

## Ort:

Eissporthalle Frankfurt  
Am Bornheimer Hang 4  
60386 Frankfurt am Main

## Öffnungszeiten:

10 – 18 Uhr

## Mehr Infos:

www.velofrankfurt.com  
frankfurt@velokonzept.de

Nächste Woche  
lesen Sie:

Viel Neues im Gelände:  
Willingen, das Mekka der  
deutschen MTB-Szene, lädt  
Ende Mai zum „Bike Festival“

## Die Fahrradmesse im Rhein-Main-Gebiet

## Bayerische Blaupause

Der „Vater“ der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ über die Motivation, solch ein Projekt anzustoßen und was sich in Zukunft noch verbessern könnte

**RMM: Von „Mit dem Rad zur Arbeit“ hat fast jeder schon gehört. Wie aber hat das eigentlich angefangen?**

Armin Falkenhein: Das war beim Kongress Velo-city in Amsterdam im Jahr 2000. Da haben unsere dänischen Freunde das Konzept präsentiert. Und es hat mich so überzeugt, dass ich die gleich gefragt habe, ob ich das kopieren darf.

**Aber ganz kopieren ging nicht – Stichwort Finanzierung, oder?**

Richtig. Ich bin damals mit der Blaupause in der Tasche erst mal in Bayern auf die Suche nach Kooperationspartnern gegangen. Bei den Dänen hatten sich die Kommunen sehr stark engagiert. Das klappte bei uns nicht, dafür war ziemlich schnell die AOK mit im Boot. Unser Testlauf 2001 im Raum Günzburg nahe Ulm hat dann regelrecht eingeschlagen.

**Wie ging es weiter, und gab es sonst noch Unterschiede zu Dänemark?**

Wir haben das zuerst noch zwei oder drei weitere Jahre nur in Bayern gemacht. Danach sprang dann der Funke ganz schnell auf die anderen Bundesländer über. Trotzdem: Die größten Teilnehmerzahlen verzeichnet nach wie vor Bayern. Der wichtigste Unterschied zu Dänemark ist: Die haben viel schönere Preise, das lockt natürlich viel stärker an. Ich erinnere mich, dass die zum Beispiel mal eine Kenia-Safari hatten.

**Wenn man als „Vater“ einer bundesweit erfolgreichen Aktion gilt, ist das aller Ehren wert. Was aber war seinerzeit ihre ganz persönliche Motivation, das anzustoßen?**

Da muss ich kurz ausholen, denn das hat etwas mit der Geschichte des ADFC zu tun. Bis zum Jahr 1999 stand da sehr stark das Thema Umwelt im Vordergrund, also das Rad als ökologisch überragendes Verkehrsmittel. Mich

interessierte aber damals schon der Gesundheitsaspekt. Das wollte ich offensiver angehen. Dazu kam, dass auch internationale Organisationen wie die WHO anfangen, sich Gedanken über den Zusammenhang von Verkehr und Gesundheit zu machen.

**Und ihre Idee war ...?**

Dass man eine Gesellschaft, die vom Bewegungsmangel gekennzeichnet ist, auf Trab bringen muss. Und mit dem Rad zur Arbeit – da geht das ganz automatisch! Jeder kann das in seinen Alltag einbauen.

**Klingt logisch. Aber wenn man sich die Teilnehmerzahlen anschaut, dann stagnieren die ja eher. Hatte sich der ADFC nach dem guten Start keine weiteren Ziele gesetzt?**

Doch. Eigentlich wollten wir die Gesundheitspolitik als weiteren Partner gewinnen. Doch da passiert nichts. Das ist für mich bis heute eine Riesen-Enttäuschung! Außer von ein paar Landesministerien kam da nie Unterstützung. Deswegen bleiben im Endeffekt auch die Zahlen limitiert.



**Armin Falkenhein** ist seit Mitte der 80er Jahre ADFC-Mitglied. Er ist, mit Unterbrechungen, seit 17 Jahren Landesvorsitzende im ADFC Bayern. Das Ehrenamt hat der 55-Jährige auch heute inne. Hauptberuflich ist der „Vater“ der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ im Landratsamt Augsburg im Bereich „Schule, Sport, Kultur“ tätig.

Da lächelt der Radler auf dem Weg zur Arbeit nur müde: Stehen die Autos im Stau - kurvt er lässig dran vorbei.

Foto: ADFC/Gerhard Westrich

**Wenn man an andere Bereiche der Politik denkt, dann entstehen da große Bewegungen obwohl oder vielleicht gerade weil die Politik schläft.**

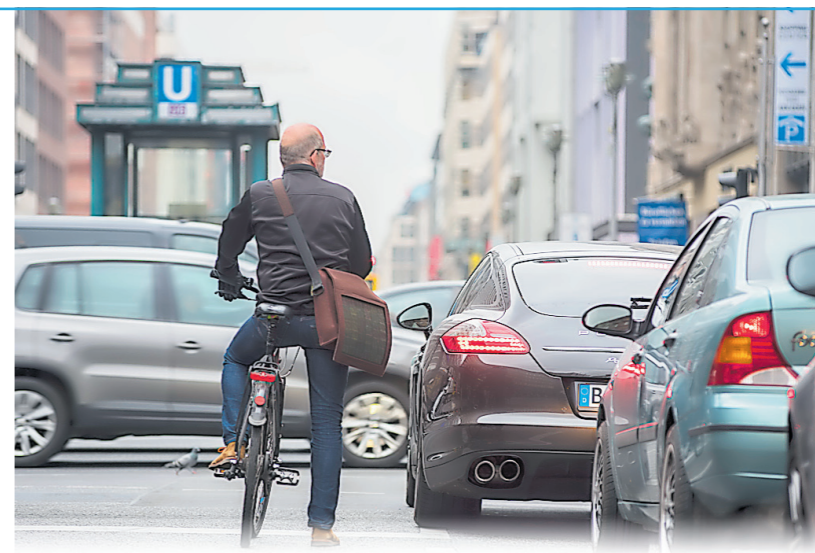
Das ist richtig. Nur für so eine Kampagne wie unsere brauchen sie einfach gewisse Summen. Denken Sie nur an die Preise. Oder denken Sie daran, dass jedes Jahr wieder der Auftakt neu beworben werden muss. Zum Glück kam in Bayern kräftig Unterstützung von der VBW, der Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft.

**Das müssen Sie erläutern!**

Ja, in den Betrieben haben viele Chefs erkannt: Eine gesunde Belegschaft ist eine Belegschaft, die viel besser arbeitet und weniger Fehltag hat. Die gesunde Belegschaft, das war übrigens ein Punkt, an dem auch Arbeitgeber und Gewerkschaften auf einmal ganz nahe beieinander waren. Wenn auch vielleicht aus unterschiedlichen Gründen.

**Wenn Sie heute auf die 16 Jahre „Mit dem Rad zur Arbeit“ zurückschauen: Was würden Sie als erfolgreich bezeichnen, und was ist noch zu tun?**

Ein klarer Erfolg ist, dass sich die Aktion zu einer eigenen, ganz starken Marke entwickelt hat. Das sollten wir pflegen und ausbauen. Wir haben das Glück, mit der AOK einen sehr profilierten Partner zu haben. Andererseits – Stichwort Konkurrenz der Krankenkassen untereinander – können sie damit kaum die anderen Träger gewinnen. Meine ganz große Hoffnung ist deshalb, und daran sollten wir arbeiten, noch mehr Unterstützung bei den Arbeitgeberverbänden zu finden. ■



## Viele gute Argumente

Schöne Preise für die Fahrt mit dem Velo zur Arbeit

Wenn man Berufstätige fragt, warum sie das Rad nicht für den Weg zur Arbeit nutzen, heißt es meist: „zu weit“, „dauert zu lange“ oder „zu anstrengend“. Das berichtet der ADFC und läutet mit einem vehementen Plädoyer pro Velo die auch 2016 wieder gemeinsam mit der AOK betriebene Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ ein.

Denn, so erläutern die Radlobbyisten, die Erfahrung zeige: Die Strecke komme einem oft länger vor, als sie sei. Vielleicht „weil man mit dem Auto jeden Tag im Stau steht – und die Zeit als Maß für die Distanz nimmt“. Fakt sei: Auf Distanzen bis fünf Kilometer ist man mit dem Rad in der Regel schneller, mit dem Pedelec sogar auf bis zu zehn Kilometer.

Wie seit Beginn der Kampagne 2001 wollen der Radler-Club und die Krankenkasse wieder möglichst viele Menschen davon überzeugen, ins Notwendige das Sinnvolle zu integrieren. Ziel ist, dass die Teilnehmer an mindestens 20 Tagen in der Zeit bis Ende August den Arbeitsweg auf dem Rad zurücklegen. Das dokumentieren sie in ihrem „Persönlichen Aktionskalender“.

Außer dem Anreiz, etwas für sich und seine Gesundheit zu tun, winken zahlreiche attraktive Preise, unter anderem ein Markenrad oder auch Karten

Mit dem Rad zur Arbeit 2016  
Eine Initiative von ADFC und AOK



● Detaillierte Informationen für Hessen finden sich unter: [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/hessen](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/hessen)

● Dort ist auch der „Persönlichen Aktionskalender“, in den man seine Daten online eingibt. Einsendeschluss ist der 19. September.

● Weitere Hinweise betreffen zum Beispiel die kombinierte Nutzung Rad – ÖPNV, die Teilnahme im Team und es gibt Tipps für gesundheitsbewusste Betriebe.

für ein Bundesligaspiel von Eintracht Frankfurt. Als Sonderpreis gibt es zudem das Faltrad „Birdy“ – aber nur für den, der bis Ende Mai die kreativste „faule Ausrede“ einreicht, weshalb er ausgerechnet jetzt noch nicht mit dem Rad zur Arbeit konnte ... ■

Velo – Die Fahrradmesse im RheinMain-Gebiet

Anzeigen-Sonderveröffentlichung der RheinMainMedia  
Content & Design (RMM) – Alexander Kraft

## Seitenstreifen

## Positive Effekte

Alle reden davon, wie gesund Rad fahren sei – aber was konkret heißt das? Anlässlich der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ hat der ADFC einige Daten zusammengetragen, die das unterstreichen. Wer zum Beispiel mehr als 45 Minuten am Tag fährt, zapft seine Fettreserven zur Energiegewinnung an. Pro Minute verfeuert der Radler 4 bis 5 kcal. Bereits bei 30 bis 40 Minuten schüttet der Körper Glückshormone aus. Und 10 Minuten reichen immerhin, um die Muskeln positiv zu stimulieren. Regelmäßiges Pedalieren senkt das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen um das 20-fache.

## Grenzenloses Radeln

Das von der EU geförderte Projekt „Bike2Work“ motiviert mit unterschiedlichen Ansätzen in 14 Nationen Berufspendler zum Radeln. Dabei kommen eine Reihe spannender Zahlen heraus. In Deutschland etwa schaffen die rund 160.000 Teilnehmer 21,4 Millionen Kilometer und sorgen damit für eine CO<sub>2</sub>-Ersparnis von 4200 Tonnen. Für die 1500 Teilnehmer in Griechenland bedeutet das: Sie haben 35.000 Liter Spritersparnis auf der Habenseite. Die 24.000 Aktiven in Österreich sorgen laut „Bike2Work“ für eine Kostenersparnis von 1,4 Millionen Euro.

## Fahrrad &amp; Gesundheit

Wer sich über das Thema „Mit dem Rad zur Arbeit“ noch ein bisschen umfassender informieren will, hat dazu auch auf der VELOFrankfurt Gelegenheit. Bei der Premiere der Messe am 18. und 19. Juni ist unter anderem der ADFC mit einem Stand vertreten. Aber auch, wer sich noch weiter um Gesundheitsthemen rund ums Fahrrad weiter informieren will, ist dort richtig. Mehrere Aussteller informieren über ergonomische Optimierungsmöglichkeiten, so etwa die Spezialisten von S QL ab, die per Sitzknochenvermessung den passenden Sattel ausdeuten. [www.velofrankfurt.com](http://www.velofrankfurt.com)