



## FAHRRÄDER

# WELCHES IST DAS RICHTIGE?

Immer mehr Menschen nutzen auch im Alltag das Rad. Falls Sie erwägen, ein neues anzuschaffen, hier ein kleiner Leitfaden.



### BEATRIX WUPPERMAN

Die Volkswirtin bloggt auf [www.bremenize.com](http://www.bremenize.com) für den Radverkehr und ist seit 26 Jahren im BUND aktiv.

**F**ahrradfahren ist nicht mehr nur ein Hobby am Wochenende. Mit Corona und unserem Wunsch nach einer Verkehrswende steigen die Bedeutung und das Ansehen des Alltagsradelns. Wenn auch Sie sich ein neues Fahrrad kaufen wollen: Welches ist gut und sinnvoll für Sie? Wollen Sie täglich fahren, Ihr Auto immer häufiger stehenlassen oder sogar ganz abschaffen? Was wollen Sie transportieren? Und was ist mit den Kindern?

### RENNRAD, LASTEN- ODER KINDERRAD?

All dies sind Räder für spezielle Ansprüche. Im Fachhandel können Sie sich eingehend beraten lassen. Lastenräder, die seltener gebraucht werden, können vielleicht zusammen mit Nachbarn

gekauft und genutzt werden. Alternativ gibt es auch Verleihdienste für Lastenräder.

Falls Sie ein Kinderrad kaufen wollen: Nehmen Sie Ihr Kind mit. Kaufen Sie »auf Zuwachs«, damit das Rad nicht schon ein Jahr später zu klein für Ihren Nachwuchs ist. Und kaufen Sie Ihrem Kleinkind zeitig ein Laufrad!

### ALLTAGS- UND FALTRÄDER

Hier gibt es Variationen: Tiefeinstieg, Mixed- oder Diamantrahmen (mit Stange), Cruiser, Falträder und mehr. Wollen Sie sportlich oder eher gemütlich und entspannt fahren? Wollen Sie eine Rücktrittbremse und Nabenschaltung oder Kettenschaltung ohne Rücktritt? Stöbern Sie im Internet und lassen Sie sich im Fachhandel beraten. Kaufen Sie vor allem nur im Fahrradladen Ihres Vertrauens. Denn Sie müssen ein Rad Probe fahren, alle Funktionen ausprobieren und schauen, ob es zu Ihrer Körpergröße passt. Und Sie möchten jemanden haben, der sich für Ihr Rad verantwortlich fühlt und es auch nach Jahren noch rasch und günstig wartet und repariert.

Falträder sind sinnvoll, wenn Sie nur kurze Strecken fahren und das Rad mit in die Bahn, den Bus oder die Straßenbahn nehmen, ohne Vorbuchung oder Extra-Fahrkarte. Es gibt sie auch mit elektrischer Unterstützung. Lassen Sie sich im Fachhandel zeigen, wie es zusammengeklappt wird, und fahren Sie Probe.

### WAS IST MIT PEDELECS?

Es gibt immer noch das Vorurteil, Fahrräder mit elektrischer Unterstützung seien nur etwas für ältere Herrschaften. Das ist weit gefehlt! Pedelecs sind nicht einfach zu fahren, sie sind relativ schwer und können beim Anfahren einiges Temperament entwickeln. Wer es fahren möchte, braucht Körperbeherrschung und Erfahrung mit dem Radeln.

Ein Pedelec kann sinnvoll sein, wenn Sie regelmäßig größere Höhenunterschiede überwinden müssen, einen Anhänger ziehen oder/und mehr als zehn Kilometer jeden Tag zur Arbeit, zur Schule oder zum Einkaufen radeln wollen. Auch für Lastenräder ist eine elektrische Unterstützung hilfreich. Ohne sie wird sonst die Versuchung oft zu groß, doch ins Auto zu steigen.

Die Batterien können direkt am Rad oder bei abnehmbaren Batterien (unbedingt zu empfehlen!) zu Hause in der Wohnung aufgeladen werden. Super wäre es, wenn Sie dafür Ökostrom verwenden, am besten aus der eigenen Photovoltaikanlage.

### KORB, FAHRRADTASCHE, ANHÄNGER ...?

Falls Sie Ihre Einkäufe mit dem Rad erledigen wollen, können Sie zwischen fest montiertem Korb (es gibt auch abnehmbare) und abnehmbarer Fahrradtasche wählen. Oder Sie lassen sich eine Kupplung ans Rad montieren und kaufen einen Anhänger dazu, mit dem Sie schwere Dinge wie Bierkisten oder Kinder transportieren können. Das ist allerdings viel teurer als ein Korb oder ein Kindersitz. Und dann fragt sich, ob Sie nicht besser gleich ein Lastenrad kaufen ...

# ÖKOTIPP

Alle Ökotipps des BUND finden Sie unter:  
[www.bund.net/oekotipps](http://www.bund.net/oekotipps)

AUFGEPASST

## GIFTFREI SPORTELN

**Jeder vierte Sportartikel enthält gefährliche Schadstoffe. Das ergab ein europaweiter Labortest, den unser ToxFox gemeinsam mit 13 Partnern im LIFE-Projekt AskREACH durchgeführt hat.**

Mit dem frühlingshaften Wetter steht »mehr Sport« bei vielen von uns ganz hoch im Kurs. Wegen der Pandemie findet das Training oftmals in den eigenen vier Wänden oder allein im Park statt. Daher haben wir getestet, ob Produkte für das private Workout wie Gymnastikbälle, Springseile und Hanteln Stoffe enthalten, die erwiesenermaßen der Umwelt und der Gesundheit schaden.

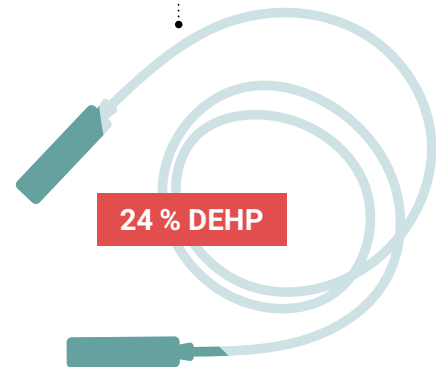
### VERBOTENE WEICHMACHER

Insgesamt ließen wir 82 Stichproben aus 13 Ländern in einem unabhängigen Labor

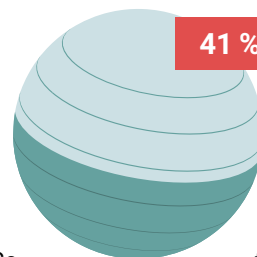
untersuchen. Sieben Produkte beinhalten die Weichmacher DEHP oder DIBP, die in der EU bereits verboten sind und seit Juli 2020 nicht mehr in Verkehr gebracht werden dürfen. So bestand ein in Deutschland gekaufter Pilates-Airpad zu 15 Prozent aus DIBP, ein Overall aus Tschechien zu 35 Prozent und ein Pilates-Ball aus Luxemburg zu 41 Prozent aus der gesundheitsschädlichen Chemikalie.

In rund einem Viertel der untersuchten Produkte fanden wir besorgniserregende Stoffe. Viele Weichmacher können den Hormonhaushalt stören und so die Fruchtbarkeit und die Entwicklung von Organen schädigen.

Zu den Produkten mit einem hohen Gehalt gefährlicher Weichmacher zählten ein Pilates-Ball und ein Springseil.



24 % DEHP



41 % DIBP

DIBP = Diisobutylphthalat  
DEHP = Diethylhexylphthalat

### SCHADSTOFFE MEIDEN

Verbraucher\*innen haben in der EU das Recht, von Firmen zu erfahren, ob Produkte Schadstoffe enthalten. Mit der kostenlosen ToxFox-App des BUND können Sie Kleidung und Alltagsdinge auf Schadstoffe hin prüfen. Scannen Sie einfach den Barcode einzelner Artikel. Damit belastete Produkte zu Ladenhütern werden und die Hersteller merken: Wir wollen Produkte ohne Gift!



Mehr zum Thema  
[www.bund.net/toxfox](http://www.bund.net/toxfox)

## Das einzigartige Turm-Hochbeet: Vertical XL Garden

Ideal für Balkons, Terrassen und auch im Freiland!

- Das Hochbeet mit richtig viel Pflanzraum – auf kleinster Standfläche.
- Für Kräuter, Salate, Erdbeeren – auch mit Zierpflanzen als attraktiver Sichtschutz.
- Kein „Billig-Plastik“: die dickwandigen, langlebigen Pflanzschalen aus PP-Recyclingmaterial sind schlagfest, frostsicher und UV-geschützt.
- Schalen sind auch bepflanzt einzeln entnehmbar, drehbar und in beliebiger Reihenfolge wieder aufzustecken.
- Funktionierende, saubere Entwässerung in Spezial-Tropfschalen.
- Solides, rostgeschütztes Metallstativ, Leergewicht mit Schalen 17 kg.
- Nachhaltige Konstruktion und hochwertige Verarbeitung.
- Denkbar einfacher Aufbau des Pflanzturms in nur 5 Minuten – mit sicherem Stand.
- Fürs Freiland auch mit stabilem Erdspeer erhältlich – schneckensicher anpflanzen ohne Gift!

Das Raumwunder auf Balkon und Terrasse: EINE Standfläche – FÜNF Pflanz-Etagen!

Direkt vom Hersteller – jetzt mit **10% Frühjahrs-Rabatt\*** auf [www.bluegreenshop.de](http://www.bluegreenshop.de)

\* Der Rabatt-Code „SPRING21“ kann im Aktionszeitraum vom 15.05. bis 30.06.2021 auf [www.bluegreenshop.de](http://www.bluegreenshop.de) eingelöst werden.

Rabattbedingungen siehe [www.bluegreenshop.de/rabattaktion](http://www.bluegreenshop.de/rabattaktion) · Ein Angebot der Functional Design GmbH, Oststr. 51c, 04317 Leipzig.



MADE IN GERMANY

blue  
green  
shop.de