

Winter is coming – auf dem Rad durch Nässe, Schnee und eisige Kälte



Die nass-kalte Jahreszeit klopft mal wieder an. Im Folgenden finden Sie allgemeine und ein paar persönliche Empfehlungen für das Radfahren in Herbst und Winter. Für viele endet mit dem Herbst die Freiheit der Zweiradmobilität abrupt. Doch auch für die nass-kalte Jahreszeit gibt es geeignete Tipps und Möglichkeiten. Ich möchte hier vor allem von meinen persönlichen E-Bike-Erfahrungen berichten und freue mich über zusätzliche Tipps (per Mail an p.baum-wittke@blaulach.info).

Ausrüstung:

Mütze/Ohrenschutz - Eine Mütze oder Ohrenschutz sollte dünn genug sein, um unter den Helm zu passen – diese Kombination zerstört bisweilen die Frisur, ist aber bei eisiger Kälte unverzichtbar und vor allem ist es im Herbst und Winter nicht zu empfehlen auf den Helm zu verzichten.

Regenschutz für den Helm - Eine Regenhaube kann sowohl gegen Nässe als auch gegen Kälte über den Helm gezogen werden. Dadurch wird der Helm zum Regenschutz.

Wind- und regendichte Jacke – Vor allem bei der Oberbekleidung ist das „Zwiebelschicht-Prinzip“ zu empfehlen. Das hat zwei sinnvolle Aspekte. Erstens entstehen durch die verschiedenen Lagen isolierende Luftpolster zwischen den Schichten und der Haut. Dadurch bleibt der Oberkörper wärmer. Zweitens macht „die Zwiebel“ es auch bei Übergangswetter einfacher. Morgens ist es noch eisig kalt. Nachmittags aber hat es wieder gefühlte 30 Grad, aber der Regen fällt. So kann man mit der Zwiebel viel einfacher zwischen verschiedenen Witterungsbedingungen switchen.

Winddichte Handschuhe – dabei kommt es auf persönliche Vorlieben und Durchblutungseigenschaften an. Von polarexpeditionstauglichen Lobster-Handschuhen, die besonders warmhalten, bis zu dünnen wind- und wasserdichten Fahrradhandschuhen ist alles möglich. Ein wichtiger Aspekt kann noch sein, wie lange sie brauchen, um auch wieder zu trocknen.

Regenhose – für den Winter ist eine lange Regenhose, die etwas weiter sitzen sollte, zu empfehlen. Dann kann man sie gut über die normale Alltagskleidung drüberziehen. Ebenso kann es praktisch sein, wenn die Hose Reisverschlüsse hat, also nicht nur Gummibund. Diese Reisverschlüsse sollten sowohl von oben (also links und rechts an der Hüfte) als auch von unten (links und rechts am Schuh) zu öffnen sein. Dadurch lassen sich ungelentke Versuche sich am Radstellplatz aus der Hose zu schälen ziemlich gut vermeiden, da man die Reisverschlüsse von oben und unten bis jeweils zur Mitte öffnen kann und viel Platz hat, um ein- und auszusteigen. So kann man auch in „normalen“ Klamotten das Schulgebäude betreten.

Überschuhe/Gamaschen – eines der wichtigsten Ausrüstungsgegenstände! Dabei gibt es unterschiedlichste Modelle. Von enganliegenden Überschuhen vor allem für Rennräder bis hin zu weiten Gamaschen, die über ziemlich jeden alltäglichen Schuh passen. Wenn man mit unterschiedlichen Schuhen zur Schule kommen möchte, dann beim Kauf darauf achten, dass die Größe der Gamaschen auch für dickere Schuhe im Winter ausreichend ist. Deswegen lieber ein bis zwei Nummern größer nehmen. Persönlich können lange Gamaschen empfohlen werden, also solche die fast bis zum Knie reichen. Vorteil: sie machen besonders Sinn nach einem Regenguss, dann schützen die langen Gamaschen nämlich auch gegen das Spritzwasser, das beim Fahren hochspritzt, aber es ist in diesem Fall nicht nötig sich in die Regen hose zu zwängen (wenn man nur kurze Gamaschen hat, wird dann nämlich die Hose ab dem Schienbein nass). Zusätzlicher Vorteil bei Regen und Kälte: die langen Gamaschen bilden mit der Regen hose eine doppelte Wind- und Wasserschutzschicht.

Transport und Lagerung des Equipments bei Nichtnutzung - eine Fahrradtasche am Gepäckträger kann helfen. Sinnvoll ist eine mit steifen bzw. stabileren Wänden, die ihre Form behält. Dadurch lassen sich auch druckgefährdete Gegenstände ohne Knicke transportieren. Eine solche Tasche ist eine sehr gute Möglichkeit die Regensachen und anderes Equipment stets dabei zu haben – wobei dies eher aufs E-Bike zutrifft, da der zusätzliche Ballast beim E-Bike weniger ins Gewicht fällt.

Lagerung – Es gibt zwar die Garderobe zum Aufhängen nasser Kleidung. Die Möglichkeiten sollen an unserer Schule aber noch verbessert werden.

Sicherheit am Bike:

Beleuchtung und Reflektoren - In der kalten Jahreszeit besteht der Tag ja ohnehin nur aus wenigen Stunden Tageslicht. Deswegen auf jeden Fall die Beleuchtung und alle Reflektoren am Bike in einem Betriebszustand halten. Zusätzlich macht Bekleidung oder Westen mit grellen Farben und Reflektoren Sinn. Es gibt auch reflektierende Folien bzw. Aufkleber zum nachträglichen Aufbringen an Bike oder Ausrüstung.

Winter- und Spikereifen - Es gibt extra Winter- und Spikereifen die auf Schnee und Eis mehr Gripp bringen. Diese sind aber natürlich auch ein weiterer Kostenpunkt und verursachen durch den Wechsel zusätzlichen Aufwand. Für diejenigen, die nicht täglich fahren: Man kann auch etwas Luft aus dem Reifen ablassen. Dadurch verringert sich der Druck und erhöht die Kontaktfläche. Allerdings darauf achten, dass nicht zu viel abgelassen wird, ansonsten könnte die Felge beschädigt werden. Dieser Tipp eignet sich nicht für Vielfahrende und auch weniger für diejenigen, die sich rein mit Muskelkraft fortbewegen, da durch den erhöhten Rollwiderstand deutlich kräftiger pedaliert werden muss.

Ein Tipp den es immer wieder im DIY-Format gibt – mehrfach Kabelbinder in gleichmäßigen Abständen um den Reifen. Dadurch erhöht sich der Gripp vor allem auf Schnee. Allerdings ist dies nicht für Räder mit Felgenbremse oder seitlichem Fahrraddynamo zu empfehlen und es sollte auch nur eine Notlösung für die paar Tage Schnee sein und nicht als Dauerlösung genutzt werden, da es dann auch sinnvollere und sicherere Lösungen gibt.

Schutzbleche - Wer im Sommer das feuchte Tröpfeln auf dem Rücken mag und lieber ohne fährt kann in Herbst und Winter dem Schutzblech möglicherweise doch die Vorteile abgewinnen. Es gibt nachrüstbare Schutzbleche, die sich fest verbauen als auch einfach stecken lassen und dadurch relativ flexibel einsetzbar sind.

Radpflege vor allem im Winter - Gerade Nässe und im Winter das Streusalz setzt den Teilen am Rad ordentlich zu. Deswegen ist auf jeden Fall eine regelmäßige Pflege zu empfehlen. Dafür gibt es diverse Tutorials, die sich in ausgesuchten Video-Plattformen im Internet durch einfache Suchanfragen finden lassen.

Trotz aller **Vorsichtsmaßnahmen**: Fahrrad fahren im **Winter** ist gefährlicher als in den Sommermonaten. Auf vereisten oder verschneiten Straßen haben es Reifen und Bremsen naturgemäß schwerer. Deswegen sollte bei extremen Wetterbedingungen das Rad stehen bleiben und der öffentliche Nahverkehr genutzt werden.

Noch zwei Tipps speziell für den Winter:

Tipp 1: Straßen nutzen, wenn Fahrradwege nicht geräumt sind

Wenn die Radwege nicht geräumt sind, können Fahrradfahrer auf die Straße ausweichen.

Grundsätzlich gibt es für Radler keine Pflicht, Fahrradwege zu nutzen. Diese besteht nur dann, wenn die Verkehrsschilder 237, 240 oder 241 einen Fahrradweg ausweisen. Aber auch diese Pflicht entfällt, wenn die Wege von der zugehörigen Behörde **nicht geräumt wurden**. Aus diesem Grund ist es ratsam, abhängig von den Wetterverhältnissen **auf die Straßen auszuweichen**. Diese werden meistens schneller und besser geräumt als Fahrradwege und ermöglichen somit ein sichereres Vorankommen.

Tipp 2: Fahrweise anpassen

Jedoch helfen auch nicht die besten **Winterreifen**, wenn man nicht die Fahrweise an die Wetterbedingungen anpasst. **Verlängerten Bremswegen** sollte mit **verringertem Tempo** und **größerem Abstand** zu vorausfahrenden Verkehrsteilnehmenden begegnet werden. Erhöhte Sturzgefahr besteht bei **abrupten Lenkbewegungen**, deswegen vor Kurven **maßvoll einlenken** und somit die Sturzgefahr minimieren.

Fahrrad fahren macht Spaß und ist insbesondere in Städten oft das schnellste und gleichzeitig umweltfreundlichste Verkehrsmittel. Im Winter aber auf die Witterungsbedingungen einstellen. Bei **Glatteis und massivem Schnellfall** das Bike doch besser stehen lassen und auf öffentliche Verkehrsmittel als bessere Alternative umsteigen.

Mit Material von <https://www.acv.de/ratgeber/fahrrad/vier-tipps-sicheres-fahrradfahren-im-winter> , <https://www.fahrrad.de/radfahren-im-winter.html>, <https://www.radfahren.de/service/radfahren-winter-bekleidung-tipps/>