

Liebe Radlerin, lieber Radler,

gerade wenn Sie gerne und viel mit Ihrem Fahrrad unterwegs sind, sollten Sie darauf achten, dass dieses immer gut gepflegt ist.

Ein Fahrrad, das nicht gepflegt wird, kann Ihnen den Spaß am Radfahren nehmen und das Fahren sehr erschweren.

Von der Zeit, die man sich nimmt, um das Fahrrad zu pflegen, profitiert man am Ende beim Fahren. Man vergeudet nicht unnötig Kraft sowie Zeit und fährt sicherer.

Wir wollen Ihnen in dieser Broschüre aufzeigen, was Sie bei der Pflege Ihres Fahrrades beachten sollten.

Rahmen

Das Fahrrad sollte regelmäßig gereinigt werden. Warmes Wasser mit einem Spritzer Spülmittel reicht in der Regel völlig aus. (Hersteller von teuren Reinigungsmitteln sehen es natürlich anders).

Hochdruckreiniger oder Dampfstrahler sind zur Fahrradreinigung nicht geeignet. Durch den hohen Druck kann Wasser in die Lager eindringen. Lagerschäden sind die Folge. Nach dem Reinigen sollte der Rahmen mit einem Pflegemittel nachbehandelt werden.

Achtung! Bei Fahrrädern mit Scheibenbremsen darf kein Reinigungs- und Pflegemittel im Bereich Scheibenbremse zum Einsatz kommen. Bremsbeläge können verschmieren und müssten dann gewechselt werden.

Reifen

Die Lebensdauer der Reifen wird durch zu niedrigen Luftdruck stark eingeschränkt.

Irgendwann ist die Seitenwand überlastet und reißt auf.

Eine Untersuchung der deutschen Sporthochschule in Köln hat ergeben, dass weit über die Hälfte aller Radler mit zu wenig Luft im Reifen unterwegs ist. Die Angaben für den optimalen Luftdruck befinden sich an der Reifenflanke. An der Untergrenze dieses Wertes hat man maximalen Fahrkomfort, an der Obergrenze ist der Rollwiderstand am geringsten.

Reifendruck mit dem Daumen prüfen, das war gestern. Gerade für Reifen mit einem hohen Pannenschutz (diese haben einen bis zu 5 mm starken Schutzgürtel unter der Lauffläche) ist eine Standpumpe mit Druckanzeige zwingend notwendig. Eine schnelle Prüfung mit Daumen und Zeigefinger ist nur an der Reifenflanke sinnvoll.

Hinweis! Bei französischen Ventilen (SV) vor dem Aufpumpen erst etwas Luft heraus lassen, damit sich die Dichtung vom Ventil Sitz löst.

Antrieb

Wer gut schmiert, fährt gut. Dieser Spruch hat immer noch seine Gültigkeit.

Die Kette, eines der wichtigsten Teile des Rades, wird leider häufig vernachlässigt. Dabei reicht ein Reinigen und Ölen ca. alle 500 km völlig aus (abhängig von der Einsatzart; Wetterbedingungen). Besonders bei der Kettenschaltung fördert dicker Ölauftrag stärkeres Verschmutzen von Schaltwerk und Zahnkränzen. Im Normalfall reicht es, wenn das Spray, Öl oder Fluid dünn auf die Kette aufgetragen wird. Auf diese Weise löst sich der Schmutz, der dann mit dem überschüssigen Öl mit einem Lappen abgewischt werden kann. Nur ein hauchdünner Ölfilm sollte auf der Kette bleiben, denn zuviel Öl zieht nur Schmutz an.

Vorsicht: Felgenflanken (bei Felgenbremsen) und Reifen müssen Öl frei bleiben!

Sollte das Schaltwerk sowie die Zahnkränze stärker verschmutzt sein (auch können sich Fremdkörper, Gras, kleine Zweige im Antrieb verfangen) gibt es im Fachhandel spezielle Bürsten mit denen sich die Reinigung leichter durchführen lässt.

Lichtanlage

Auf Vollständigkeit und Funktion überprüfen!

- Naben-Dynamo oder Seitenläufer (Laufrolle setzt seitlich am Reifen an.)
- Frontscheinwerfer (Halogen-/LED-Leuchten)
- Weißer Frontreflektor (kann auch im Scheinwerfer integriert sein)
- Reflexstreifen am Reifen oder Reflektoren an den Speichen
- gelbe Reflektoren an den Pedalen
- Rücklicht (mit Standlichtautomatik)
- Roter Rückstrahler

Eine Akku- oder Batterie-Beleuchtung ist seit 2018 zugelassen und muss tagsüber nicht mitgeführt werden.

Wichtiger Hinweis:

Alle Schrauben am Fahrrad auf festen Sitz überprüfen, ggf. nachziehen

Werkzeug/Material für die Tour

Trotz gewissenhafter Pflege kann man unterwegs eine Panne haben.

Deshalb sollte man je nach Tour folgendes dabei haben (nicht auf andere RadlerInnen verlassen):

- Ersatzschlauch (richtige Größe, mit dem richtigen Ventil)
- Flickzeug (Kleber nach Gebrauch oder jährlich wechseln)
- Reifenheber
- Für das Ventil passende gute Luftpumpe
- Miniwerkzeug (bei Laufräder mit Muttern einen passenden Ring- oder Gabelschlüssel). Keinen so genannten Hundeknochen verwenden (Verletzungsgefahr)
- Lappen, feuchte Reinigungstücher, Einmalhandschuhe

zusätzlich hilfreich:

- Kettennieter, Taschenmesser, Isolierband, Fahrradöl, Kabelbinder

Sollten Sie weitere Fragen rund um das Fahrrad und dessen Pflege haben, können Sie sich gerne mit uns in Verbindung setzen. Öffnungszeiten unserer Geschäftsstelle: Monate März bis Oktober jeden Dienstag von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr oder nach Vereinbarung.

Wir empfehlen Ihnen auch unseren Technikkurs „Radlpanne! Was nun?“ zu besuchen.

Termine und Informationen hierzu finden Sie in unserem Sommerprogramm oder im Internet unter www.adfc-ffb.de.

Falls Sie Mängel an Ihrem Fahrrad feststellen die eine Reparatur notwendig machen, empfehlen wir einen Fachhändler aufzusuchen.

Viel Spaß beim Radeln und immer zwei Finger breit Luft unter der Felge wünscht Ihnen Ihr

ADFC Kreisverband Fürstenfeldbruck

Stand 2018/Bur



Tipps zur Fahrradpflege

Herausgeber:

ADFC Kreisverband Fürstenfeldbruck

Schöngesinger Straße 22

82256 Fürstenfeldbruck

Telefon: 08141/53 54 18

E-Mail: kontakt@adfc-ffb.de

Internet: <http://www.adfc-ffb.de>