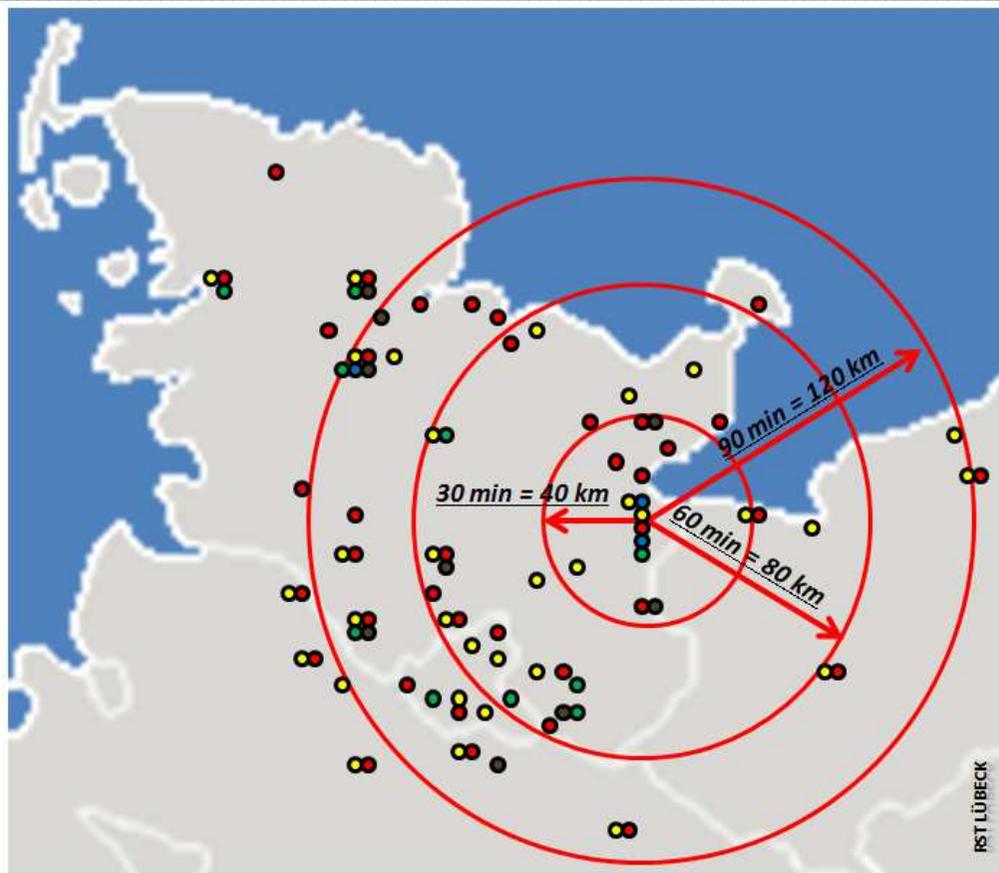


Wo finde ich was?

Veranstaltungsorte im Norden



- = Radtourenfahrt (RTF)
- = Permanente Radtourenfahrt
- = Etappenfahrt
- = Brevet (Langstreckenfahrt)
- = Country-Tourenfahrt (CTF)

Radsport Team Lübeck v.1990 e.V.

RST Lübeck, Geschäftsstelle
Falkenhusener Weg 63, 23562 Lübeck, Tel.: 0451 / 597 527
E-Mail: info@rst-luebeck.de www.rst-luebeck.de

RTF-Training in Lübeck: Start in St.Hubertus
Termine im Internet: www.rst-luebeck.de



RTF Radtourenfahren im RST Lübeck



RADSPORT TEAM LÜBECK
von 1990 e.V.

www.rst-luebeck.de

Radtourenfahren (RTF) ●

Das Radtourenfahren (RTF) ist die bekannteste und am meisten verbreitete Veranstaltungsform des Radsports für Jedermann im Bund Deutscher Radfahrer (BDR). Beim Radtourenfahren steht das sportliche Radfahren im Vordergrund. Gefahren werden kann allein oder in der Gruppe. Da es bei Radtourenfahrten keine Zeitnahme gibt und meist drei Streckenlängen (in der Regel zwischen 40 und 170 Kilometern) zur Wahl stehen, ist eine individuelle Wahl der Streckenlänge und der Belastung möglich. Auch unter Gesundheitsaspekten ist das Radtourenfahren durch diese persönliche Wahl der Belastung hervorragend geeignet. Regelmäßiges Radfahren verbessert die Herz-Kreislauf-Funktionen und ist im Gegensatz zum Laufen auch für gewichtige Personen zu empfehlen. In Deutschland werden jährlich von über 1.000 Mitgliedsvereinen Veranstaltungen aus dem Bereich Radtourenfahren organisiert, die auch die landschaftlichen Reize der jeweiligen Region auf überwiegend verkehrsarmen Straßen erfahrbar machen. Die Teilnahme beim Radtourenfahren ist jedem möglich. Voraussetzung ist ein verkehrssicheres Rad, auch Pedelec 25-Nutzer sind willkommen. Verständlicherweise ist die Startgebühr für Mitglieder mit RTF-Wertungskarte geringer. Bei einer weiten Anreise zum Startort empfiehlt sich bei den Verantwortlichen der jeweiligen Radtourenveranstaltung über unter Umständen zwischenzeitlich notwendig gewordene Änderungen zur Veranstaltung zu erkundigen.

RTF-Formel A ●

wie Ausdauer nennt sich der bekannteste Zweig beim Radtourenfahren. Hier werden an einem Termin Touren aus den fünf Klassen (40 bis 69, 70 bis 109, 110 bis 149, 150 bis 199 oder über 200 Kilometer Länge) parallel während einer Veranstaltung angeboten. Die Teilnehmer fahren auf einer ausgeschilderten Strecke mit der von ihnen gewählten Geschwindigkeit. Je nach Art, Schwierigkeit, Länge und Beschaffenheit der Strecke gibt es dabei mehrere Kontrollstellen. Dort wird die Startkarte abgestempelt und in der Regel Verpflegung angeboten. Die Strecken beim Radtourenfahren haben keine Sollzeiten und werden in der Regel auf einem Rundkurs durchgeführt. Damit kommen die Teilnehmer zum Startort wieder zurück. Der Veranstalter setzt in der Regel aus organisatorischen Gründen einen Zeitraum von rund zwei Stunden (z.B. 9 bis 11 Uhr) innerhalb dessen die Teilnehmer auf die Strecke gehen und gibt eine Schlusszeit aus, bis zu der die Teilnehmer zurück sein müssen. Meist wird bei Start und Ziel auch die Möglichkeit zum Duschen geboten. Außerdem bieten die Vereine üblicherweise eine Verpflegung im Zielbereich, zum Beispiel mit Kaffee und Kuchen. Das Startgeld für diese Veranstaltungen liegt meist zwischen fünf und zehn Euro, dazu gehört auch die Versorgung mit Getränken auf der Strecke. Mit der Anmeldung / Zahlung der Startgebühr akzeptiert man die "Spielregeln" der Veranstaltung aus der StVO und erhält eine Startkarte und Rückennummer, über die man unterwegs als Teilnehmer erkennbar ist. Einen Überblick über alle Veranstaltungen gibt es im Breitensportkalender des BDR und in der Datenbank von rad-net. Mitglieder in einem Verein des BDR oder Landesverbands-Einzelmitglieder können eine Jahreswertungskarte (Foto oben rechts) zum Radtourenfahren lösen, in der die Punkte für eine erfolgreich



beendete Radtourenfahrt eingetragen werden. Entsprechend der fünf Klassen gibt es einen, zwei, drei, vier oder fünf Punkte. Erreichen die Teilnehmer innerhalb einer Saison (Mitte März bis Mitte Oktober) 15 (Frauen) oder 25 (Männer) Punkte, erhalten sie dafür eine Jahres-Auszeichnung (Foto oben links). Für Schüler sind

mindestens zehn Punkte erforderlich. Die RTF-Wertungskarte können Mitglieder beim Verein oder Einzelmitglieder über Ihren Landesverband erwerben.

Auch in der Wintersaison können Punkte für die Jahreswertung gesammelt werden. Hierfür gibt es eine "Winter-Wertungskarte" (Foto unten rechts), auf der alle Punkte zwischen Oktober und März gesammelt werden können. Diese "Winter-Wertungskarte" wird zum Saisonende (Mitte Oktober) zusammen mit der RTF-Wertungskarte beim Verein wieder



Permanente Radtourenfahrten ●

bieten im Gegensatz zu den auf Wochenend- und Feiertage beschränkten A-Fahrten die Möglichkeit, zu jedem Termin eine beschriebene Tour zu fahren. Die Startzeit für diese zwischen 50 und 110 Kilometern langen Strecken kann der Teilnehmer selbst wählen. Startorte sind in der Regel Tankstellen oder Gaststätten. Die Zusammenfassung aller permanenten Radtourenfahrten in der Datenbank von rad-net gibt einen Überblick über diese Strecken.

Etappenfahrten ●

sind geführte Radtourenfahrten, bei denen eine ausgearbeitete Strecke über mehrere Tage und verteilt auf verschiedene Etappen gefahren wird. In der Regel wird diese Fahrt im geschlossenen Verband, also je nach Menge und Leistungsfähigkeit der Teilnehmer in einer oder mehreren Gruppen durchgeführt. Über die Dauer und Gesamtlänge der Tour sowie die entsprechenden Ansprechpartner geben der Breitensportkalender und die Datenbank von rad-net Auskunft. Informationen über den genauen Verlauf der Tagesetappen, die Unterbringung, das Rahmenprogramm und die Teilnahmebedingungen gibt es jeweils bei den ausrichtenden Vereinen.

Brevet ●

ist eine Langstreckenfahrt, bei der eine vorgegebene Strecke innerhalb eines bestimmten Zeitraums zu fahren ist. Jeder legt seine Geschwindigkeit und Pausen selber fest. Die Teilnehmer sollen die Strecke mit möglichst wenig Hilfe bewältigen. Brevets werden im öffentlichen Straßenverkehr ausgerichtet, die Strecke wird weder gesperrt noch ausgeschildert. Es gibt keine Verpflegungsstellen. Ähnlich wie bei einer Radtourenfahrt gibt es einen relativ kurzen Startzeitraum. Jeder Teilnehmer erhält vor dem Start einen Streckenplan sowie eine Kontrollkarte. Manche Organisatoren geben zusätzlich einen Kartenausschnitt aus, in dem die abzufahrende Route eingezeichnet ist. Meistens werden die Strecken auch auf Webseiten vorab veröffentlicht oder zum Download für GPS-Empfänger angeboten. Bei einigen, wenigen Brevets gibt es keine vorgegebene Strecke, sondern nur eine Liste der zu durchzufahrenden Orte. Um zu prüfen, ob ein Teilnehmer die Strecke gefahren ist, legt der Organisator mehrere Kontrollstellen fest, an denen der Teilnehmer die Durchfahrt mit einem Stempel in seine Kontrollkarte bestätigen lassen muss. Datum und Uhrzeit trägt der Teilnehmer selbst ein. Brevets gibt es als Mini-Brevet mit einer Streckenlänge von etwa 110 Kilometer und weiter über 200 km, 300 km, 400 km bis hin zu 600 km und 1.000 km. Der bekannteste Langstreckenbrevet ist "Paris - Brest - Paris" mit einer Gesamtlänge von 1.200 km.

Country-Tourenfahren (CTF) ●

CTF ist die breitensportliche Variante - ohne Zeitnahme und Rangliste - des Tourenfahrens mit dem Geländerad (ATB, MTB), die jenseits des öffentlichen Straßenverkehrs durchgeführt wird. Auf öffentlichen Feld- und Waldwegen verlaufen die Strecken, die von den Mitgliedsvereinen unter Berücksichtigung der allgemeinen Naturschutzbestimmungen und der Umweltregeln des BDR besonders ausgesucht sind. Das Naturerlebnis steht bei dieser neuen Variante im Vordergrund; und es möchte einen offensiven Beitrag gegen das "wilde" Biken quer durch Wald und Flur leisten. Verschiedene Streckenlängen stehen den Startern zur Auswahl. Die kürzeren (bis 25 km) werden dabei meist über einfach zu befahrende und breite Wege geführt, sind also für Einsteiger und Familien geeignet. Die längeren Strecken verlangen in der Regel schon mehr fahrerisches Können sowie Fahrradbeherrschung auf vergleichsweise unwegsamem Terrain. Insgesamt sind alle Strecken mit den zuständigen Forstämtern abgestimmt. Neben der Wegweisung mittels Richtungspfeilen stellen die Vereine in steigender Anzahl auch die GPS-Daten zur Tour auf ihrer Homepage zur Verfügung. Wie beim Radtourenfahren gibt es unterwegs einen Verpflegungsservice. Hier gibt es auch Punkte, die auf RTF-Wertungskarte gesammelt werden können. Meistens werden CTF-Veranstaltungen in den Wintermonaten angeboten.

