

Sicherheit und Fahrspaß mit dem E-Bike



Kreisseniorenrat
Esslingen e.V.

STADTSENIORENRAT
FILDERSTADT **StSR**

Pedelects (umgangssprachlich: E-Bikes) schonen die eigenen Kräfte und bringen einen schnell und umweltfreundlich ans Ziel.

Leider steigen damit auch die Unfallzahlen – teilweise mit schweren Folgen. Viele unterschätzen die Geschwindigkeit und das Gewicht der elektrischen Fahrräder. Beides sorgt für ein anderes Fahrverhalten und vor allem ein anderes Bremsverhalten. Gerade ältere Menschen verunglücken besonders häufig mit dem Pedelect. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, bietet der Kreisseniorenrat Esslingen e.V. in Kooperation mit dem Stadtseniorenrat Filderstadt, der Sportgemeinschaft Filderstadt, der Präventionsabteilung des Polizeipräsidiums Reutlingen und der Stiftung der Kreissparkassen Esslingen-Nürtingen ein Pedelect-Training für Seniorinnen und Senioren an.

Die Teilnehmenden erhalten unter fachkundiger Anleitung das notwendige Wissen zur Technik, zur rechtlichen Stellung von Pedelects und Informationen über die neuesten Verkehrsregeln. Auf dem Gelände wird besonders das Anfahren, Bremsen, Anhalten, Ausweichen sowie die Einschätzung der Geschwindigkeit und der Umgang damit ausführlich geübt.



Sicher und fit mit dem Pedelec – für Ein- und Umsteiger

Vermittlung von Sicherheit durch Grundwissen rund ums Pedelec

- Einstellen von Sitzhöhe und Lenker
- Umgang mit dem Akku

Praktisches Training und viel Üben von speziellen Fahrsituationen

- Gewöhnung ans Pedelec & Entwicklung von sicherem Fahrgefühl
- enge und weite Kurven fahren
- Anfahren mit unterschiedlicher Motorunterstützung (Anfahren am Berg)
- Bremsengewöhnung (mit Vollbremsung) und Absteigen



Allgemeines

- Dauer 3,0 Stunden
- 14 Teilnehmer
- Pedelec und Fahrradhelm müssen mitgebracht werden
- Kosten 30,- € (muss beim Training bar bezahlt werden)
- Wann: Donnerstag, 29. Juni 2023
- Ort: Festplatz Bonlanden
- Uhrzeit: von 14⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr



Partner im Projekt



Anmeldung und Info

für das Pedelec-Training erfolgt über die Geschäftsstelle Stadtseniorenrat Filderstadt per Mail: stadtseniorenrat@filderstadt.de oder telefonisch über Tel. 0711/7003-247. Die Platzvergabe erfolgt nach der Reihenfolge des Eingangs. **Anmeldeschluss ist Freitag, 23. Juni 2023**