

# Sicherheit und Fahrspaß mit dem E-Bike

## Pedelec Training für Seniorinnen und Senioren 2022

Das bereits 2021 in einigen Städten und Gemeinden des Landkreises Esslingen in Kooperation mit örtlichen Seniorenorganisationen erfolgreich durchgeführte Pedelec-Fahrsicherheitstraining wurde auch im Jahr 2022 wieder vom **Kreissenioresenrat Esslingen** zusammen mit dem **Referat Prävention des Polizeipräsidium Reutlingen** und der **Trainerin Heike Schall** von der **SPOGE Filderstadt** angeboten.

Pedelecs (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 Pedelec.

Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, entwickelte der Kreissenioresenrat Esslingen in Kooperation mit der Sportgemeinschaft Filderstadt, den Verkehrswachen des Landkreises Esslingen und dem Referat Prävention des Polizeipräsidiums Reutlingen ein Pedelec-Training für Seniorinnen und Senioren.

In dem Kurs geht es darum, die Fähigkeiten zu verbessern, die für den sicheren Umgang und das sichere Fahren mit dem Pedelec wichtig sind wie:

- richtiges Anfahren (auf der Ebene und am Berg),
- sicheres und effektives Bremsen und Anhalten.

Dazu gehört natürlich, dass die Teilnehmenden unter fachkundiger Anleitung auch das notwendige Wissen zur Technik erhalten.

Außerdem wird ausgiebig geübt

- das Kurven fahren,
- Engstellen passieren und Hindernissen ausweichen.

Auch die Schulung der Koordination sowie der Geschicklichkeit sind Teil des Trainingsprogramms. Von der Polizei erhalten die Teilnehmer Informationen sowohl zur rechtlichen Stellung von Pedelecs als auch Informationen über die neuesten Verkehrsregeln und die Sicherheit im Straßenverkehr.

Wichtige Bestandteile des Angebots sind immer auch der Spaß und die Freude am Training in der Gruppe. Das natürlich auf dem eigenen Pedelec und direkt auf einem geeigneten Platz am Wohnort, vor der Haustüre also! Nürtingen (2 mal), Wendlingen, Wolfschlugen, Filderstadt und Dettingen, das waren bisher die Veranstaltungsorte 2022. Die Hitze im Juli und Corona-Auswirkungen bei den Akteuren verhinderten 3 weitere Trainings-Angebote in Städten und Gemeinden des Landkreises Esslingen..

# Bildergalerie



Nürtingen mit Stadtseniorenrat Nürtingen



Wendlingen mit Treffpunkt Stadtmitte



Wolfschlügen mit Albverein





Filderstadt mit Stadtseniorenrat Filderstadt



Dettingen mit unser Netz



Die beiden Hauptakteure:  
Carsten Berger (Polizei) und Heike Schall (SPOGE)