Weinstraßenregion in die Tiefen des Pfälzerwaldes mit seinen imposanten Felsenburgen. Am 2. Tag sind wir kurz in Frankreich. Übermachtet wird in drei uralten Naturfreundehäusern mit einfacher, deftiger Pfälzer Küche.

320 km

Kosten 100,00 €, für ADFC-Mitglieder 90,00 €

(Bahn, 3 Ü/F, Fähre)

Bertram Giebeler, Anne Wehr (069-591197)

Sonntag, 16.05.2010 ★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)
ZU DEN DIETESHEIMER STEINBRÜCHEN

Wir radeln über die Tellersiedlung in Oberrad zum Radweg auf der Industriebahntrasse in Offenbach. Dort machen wir einen Abstecher zum Wetterpark, wo wir Interessantes zum Klima erfahren. Von Offenbach-Bieber gehts über Lämmerspiel zu den Dietesheimer Stein-

brüchen. Dort sind Spiel- und Sportflächen vorhanden. Mittags Picknick oder Einkehr. Rückfahrt auf dem Mainuferweg.

60 km

Matthias Uhlig

Sonntag, 16.05.2010 ★★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)
MAIKÄFERHAUPTSTADT LAMPERTHEIM

Alle 4 Jahre verpuppen sich die Engerlinge zu Maikäfern. Laut Forstverwaltung sind große Waldbestände Südhessens von der Maikäferplage gefährdet, sodass jetzt die bisher verhinderte chemische Keule eingesetzt werden müsste. Uns ist aber nur ein einziges Gebiet mit einer Maikäferpopulation bekannt, das eine erfolgreiche Safari erhoffen lässt: der Lampertheimer Wald. Dort kehren wir am Biedensand, einer Altrheinaue, ein.

Steigungsfreie Strecke, Rückfahrt mit dem RMV. 110 km

Jürgen Lutz, Nico Klausner

Dienstag, 18.05.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS
 siehe Seite 18

Mittwoch, 19.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
ADLERSUCHE IM TAUNUS
 siehe Seite 14

Mittwoch, 19.05.2010 ★★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)
IN DEN RHEINGAU NACH ELTVILLE

Auf der nördlichen Mainseite radeln wir bis zur Mainmündung und weiter am Rhein entlang. Wir passieren Wiesbaden-Biebrich, Nieder-Walluf und erreichen Eltville. Hier Einkehr bzw. Picknick. Zurück auf dem gleichen Weg. Tourende am Schlossplatz in Höchst.

80 km

Herbert Dünzl, Wolfgang Pischel

Mittwoch, 19.05.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)
AUF DEN ALTKÖNIG
 siehe Seite 16

Donnerstag, 20.05.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)
GENUSSRADELN AM ABEND

Wir fahren eine gemütliche Runde zu verschiedenen Zielen in und um Frankfurt, z.B. entlang



des Mains nach Offenbach, durch das Enkheimer Ried nach Bischofsheim oder über Oberrad in den Stadtwald, nach Schwanheim oder nach Höchst. Eine Schlusseinkehr ist geplant.

25 km

Anne Wehr, Birgit Wagenbach

Freitag, 21.05.2010 ★

Abfahrt: nach Abspr. – Gerbermühle (⇒ Seite 10)

WILD IM WALD

Wir machen Halt im dunklen Wald

Der Titel beschreibt nicht etwa unser Benehmen, sondern was wir in der Dämmerung im Stadtwald erspähen wollen, denn wir legen uns an bekannten Orten "auf die Lauer"! Wir versuchen, Wild zu sichten, das man sehr gut im Stadtwald beobachten kann. Mit ein wenig Glück lassen sich auch ein paar Glühwürmchen sehen. Da uns möglichst ein Förster begleiten soll und Glühwürmchen jedes Jahr zu einer etwas anderen Zeit fliegen, können sowohl Termin als auch Uhrzeit zur Drucklegung des Tourenprogramms noch nicht endgültig festgelegt werden, sondern erst ein paar Wochen vorher. Interessierte bitte daher unbedingt unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren die automatische Benachrichtigungsfunktion nutzen. Einkehr später in Sachsenhausen oder im Rudererdorf.

20 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),

Renate Markiewka, Peter Mertens

Samstag, 22.05.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

Frankfurt erFahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN EXTRA

Vom Römer nach Sachsenhausen und Oberrad

Siedlungen des 19. Jh., der 1920er-Jahre und nach 1945 in der Innenstadt, in Sachsenhausen und Oberrad. Einkehr zum Abschluss.

15 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Achtung: bei Interesse siehe unter www.kunstgesellschaft.de oder www.adfc-frankfurt.de. **Der Termin muss evtl. auf den 29.05. oder 05.06. verschoben werden.**

Horst Ahlheit

22.05.2010 - 25.05.2010 ★★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Ffm-Hbf

PFINGSTZELTOUR

Spessart - Fränkische Saale - Rhön

Per Bahn nach Aschaffenburg. Wir fahren über den Spessart nach Gemünden (1.Ü), folgen dem

Saale-Radweg bis nach Bad Kissingen und dann weiter ostwärts zum Ellertshäuser See (2.Ü), danach nordwärts über Mellrichstadt nach Fladungen/Rhön (3.Ü). Wir erreichen Hilders und gelangen über den Milseburgadweg nach Fulda. Individuelle Heimreise per Bahn.

260 km

Kosten 45,00 €, für ADFC-Mitglieder 40,00 € (Bahn, 3 Ü/F)

Anmeldung bis 08.05.

Hartmut Lange (06109-35614,

HartmutLange@gmx.de)

Pfingstsonntag, 23.05.2010 ★★

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

09:55 Uhr - Mainz, Römisches Theater

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

RHEINHESSEN: MAINZ UND INGELHEIM

Durch die Parkzonen von Mainz (Römisches Theater, Drususstein, Aquäduktsteine), über den Lerchenberg und eine Hochebene nach Schwabenheim und weiter durchs Selztal bis Ingelheim (Altstadt, Pfalz). Über Heidesheim und Budenheim zurück nach Mainz. Einkehr geplant.

Nach/von Mainz mit dem RMV (Gruppenticket).

50 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Orlof Hügel



Pfingstsonntag, 23.05.2010

★★

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

ZUM MÖNCHBRUCH

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.

60 km

Matthias Uhlig

Pfingstsonntag, 23.05.2010

★★★

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

VON DER QUASSELSTRIPPE**ZUM LABER-HANDY**

Frankfurt ist heute einer der wichtigsten Knotenpunkte für die Datenübermittlung. Hier und auch in Friedrichsdorf nahm alles seinen Anfang. Philipp Reis, der 1834 in Gelnhausen geboren wurde, kam als Kind nach dem frühen Tod seiner Eltern nach Friedrichsdorf. Dort und in Frankfurt erhielt er eine kaufmännische Ausbildung und kam in Kontakt mit dem "Physikalischen Verein". Dem stellte er 1861 seinen Fernsprecher vor. Im Alter von 40 Jahren starb er an Schwindsucht. Nur sehr langsam setzte sich das Telefon, der Name stammt von ihm, durch. Der erste übermittelte Satz lautete: "Das Pferd frisst keinen Gurkensalat." Apropos Essen: es wird an einem schönen Platz gepicknickt, also Speis' und Trank mitnehmen. Erst am Nachmittag gelangen wir nach Friedrichsdorf. Dort gibt es ein kleines Museum und wir können zum Kaffee einkehren.

70 km

Wolfgang Claus

Pfingstmontag, 24.05.2010

★★

Abfahrt: 08:40 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

RIED: KLOSTER LORSCH UND KÜHKOPF

Von Gernsheim, evtl. von Biblis, zum Kloster Lorsch mit Torhalle, Kloster und Garten. Zurück über den Kühkopf nach Goddelau.

An- und Abreise mit dem RMV (Gruppenticket).

60 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit, Hans Dohm, Rainer Schoenberg

Dienstag, 25.05.2010

★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 26.05.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 26.05.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 27.05.2010

★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Klaus Binzer, Michael Bunkenburg

Samstag, 29.05.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

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

(Variante West) siehe Seite 11

Peter Mertens, Reinhard Hofrichter

Sonntag, 30.05.2010, 11:00 bis 17:00 Uhr

EINLADUNG ZUM**"GROSSEN ADFC RADLER-FEST"****Tower-Café am alten Flugplatz Bonames**

Wer feste arbeitet für ein fahrradfreundliches Frankfurt, der soll auch mal richtig feiern. Der ADFC Frankfurt lädt alle Radlerinnen und Radler zu einem großen Sommerfest ein. Am Tower-Café in den Niddawiesen zwischen Heddernheim und Bonames bieten wir ein buntes Programm mit Infos über die Aktivitäten des ADFC:

- Musik und Mitmach-Aktionen,
- Fahrrad-Check und Codierung,
- Fahrrad-Ausstellung und Probefahrten.

Damit wollen wir über den Kreis der Mitglieder hinaus die vielen Menschen ansprechen, die in den letzten Jahren das Radfahren für sich neu entdeckt haben.

Sonntag, 30.05.2010

★★

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

11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

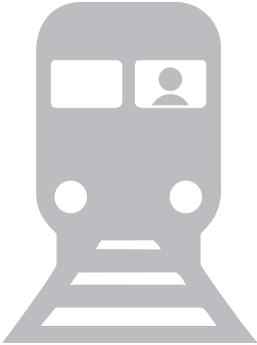
ZUM "GROSSEN ADFC RADLER-FEST"

Wir radeln über Bockenheim, durch den Niddapark zur Nidda und folgen ihr zum Alten Flugplatz Bonames zum dort stattfindenden "Großen ADFC Radler-Fest". Als mögliche Rückfahrt wird eine 3-Sterne-Tour (plus 40 km) angeboten über Berkersheim, Preungesheim, Seckbach, Enkheimer Ried, Mainkur und am Main entlang.

20 km

Matthias Uhlig





LAZY



LAZY



radfix-Frankfurt Frühling & Sommer
Bornwiesenweg 67 01. März - 31. Okt
60322 Frankfurt am Main Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr
Sa. 10.00 - 16.00 Uhr

069/26 49 34 60 Herbst & Winter
069/26 49 34 61 01. Nov - 28./29. Feb
info@radfix-frankfurt.de Mo. - Fr. 10.00 - 19.00 Uhr
www.radfix-frankfurt.de Sa. 10.00 - 15.00 Uhr

Dienstag, 01.06.2010

★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 02.06.2010

★★

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

ZU DEN DIETESHEIMER STEINBRÜCHEN*Für alle, die gemütlich radeln wollen*

Entlang des Enkheimer Rieds nach Bischofsheim, weiter über Hochstadt und Wilhelmsbad nach Steinheim. Hier Rast mit Einkehrmöglichkeit. Danach können wir an einigen Aussichtspunkten die vor langer Zeit stillgelegten Dietesheimer Steinbrüche besichtigen. Rückfahrt über den Main-Radweg.

50 km

Michael Bunkenburg, Klaus Konrad

Mittwoch, 02.06.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

**Mittwoch, 02.06.2010**

★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 03.06.2010 Fronleichnam

★★★

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

VIER SCHLÖSSER

Wir radeln über Neu-Isenburg zum Heusenstammer Schloss, über Offenbach-Bieber, Lämmerspiel, Mühlheim und am Main entlang nach Klein-Krotzenburg zur Mittagspause. Am Nachmittag nach Seligenstadt mit einem Abstecher zur dortigen Wasserburg. Auf der anderen Mainseite weiter nach Kahl, zum Schloss Emmerichshofen und der Kinzig entlang bis Hanau. Über Schloss Philippsruhe, Mainkur und durch das Enkheimer Ried zurück.

80 km

Matthias Uhlig

03.06.2010 - 06.06.2010

★★★

Abfahrt: 07:00 Uhr - Ffm-Hbf

KUNST, KULTUR UND KÜCHE**IN FLANDERN**

Rundfahrt durch den flämischen Teil Belgiens zwischen Brüssel, Antwerpen und der deutsch-holländischen Grenze.

280 km

Kosten 290,00 €, für ADFC-Mitglieder 280,00 € (Bahn-Personenfahrt, Ü/F im DZ, Radtransport, Begleitfahrzeug)

Bertram Giebeler, Anne Wehr

Samstag, 05.06.2010

★★

Abfahrt: 12:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

BIOBAUERN AM STADTRAND

Weitgehend autofrei fahren wir in den Nordosten und besuchen dort den Schulgarten am Lohrborg und zwei Bauernhöfe mit ökologischem Anbau. Der erste Hof ist ein Betrieb des Deme-

ter-Verbandes mit Bio-Supermarkt, der zweite unterhält das einzige "Bio"-Erdbeer-Selbstpflücker-Feld bei Frankfurt. Von dort über einen Hügel zum Nidda-Uferweg.

40 km

Jürgen Lutz, Heinrich Göbel

Sonntag, 06.06.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)

AU WEIHER!**Von Nass zu Nass**

Wegen der (hoffentlich) warmen klimatischen Verhältnisse machen wir eine kleine Kühl-Tour, fahren ab Höchst in den Stadtwald und besuchen dort allerlei Weiher. Wir passieren die Pumpstation, Königsbrunnchen, Jacobi-, Kesselbruch-, Försterwiesen-, Scherbelino-, Maunzen-, Buchrainweiher und enden im Rudererdorf mit Einkehr.

Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte wie bei den **FlexiTouren** (s. "**FlexiTour**, die erste", Anfang Mai) unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder beim Tourenleiter zur Verfügung. Man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen. Bei ungeeignetem Wetter wird die Tour abgeändert.

25 km, 100 Höhenmeter

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),

Renate Markiewka





Wir machen Räder rund.

- **Klassische Rennräder**
- **Originalteile**
- **Service und Beratung**
- **Individual-Aufbauten**
- **Bahnräder**
- **Rahmen und Zubehör**
- **Neu und Gebrauch**
- **An- und Verkauf**

Weißfrauenstraße 6 - 069 / 24 75 08 28
Frankfurt-Innenstadt - eingangfrankfurt.de

MIETER HELFEN MIETERN

Frankfurt e.V.

**...weil Wohnen
menschwürdig und
bezahlbar sein muss,
für alle!**



**Beratung • Schriftliche Vertretung
Prozesskostenversicherung**

Für 42 € bzw. 72 € (incl. Versicherung) im Jahr

Große Friedberger Straße 16-20
60313 Frankfurt am Main
Tel.: 069 - 28 35 48
Fax: 069 - 29 63 30
post@mhm-ffm.de
www.mhm-ffm.de

Öffnungszeiten
mo - fr 9-13 und 14-18 Uhr

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

Sonntag, 06.06.2010 ★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Ffm-Südbahnhof, Vorplatz
KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

DREIEICHENHAIN UND DIETZENBACH

Über Neu-Isenburg nach Dreieichenhain mit
Altstadt, Burg und Museum. Weiter nach Diet-
zenbach mit dem Aussichtsturm "Ballett der
Bewegung" und Geschichtspfad.

Einkehr bzw. Picknick.

50 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Rainer Schoenberg, Orlof Hügel

Sonntag, 06.06.2010 ★★★

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

ZUM RADLERTREFF**NACH NIEDERBERG**

Durch den Stadtwald radeln wir über Offenbach,
Heusenstamm, Weiskirchen, die Lange Schnei-
se, Harreshausen, Schaaflheim und Großost-
heim nach Niedernberg. Einkehr in einem Hof-
gut mit Hofladen. Nach der Pause zurück über
Schaaflheim, Langstadt, Hergershausen nach
Nieder-Roden, dort Tourende.

Rückfahrt mit der S-Bahn.

90 km

Wolfgang Pischel,

Hans Eichner

**Sonntag, 06.06.2010** ★★★★

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

RENNRADTOUR**IN DEN RHEINGAU-TAUNUS****Auf der Suche nach Strinz**

Nachdem wir uns im Vordertaunus warm gefah-
ren haben, erklimmen wir hinter Hofheim in
Richtung Niedernhausen den Taunus. Danach
wenden wir uns nach Osten und drehen auf
schönen Nebenstrecken eine Schleife durch den
Rheingau-Taunus. Nach einer kurzen Einkehr
geht es über Idstein und Eppstein zurück.

110 km, 1000 Höhenmeter

Wir fahren keine Trainingsrunde, aber Rennräder
oder schnelle Tourenräder werden empfohlen.

Jürgen Lutz (juergen_lutz_@web.de),

Ingo Mett (ingo.mett@gmx.de)

Dienstag, 08.06.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 09.06.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 09.06.2010 ★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 10.06.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Anne Wehr, Birgit Wagenbach

Freitag, 11.06.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

MTB-VARIATIONEN

Genüssliche MTB-Tour zu verschiedenen Zielen
im Taunus zwischen 400 und 600 Höhenmetern.
Die Entfernungsangabe ist nur ein ungefährender
Wert. Schlusseinkehr in einem Gartenlokal an
der Strecke.

Bitte unbedingt Beleuchtung mitbringen, denn es
könnte passieren, dass wir in die Dämme-
rung/Dunkelheit kommen.

40 km, 500 Höhenmeter

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

Samstag, 12.06.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTDECKERTOUR

siehe Seite 20

Michael Bunkenburg, Rolf Peters

Sonntag, 13.06.2010 ★★

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

STERNFAHRT ZUM**FREILICHTMUSEUM HESSENPAK I****Die ADFC-Landpartie****"Fahrradausflug in die Sommerfrische"**

Wir radeln auf stetig ansteigenden Wegen über
Steinbach, vorbei an der Waldsiedlung Ober-
höchststadt, weiter auf Waldwegen zur Raven-
steinhütte. Nach kurzer Rast fahren wir zur
Hohemark, klettern dann hinauf zur Saalburg
und über Obernhain gelangen wir zum Frei-
lichtmuseum Hessenpark.

Der Hessenpark und der ADFC Hessen laden



KunstGesellschaft

FahrradReisen 2010

KulTouren in Ost und West:

2.- 6.6. extra: Goldene Aue	260/280*
18.-26.6. Niederlausitz	580/610*
2.-10.7. Havelland-Oder	590/620*
10.-18.7. Havelland-Oder	590/620*
30.7.-7.8. Mecklenburg	600/630*
7.-14.8. Dessau, Wörlitz	390/420*
11.-14.9. extra:MainFranken	240/260*

regional, an 3 Tagen:

14.-16.5. Wetterau, Rabenau	35/50+
20.-22.8. Um Fulda	35/50+
24.-26.9. Um Marburg	35/50+

(*ca.-Preise incl. Bahn, Hotels, Gepäck;
+ zzgl. Bahn, Hotel; EZ-Zuschlag)

KunstGesellschaft, Keplerstr. 7 A,
60318 Frankfurt, Fon / Fax 069 / 55 21 91
ahlheit@kunstgesellschaft.de
siehe auch: www.kunstgesellschaft.de

Traditionsgasthof

Speisekammer



Alt Heddernheim 41
60439 Frankfurt am Main

069 - 57 38 88

www.speisekammer-ffm.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag im Sommer ab 17.00 h
im Winter ab 18.00 h
Sonntag ab 11.30 h

NEU

- > GUTE PREISE
- > PRIMA AKTIONEN

Fahrradstation Frankfurt

Inh. Susanne Sitzius
Ginnheimer Landstraße 133
60431 Frankfurt / Ginnheim

TEL 069 / 95 11 40 61

Citybikes / Trekkingräder / Crossräder /
Mountainbikes / Kinder- und Jugendfahrräder

GROSSES ZUBEHÖRPROGRAMM
UND INZAHLUNGNAHME

FAHRRAD
STATION
FRANKFURT

www.fahrradstation-frankfurt.de

zu dieser Landpartie ein. Wir erleben typische Alltagsgeschichten der 1920er-Jahre. Der Geschichte des Fahrrades wird dabei besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Es besteht genügend Zeit, an den verschiedenen Veranstaltungen teilzunehmen und/oder einzukehren. Zurück fahren wir über Oberhain, durch das Köpperner Tal und den Hardtwald nach Harheim zur Nidda.

60 km, 520 Höhenmeter

Michael Bunkenburg, Klaus Konrad

Sonntag, 13.06.2010 ★★★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

STERNFAHRT ZUM

FREILICHTMUSEUM HESSENPAK II

Die ADFC-Landpartie

"Fahrradausflug in die Sommerfrische"

Von Praunheim über Falkenstein bis zum Fuchstanz fahren wir stetig bergauf, dann über den Sandplacken zum Hessenpark.

Der Hessenpark und der ADFC Hessen laden zu dieser Landpartie ein. Wir erleben typische Alltagsgeschichten der 1920er-Jahre. Der Geschichte des Fahrrades wird dabei besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Es besteht genügend Zeit, an den verschiedenen Veranstaltungen teilzunehmen und/oder einzukehren.

Die Rückfahrt geht über die Saalburg und das Gotische Haus.

Da wir größtenteils Waldwege benutzen sind breite Bereifung und berggängige Schaltung erforderlich.

55 km, 750 Höhenmeter

Elke Bauer, Ulrich Bauer

Sonntag, 13.06.2010 ★★★★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Höchst, Kran am Mainufer (Leunabrücke)

ZU DEN WARTEN VON BIERSTADT UND ERBENHEIM

Warten nahmen bis ins Spätmittelalter Vorposten ein, um die Bevölkerung vor herannahenden Feinden zu warnen. Um die Warten hatte man zum Schutz weite Gebiete mit Dornengestrüpp bepflanzt, so dass sie nur sehr mühsam eingenommen werden konnten. Auch gelang man in den Turm nur über eine Leiter, die bei Gefahr eingezogen wurde. Als Relikte aus einer anderen Zeit stellen sie noch heute markante Punkte in der Landschaft dar. Wir kommen bis an den Rand von Wiesbaden und haben einen herrlichen Blick auf die Landeshauptstadt mit Neroberg und Russischer Kapelle. Es wird nicht eingekehrt, also genügend gegen Hunger und

Durst mitnehmen. Auf dem Rückweg besuchen wir noch die Erbenheimer Warte.

70 km

Wolfgang Claus

Dienstag, 15.06.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 16.06.2010 ★★★

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

ZUR WALLFAHRTSKIRCHE MARIA

STERNBACH IN DER WETTERAU

Wir radeln stadtauswärts durch den Günthersburgpark zum Heiligenstock, über den Lohrberg nach Bergen und auf der Hohen Straße nach Windecken. Dort Picknick, Proviant mitbringen. Nach der Rast geht es über Höchst a.d.N. und Kloster Engelthal zur Kirche Maria Sternbach bei Wickstadt und weiter entlang der Nidda. Einkehr zu Kaffee/Kuchen/Eis.

Ab Karben mit der S-Bahn zurück.

70 km

Hermann Heß, Klaus Konrad

Mittwoch, 16.06.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 16.06.2010 ★★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Freitag, 18.06.2010 ★

Abfahrt: 20:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

GLÜHWÜRMCHENPIRSCHFART

Nach Ankunft und Treffen mit den Bad Homburger Teilnehmern radeln wir in gemütlichem Tempo über Oberrad kreuz und quer durch den Stadtwald. Wie durch Zufall kreuzen einige kleine Seen den Weg. Sobald es ausreichend dunkel geworden ist (ca. 22:30 Uhr), pirschen wir uns langsam an einige versteckte Ecken heran, wo wir hoffentlich wieder viele Glühwürmchen beobachten können. Für mich persönlich stellt dies immer wieder ein besonderes Naturschauspiel dar. Die Rückfahrt für die Bad Homburger kann mit der S-Bahn erfolgen.

25 km

Ronald Martens



Herzlich Willkommen



Die „Untere - Mühle“ liegt ruhig am Waldrand, 500 m vom Kegelspielradweg entfernt.

Im alten mit viel Liebe renovierten Mühlengebäude befinden sich

3 Ferienwohnungen und 8 Doppelzimmer. Unsere Gasträume mit gemütlicher Atmosphäre bieten Platz für 90 Personen. Wir richten für unsere Gäste Familienfeiern, Firmenfeste, Sippentreffen oder ähnliche Feste und Veranstaltungen aus.



- Pension
- Fremdenzimmer
- Ferienwohnungen
- Familienfeiern

„Untere - Mühle“

Inh. Thorbjörn Pape
Untere Mühle 1

36151 Burghaun - Steinbach

www.untere-muehle.de

info@untere-muehle.de

Tel.: 06652 / 9110110

Fax: 06652 / 916067

BIKE GARAGE

Günstige
Mountain Bike
und
Trekking-
Räder

Reparaturen
und Service



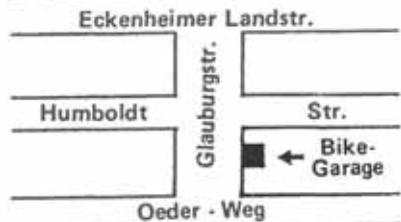
Tel.: 069 55 40 65 - Fax: 069 55 14 08

E-Mail: bikegarage@gmx.net

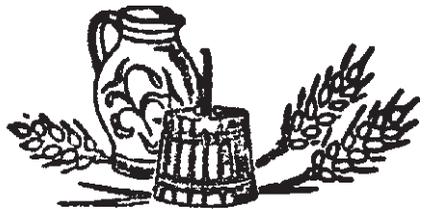
Glauburgstr. 83 b - 60318 Frankfurt/M.

Geöffnet: 10.00 - 12.30 + 15.00 - 18.30

Sa. 10 - 14.00 Uhr - Mi. 15.00 - 18.30 *



* nur März-Sept.



Gasthaus-Gartenlokal

‘Zum Lemp’

Inh. Familie Bär

60435 Ffm.-Berkersheim

Berkersh. Obergasse 12

Tel. 069 / 54 32 46

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag ab 17:00 Uhr

Samstag ab 14:00 Uhr

Sonn- und Feiertage ab 11:30 Uhr

18.06.2010 - 19.06.2010 ★★★

Abfahrt: 22:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

MITTSOMMERNACHTSTRAUM**Die preiswerteste Mehrtagestour des Jahres**

Statt brav in der Heia zu liegen, verbringen wir, frei nach dem Stück von Willi Schüttelbier, eine der kürzesten Nächte des Jahres radwandelnd 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. Jetzt öffnen schon die ersten Cafés zwecks zweiten Frühstück.

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 €, für ADFC-Mitglieder 0,00 €

Rainer Mai (069-413085),

Jürgen Johann (069-762928)

Sonntag, 20.06.2010

AOK RADSONNTAG
Kooperationspartner von
"Mit dem Rad zur Arbeit"

Zum ersten Mal wird 2010 der AOK RadSonntag stattfinden. Dieser bundesweite Aktionstag spricht die Zielgruppe "Junge Familie" an und ist als Mitmachaktion konzipiert. Eine breite Öffentlichkeitswirksame Kommunikation ist geplant.

Nähere Informationen beim Infoladen des ADFC erfragen und/oder der Tagespresse entnehmen.

Sonntag, 20.06.2010 ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

NEU-ISENBURG**3 Siedlungen - 3 Zeiten - 3 Entwicklungen**

Viele kennen die Geschichte dieser interessantesten Stadt im Süden Frankfurts nicht!

- Neu-Isenburg: die Flüchtlingsstadt der Hugenotten, eine Planstadt
- Zeppelinheim: die Werksiedlung der jungen Luftfahrt, mit Zeppelinmuseum
- Gravenbruch: die 60er-Jahre-Satellitenstadt

Wir sehen und hören etwas über Stadtentwicklungen, Geschichte und Geschichtchen.

40 km

Peter Mertens, Christine Kruse

Sonntag, 20.06.2010 ★★

Abfahrt: 08:50 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

09:30 Uhr - Bf Groß-Karben

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

WETTERAU:**ENGELTHAL UND ILBENSTADT**

Über die Gerichtsstätte Kaichen geht es zum Kloster Engelthal, sowie über das Kirchlein Maria Sternbach zum Kloster Ilbenstadt. Die Klosterkirchen sind das Ziel. Einkehr geplant.

Es sind einige Steigungen zu bewältigen. Nach und von Karben mit RMV (Gruppenticket).

50 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Hans Dohm, Orlof Hügel

Sonntag, 20.06.2010 ★★

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

10:45 Uhr - Eschborn, Wiesbaden

ZUR NEUGOTIK UM DIE ECKE**Besuch im Gotischen Haus**

Durch den Vordertaunus fahren wir über Steinbach, Oberursel und Oberstedten zu unserem Mittagsziel, dem Gotischen Haus bei Bad Homburg, zur Besichtigung des Hutmuseums und einer Sonderausstellung. Anschließend geht es zur Stärkung nach Oberstedten. Zurück führt uns der Weg am Eschbach entlang zur Nidda und flussabwärts zur Wörthspitze bzw. dem Wiesensbad in Eschborn.

60 km

Wolfgang Wiedemann, Hinrich Garrels

Sonntag, 20.06.2010 ★★★

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

ZUM EISENBAHNMUSEUM**IN KRANICHSTEIN**

Auf langen Waldstrecken radeln wir über Neu-Isenburg und Dreieichenhain zunächst zum Forsthaus Kalkofen, dort Einkehr. Danach geht es zum interessanten Eisenbahnmuseum in Darmstadt-Kranichstein, für dessen Besichtigung wir uns Zeit nehmen. Zurück über Messel und Dreieichenhain.

70 km

Matthias Uhlig

Dienstag, 22.06.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18





Zweirad Ganzert



KTM
Bikes vom Besten

RIXE


PEGASUS

BULLS

 **SIMPLON**
INDIVIDUAL BIKES - HANDMADE WITH PRIDE

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

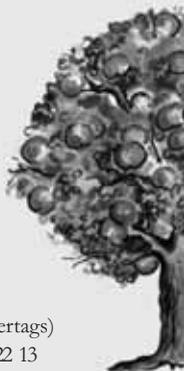
HOF GIMBACH



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



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



Mo.-Fr. ab 12.00 Uhr, Sa. u. So. ab 11.00 Uhr, Mittwoch Ruhetag (außer Feiertags)
Hof Gimbach • 65779 Kelkheim/Taunus • Tel. 0 61 95 - 32 41 • Fax 0 61 95 - 7 22 13
Internet: www.hof-gimbach.de • Email: hof-gimbach@hof-gimbach.de

Landkarten Schwarz

GmbH & Co. KG

Kornmarkt 12

(am Parkhaus 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 10:00 - 19:00 Uhr

Samstags 10:00 - 18:00 Uhr

**Rund um die Welt
- alles in Karten.**



Mittwoch, 23.06.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

TRADITIONSTOUR ZUM FALKENSTEIN

Abseits des Verkehrs fahren wir über Steinbach und Schönberg immer leicht bergauf. Dann folgt ein etwas steileres Stück (1,5 km) am Hünenberg entlang bis zum Arbeiterweg. Auf diesem Höhenweg geht es nach Falkenstein. Dort gibt es noch einmal einen kurzen knackigen Anstieg zur Burg (Eintritt evtl. 2,00 €). Hier machen wir eine Pause und genießen die Aussicht. In rauschender Fahrt rollen wir dann nach Kronberg und durch die Felder immer bergab nach Eschborn. In Ginnheim haben wir uns einen kühlen Trunk ehrlich verdient.

35 km, 500 Höhenmeter

Michael Dorgarten

Mittwoch, 23.06.2010

★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 24.06.2010

★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Michael Bunkenburg

**25.06.2010 - 27.06.2010**

★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

DIE SCHÖNSTEN STELLEN**DER FRÄNKISCHEN SCHWEIZ**

Von Lauf a.d. Pegnitz radeln wir entlang des Flusses mit dem Etappenziel Stadt Pegnitz (1.Ü). Ab jetzt erwartet uns ein "onduliertes" Gelände. Für diese Mühe entschädigt die herrliche Landschaft. Wir kommen durch bekannte Orte: Pottenstein, Tüchersfeld, Ebermannstadt und erreichen Forchheim (2.Ü). Dann geht es durch die zentrale Fränkische Schweiz: Egloffstein, Obertrubach, Hiltspolstein und Schnaittach. Nun haben wir viel "erfahren" und

erreichen unseren Ausgangspunkt Lauf a.d.P.

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

(55 - 65 km je Tag)

Da die Bahn immer mehr Züge für Radmitnahme streicht, kann es zu mehrfachem Umsteigen und später Rückkehr (bis 23:00 Uhr) führen.

180 km

Kosten 195,00 €, für ADFC-Mitglieder 185,00 €

(Bahn, 2 Ü/F im DZ)

EZZ 30,00 € - begrenzt buchbar

Anmeldung spätestens bis 28.05.

bis 09.04. Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (06102-733971, 0175-2032877,

mertensp.nib@t-online.de)

Samstag, 26.06.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

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

(Variante West) siehe Seite 11

Albrecht Reinhard, Werner Buthe

26.06.2010 - 28.06.2010

★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

ODENWÄLDER KULTURFAHRT**u.a. zur Michelstädter Musiknacht**

Die Michelstädter Musiknacht ist mittlerweile ein Klassiker. In der schönen Altstadt von Michelstadt finden am Samstagabend an 6 verschiedenen, dicht beieinander liegenden originellen Orten klassische oder jazzige Konzerte mit dem Thema "Vier Jahreszeiten - Der Jahreszyklus in Musik" statt (6 Stunden lang!). Auf der Fahrt dorthin durchstreifen wir den Odenwald von Darmstadt über Michelstadt (1.Ü), Eberbach (2.Ü), am Neckar entlang bis Bad Wimpfen. Wir erleben Geschichte in der Einhardsbasilika in Michelstadt-Steinbach sowie im Märchenschloss Burg Zwingenberg am Neckar mit Flötenmusik. Vielleicht wagen wir uns auch in die benachbarte romantische Wolfsschlucht. Bademöglichkeit im Marbach-Stausee.

Ausführliche Tourenbeschreibung und Anmeldeformular anfordern unter der E-Mail-Adresse oder der Anschrift: Auf dem Sand 1, 64367 Mühlthal.

150 km

Kosten 185,00 €, für ADFC-Mitglieder 175,00 €

(Bahn, 2 Ü/F im DZ, Konzerte, Eintritte)

Anmeldung spätestens bis 27.04.

bis 01.04. Nachlass 10,00 €

Rainer Griga (06151-147613, 0175-8068833,

Gr23iga11Ra19iner57@gmx.de)



ANGLERHEIM RÖDELHEIM

LUDWIG
LANDMANNSTR. 326
60487 FRANKFURT A/M

TEL 069 / 789 43 53
FAX 069 / 97 84 37 65
MOBIL 0170 960 47 54
WWW.ANGLERHEIM-ROEDELHEIM.DE
E-MAIL:
INFO@ANGLERHEIM-ROEDELHEIM.DE

IHR
AUSFLUGSZIEL
AN DER NIDDA

TÄGLICH GEÖFFNET

DEUTSCHE KÜCHE

TÄGLICH WECHSELNDER
MITTAGSTISCH

BIERGARTEN

Unser traditionelles Fischerfest
findet in diesem Jahr am

26./27.06.2010

statt

RADSPORT

Rennräder · Rahmen
Radsportbekleidung
Werkstattservice
Ersatzteile
Damen- und Herrenräder
Kinderräder

Radsport Graf

An der Herrenwiese 8
60529 Frankfurt (Goldstein)
Telefon und Fax 069 - 666 76 01

Mo - Fr 9 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr,
Sa 9 - 13 Uhr, Do geschlossen
www.radsport-f-graf.de



Der Weg ist meinbier!



Besuchen Sie das Alt-Oberurseler
Brauhaus auch online auf www.meinbier.de

Ackergrasse 13 · Oberursel · Tel.: 06171 - 543 70 · info@meinbier.de

Sonntag, 27.06.2010 ★

Abfahrt: 12:00 Uhr - Ffm-Hbf, Südseite,
Ecke Mannheimer/Karlsruher Str.

**WELLNESS BEIM BADEN
UND GRILLEN AM STEINRODSEE**
BIKE & LIVE

Fast nur auf Waldwegen radeln wir gemütlich zu dem wenig bekannten Steinrodsee, 20 km südlich von Frankfurt. Dieser zum Baden freigegebene See "kippt" nicht, weil er mit Sauerstoff angereichert wird. Alle Annehmlichkeiten für einen genussreichen Wellness- und Badeaufenthalt, vor allem für Kinder (!), sind vorhanden (Sandstrand, sonnige und schattige Liegewiese, Anglerpark, Fischerstübchen, Kinderspielplatz, Biergarten, WC usw.).

Clou: Jeder bringt sein Badezeug, Decken, Grillzeug, Getränke etc. zum Startpunkt, von wo alles per Pkw zum See und wieder zurückgebracht wird (Grill ist vorhanden)! Es können auch Würstchen, Steaks und Getränke bestellt werden, die wir besorgen.

Wir bleiben einige Zeit am Badesee, aber Rückkehr noch im Hellen. Rückfahrt mit der S-Bahn ab Mörfelden oder Erzhausen. Bei Rückfahrt per Rad 2-Sterne-Tour und 50 km.

Um alles planen zu können, brauchen wir eine vorherige Anmeldung nebst eventuellen Bestellungen.

25 km, 50 Höhenmeter

Bereits vorher stehen alle Daten incl. aller Zwischenhalte wie bei den **FlexiTouren** (s. "**Flexi-Tour**", die erste", Anfang Mai) auf www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder beim Tourenleiter (s.u.) zur Verfügung, man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen. Bei ungeeignetem Wetter wird die Tour abgeändert.

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078),
Renate Markiewka, Silvana Meißner

Sonntag, 27.06.2010 ★★★

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

ZUR ROSENHÖHE IN DARMSTADT

Einer unserer Klassiker im Sommer. Auf Nebenstrecken (meistens Forstwegen) geht es durch die Waldgebiete südlich Frankfurts nach Darmstadt zur Parkanlage Rosenhöhe, deren Mittelpunkt das sehenswerte Rosarium bildet. Unser Rückweg führt uns auf anderen Wegen wieder durch den Wald über Dreieichenhain und Oberrod ins Rudererdorf am Main zur Schlussrast. Picknick und Einkehr.

75 km

Hartmut Lange, Ulrich Hahn

Dienstag, 29.06.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 30.06.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 30.06.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 01.07.2010 ★

Abfahrt: nach Absprache - siehe Website

FLEXITOUR, DIE NÄCHSTE BITTE ...**Feierabendtour der besonderen Art**

Auch die Startpunkte und -zeiten der heutigen **FlexiTour** sind - wie alle zusätzlichen (!) in diesem Monat auch - unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren zu finden, weil neben dem Startpunkt auch Pausenpunkte der Tour als weitere Start-, Ein- und Ausstiegspunkte genutzt werden können. Dadurch kann jeder seine Gesamtroute flexibel selbst bestimmen und somit sind **FlexiTouren** vor allem für Einsteiger oder Berufstätige direkt nach der Arbeit interessant (s. "**FlexiTour**", die erste", Anfang Mai).

Wer will, kann sich vorher aber auch direkt bei der Tourenleitung melden und selbst während der Tour erreicht man diese per Handy (s. u.), wenn man sich vielleicht verspätet!

25 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,
Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
Renate Markiewka, Klaus Binzer

Sonntag, 04.07.2010 ★

Abfahrt: 13:00 Uhr - Eiserner Steg, Sachsen-

häuser Seite (Treppbereich Bürgersteig oben, nicht unten am Ufer)

13:20 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

13:50 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

**KAFFEE UND KUCHEN AM NACHMITTAG
BIKE & LIVE**

Wir starten am Eisernen Steg auf der Sachsenhäuser Seite oben (nicht unten am Ufer!), fahren am Rudererdorf vorbei und über die Kaiserleibrücke zur Eissporthalle. Dort geht es "auf die Autobahn", d.h. auf das sogenannte Galeriebauwerk über der Autobahn in Seckbach/Bornheim, hinauf zum Frankfurter Bogen und weiter nach Berkersheim (kurze Einkehr).



Seit 10 Jahren in Biebr:
Wiener Hof

Die Verwöhn-Oase für jung & alt



Biergarten mit...

- GROBE AUSWAHL -
- BESTER QUALITÄT -
- VERNÜNFTIGEN PREISEN -
- GEMÜTLICHEM AMBIENTE -
- OHNE RUHETAG -

www.wiener-hof.de

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



Ihr Fahrradgeschäft im Nordwesten Frankfurts

Da bist du platt! Radsport Hess macht Ihr Fahrrad "unplattbar".

Gegen Vorlage des Gutscheins montieren wir Ihnen die Schwalbe Marathon Plus ohne Montagekosten (20.- Euro / 2 Stck). Sie bezahlen nur den Preis für den Reifen (33,90 Euro/Stck).

- ✓ Ca. 400 Fahrräder direkt vor Ort
- ✓ Fachwerkstatt im Haus
- ✓ Zeitnahe Reparatur von allen Fahrrädern.
Auch nicht im Haus gekaufte
- ✓ Fahrräder von Hercules, Giant, Focus, Diamant, Trek, Winora, Staiger, Kalkhoff, Hai Bike und Puky-Kinderfahrzeuge
- ✓ Zubehör von Trelock, Ortlieb, Uvex, Sigma, Shimano, Cateye, Tubus, Schwalbe, Brooks, Busch & Müller u.v.m.



**Ihr Traum vom Komfort-Bett.
Machen Sie ihn wahr!**



**Freya Linder
dormiCIEL Bettenstudio**

Raimundstr. 27 ▪ Frankfurt-Ginnheim
069-53 32 53 www.dormiciel.de

AG Klausur Fahrradcodierung für KundInnen
kostenlos nach Terminvereinb.

Gutschein

über die Montage des
"unplattbaren" Reifens
Schwalbe Marathon
Plus. Sie bezahlen nur
die Reifen. 0.- Euro für
die Montage.

Gültig bis 31.12. 2010

Radsport Hess

Heerstrasse 50
60488 Frankfurt
Telefon: 069 / 574586

Öffnungszeiten:

Mo-Frei 9 bis 13 Uhr
15 bis 18:30 Uhr
Samstag 9:30 bis 14 Uhr

www.fahrrad-frankfurt.de
info@fahrrad-frankfurt.de

Ihre traffiQ-Mobilitätszentrale an der Hauptwache >>



>> ob mit Bus, Bahn, Pkw oder Fahrrad

Information, Beratung, Service und Verkauf >> Ihre traffiQ-Mobilitätszentrale im RMV

>> Fahrplan- und Tarifauskünfte >> RMV- und DB-Fahrkarten >> CarSharing

>> Informationen zur aktuellen Verkehrslage >> Veranstaltungshinweise

>> Infos für Radfahrer >> Park&Ride >> Stadtpläne >> Wegbeschreibungen

i Verkehrsinsel an der Hauptwache

Montag - Freitag

9.00 Uhr - 20.00 Uhr

Samstag

9.30 Uhr - 18.00 Uhr



Mehr Informationen zu Bussen und Bahnen in Frankfurt >>

@ www.traffiQ.de



01805 069 960* (rund um die Uhr)

*0,14 Euro/Min. aus dem dt. Festnetz, Mobilfunkpreise max. 0,42 Euro/Min.

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:

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. Montags bis freitags können während der Hauptverkehrszeiten von **6.00 - 8.30 Uhr und von 16.00 - 18.30 Uhr** leider keine Fahrräder mitgenommen werden.

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

Ganztägig und ohne zeitliche Einschränkung ist die Fahrradmitnahme im **RegionalExpress**, im **StadtExpress**, in der **Regionalbahn** und in der **S-Bahn** möglich.

>> 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 Vorrrecht 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 Symbol gekennzeichneten Türräume. Maximal zwei Fahrräder haben dort Platz. Denken Sie bitte daran, Ihr Fahrrad während der Fahrt festzuhalten, damit niemand verletzt wird oder es nicht zu sonstigen Beschädigungen kommt.



>> Weitere Informationen

Den genauen Wortlaut der Bedingungen für die Mitnahme von Fahrrädern sowie die Tarifbestimmungen und Beförderungsbedingungen erhalten Sie auf Wunsch:

>> in der Verkehrsinsel an der Hauptwache

>> in den RMV-Verkaufsstellen

>> telefonisch unter 01 805 069 960*

>> im Internet unter www.traffiQ.de.

Gute Fahrt mit Bus, Bahn und Rad wünscht >>

Gestärkt rollen wir zur Nidda hinunter und dort über den Alten Flugplatz Bonames zum Niddapark. Alles endet unweigerlich mit Kaffee und Kuchen in einem Gartenrestaurant.

24 km

Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte unter www.adfc-frankfurt.de/FlexTouren (s. "FlexTour, die erste", Anfang Mai) oder beim Tourenleiter (s.u.) zur Verfügung. Man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen. Bei ungeeignetem Wetter wird die Tour abgeändert.

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078, Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
Renate Markiewka, Wolfgang Pischel

Sonntag, 04.07.2010 ★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Ffm-Südbahnhof, Vorplatz
KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

MESSEL: GRUBE UND MUSEUM

Durch Wald und Flur erreichen wir zuerst die Grube Messel, dann das Museum. Einkehr geplant.

60 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Rainer Schoenberg, Manfred Bohl

Sonntag, 04.07.2010 ★★★★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

BAYERISCHER SPESSART

Großteils auf Waldwegen erklimmen wir die Höhen des Spessarts. Nachmittagsrast beim "Engländer" (Ausflugsort). 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, 06.07.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 07.07.2010 ★★

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

ERKUNDUNG

DES SÜDLICHEN REGIONALPARKS

Für alle, die gemütlich radeln wollen

Zur Erkundung des südlichen Regionalparks radeln wir auf weitestgehend autofreien Wegen

über Neu-Ilsenburg, Dreieich-Sprendlingen und Dreieichenhain nach Langen. Unterwegs Picknick. Weiterfahrt über Götzenhain und Neu-Ilsenburg zur Schlussrast im Rudererdorf.

60 km

Heinrich Freund, Wolfgang Pischel

Mittwoch, 07.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 07.07.2010 ★★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 08.07.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Klaus Binzer

Freitag, 09.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

MTB-VARIATIONEN

siehe Seite 28

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

09.07.2010 - 11.07.2010 ★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

LAHNTOUR

Von der Quelle bis Limburg

Per Bahn nach Feudingen bei Bad Laashe. Zuerst eine Fahrt zur Lahnquelle, dann geht es lahnabwärts über Biedenkopf, Lahntal, Cölbe nach Marburg (1.Ü). Weiter über Gießen nach Wetzlar (2.Ü). Am Sonntag fahren wir über Weilburg, Villmar und Runkel nach Limburg. Rückfahrt per Bahn.

Diese Radtour führt überwiegend auf Wirtschaftswegen und ruhigen Straßen.

170 km, 500 Höhenmeter

Kosten 130,00 €, für ADFC-Mitglieder 120,00 € (Bahn, 2 Ü/F im DZ, Eintritt)

EZZ 30,00 € - begrenzt buchbar

Anmeldung bis 15.06.

Michael Bunkenburg (069-525261,

michael@bunkenburg.name)

Samstag, 10.07.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTDECKERTOUR

siehe Seite 20

Wolfgang Pischel, Katja Elgert



Optische Fahrradbrillen

ALPINA PRO SPORT OPTIC



ab € 142,-

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 € 195,-
Rudy Project Perception ab € 195,-

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



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

Main Velo

Liege-, Touren- und Spezialräder



info@MainVelo.de
www.MainVelo.de

Alt-Harheim 27
60437 Frankfurt
06101 48 9 58

Sonntag, 11.07.2010 ★★

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

GROSSER RADTOURENSONNTAG**Zu Dichtern und Denkern**

Auch 2010 veranstaltet der ADFC Frankfurt wieder einen Radtourensonntag im Rahmen der Ferienaktionen der Frankfurter Rundschau. Wir bieten drei Touren mit unterschiedlicher Länge und entsprechenden Anforderungen an.

Tour A (ca. 40 km) ★★

Auf dem Hölderlinpfad nach Bad Homburg

Hans-Werner Weller, Hans-Joachim Kinstler

Tour B (ca. 45 km) ★★

Durch den Vordertaunus zur Chlodwig-Poth-Anlage in Sossenheim

Peter Rill, Matthias Uhlig

Tour C (ca. 70 km) ★★★

Nach Lindheim in die Wetterau zu Leopold Ritter von Sacher-Masoch

Heinrich Göbel, Hartmut Lange

Weitere Informationen zu den Touren werden in der Woche vor dem 11.07. im Lokalteil der Frankfurter Rundschau veröffentlicht.

Dienstag, 13.07.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 14.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 14.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

16.07.2010 - 19.07.2010 ★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

DONAU II - VON ULM BIS REGENSBURG

Bahnfahrt nach Ulm. Da die Bahn immer mehr Züge streicht, wird eine genaue Vorplanung für Radler schwieriger. Das könnte zu mehrfachem Umsteigen und später Ankunft (bis 23:00 Uhr) führen.

Wir radeln die Tour in vier entspannten Etappen: 1.Tag Ulm (Stadtrunde) - Günzburg - (Bahnfahrt) - Donauwörth. 2.Tag Donauwörth - Neuburg - Ingolstadt. 3.Tag Ingolstadt - Weltenburg - (Schiffahrt) - Kehlheim. 4.Tag Kehlheim - Regensburg.

Die wenigen Steigungen überwinden wir mühe-los. Rückfahrt mit der Bahn.

Bei dieser Tour gibt es so viel zu sehen - romantische Städte, Landschaften, Naturdenkmäler in Hülle und Fülle, dass man keine Sehenswürdigkeiten bevorzugen sollte. In den größeren Städten haben wir immer etwas Zeit, bevor wir wieder aufsitzen.

Unterwegs Picknick oder Einkehr.

Tagesstrecken 40 km, 60 km, 60 km, 40 km.

Kosten 260,00 €, für ADFC-Mitglieder 250,00 €

(Bahn, 3 Ü/F im DZ, Schiff)

EZZ 45,00 € - begrenzt buchbar

Anmeldung spätestens bis 18.06.

bis 07.05. Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (06102-733971, 0175-2032877,

mertensp.nib@t-online.de)

Sonntag, 18.07.2010 ★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZU DEN DIETESHEIMER STEINBRÜCHEN

Wir fahren am Mainufer entlang, am Schultheisweiher in Offenbach vorbei, zu den Dietesheimer Steinbrüchen. Dieses einzigartige Gebiet können wir ausgiebig erkunden und auch in der Nähe einkehren. Bitte Badezeug mitnehmen, da man dort traumhaft baden kann! Zurück geht es mit kleiner Pause am Offenbacher Wetterpark durch den Frankfurter Stadtwald zur gemütlichen Abschlusseinkehr.

36 km

Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren (s. "FlexiTour, die erste", Anfang Mai) oder beim Tourenleiter zur Verfügung, man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen.

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de), Renate

Markiewka, Silvana Meißner, Katja Elgert

Sonntag, 18.07.2010 ★★

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

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

SELIGENSTADT: KLOSTER UND PARK

Über Heusenstamm geht es nach Seligenstadt (Kloster, Park und Kirche).

Einkehr bzw. Picknick. Zurück mit dem RMV oder per Rad am Main entlang, dann plus 25 km.

45 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Hans Dohm, Orlof Hügel



„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



Bike-X-Dream

Fahrradfachhandel & Zubehör

Tel.: (069) 36 60 26 10

Fax: (069) 36 60 26 11

Email: bike-x-dream@arcor.de

Homburger Landstr. 5

60389 Frankfurt

Inh. S. Strahmeier

Öffnungszeiten • Di - Fr: 10:00 - 19:00 Uhr • Sa: 9:00 - 14:00 Uhr

PEDAL "TIL YOU



www.bike-x-dream.de

MECHANISCHES ATELIER

FAHRRADMEISTERWERKSTATT
DIAMANT GHOST TREK

HOMBURGERSTRASSE 26
60486 FRANKFURT AM MAIN
069 777990

VORMALS UNIBIKE AB 2.2.2010
HELMUT SCHLESINGER (PER PEDALE)

Getränke aus ökologischem Anbau

Kelterei & Ökoweinhandel

Fritz-Erler-Str. 33
65207 Wi-Medenbach
Tel.: 06122/12691
Fax: 06122/12697
www.matschundbrei.de



Apfelwein im Holzfaß gereift, naturtrüber Apfelsaft...
über 300 Öko-Weine, Sekt, Säfte, Bier... Wir liefern!

Sonntag, 18.07.2010 ★★★

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

NACH LANGENSELBOLD

Wir fahren auf sehr guten, aber ungewöhnlichen Wegen, die ziemlich unbekannt sein dürften. Die Altstadt liegt sehr schön an der Kinzig mit zwei großen Seen davor. Letztes Jahr fand dort der Hesseentag statt. Wie hat sich der Ort nach dem Spektakel entwickelt und wie sieht es nach einem Jahr Abstand aus? Das wollen wir uns einmal ansehen. Wahlweise Einkehr in einer Gaststätte oder Picknick im Schlosspark.

70 km

Wolfgang Claus

Dienstag, 20.07.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 21.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

**Mittwoch, 21.07.2010** ★★★

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

ZUR FACHWERKSTADT BABENHAUSEN

Unser Ziel ist die romantische Fachwerkstadt Babenhausen, die zwischen Darmstadt und Aschaffenburg am Unterlauf der Gersprenz liegt. Sie war früher Residenzstadt der Grafen von Hanau-Lichtenberg, davon zeugt noch das gut erhaltene Schloss.

Wir radeln über Neu-Isenburg, Dietzenbach, Urberach und Eppertshausen nach Babenhausen, wo wir zur Mittagrast einkehren. Auf dem Heimweg erreichen wir nach ca. 55 km Rodgau Nieder-Roden, wo die Tour mit Einstieg in die S-Bahn abgekürzt werden kann. Wer möchte, radelt weiter über den Patershäuser Hof und Heusenstamm ins Rudererdorf zur Schlussrast.

70 km

Heinrich Freund, Wolfgang Pischel

Mittwoch, 21.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 22.07.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Werner Buthe

Sonntag, 25.07.2010 ★

Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZUM OBSTHOF**NACH NIEDER-ERLENBACH**

Fast schon traditionell wollen wir den ökologischen Obsthof am Steinberg in Nieder-Erlenbach besuchen. Wir fahren auf sicheren Wegen durch die City zur Nidda und 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 geht es über Eschersheim zum Römer (ca. 18:00 Uhr), alternativ kann durch U- oder der S-Bahn abgekürzt werden. Unterwegs ausreichend Pausen.

40 km

Peter Mertens, Christine Kruse

Sonntag, 25.07.2010 ★★★

Abfahrt: 08:45 Uhr - Ffm-Hbf

SCHNELLE FAHRT NACH STORNFELS

Stornfels, in der Nähe von Ulfa gelegen, ist einer der schönsten Orte im Vogelsberg, die mit einer Tagestour noch erreichbar sind. Mit der Bahn bis Bruchengraben und mit dem Rad auf dem R4 nach Bad Salzhausen. Nach einer Kaffeepause fahren wir weiter stetig bergauf und weniger bergab bis Stornfels. Rückfahrt über Ulfa nach Nidda, hier Einkehr. Über Dauernheim und entlang der Nidda zurück.

120 km

Heinrich Göbel

Dienstag, 27.07.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 28.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 28.07.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16



feine velos

Fahrräder in Sachsenhausen

Utopia, Steppenwolf, MTB Cycletech uvm.

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10-19 Uhr

Gutzkowstraße 16

Sa 10-15 Uhr

60594 Frankfurt

Tel:069/247506317

www.feinevelos.de

Hier könnte Ihre Werbeanzeige stehen...

- Preise ab **80 €** zzgl. Mehrwertsteuer
- Preis dieser Anzeige (drittel Seite, s/w, innen, 130 x 60 mm) beträgt **124 €** zzgl. Mehrwertsteuer

So informieren Sie sich im

Internet www.adfc-frankfurt.de

Sie erreichen uns per

Telefon 069.94 41 01 96 (Anrufbeantworter)

Fax 069.94 41 01 93

eMail tp-redaktion@adfc-frankfurt.de

Brief ADFC Frankfurt, Fichardstr. 46, 60322 Frankfurt

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-fahrraeder@arcor.de

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag:

10:00 - 13:00

15:00 - 18:00

Samstag:

10:00 - 14:00

Samstag, 31.07.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

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

(Variante Ost) siehe Seite 11

Ulrich Hahn, Hans-Werner Weller, Katja Elgert

Sonntag, 01.08.2010 ★★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Eiserner Steg, Sachsenhäuser Seite (Treppenbereich Bürgersteig oben, nicht unten am Ufer)

BUNTE STADTWALD-TOUR**MIT KOMISCHER KUNST****BIKE & LIVE**

Am Main entlang radeln wir zum Fähranleger Schwanheim; dort kleine Pause. Weiter Richtung Stadtwald durch das Naturschutzgebiet Schwanheimer Düne. Ab hier benutzen wir den GrünGürtel-Radweg durch die Schwanheimer Wiesen und den Stadtwald bis zum Jacobiweiher und weiter zum Goetheturm. In der Pause kann der Turm erklommen werden (fantastischer Ausblick). Die letzte Etappe führt uns in die Kräuterefelder, am Grüne-Soße-Denkmal vorbei, zum Rudererdorf mit Schlusseinkehr.

An einigen Objekten der "Komischen Kunst" des Frankfurter Künstlers F.K. Waechter werden Stopps eingelegt. Fotoapparat nicht vergessen!

33 km

Silvana Meißner, Katja Elgert, Werner Buthe

Sonntag, 01.08.2010 ★★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bf Ffm-Louisa

NACH ASCHAFFENBURG

Viele Wege führen nach Rom, heißt es. Das trifft aber auch für andere Orte zu. Ziemlich bekannt und berüchtigt ist der Trampelpfad am Main entlang. Man kann sich zwar nicht verfahren, aber die Strecke ist wesentlich länger und manchmal plagt ein ziemlicher Gegenwind. Hier mein Angebot: wir bewegen uns auf kreuz und quer durch Wälder, Wiesen und kleine Orte verlaufenden Wegen, die ebenfalls gut befahrbar sind. In der beeindruckenden Stadt in Bayern angekommen, geht es zunächst in einen Landschaftspark mit Einkehrmöglichkeit oder Picknick. Zurück fahren wir durch die wunderschöne Altstadt und zum Pompejanum mit einem herrlichen Blick auf die Mainebene. Ein anderer Weg führt uns wieder zurück. Wir kreuzen öfters S-Bahn-Linien, somit kann die Radtour jederzeit beendet werden, falls jemandem die Strecke zu lang wird.

90 km

Wolfgang Claus

Sonntag, 01.08.2010 ★★★

Abfahrt: 08:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

DIE XXXL-TOUR**Eine Tour für Ausdauermeister**

Wir fahren auf der Hohen Straße und dem Vulkanradweg bis Lauterbach. Dort wenden wir uns nach Norden und folgen dem R2 nach Alsfeld. Es geht weiter auf dem R4 durch die Schwalm nach Ziegenhain bzw. Treysa. Von hier Rückfahrt mit der Bahn. Es wird zwar zügig gefahren, aber auch Pausen gemacht. Die Tour ist aber keine Rennveranstaltung.

160 km

Heinrich Göbel (069-4909576)

Dienstag, 03.08.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

**Mittwoch, 04.08.2010** ★★

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

ÜBER DREIEICHENHAIN**ZUM LANGENER WALDSEE****Für alle, die gemütlich radeln wollen**

Die Tour führt weitgehend durch die ausgedehnten Waldgebiete südlich von Frankfurt. Zunächst fahren wir über Oberrad durch den Stadtwald, an Neu-Isenburg vorbei nach Dreieichenhain. Weiter nach Langen, über Schloss Wolfsgarten zum Naturfreundehaus bei Mörfelden; hier Einkehr im Biergarten. Danach auf Waldwegen zum Langener Waldsee, wo wir die schöne Aussicht und das Naturschutzgebiet genießen. Anschließend geht es durch den Wald zurück nach Sachsenhausen zur Schlusseinkehr.

60 km

Ulrich Vogt, Rudi Schmidt

Mittwoch, 04.08.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 04.08.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16



Alles rund ums Fahrrad Ständig über 600 Räder in der Ausstellung



FAHRRAD

Thöet

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

Geniessen wo gebraut wird

Montags bis Freitags
ab 12⁰⁰ Uhr Mittagstisch

**Gaststätte
Brauerei
Biergarten**



17⁰⁰ bis 19⁰⁰ Haßlocher Bier
zum Happy Hour Preis

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

Donnerstag, 05.08.2010 ★

Abfahrt: nach Absprache - siehe Website
FLEXITOUR, DIE NÄCHSTE BITTE ...

Feierabendtour der besonderen Art

siehe Seite 36

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,
 Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
 Renate Markiewka, Klaus Binzer

Freitag, 06.08.2010 ★

Abfahrt: 20:30 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

FRANKFURT BEI NACHT**Das Glitzern der Großstadt erfahren**

Wir starten in der Dämmerung zu einer Nacht-
 fahrt durch ein Frankfurt, das nachts vielleicht
 noch schöner als am Tag ist. Wir besuchen
 spannende Orte, deren Charme sich tagsüber
 im hektischen Treiben dieser pulsierenden Met-
 ropole nicht sofort erschließt.

Diese Tour richtet sich insbesondere ans weibliche
 Publikum, welches sich nachts vielleicht
 nicht immer und überall hintraut. Eine Spätein-
 kehr ist zwar geplant, aber wir beenden die Tour
 offiziell vorher an einer großen S-Bahn-Station,
 so dass jede(r) sicher nach Hause kommt.

Da diese Tour ggf. witterungsbedingt verlegt
 wird, bitte unbedingt vorher die automatische
 Benachrichtigungsfunktion unter **www.adfc-
 frankfurt.de/FlexiTOuren** (s. **FlexiTour**, die
 erste", Anfang Mai) nutzen.

20 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,
 Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
 Renate Markiewka, Jürgen Johann, Katja Elgert,
 Wolfgang Pischel

Freitag, 06.08.2010 ★ ★ ★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

MTB-VARIATIONEN

siehe Seite 28

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

Samstag, 07.08.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTDECKERTOUR

siehe Seite 20

Wolfgang Pischel, Katja Elgert

Sonntag, 08.08.2010 ★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)

OPEN AIR IN HATTERSHEIM**Generations meets music**

Wir fahren von Höchst über Kriftel nach Hatters-
 heim (12 km) zum Live-Konzert (11:00-13:30

Uhr) der Rock-Coverband "Welkebach"
 (<http://www.welkebach.de/start/News>). Der Eintritt
 ist frei. Für Speis' und Trank, sowie ein wenig
 Schatten unter den großen Sonnenschirmen im
 Posthof ist gesorgt. Nach Konzertende geht es
 zurück entlang des Schwarzbaches, südlich um
 den Industriepark herum, über die Brücke und
 zur Schlusseinkehr "Zum Bären" am Höchster
 Schlossplatz.

24 km

Angelika Dietrich, Manfred Feih

Sonntag, 08.08.2010 ★ ★

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

09:30 Uhr - Hattersheim Bf

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

REGIONALPARK:**VON HATTERSHEIM NACH HOCHHEIM**

Bis Hattersheim mit dem RMV, dann die Route
 des Pilotprojektes zum Regionalpark RheinMain
 über Flörsheim und Hochheim und evtl. weiter bis
 Kastel. Rast in der Flörsheimer Warte. Zurück am
 Main und mit dem RMV. Einkehr geplant.

50 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

dazu Kosten für Gruppenticket

Orlof Hügel, Rainer Schoenberg

Sonntag, 08.08.2010 ★ ★ ★

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

IN DEN GRÜNEN KAHLGRUND

Die Kahl ist ein kleiner Fluss, der durch ein
 landschaftlich reizvolles Tal im vorderen Spes-
 sart, den Kahlgrund, fließt und bei der Stadt
 Kahl in den Main mündet. Am rechten Mainufer
 radeln wir bis zur Staustufe bei Hainburg, wo wir
 den Fluss überqueren und kurz darauf die Mün-
 dung der Kahl erreichen. Wir folgen ihr flussauf-
 wärts am Schloss Alzenau vorbei bis zu den
 Dorsthöfen; hier Picknick bzw. Einkehr. Frisch
 gestärkt kehren wir nach Alzenau zurück und
 fahren an Weinbergen vorbei über Wasserlos,
 Hörstein nach Dettingen, wo wir wieder den
 Main überqueren und kurz darauf nach Seligen-
 stadt gelangen. Nach einer weiteren Pause
 (Eiscafé) geht es nach Jügesheim zur S-Bahn.

Die Tour führt meist über ebene, autofreie
 Wege, kaum Steigungen. Trotz Einkehr bitte
 Proviant mitnehmen.

70 km

Ulrich Vogt, Wolfgang Pischel



TANDEMCLUB
Weißer Speiche e.V.
FRANKFURT

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

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

www.weissespeiche.de

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

Energy Drinks auf Frankfurterisch.



Ein guter Äpfel ist Wellness pur.
Als 100% reines Naturprodukt
ist er nicht nur herrlich erfrischend,
sondern belebt auch Körper und
Geist. Heiß getrunken lindert er
Erkältungen, eiskalt getrunken
den Durst. Uns Frankfurter macht
er jedenfalls fitter.

POSSMANN

Das Beste was ein Apfel werden kann.

 **radschlag**

Faszination Fahrrad in Frankfurt am Main



Faszination Fahrrad
Mensch + Maschine

Die genialste Erfindung aller Zeiten

www.radschlag.de

Hallgartenstraße 56, 60389 Frankfurt am Main, 069 45 20 64

Sonntag, 08.08.2010

★★★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZUM HAUSBERG

Wir fahren an der Nidda entlang bis Nieder-Wöllstadt und durch die Wetterau nach Ockstadt. Weiter geht es durch den Wald nach Ober-Mörlen. Jetzt sehen wir schon unser Ziel: den neuen Aussichtsturm auf dem Hausberg. Nach dem Aufstieg auf knapp 500 Meter haben wir bestimmt eine herrliche Aussicht. Danach fahren wir zur Einkehr ins ehemalige Forsthaus bei Butzbach. Die Rückfahrt geht über Bad Nauheim nach Friedberg. Den Rest fahren wir auf Landstraßen und meist geteerten Wegen bis Harheim. Hier Tourende.

110 km, 800 Höhenmeter

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

Dienstag, 10.08.2010

★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 11.08.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 11.08.2010

★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 12.08.2010

★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Klaus Binzer, Ulrich Vogt

Samstag, 14.08.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Ostbahnhof, Danziger Platz Frankfurt erfahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN 4**Route der Industriekultur Rhein-Main**

Siedlungen in Bornheim, am Riederwald und in Fechenheim. Einkehr nach Abschluss.

15 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Hans-Joachim Prenzel

Samstag, 14.08.2010

★

Abfahrt: 15:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

BESICHTIGUNG DES ADFC-INFOLADENS MIT ANSCHLIESSENDEM GRILLEN**BIKE & LIVE**

Wir starten am Römer und treiben uns ein wenig in der Stadt herum, mit der Möglichkeit sich in einem Supermarkt zu versorgen. Anschliessend geht es zur Besichtigung des ADFC-Infoladens in die Fichardstraße. Dort bleiben wir dann auch zum gemütlichen Beisammensein beim Grillen hinten im Garten.

Vorhanden sind: der Grill, bereits ein paar Steaks und ein paar Würstchen, Grillsoßen, Sitzgelegenheiten, Pappeller und Plastikgeschirr und die nette Umgebung! Ihr müßt selbst noch Wein, Weib und Gesang mitbringen, bzw. was ihr sonst noch so essen und trinken wollt. Wer später einfach noch zu uns stoßen will, ist herzlich (auch gerne mit Anhang) willkommen, sollte sich aber vorher erkundigen, ob wir noch da sind (Handy).

Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte unter **www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren** (s. "FlexiTour, die erste", Anfang Mai) oder beim Tourenleiter zur Verfügung.

25 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),

Renate Markiewka, Silvana Meißner

Sonntag, 15.08.2010

★

Abfahrt: 11:00 Uhr - S-Bahn-Station Galluswarte Frankfurt erfahren (KunstGesellschaft und ADFC)

SIEDLUNGEN 5**Route der Industriekultur Rhein-Main**

Siedlungen um 1900, der 1920er-Jahre und nach 1945 im Gallus, in Griesheim, Nied, Höchst und Zeilsheim. Besichtigung der Kolonie Zeilsheim. Einkehr geplant.

30 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

5,00 € (3,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Horst Ahlheit

Sonntag, 15.08.2010

★★

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

NACH HEUSENSTAMM

Reizvolle Waldwege führen uns über Neu-Isenburg zum Heusenstammer Schloss, wo wir uns eine ausgiebige Pause gönnen. Wir radeln zurück über Offenbach-Bieber, -Bürgel, -Rumpenheim, Enkheimer und Seckbacher Ried.

50 km

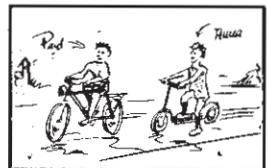
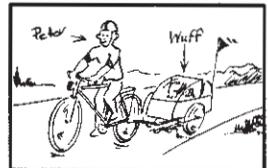
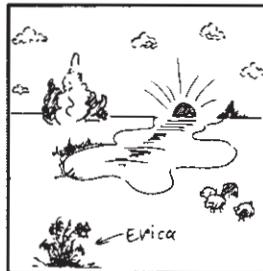
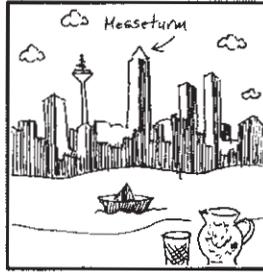
Matthias Uhlig



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
 Velotraum
 Puky
 Idworx
 Brompton
 riese & müller
 Steppenwolf
 Maxcycles
 Zwei plus zwei
 Falter
 Bike friday
 Christiania



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

Sonntag, 15.08.2010 ★★

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

GEMÜTLICH ZUR SAALBURG

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 gerne geschoben werden. Auf der Saalburg wird eine ausgedehnte Rast eingelegt. Rückfahrt über Obernhain, Köpperner Tal, Hardtwald (Bad Homburg), Nieder-Eschbach und Harheim zur Nidda.

55 km, 500 Höhenmeter

Michael Bunkenburg

Sonntag, 15.08.2010 ★★★

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

ZUR ALTRHEININSEL NONNENAU

Über Niederrad und den Stadtwald erreichen wir Kelsterbach. Hier verlassen wir den Main und radeln durch Wald und Wiesen bis zum ehemaligen Jagdschloss Mönchbruch. Weiter geht es durch den Treburer Unterwald über Nauheim und Trebur zum Rhein. Über einen Steindamm gelangen wir auf die Altrheininsel Nonnenau und kehren in einem Hofgut ein. Danach fahren wir am Altrheinufer auf etwas holprigem Weg zum unteren Ende der Insel, wo uns eine Fähre wieder aufs Festland nach Ginsheim bringt. Immer in Sichtweite des Rheins radeln wir flussabwärts bis zum Aussichtspunkt Mainspitze mit Blick auf Rhein, Main und Mainz. Die letzte Etappe führt uns über die Mainbrücke nach Flörsheim.

Rückfahrt per S-Bahn. Trotz Einkehr bitte Proviant mitnehmen.

70 km

Ulrich Vogt, Jochen Kramer

Dienstag, 17.08.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 18.08.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 18.08.2010 ★★★

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

ZUR WEININSEL IM ODENWALD

Die sogenannte Weininsel ist ein isoliertes, kleines Weinanbaugebiet am Rande des Odenwaldes. Wir fahren zunächst durch ausgedehnte

Wälder und über den Mainzer Berg nach Dieburg; hier Mittagsrast. Danach weiter über die ersten Hügel des Odenwaldes nach Groß-Umstadt. Die Weinberge erheben sich direkt hinter der Stadt. Am Marktplatz mit seinem prächtigen Rathaus Kaffeepause bzw. Weinprobe. Zurück über Münster nach Rodgau Ober-Roden, dort weiter mit der S-Bahn.

70 km

Ulrich Vogt, Jochen Kramer

Mittwoch, 18.08.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Samstag, 21.08.2010 ★★

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

WO WAR EINST**EIN KÖNIGLICHER JAGDHOF?**

Über Neu-Isenburg fahren wir Richtung Darmstadt zu unserem Ziel im Kreis Offenbach. In diesem Ort mit schmucker Altstadt, Burg und Teich finden regelmäßig Festspiele statt. Wer weiß, wie unser Ziel heißt? Nach dortiger längerer Pause radeln wir über den Langener Waldsee und Zeppelinheim zurück.

50 km

Matthias Uhlig

**Sonntag, 22.08.2010** ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

WO ALLE BRÜNNLEIN FLIESSEN

Alle Brunnen Frankfurts können wir heute natürlich nicht besuchen. Aber einige, mit Bedacht ausgewählte, ganz unterschiedliche Exemplare werden euch vorgestellt.

35 km

Heidi Pfaffe-Bennert, Anne Wehr

Sonntag, 22.08.2010 ★★

Abfahrt: 08:10 Uhr - Ffm-Hbf, Vorplatz

09:55 Uhr - Fulda Bus-Bf

KulTour - KunstGesellschaft und ADFC

UM FULDA:**SCHLÖSSER UND MILSEBURGRADWEG**

Über den Milseburgradweg und Schloss Fasanaerie kehren wir zurück in die Bischofsstadt





Zum Zehnthof

**Gaststätte und Sommergarten
Österreichische Küche**

**Alt Schwanheim 12
60529 Frankfurt**

Inhaber: Peter Kögl

Telefon: +49 (0) 69 - 35 61 41

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag : 11:30 Uhr - 14:30 Uhr
und 17:00 Uhr - 01:00 Uhr

Samstag: 18:00 Uhr - 01:00 Uhr

Sonntag und Feiertage: 12:00 Uhr - 15:00 Uhr
und 17:00 Uhr - 01:00 Uhr

www.zum-zehnthof.de

RESTAURANT - GALERIE

die Linse

KUNSTVOLL ESSEN & TRINKEN

... und entspannen.

Tanken Sie in unserem gemütlichen Restaurant neue Energie bei internationaler Küche! Unsere saisonalen Produkte kommen aus ökologischem Anbau der Region.

Genießen Sie den Blick auf den Taunus von unserer mediterranen Terrasse, dem Herzen des geschichtsträchtigen Geländes, der Krebsmühle, bei einem kühlen original Wäldches Bräu.

Besuchen Sie uns zu unseren Öffnungszeiten:

Mo-Fr 18:00-24:00 Uhr

(im Sommer öffnen wir unsere Terrasse ab 16:00 Uhr)

Sa 12:00-24:00 Uhr

Sonn- und feiertags 12:00-23:00 Uhr

oder nach Absprache auch außerhalb dieser Zeiten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Krebsmühle 1

(direkt an der Rosa-Luxemburg-Straße)

61440 Oberursel-Weißkirchen

Telefon: +49 6171 73018

E-Mail: info@restaurant-die-linse.de

WWW.RESTAURANT-DIE-LINSE.DE

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, Maßnehmen, 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.)
- ➔ S 3-6, Westbahnhof (5 Min.)
- ➔ Parkplätze im Hof

Supertramp

Nähe Uni - Messe

Jordanstraße 30 · 60486 Frankfurt
Tel. 0 69 / 77 77 23 · Fax 0 69 / 77 20 24
www.super-tramp.de

Fulda mit Stadtschloss und Park. Einkehr bzw. Picknick. Mit dem RMV bis/ab Fulda.

60 km

Kostenbeitrag für die KunstGesellschaft:

10,00 € (6,00 € Mitglieder KG, ADFC)

Letzter Tag einer 3-Tage-Fahrradreise mit besonderen "Bahn-Radwegen". Anmeldung zu allen 3 Tagen bei Horst Ahlheit.

Manfred Bohl, Horst Ahlheit (069-552191,

ahlheit@kunstgesellschaft.de)

Sonntag, 22.08.2010

★★★★

Abfahrt: 08:10 Uhr - Ffm-Hbf, Gleis 8

DURCH DEN VOGELSBERG

Abfahrt 08:26 Uhr mit dem RMV nach Fulda. Von dort in ständigem Auf und Ab zum Taufstein, dem höchsten Berg des Vogelsbergs. Nach dem Genuss der Aussicht lassen wir uns nach Schotten rollen und folgen der Nidda auf dem Radfernweg R4 bis Bruchenbrücken, dann mit der S-Bahn zurück.

Wir fahren Wirtschafts-, Waldwege und Straßen mit wenig Verkehr. Eine Einkehr ist nicht vorgesehen, bitte Verpflegung mitbringen. Keine Rennveranstaltung!

95 km, 1200 Höhenmeter

Helmut Schulz, Ulrich Hahn

Dienstag, 24.08.2010

★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 25.08.2010

★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 25.08.2010

★★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 26.08.2010

★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Klaus Binzer, Ulrich Vogt

26.08.2010 - 30.08.2010

★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

EIFELRADTOUR

Durch das Ahr-, Kyll- und Moseltal

Bahnfahrt nach Remagen. Von dort geht es nach Altenahr (1.Ü), über Blankenheim nach

Kronenburg (2.Ü), durch das Kylltal nach Kyllburg (3.Ü), weiter im Kylltal nach Trier (4.Ü, Stadtführung). Zum Schluss verbringen wir einen Tag an der Mosel. Rückfahrt per Bahn ab Wittlich.

Ausführliche Tourenbeschreibung und Anmeldeformular anfordern unter der E-Mail-Adresse oder der Anschrift: Auf dem Sand 1, 64367 Mühltal.

300 km

Kosten 285,00 €, für ADFC-Mitglieder 275,00 € (Bahn, 2 Ü/F, 2 Ü/HP, Eintritte, Stadtführung)

Die Kosten sind kalkuliert für 12 Teilnehmer.

Anmeldung spätestens bis 11.07.

bis 11.06. Nachlass 10,00 €

Rainer Griga (06151-147613, 0175-8068833,

Gr23iga11Ra19iner57@gmx.de)

Freitag, 27.08.2010 bis Sonntag, 29.08.2010

MUSEUMSUFERFEST

Wie seit vielen Jahren ist der ADFC mit einem großen Info-Stand präsent. Sie finden uns neben BIKE-POINT am südlichen Mainufer von Freitagnachmittag bis Sonntagabend.

Samstag, 28.08.2010

★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

NEUBÜRGER UND NEUGIERIGE:

SCHWINGT EUCH AUFS RAD!

(Variante Ost) siehe Seite 11

Hans-Werner Weller, Jürgen Lutz,

Nancy Pomeranig

Sonntag, 29.08.2010

★★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

RAUS AUS DER STADT

UND REIN IN DEN URLAUB!

BIKE & LIVE

Nach einer kleinen Stadtwald-Tour wollen wir an diesem - hoffentlich herrlichen - Sommertag einmal den "King Kamehameha Beachclub" an der Offenbacher Hafeninself besuchen. Hier können wir herrlich am Sandstrand oder Pool relaxen und entspannen, leckere Grillspeisen und exotische Cocktails genießen, Volleyball spielen und sogar tanzen.

Eintritt ca. 5,00 €. Rückkehr auf eigene Faust.

15 km

Silvana Meißner, Werner Buthe



Traditionelles Frankfurter Apfelweinlokal seit 1807



Zum Lahmen Esel



**Gutbürgerliche Küche
großer Sommergarten und
Mittagstisch**

**Dienstag bis Samstag :
11.30 - 14.00 + 17.00 - 24.00 Uhr**

**Sonn- und Feiertag:
11.30 - 14.00 + 16.30 - 23.00 Uhr
Montag Ruhetag**

**Krautgartenweg 1
60439 Frankfurt/Niederursel
Tel. + Fax 069-573974**

**Besuchen Sie uns im Internet :
www.lahmer-esel.de**



FAHRRAD - STATION **BIKE POINT**

- **Fahrradaufbewahrung • Pflege • Reparatur •**
- **Verkauf von gebrauchten und neuen Fahrrädern •**

Die BIKE-POINT Termine 2010

Bei allen Heimspielen der Eintracht
am Haupteingang der Commerzbank-Arena 2 Stunden vor Spielbeginn.

<u>Veranstaltungen 2010</u>	<u>Datum</u>	<u>Ort</u>
Wäldchestag	22.5. - 25.5.10	Oberforsthaus
Museumsuferfest + ADFC	27.8. - 29.8.10	Mainufer Sachsenhausen (Tiefkai) Höhe Liebighaus

Weitere Termine sind im Internet unter www.ib-bikepoint.de abrufbar

Laden und Werkstatt sind geöffnet: Mi - Fr 10.00 - 17.00 Uhr Do bis 19.00 Uhr
Mo + Di ist wegen Schule und Ausbildung geschlossen

BIKE-POINT ist ein Ausbildungs- und Beschäftigungsprojekt des Internationalen Bundes e.V.
Meisterbetrieb - Info und Werkstatt: Autogenstr. 18, 65933 Frankfurt-Griesheim
Tel.: 069 - 38 98 12 10 und 39 23 00 mail: info@ib-bikepoint.de

Sonntag, 29.08.2010 ★★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bf Ffm-Louisa

ZUR BURG FRANKENSTEIN

Die Entstehungszeit ist ungewiss, die meisten Historiker gehen von einem Baubeginn um 1240 aus. 1670 kaufte Landgraf Ludwig VI. von den Herren von Frankenstein die Burg für 109.000 Gulden. Danach ließ er sie verfallen. Bis ins 18. Jahrhundert diente sie als Invalidenhaus und Zufluchtsort während der Eroberungskriege. Gerüchte über verborgene Schätze und die Nutzung als Steinbruch gaben ihr den Rest. Mitte des 19. Jahrhunderts wurde die Burg im Sinne der damaligen Burgenromantik teilweise restauriert, z.T. fehlerhaft nach den Vorstellungen von Großherzog Ludwig III. Ab 1960 gibt es das Restaurant auf der Vorburg und nach 1970 riefen US-Soldaten ein alljährlich stattfindendes Fest zu Halloween ins Leben, das heute als größtes in Deutschland gilt. Es ist die mit Abstand leichteste Route in den nördlichen Odenwald. Der Aufstieg zur Burg geht über schattige Waldwege, die auch schiebend zu bewältigen sind (es wird Rücksicht genommen). Dort Einkehr oder Picknick. Wer will, kann auch mit der Bahn zurück fahren.

80 km

Wolfgang Claus

Dienstag, 31.08.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 01.09.2010 ★★

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

ZUM KELTENFÜRSTEN**AUF DEM GLAUBERG****Für alle, die gemütlich radeln wollen**

Wir radeln stadtauswärts durch den Günthersburgpark zum Heiligenstock, über den Lohrberg nach Bergen und auf der Hohen Straße nach Windecken. Dort Picknick, Proviant mitbringen. Nach der Rast fahren wir weiter über Lindheim nach Glauburg und schieben die Räder auf den Glauberg. Im neu eröffneten Keltenmuseum lassen wir uns über die Geschichte der Kelten und den keltischen Fürstengrabhügel informieren. Zurück ab Bahnhof Glauburg.

Kosten für Eintritt Keltenmuseum und Bahn-Gruppenticket.

55 km

Hermann Heß, Klaus Konrad

Mittwoch, 01.09.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Mittwoch, 01.09.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

AUF DEN ALTKÖNIG

siehe Seite 16

Donnerstag, 02.09.2010 ★

Abfahrt: nach Absprache - siehe Website

FLEXITOUR, DIE NÄCHSTE BITTE ...**Feierabendtour der besonderen Art**

siehe Seite 36

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),

Renate Markiewka

03.09.2010 - 05.09.2010 ★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

RHÖNTOUR

Bei dieser Tour werden wir die südliche Rhön und die Hohe Rhön erradeln. Per Bahn geht es nach Gemünden am Main. Entlang der Sinn über Burgsinn nach Bad Brückenau (1.Ü). Von hier nach Wildflecken und Gersfeld (2.Ü). Dann zur Wasserkuppe, dem höchsten Berg Hessens! Weiter nach Hilders und entlang des Milseburgadwegs nach Fulda. Rückreise per Bahn. Ausdauer ist erforderlich, da längere Steigungstrecken vorkommen. Aber wir lassen uns dabei Zeit und genießen die schönen Fernblicke.

200 km, 1200 Höhenmeter

Kosten 130,00 €, für ADFC-Mitglieder 120,00 €

(Bahn, 2 Ü/F im DZ, Eintritt)

EZZ 30,00 € - begrenzt buchbar

Anmeldung bis 11.08.

Michael Bunkenburg (069-525261,

michael@bunkenburg.name)

Sonntag, 05.09.2010 ★★

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

RÜSSELSCHEIM**Eine Stadt mit Facetten**

In der Serie "Städte in der Umgebung von Frankfurt" ist (nach Mainz und Aschaffenburg) Rüsselsheim eine weiteres interessantes, beachtenswertes Ziel als Verwaltungszentrum, Industrie-, Festungs- und Kunststadt. Die Hinfahrt führt uns südlich des Flughafens durch den Mönchbruch. In Rüsselsheim werden wir einige markante Stellen anfahren und verschauen,



Montimare

Fahrradshop



Mountainbikes
Trekkingräder
Tourenräder
Rennräder
Stadträder
Bekleidung
Zubehör

Sonderangebote

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

möglichst bei Kaffee und Kuchen. Danach wechseln wir die Mainseite nach Flörsheim mit eventueller Schlussrast. Rückfahrt mit der S-Bahn, wer will kann per Rad retour (weitere 22 km).

40 km

Peter Mertens, Theda Bunje

Dienstag, 07.09.2010 ★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZWISCHEN NIDDA UND TAUNUS

siehe Seite 18

Mittwoch, 08.09.2010 ★★★

Abfahrt: 18:30 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ADLERSUCHE IM TAUNUS

siehe Seite 14

Donnerstag, 09.09.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

GENUSSRADELN AM ABEND

siehe Seite 22

Michael Bunkenburg, Anne Wehr

Freitag, 10.09.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Ffm-Hbf, Südseite,
Ecke Mannheimer/Karlsruher Str.
18:55 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)

**MINIPICKNICKSONNENUNTERGANGS-
AFTERWORKSITINPARTYGRILLEN**

BIKE & LIVE

Wir fahren über Westhafen gegen die Abendsonne nach Höchst. Auf der Rückfahrt finden wir uns auf der südlichen Mainseite an der Friedensbrücke bei einem hoffentlich traumhaften Sonnenuntergang zum Nachtpicknick ein.

Wir werden zu diesem Event am Start- und Endpunkt wieder ein Auto mit Kühlbox(en) platzieren, damit jeder sein Grillgut für das Picknick "zwischenlagern" und somit unbelastet radeln kann. Wir haben Grills und ein paar Leute bringen Salate, Teelichter usw. mit. Da diese Tour ggf. witterungsbedingt verlegt wird, bitte unbedingt vorher die automatische Benachrichtigungsfunktion unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren (s. auch "**FlexiTouren**, die erste", Anfang Mai) nutzen.

20 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078, Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
Renate Markiewka, Silvana Meißner

Freitag, 10.09.2010 ★★★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

MTB-VARIATIONEN

siehe Seite 18

Michael Dorgarten, Doris Fiekers

10.09.2010 - 14.09.2010 ★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

EIN STÜCK ROMANTISCHE STRASSE

Bahnfahrt nach Gunzenhausen. Da die Bahn immer mehr Züge streicht, wird eine genaue Vorplanung für Radler schwieriger. Das könnte zu mehrfachem Umsteigen und später Ankunft (bis 23:00 Uhr) führen.

Wir radeln die Tour in fünf entspannten Etappen: 1.Tag Gunzenhausen - Nördlingen. 2.Tag Nördlingen - Dinkelsbühl. 3.Tag Dinkelsbühl - Rothenburg o.d.T. 4.Tag Rothenburg o.d.T. - Bad Mergentheim. 5.Tag Bad Mergentheim - Würzburg.

Bei den "ondulierten" Wegstrecken lassen wir uns genügend Zeit und können auch mal schieben. Es gibt viel zu sehen - romantische Städte, Landschaften, Naturdenkmäler in Hülle und Fülle. An den bekanntesten Stellen haben wir genug Zeit zum Schauen und für kleine Extratouren. Unterwegs Picknick oder Einkehr.

Tagesstrecken: 45, 45, 35, 45, 60 km.

Rückfahrt mit der Bahn ab Würzburg.

230 km

Kosten 290,00 €, für ADFC-Mitglieder 280,00 € (Bahn, 4 Ü/F im DZ)

EZZ 60,00 € begrenzt buchbar

Anmeldung spätestens bis 13.08.

bis 02.07. Nachlass 15,00 €

Peter Mertens (06102-733971, 0175-2032877, mertensp.nib@t-online.de)

Samstag, 11.09.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTDECKTOUR

siehe Seite 20

Anne Wehr, Ulrich Hahn, Heidi Pfaffe-Bennert

11.09.2010 - 19.09.2010 ★★★

Abfahrt: nach Absprache - Ffm-Hbf

16-SEEN-TOUR IM SALZKAMMERGUT

Von Salzburg radeln wir in den alten Stadtkern von Hallein (1.Ü). Eine sportliche Bergetappe bringt uns ins Gebirge mit Schluhten und Seen, bevor wir zum Wolfgangsee gelangen (2.Ü). Weiter geht es in das Innere Salzkammergut (3.Ü) mit hoffentlich klarem Ausblick auf die Gletscher des Dachsteins. Im Weltkulturerbe Hallstatt besichtigen wir das berühmte Salzbergwerk. Später kommen wir ins Ausseerland (4. und 5.Ü) mit seinen schönen Gewässern und einem vermeintlich versunkenen Schatz. Eine holprige, aber sehr interessante Strecke führt uns wieder nach Bad Ischl, wo wir die Kaiservilla besichtigen. Wir umfahren weitere schöne Seen wie Traunsee (6.Ü), Attersee (7.Ü), Mondsee



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



Von Oktober bis Ende März verwöhnen wir Sie
mit unseren kulinarischen Aktivitäten:

Jeden Mittwoch ab 18:00 Uhr
"ELCHESSEN"

Jeden Freitag ab 18:00 Uhr
"WILDSCHWEINKEULESSEN"

Jeden 1. Sonntag im Monat von 11:00 - 15:00 Uhr
"SONNTAGSBRUNCH"
Kinder bis 4 Jahre sind herzlich eingeladen

Jeden 3. Sonntag im Monat von 12:00 - 15:00 Uhr
"SPANFERKEL SATT"
Essen so viel Sie können

Schlemmen wie ein Bär...

Durchgehend warme Küche - Täglich wechselnde Tageskarte

Historisches
Gasthaus · Restaurant
Zum Bären

Anno 1799

Höchster Schloßplatz 8 • 65929 Frankfurt/Höchst



Sommermonate
Mo. - So. 10:00 - 23:00 Uhr
Wintermonate
Mo. - Fr. 17:00 - 23:00 Uhr
Sa. - So. 10:00 - 23:00 Uhr
Kein Ruhetag

www.zumbaeren.net
Tel. 069 - 30 93 43
Fax 069 - 30 17 87

110 Innenplätze
200 Außenplätze



usw. - möglicherweise mit Badegelegenheiten. Nach Besuch einer bekannten Keramikmanufaktur erreichen wir unseren Ausgangspunkt Salzburg (8.Ü), wo ein Konzertbesuch geplant ist.

Ausführliche Tourenbeschreibung und Anmeldeformular anfordern unter der E-Mail-Adresse oder der Anschrift: Auf dem Sand 1, 64367 Mühlthal.

420 km

Kosten 685,00 €, für ADFC-Mitglieder 670,00 € (Bahn, 6 Ü/F, 2 Ü/HP im DZ, Konzertbesuch, Eintritte, Bootsfahrt, Busshuttle zum Gosausee mit Rad u. 7x Gepäcktransport zum Quartier)

Kosten sind kalkuliert für 12 Teilnehmer.

Anmeldung bis 25.07.

bis 10.06. Nachlass 10,00 €

Rainer Griga (06151-147613, 0175-8068833, Gr23iga11Ra19iner57@gmx.de)

Sonntag, 12.09.2010 ★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

VON PARK ZU PARK

AUF GRÜNEN WEGEN

Frankfurt hat mehr Parks und Grünzüge als die meisten Bürger wissen! Etwa ein Dutzend davon werden wir heute anfahren. Diverse Erläuterungen z.B. zur Geschichte oder den jeweiligen Besonderheiten werden vor Ort mitgeliefert.

45 km

Anne Wehr, Bertram Giebler

Sonntag, 12.09.2010 ★★★

Abfahrt: 08:00 Uhr - Ffm-Hbf

PEDALRIFF ÜBER DEN VOGELSBERG

Per Bahn nach Gießen. Von dort fahren wir über Grünberg den Vogelsberg hinauf bis zum Hoherodskopf zur Mittagsrast. Über die Herchenhainer Höhe geht es weiter nach Hartmannshain. Dort treffen wir auf den Vogelsberger Südbahnradweg, dem wir bis Wächtersbach folgen. Von dort zurück mit der Bahn.

Anmeldung erwünscht

100 km

Hartmut Lange (06109-35614,

HartmutLange@gmx.de), Thomas Koch

Mittwoch, 15.09.2010 ★★★

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

WETTERAU UND KREBSBACHTAL

Wir fahren über die Hohe Straße nach Büdesheim und dann hinauf zum Steinernen Tisch. Weiter geht es durch das Krebsbachtal nach Erbstadt und über Eichen nach Windecken. Unterwegs ist eine Rast mit Einkehr geplant. Rückfahrt über die Hohe Straße.

70 km, 450 Höhenmeter

Bernhard Thomas, Klaus Konrad

Freitag, 17.09.2010 ★★

Abfahrt: 17:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

ZUM "FEUERABEND"

NACH MESSENHAUSEN

BIKE & LIVE

Beim ADFC Dietzenbach (Kreis Offenbach) gibt es die Tradition der "Feuer"-Abendtour, der wir uns anschließen. Ziel ist ein Grillplatz hinter Dietzenbach (Rödermark-Messenhausen). Dorthin gelangen wir über Gravenbruch, Patershäuser Hof und Waldacker. Am Lagerfeuer lässt man die Sommersaison gemeinsam mit anderen Radlergruppen aus dem Rhein-Main-Gebiet gemütlich ausklingen. Eigenes Grillgut und Salate bitte mitbringen; für Getränke und Zubehör wird gesorgt.

Zurück ab Dietzenbach (es wird 2.8 km in Gruppen zum Bf geradelt) mit der S2 (Richt. Niedernhausen) halbstündlich (immer um xx:21 und xx:51 Uhr).

Die Durchführung ist wetterabhängig. Bereits vorher stehen die kompletten Daten incl. aller Zwischenhalte unter www.adfc-frankfurt.de/FlexTouren oder beim Tourenleiter (s.u.) zur Verfügung. Man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen.

20 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,

Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de), Renate

Markiewka, Silvana Meißner, Katja Elgert

Sonntag, 19.09.2010 ★★

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

AUF DEM ELISABETHPFAD

ZUM ELISABETHSTEIN

Wir folgen dem Elisabethpfad, einem Pilgerweg zur Elisabeth-Grabeskirche in Marburg, durch verschiedene Frankfurter Parks, über Steinbach und Oberursel bis zum Elisabethstein bei Bad Homburg. Zurück führt uns der Weg am Eschbach entlang zur Nidda. Schlusseinkehr im Volkspark Niddatal.

50 km

Hajo Kinstler, Michael Genthner

Sonntag, 19.09.2010 ★★★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ENTLANG DES MAINS NACH HOCHHEIM

Auf dem Main-Radweg radeln wir über Schwanheim, Kelsterbach und Flörsheim, bis wir zu unserer Rechten die wunderschönen Weinberge der Wein- und Sektstadt Hochheim bewundern. Kurz vor unserem Ziel ist ein kurzer, kräftiger Anstieg zu bewältigen. Oben werden wir mit einem herrlichen Blick auf das Maintal belohnt.



FIT 2011

ADFC Fahrrad-Info-Tag

**Die große Fahrradschau im Rhein-Main-Gebiet
mit tollem Radler-Café
und interessanten Vorträgen**

Fragen-Informieren-Träumen

Sonntag,
27. März 2011, 11-17 Uhr
Kulturhalle Rödermark
Rödermark Ober-Roden
Dieburger Straße 25

www.adfc-kreis-offenbach.de



adfc

Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

GASTHAUS JAHNVOLK

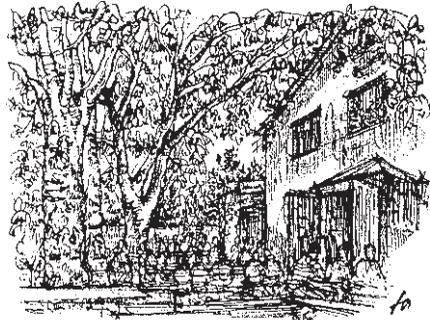
- GUTBÜRGERLICHE UND INTERNATIONALE KÜCHE SOWIE SAISONGERICHTE
- BEI BESONDEREN ANLÄSSEN RICHTEN WIR GERNE IHRE FEIERLICHKEIT AUS (AUCH MITTAGS) UND STELLEN IHNEN AUF WUNSCH INDIVIDUELL IHRE MENÜS ZUSAMMEN

ÖFFNUNGSZEITEN

MO. - SA. 16.30 – 00.30 UHR
KÜCHE 17.30 – 23.00 UHR
SONNTAG 16.30 – 22.00 UHR

INH.: LEONIDAS BARBOPOULOS
KIRSCHWALDSTRASSE 40
60435 FRANKFURT AM MAIN

TEL.: 069 - 43 36 14



© Gasthaus Jahnvolk - gezeichnet von Ferry Ahle

50 SITZPLÄTZE • 20 PLÄTZE COLLEG • SCHÖNER BIERGARTEN
KINDERSPIELPLATZ • PARKPLATZ VOR DEM HAUS

In der urigen Altstadt besuchen wir ein Weingut, um uns mit leckeren Köstlichkeiten zu stärken und den Herbsttag ausklingen zu lassen.

38 km, 80 Höhenmeter

Silvana Meißner, Werner Buthe (0177-6664078)

Samstag, 25.09.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

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

(Variante West) siehe Seite 11

Rolf Peters, Reinhard Hofrichter,
Nancy Pomeraning

Sonntag, 26.09.2010 ★★★

Abfahrt: 12:00 Uhr - Höchst (⇒ Seite 10)

ZUM WEINE

Am Main entlang fahren wir nach Wicker, wo wir den lokalen Wein testen können. Auf ähnlichem Weg geht es zurück.

Die Tour ist nicht lang, es wird aber flott gefahren.

45 km, 50 Höhenmeter

Michael Weingärtner, Michael Bötze

Sonntag, 26.09.2010 ★★★

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

GRÜNGÜRTELTOUR

Wir radeln durch den Stadtwald zum GrünGürtelweg, dem wir nach Ffm-Höchst folgen. Am Niddauerweg radeln wir bis Bad Vilbel. Die weitere Strecke führt uns über Bergen-Enkheim und durch das Enkheimer Ried zum Main. An ihm entlang geht es zurück.

Unterwegs Einkehr oder Picknick.

70 km

Matthias Uhlig

Sonntag, 26.09.2010 ★★★

Abfahrt: 09:53 Uhr - Ffm-Hbf

MIT DEM MTB IN DEN RHEINGAU

Hinterland und Rheintal

Achtung: Startzeit = Abfahrtszeit RE (bis Geisenheim). Von dort in die Berge und Täler des Hinterlandes, um dann von Lorch aus hoch über dem Rhein zurückzufahren.

Einkehrmöglichkeiten gibt es, trotzdem Verpflegung und ausreichend Getränke mitnehmen.

65 km, 1400 Höhenmeter

Peter Schaffrath, Rainer Mai

01.10.2010 - 03.10.2010 ★★★

Abfahrt: nach Absprache

MTB-WOCHENENDE IM ODENWALD

Wir fahren zwei gemäßigte Mountainbike-Touren. An- und Abreise ist auch mit dem Rad

möglich. Alles Weitere beim Vortreffen und/oder nach Absprache.

140 km

Kosten 65,00 €, für ADFC-Mitglieder 60,00 €

Michael Dorgarten (dorgarten@t-online.de),

Doris Fiekers

Sonntag, 03.10.2010 Tag der dt.Einh. ★★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

ZUM SCHLOSS LICHTENBERG

IM ODENWALD

In einem Seitental des Fischbachtals liegt Schloss Lichtenberg. Die Dreiflügelanlage wurde im 16. Jahrhundert auf steilem Fels erbaut, mit weitem Blick nach Norden in die Reinheimer Bucht. Mit Einrichtung eines Museums hat das Schloss 1951 eine sinn- und zinnvolle Nutzung erhalten. Erd-, Siedlungs- und Kulturgeschichte stehen dort gleichrangig neben einer großen Zinnfigurensammlung.

Hinweg: Prinz-von-Hessen-Grube, Roßdorf, Ober-Ramstadt, Lichtenberg. Einkehr im Café in Lichtenberg.

Rückweg: Groß-Bieberau, Reinheim, Dieburg, Rodgau Ober-Roden. Rückfahrt mit dem RMV.

110 km

Heinrich Göbel

Mittwoch, 06.10.2010 ★★

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

ZUM ABSCHLUSS

INS KLEINE BRAUHAUS

Für alle, die gemütlich radeln wollen

Wir radeln auf reizvollen Waldwegen über Zepelinheim, Walldorf und den Mönchbrunn nach Haßloch. Dort kehren wir zum Mittagessen im Kleinen Rüsselsheimer Brauhaus ein. Der gemütliche Heimweg führt über Kelsterbach nach Höchst. Tourende und Schlussrast "Zum Bären" auf dem Schlossplatz.

60 km

Klaus Konrad, Hinrich Garrels

Sonntag, 10.10.2010 ★★★

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

ZUR GARTENSCHAUNACHLESE

IN BAD NAUHEIM

Am 3. Oktober endete die Landesgartenschau. Wir werden uns trotzdem dort umschaun. Auf der Hinfahrt benutzen wir eine direkte Route. In Bad Nauheim kann unten eingekehrt werden, aber auch ein Café oben auf dem Johannisberg kann angefahren werden. Die Rückfahrt führt durch die teils hügelige Wetterau.

65 km

Jürgen Lutz, Birgit Wagenbach



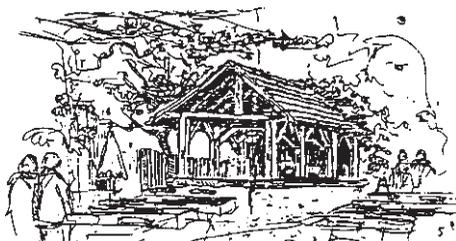


*Ginnheimer Hohl 2 A
(in Alt Ginnheim)
60431 Frankfurt/M*

*Telefon 069 - 52 09 81
Fax 069 - 51 09 08*

*Internet:
www.zumadler.net*

**Restaurant mit 50 Plätzen
uriger Weinkeller mit 90 Plätzen
gemütliches Kolleg für 32 Personen
im Sommer unser Garten mit 250 Plätzen
selbstgebrautes 12 Apostel Bier
Hauptgerichte mit Beilage und Salat ab 4,50 €
Durchgehend geöffnet von 11:30 - 0:30 Uhr
Warme Küche bis 23:30 Uhr**



Sonntag, 10.10.2010 ★ ★ ★ ★

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

HERBST AUF DER PLATTE

Am Main entlang bis Mainz-Kostheim, dann vorbei an Wiesbaden. Hinauf in den herbstlichen Taunus und auf die Platte. Weiter durchs Theißtal über Niedernhausen nach Eppstein. Zurück mit der S-Bahn. Einkehr geplant, bitte trotzdem Proviant mitbringen.

70 km, 600 Höhenmeter
Peter Rill, Hartmut Lange

Sonntag, 17.10.2010 ★ ★

Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

BGB-TOUR: BEI GUTEN BEDINGUNGEN

*Für Weicheier, Spätaufsteher und
Schönwetter-Radler*

Bei gutem Wetter kann jeder radeln - wir auch, denn bei dieser Tour ist der Titel Programm. Sie findet nur bei guten Wetterbedingungen statt!

Wir fahren durch die Stadt, durch den Wald, Main und Nidda entlang und schauen, wo wir es uns kulinarisch gut gehen lassen können. Wohin es geht, wo und wann die Zwischenhalte sind und wie weit wir fahren, erfährt man unmittelbar vorher unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTOuren oder bei der Tourenleitung.

Evtl. werden im Herbst weitere BGB-Touren angeboten, dafür bitte die Benachrichtigungsfunktion unter o.g. Internet-Adresse nutzen.

25 km

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,
Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de)

Mittwoch, 20.10.2010 ★ ★ ★

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

SAISONABSCHLUSS FÜR WETTERFESTE

Bei dieser Tour wird das Tourenziel abhängig vom Tageswetter beim Start festgelegt. Es ist eine Mittagseinkehr und eine Schlusseinkehr vorgesehen.

70 km

Wolfgang Pischel, Hans Eichner

Sonntag, 24.10.2010 ★ ★

Abfahrt: 13:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

BGB-TOUR: BEI GUTEN BEDINGUNGEN

*Für Weicheier, Spätaufsteher und
Schönwetter-Radler*

siehe Seite 64

Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078,
Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de), Peter Mertens

Samstag, 30.10.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

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

(Variante Ost) siehe Seite 11

Albrecht Reinhard, Werner Buthe

Sonntag, 31.10.2010 ★ ★ ★ ★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZUM KALTEN MARKT NACH ORTENBERG

Der Kalte Markt ist einer der größten und ältesten Krammärkte im Vogelsberg. Bereits 1422 wurde er urkundlich erwähnt.

Wir fahren über Bad Vilbel, Kilianstädten hinauf zur Hohen Straße und ab Lindheim auf dem Vulkanradweg bis Ortenberg. Nach längerem Aufenthalt geht es über Altenstadt und Heldenbergen zurück. Eine Tour für alle, die keine Scheu vor dem Trubel in Ortenberg haben.

110 km

Heinrich Göbel

Sonntag, 07.11.2010 ★ ★ ★

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

CHICORÉE AM OTZBERG

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 geht es zurück bis Rodgau Ober-Roden.

Rückfahrt per S-Bahn.

70 km

Nico Klausner, Jürgen Lutz

Sonntag, 14.11.2010 ★ ★ ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

Die Route wird beim Start festgelegt, die Streckenlänge der Witterung und der Situation angepasst (40-70 km). Ziel ist ein Café oder eine Gaststätte im Umkreis Frankfurts. Gefahren wird nur, wenn Straßen und Wege schnee- und eisfrei sind.

„Yes, we can!“

50 km

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 21.11.2010 ★ ★ ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

Die Route wird beim Start festgelegt, die Streckenlänge der Witterung und der Situation an-



Informationen rund ums Rad



Öffnungszeiten:

Mo - Fr 17:15 - 19:00 Uhr

Sa 11:00 - 13:00 Uhr

Mitte Okt. bis Mitte März samstags geschlossen

Winterpause Anfang Dezember bis Anfang Januar

ADFC Frankfurt

Fichardstr. 46, 60322 Frankfurt

Tel. 069 - 944 101 96, Fax 069 - 944 101 93

www.adfc-frankfurt.de

gepasst (40-70 km). Ziel ist ein Café oder eine Gaststätte im Umkreis Frankfurts. Gefahren wird nur, wenn Straßen und Wege schnee- und eisfrei sind.

„Yes, we can!“

50 km

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 28.11.2010 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 64

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 05.12.2010 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

WEIHNACHTSMARKT

AM SCHLOSS EMMERICHSHOFEN

Wir kurbeln durch den Rodgau und queren auf der 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 04.12., 18:00 Uhr

65 km

Jürgen Johann (069-762928,

juergen.johann@adfc-frankfurt.de), Ulrich Hahn

Sonntag, 12.12.2010 ★★★

Abfahrt: 10:30 Uhr - Altes Rathaus (Stadt) in Otzberg-Lengfeld

Wanderung

ZUM WEIHNACHTSMARKT AM OTZBERG

Anfahrt in eigener Regie mit Odenwaldbahn Abfahrt 09:30 Uhr Ffm-Hbf nach Otzberg-Lengfeld oder mit PKW (Fahrgemeinschaften). Treff- und Startpunkt am Alten Rathaus in Lengfeld (Ortsmitte 8 Minuten Gehzeit vom Bahnhof). Wir wandern über Nieder- und Oberklingen nach Hassenroth, weiter über die Schmelzmühle nach Otzberg-Hering. Im Ort und auf der Veste befindet sich der Weihnachtsmarkt. Hier besteht die Möglichkeit, etwas zu verzehren. Als besonderes Highlight ist die Weihnachtsausstellung im Burgmuseum zu besichtigen. Unterwegs ist keine Einkehr vorgesehen, bitte Verpflegung mitnehmen. Schlussrast ist beim Chicorée-Bauern im Neuwiesenhof-Pavillon in Lengfeld.

Eine rechtzeitige Anmeldung ist erwünscht, es können Tipps für die Anfahrt erfragt werden.

18 km, 400 Höhenmeter

Klaus Konrad (069-306155, kl_konrad@web.de)

Sonntag, 12.12.2010 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Praunheim (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 64

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 19.12.2010 ★★

Abfahrt: 14:45 Uhr - Bf Bad Soden

Wanderung

TAUNUSWANDELN ZUM MEISTERTURM

- das Vorprogramm -

Diese Wanderung führt uns von Bad Soden über Kelkheim und die Viehweide nach Hofheim. Picknick ist wegen üppiger Schlusseinkehr nicht vorgesehen, etwas Wegzehrung und Wasser aber ratsam.

Bei dieser Streckenwanderung ist eine Anfahrt mit Pkw nicht sinnvoll. (Ggf. Parken des Fahrzeugs am Bahnhof Höchst.)

12 km, 300 Höhenmeter

Etwa gegen 18:15 Uhr treffen wir am S-Bahnhof Hofheim auf die Gruppe der "Dunkeltapper" (s. Wanderung am selben Tag) und nehmen das abendliche Mahl gemeinsam in der Waldgaststätte am Meisterturm ein. Wer diese Schlusseinkehr mitmachen will, bitte unbedingt rechtzeitig bei uns voranmelden!

Rückfahrt per S-Bahn ab Hofheim.

Jürgen Johann (069-762928, 01577-5729957,

juergen.johann@adfc-frankfurt.de)

Sonntag, 19.12.2010 ★

Abfahrt: 17:50 Uhr - Ffm-Hbf

18:10 Uhr - S-Bahn-Station Hofheim/Ts.

Wanderung

WIR TAPPEN IM DUNKELN

ZUM MEISTERTURM

HIKE & LIVE

Wir wandern vom Bahnhof knapp 3 km durch die Hofheimer Altstadt hinauf zum Meisterturm. Der gut ausgebaute Waldweg ist auf den letzten 150 m unbeleuchtet! In der dortigen Waldgaststätte gibt es Gans und andere Leckereien zum gemütlichem Beisammensein. Anschließend nachwandeln wir gestärkt zurück. Unterwegs haben wir von der Waldkapelle aus bei klarer Sicht einen tollen Nachtausblick auf Frankfurt und Umgebung.

Wegen des Fahrplanwechsels Anfang Dezember können sich die Zeiten noch etwas ändern.

5 km, 200 Höhenmeter

Da der Terminplan der Waldgaststätte für diesen Zeitraum immer oberrappeldicht ist, müssen wir bereits Monate vorher für eine gewisse Anzahl von Personen reservieren! Wir bitten deshalb



unbedingt um möglichst rechtzeitige Anmeldung. Bereits vorher stehen alle Daten incl. aller Zwischenhalte unter www.adfc-frankfurt.de/FlexiTouren oder beim Tourenleiter (s.u.) zur Verfügung, man kann somit auch noch unterwegs dazustoßen!
Werner Buthe (069-6664078, 0177-6664078, Werner.Buthe@adfc-frankfurt.de),
Renate Markiewka

Sonntag, 19.12.2010 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Gerbermühle (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 64

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Samstag, 01.01.2011 Neujahr ★★★

Abfahrt: 10:30 Uhr - Eissporthalle (⇒ Seite 10)

DIE NEUJAHRSTOUR ...

... findet nur statt, wenn die Wege schnee- und eisfrei sind.

Eine schnelle Runde durch die Wetterau. Am Nachmittag wollen wir schon wieder zurück sein.

65 km

Heinrich Göbel

Sonntag, 09.01.2011 ★★

Abfahrt: 09:45 Uhr - Bf Bad Soden, Vorplatz
Wanderung

VON BAD SODEN NACH LIEDERBACH

Anfahrt in eigener Regie mit der S3 ab Ffm-Hbf oder HLB ab Ffm-Höchst. Wir wandern von Bad Soden über die Rote Mühle und den Rettershof zum Gimbacher Hof mit Einkehr. Am Nachmittag geht es über die Gundelhard zur Viehweide und von dort zum Bf Liederbach. Rückfahrt mit HLB (es gelten RMV-Tickets).

16 km

Klaus Konrad

Sonntag, 09.01.2011 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

Die Route wird beim Start festgelegt, die Streckenlänge der Witterung und der Situation angepasst (40-70 km). Ziel ist ein Café oder eine Gaststätte im Umkreis Frankfurts. Gefahren wird nur, wenn Straßen und Wege schnee- und eisfrei sind.

„Yes, we can!“

50 km

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 16.01.2011 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 67

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 23.01.2011 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 67

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

**Das nächste Tourenprogramm
erscheint Mitte März
zum Radreisemarkt**

Sonntag, 30.01.2011 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 67

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 06.02.2011 ★★★

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

HANAU UND KINZIGTAL

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 dem RMV.

50 km

Jürgen Lutz, Birgit Wagenbach

Sonntag, 13.02.2011 ★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 67

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Sonntag, 20.02.2011 ★★

Abfahrt: 10:15 Uhr - Ffm-Hbf, Servicepoint
11:00 Uhr - Hanau Hbf, Gleis 106
(Kahlgrundbahn)
11:10 Uhr - Kahl a.M. (Kahlgrundbahn)

Wanderung

**KAHLGRUND, HAHNENKAMM
UND RÜCKERSBACHER SCHLUCHT**

Bahnfahrt über Hanau nach Michelbach im Kahlgrund. Wir wandern zum Hahnenkamm, wo wir vom Ludwigsturm (437 m ü.NN) den Ausblick auf die Mainebene genießen und uns im Berggasthof stärken. Von dort geht es weiter über



Johannesberg nach Sternberg und zum oberen Ausgang der Rückersbacher Schlucht. Dieses landschaftliche Kleinod durchwandern wir in ganzer Länge. Dann erwarten uns im Schluchthof zur frühen Abendbrozeit regionale Spezialitäten zu gutem Preis. Wir erreichen in 20 Gehminuten den Bahnhof Rückersbacher Schlucht. Rückfahrt per Bahn.

Bei dieser Streckenwanderung ist eine Anfahrt mit Pkw nicht ratsam. (Ggf. Parken am Bahnhof Kahl am Main).

Bitte Voranmeldung wegen Platzreservierungen im Berggasthof und im Schluchthof.

15 km, 350 Höhenmeter

Jürgen Johann (01577-5729957)

Sonntag, 20.02.2011

★★★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Römer (⇒ Seite 10)

ZEWA-TOUR - Zieht euch warm an!

siehe Seite 67

Heinrich Göbel, Michael Dorgarten

Schon vormerken: Radreisemarkt



Sonntag, 20. März 2011

Bürgerhaus Bornheim, Arnburger Str. 24

Radtouren Bad Vilbel

Sonntag, 02.05.2010

★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Karben, Bürgerzentrum
10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

TAUNUSTOUR LIGHT

Die Tour verläuft am Rand des Taunusrückens, die Anstiege sind jedoch mit etwas Kraftaufwand nicht allzu schwer zu bewältigen. Zunächst führt die Strecke entlang der Nidda nach Sossenheim und zweigt dann ab nach Schwalbach. Über Niederhöchststadt geht es weiter nach Steinbach, wo wir uns in einem gemütlichen Lokal unter freiem Himmel stärken. Der Rückweg führt über Stierstadt nach Oberursel. Bei Kalbach stoßen wir wieder auf den Nidda-Uferweg, bevor sich der Kreis schließt. Rückkehr: ca. 16:00 Uhr
45 km

Josef Brückl (06034-902922)

Freitag, 28.05.2010

★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

RUND UM DEN SCHÄFERKÖPPEL

Mobiler Fahrradstammtisch

Zunächst entlang des Eschbachs und weiter mit dem Verlauf des Erlenbachs nähern wir uns dem Schäferköpfel. Nach kurzer Pause mit Aussicht ist bald das Ziel – der Obsthof auf dem Steinberg - erreicht. Der Erlenbach führt uns

nach der Einkehr zurück. Rückkehr erfolgt vor Einbruch der Dunkelheit.

25 km

Christina Romeis (06101-12607)

Samstag, 29.05.2010

★★

Abfahrt: 12:45 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

13:30 Uhr - Karben, Bürgerzentrum

ZUR STERNBACHER KIRCHE

Die Strecke verläuft zunächst auf dem Nidda-Uferweg und führt über Gronau nach Karben. 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 zu einer geführten Besichtigung des erstmals im Jahr 778 erwähnten Gotteshauses. Auf dem Rückweg ist eine Einkehr vorgesehen. Rückkehr: ca. 18:00 Uhr
48 km

Josef Brückl (06034-902922)

Sonntag, 30.05.2010

★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

RUND UM BAD VILBEL

Das Straßenfest in Bad Vilbel nehmen wir zum Anlass, den im vergangenen Jahr eröffneten



Bad Vilbeler Radrundweg abzuradeln. Vom Kurhaus verläuft die Route entlang des Erlenbachs nach Massenheim und Nieder-Erlenbach, anschließend geht es weiter über den Steinberg nach Dortelweil. Entlang der Nidda radeln wir sodann nach Gronau, und nachdem wir den Vilbeler Stadtwald durchquert und den Heilsberg passiert haben, gelangen wir zurück zum Kurhaus. Dort angekommen, kann je nach Lust und Laune das Straßenfest besucht werden. Rückkehr: ca. 13 Uhr

22 km

Christina Romeis (06101-12607)

Freitag, 04.06.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

NACH KLOPPENHEIM

Mobiler Fahrradstammtisch

Vom Kurhausvorplatz geht es über Massenheim und Niedererlenbach durch die Felder nach Kloppenheim. Nach diesen anstrengenden Kilometern werden wir hier einkehren und anschließend über Karben und Dortelweil zurückkehren. Rückkehr: ca. 22:00 Uhr

20 km

Heinz Erich Müller (06101-580190)

Sonntag, 13.06.2010 ★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

ADFC-LANDPARTIE ZUM HESSENPAK

Ein Ausflug in die Sommerfrische

Der ADFC Hessen und das Freilichtmuseum "Hessenpark" laden zu einer sommerlichen Landpartie mit dem Fahrrad ein. Die Route wird uns entlang des Erlenbachs in Richtung Taunus führen. Im weiteren Verlauf werden wir mit der Saalburg den höchsten Punkt passieren. Im Hessenpark werden bei unserer Ankunft Schauspieler und Handwerker in historischen Kostümen den typischen Alltag, die harte Arbeit und das Leben in einer dörflichen Gemeinschaft der 1920er Jahre wieder lebendig machen. So wird auf spannende und unterhaltsame Weise ein Stück Geschichte lebendig. Wir werden nicht nur zuschauen, sondern uns mitten im Geschehen befinden. Der Geschichte des Fahrrads wird dabei eine besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Der ADFC freut sich im Rahmen dieser Sternfahrt auf das Zusammentreffen von Fahrradbegeisterten aus ganz Hessen. Rückkehr ca. 17:00 Uhr

48 km

Ermäßigter Eintritt: 5 €

Joachim Hochstein (06101-402907)

Sonntag, 20.06.2010 ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

ZUM TOWER-CAFÉ BONAMES

Eltern-Kind-Tour

Dieses Angebot richtet sich an Mamas und Papas mit Kindern von 1,5 bis 6 Jahren. Gefahren werden kann mit Anhängern, Trailern, Kinderfahrrädern und Ähnlichem. Wir radeln im kindgerechten Tempo die Nidda abwärts nach Bonames zum alten Hubschrauberflugplatz. Dort verweilen wir zum Mittagessen; das Gelände bietet vielfältige Betätigungsmöglichkeiten. Nach rund zwei Stunden begeben wir uns auf den Rückweg. Bei Bedarf suchen wir noch den Abenteuerplatz „An der Au“ am Erlenbach in Massenheim auf. Neben guter Laune legt die Tourenleitung auch auf verkehrssichere Vehikel Wert. Rückkehr: ca. 16:30 Uhr

25 km

Wulfhard Bäumlein (06101-12607)

Sonntag, 27.06.2010 ★★

Abfahrt: 09:00 Uhr - Bahnhof Bad Vilbel Süd

DEN KELTEN DER WETTERAU

AUF DER SPUR

Die westliche Keltenroute beginnt in der Nähe der Mündung der Wetter in die Nidda. Sie weist vereinzelte, leichte bis mäßige Höhenunterschiede auf. Der Einstieg in die Keltenroute erfolgt unweit ihres Startpunkts in Friedberg, das mit der S-Bahn angefahren wird. Schnell ist das Tal der Usa erreicht, das nach Bad Nauheim führt. In dem Jugendstil-Badeort wurden bei Grabungen Fundstücke keltischer Kultur entdeckt, unter anderem Überreste von Anlagen zur Salzgewinnung. Über Felder entlang des Taunusrands geht es weiter durch das Wettertal zu dem Rosendorf Steinfurth und anschließend nach Butzbach, wo der romantische Markt zum Verweilen einlädt. Zur Mittagspause wird in der Gaststätte Zum Stern eingekehrt. Frisch gestärkt, dürfte der anschließende Abstecher von Hoch-Weisel aus hoch zum Hausberg nicht allzu schwer fallen. Dort oben sind noch gut erkennbare Spuren keltischer Ringwallanlagen aus dem 4./3. Jh. v. Chr. zu besichtigen. Der Rest der Route führt über Fauerbach, Ober-Mörlen und Bad Nauheim zurück nach Friedberg, wo sich der Kreis schließt. Rückkehr ca. 17:00 Uhr

55 km

Ute Gräber-Seifinger (06101-542256)



Samstag, 03.07.2010 ★

Abfahrt: 14:00 Uhr - Karben, Bürgerzentrum

KENNEN SIE KARBENS BRUNNEN?**Familientour**

Im Rahmen dieser Tour wollen wir einige Karbener Brunnen ansteuern und dabei, sofern möglich, auch Trinkproben vornehmen.

15 km

Renate Breiter (06039-42637, 0172-467 4945)

Mittwoch, 14.07.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Karben, Bürgerzentrum

RUND UM KARBEN**Mobiler Fahrradstammtisch**

Die Fahrt rund um Karben führt über Oberwöllstadt, Nieder-Wöllstadt, Rosbach, Petterweil, Galgenberg und Kloppenheim. Die Einkehr ist ab ca. 19:30 Uhr in der Ratsschänke vorgehen.

22 km

Renate Breiter (06039-42637, 0172-467 4945)

Sonntag, 08.08.2010 ★★ ★★

Abfahrt: 10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

DREI WEGE – EINE TOUR**Hohe Straße, Limesradweg, Niddaradweg**

Die Strecke führt uns zunächst auf den Berger Rücken. Hier erreichen wir die Hohe Straße, auf der wir, belohnt durch einen herrlichen Blick über das Rhein-Main-Gebiet, bis nach Hammersbach-Marköbel gelangen. Dort schwenken wir nordwärts auf den Limesradweg ein. Von nun an begleiten uns bis nach Altenstadt anschauliche Rekonstruktionen der einstigen römischen Grenzlinie. Nach einer Mittagseinkehr geht es gestärkt aus dem Niddertal hinaus und hinein in das Niddertal bis nach Florstadt-Staden. Der Nidda-Radweg führt uns schließlich zurück. Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

90 km

Joachim Hochstein (06101-402907)

Freitag, 13.08.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

GEMEINSCHAFTSTOUR MIT DEM BUND**Mobiler Fahrradstammtisch**

Gemeinsam mit dem BUND fahren wir über Massenheim, ab dort den Erlenbach entlang bis nach Friedrichsdorf-Petterweil. Eventuell wird die Tour durch einen Besuch der Naturgartenanlage in Karben ergänzt. Der Rückweg führt zunächst entlang der Nidda und anschließend

durch die Felder über Gronau nach Bad Vilbel. Wir lassen den Abend am Stammtisch ausklingen. Rückkehr: ca. 22:30 Uhr

25 km

Dieter Dametz (06101-85517), Monika Mischke

Freitag, 27.08.2010 ★

Abfahrt: 18:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

ÄPPELWOI „HOCH DREI“**Mobiler Fahrradstammtisch**

Wir fahren zum Verkosten von verschiedenen Apfelweinen in den Bereich der südlichen Wetterau, Tourlänge ca. 25 km, Dauer ca. 2 Stunden zuzüglich Einkehr. Das genaue Programm bitte der Tagespresse oder der Website (www.adfcbad-vilbel.de) entnehmen.

25 km

Heinz Erich Müller (06101-580190)

Sonntag, 29.08.2010 ★

Abfahrt: 11:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

ZUM SPIELPLATZ**AM DOTTENFELDER HOF****Eltern-Kind-Tour**

Mit unserem Nachwuchs radeln wir mit verkehrssicheren Velos, Trailern und Anhängern die Nidda aufwärts. Am Dottenfelder Hof rasten wir zum Picknik. Neben einem schönen Spielplatz bietet der Bauernhof auch die Möglichkeit, Kühe und andere Vierbeiner anzuschauen. Die Verköstigung muss allerdings mitgebracht werden, da der Sonntag auch für die Beschäftigten eines Bio-Hofes heilig ist. Rückkehr ca 15:00 Uhr

10 km

Wulfhard Bäumlein (06101-12607)

Sonntag, 12.09.2010 ★★ ★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Karben, Bürgerzentrum

10:00 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

ZWISCHEN NIDDA UND NIDDER

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 ins Jahr 1268 zurück. Von der Abtei aus führt der Weg zurück an die Nidder. Stationen auf der Rückfahrt sind Altenstadt-Höchst, wo wir in einem Lokal eine Mittagspause einlegen werden, sowie Nidderau. Schließlich geht es auf der Hohen Straße zurück nach Bad Vilbel, Rückkehr: ca. 17 Uhr

70 km

Josef Brückl (06034-902922)



Sonntag, 19.09.2010

★★★

Abfahrt: 09:30 Uhr - Bad Vilbel, Kurhaus

AUF DEN SPUREN DES BONIFATIUS**NACH MAINZ**

Nicht entlang von Nidda und Main, sondern geleitet von der 2004 eröffneten Bonifatiusroute, die Mainz mit Fulda verbindet, führt uns der Weg nach Mainz. Eigentlich als Wanderweg konzipiert, ist zumindest der westliche Abschnitt auch mit dem Fahrrad problemlos zu fahren. Die Bonifatiusroute führt zunächst durch die nördli-

chen Frankfurter Stadtteile nach Eschborn und weiter über Kriftel durch einige nette Weinorte zu unserem Ziel. Hinter Kriftel ist die Strecke weitgehend identisch mit der Regionalparkroute. Zur Mittagszeit wird gepicknickt. Die Rückreise ist mit der S-Bahn vorgesehen. Die Strecke ist über die gesamte Distanz wellig.

Rückkehr: ca. 19:00 Uhr

70 km

Christian Martens (06101-128426)

Inserentenverzeichnis

Fahrradhändler / -verleih / -ausrüster

Bike Garage	31
Bike Point	55
Bike-X-Dream	43
Böttgen World of Bike	19
Eingang Frankfurt	27
Fahrrad Thöt	47
Fahrradhaus Wagner	21
Fahrradstation Frankfurt	29
feine velos	45
Globetrotter Ausrüstung	76
Hex ★ Hex Fahrradladen	45
MainVelo	41

Gaststätten / Pensionen

Alt-Oberurseler Brauhaus	35
Anglerheim Rödelheim	35
die Linse	53
Gashaus Jahnvolk	61
Gasthaus Obermühle	13
Gasthaus Zum Bären	59
Hof Gimbach	33
Kleines Rüsselsheimer Brauhaus	47
MainÄppelHaus Lohrberg	13
Parkterrasse	21
Restaurant Adler	63

Sonstige

ADFC Infoladen	65
AOK – Mit dem Rad zur Arbeit	2
Bett & Bike	15
Brillen-Weiss	41
dormiCIEL Bettenstudio	37
FES	75
Fahrrad Info Tag – FIT 2011	61
KunstGesellschaft	29
Landkarten Schwarz	33

Mechanisches Atelier Unikate Räder	43
Montimare	57
Per Pedale	51
Rat, Räder und Reisen	21
radfix-Frankfurt	25
Radschlag	49
Radsport Graf	35
Radsport Hess	37
Radsporthaus Kriegelstein	17
radwerk Bernd Meyer	17
Supertramp	53
Zweirad Ganzert	33

Restaurant Merzenmühle	17
Rühmann's	13
Traditionsgasthof Speisekammer	29
Untere - Mühle	31
Weingut Bunk-Hirschmann	15
Wiener Hof	37
Zu den Zwölf Aposteln	59
Zum Lahmen Esel	55
Zum Lemp	31
Zum Zehnthof	53
Zur Buchscheer	43

Matsch & Brei	43
Mieter helfen Mietern	27
Possmann	49
Rapp's Kelterei	23
Tandemclub Frankfurt Weiße Speiche	49
ThedaTours	15
Tourismus Birstein	17
traffiQ	38/39



AUToFREIE SONNTAGE

16.05.2010

RHEIN-RADELN

Oppenheim - Worms (ca. 30 km), 10-18 Uhr
 Auskunft: Stadt Oppenheim, Merianstr. 2
 55276 Oppenheim, ☎ (06133) 49 09 0
 Auf dieser Strecke liegen einige rhein-hessische
 Weinorte, damit ist für ein reichhaltiges
 gastronomisches Angebot gesorgt.

30.05.2010

HAPPY MOSEL

Schweich - Winnigen (2 x 180 km), 9-19 Uhr
 Beide Uferstraßen zwischen Schweich und
 Winnigen, längste Straßenspernung Europas.
 Auskunft: Mosellandtouristik GmbH,
 Postfach 1310, 54463 Bernkastel-Kues
 ☎ (065 31) 79 33 0

30.05.2010

FAHR ZUR AAR,

RADELN IM NASSUAERLAND

Taunusstein-Bleidenstadt - Diez (ca. 40 km),
 10-18 Uhr
 Auskunft: Touristinformation Diez
 ☎ (06432) 50 12 75

20.06.2010

NAHE HIT RAD'L MIT

auf dem Nahe-Radweg Bingen – Nohfel-
 den/Bostalsee (ca. 120 km), 10-18 Uhr
 Auskunft: Naheland-Touristik, 55606 Kirn
 ☎ (06752) 13 76 10

27.06.2010

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 Teilneh-
 merzahl fließt der Radverkehr aufgrund der
 Streckenlänge von insgesamt 120 km.
 Auskunft: Touristik-Gemeinschaft
 „Im Tal der Loreley“
 Postfach 1263, 56326 St. Goar ☎ (06741) 383

01.08.2010

AUToFREIER WEILTALSONNTAG

Weilrod – Weilburg
 (ca. 30 km), 9-17 Uhr
 Auskunft: Taunus-Tourist-Info Bad Homburg
 ☎ (06172) 999 41 40

08.08.2010

AUToFREIER SONNTAG TAUBERTAL

Rothenburg o.d.T./Detwang - Bad Mergentheim
 (ca. 45 km), 10-18 Uhr
 Auskunft: Touristikgemeinschaft
 „Liebliches Taubertal“ e.V.
 97941 Tauberbischofsheim
 ☎ (09341) 82-58 06

15.08.2010

AUToFREIES APPELBACHTAL

Würzweiler bis Pfaffen-Schwabenheim
 (30 km) 9-18 Uhr
 Auskunft: Verbandsgemeindeverwaltungen
 Bad Kreuznach ☎ (0671) 836 00 50
 Rockenhausen ☎ (06361) 45 12 52

29.08.2010

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, ☎ (06321) 91 23 28

12.09.2010

KINZIGTAL TOTAL

Hanau bis Sinnatal-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
 Hauptverw. Gelnhausen ☎ (060 51) 85-14 665

Alle Angaben sind ohne Gewähr

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



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 unter www.adfc.de



adfc

Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

Bitte einsenden an ADFC e. V., Postfach 10 77 47, 28077 Bremen
oder per Fax 0421/346 29 50

Anschrift:

Name

Vorname

Geburtsjahr

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Beruf

- Ja**, ich trete dem ADFC bei und bekomme die Radwelt. Mein Jahresbeitrag unterstützt die Fahrrad-Lobby in Deutschland und Europa. Im ADFC-Tourenportal erhalte ich Freikilometer.
- Einzelmitglied 38 € Familien-/Haushaltsmitglied 48 €
- Zusätzliche jährliche Spende €

Anmerkungen

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

- Ich erteile dem ADFC hiermit eine **Einzugsermächtigung** bis auf Widerruf.

Kontoinhaber

Kontonummer

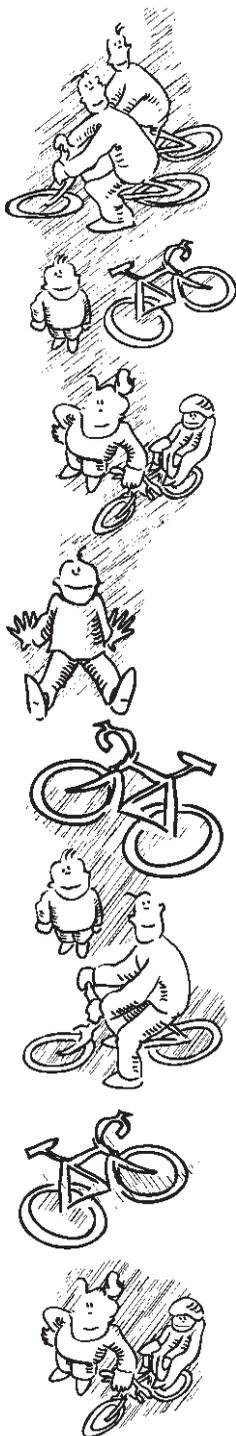
Bankleitzahl

Datum/Ort

- Schicken Sie mir eine Rechnung.

Datum

Unterschrift



Wenn's um Ausdauer geht, sind wir dabei.



Wenn's um Umweltfreundlichkeit geht, auch: Die FES wünscht eine sonnige Radsaison.



Servicetelefon 0180 3 372255-0* • www.fes-frankfurt.de

*0,09 €/Min. aus dem dt. Festnetz; Mobilfunkpreis max. 0,42 €/Min.



„Alles für den CO²-freien Traumurlaub!“

Bei Globetrotter finden Sie alle Ausrüstung für Ihre Fahrradtour unter einem Dach: von Packtaschen über Bekleidung, GPS-Geräten und Tourenvorschlägen bis zu über 20 Ausrüstungs-Experten, die Ihnen manchen Geheimtipp für Ihre nächste Tour geben können.

In der Hanauer Landstraße: die größte Auswahl an Zubehör für Ihre Radtour!



25.000 Ausrüstungsideen für Outdoor und Reise auf 1.400 qm.

Träume leben.

Globetrotter.de
Ausrüstung

MEINE GLOBETROTTER AUSRÜSTUNG FILIALE IN FRANKFURT:

Hanauer Landstraße 11-13, 60314 Frankfurt/Main
Montag bis Freitag: 10:00 – 20:00 Uhr, Samstag: 9:00 – 20:00 Uhr
Telefon: 069 / 43 40 43, shop-frankfurt@globetrotter.de

Hamburg | Berlin | Dresden | Frankfurt | Bonn | Köln