

☎ 0800 400 510 1

AKTUELLE INFORMATION TIPPS FÜR EIN VERKEHRSSICHERES FAHRRADFahren

Arbeitsschutz - Nr. 6/2019

Wir entlasten Führungskräfte und schützen Mitarbeiter. Seit 1997.

Warum Kopf und Kragen riskieren?

Bedauerlicherweise verzichten noch immer einige Fahrradfahrer auf das Tragen eines Fahrradhelmes und riskieren mutwillig ihre Gesundheit und ihr Leben. Schweren Verletzungen lässt sich nur dann vorbeugen, wenn ein gut angepasster Fahrradhelm getragen wird und die Kleidung mit entsprechenden Reflektoren ausgestattet ist, um besser sichtbar zu sein.

Auch die regelmäßige Wartung des Rades gehört zur Prävention. Alle am Rad angebrachten Leuchtmittel müssen funktionieren, damit der Radfahrer auch in der Dämmerung gesehen wird.

Zur Wartung des Rades gehören selbstverständlich auch das Prüfen der Bremsen, der Gangschaltung, aller Schraubverbindungen und der Transportbehälter wie Satteltaschen oder Fahrradkörbe.

Die Tipps zum verkehrssicheren Fahrradfahren helfen, die Sicherheit im Straßenverkehr zu erhöhen und die Gesundheit der Verkehrsteilnehmer zu schützen.

1. Tipp: Sehen und gesehen werden

Gute Sicht und gute Sichtbarkeit sind unverzichtbar im Straßenverkehr - gerade auf dem Rad. Schließlich sind Zweiradnutzer bei Unfällen besonders hohen Verletzungsrisiken ausgesetzt. Der weiße Frontscheinwerfer muss daher jederzeit ebenso intakt sein wie das rote Rücklicht. Zusätzlich sind aber auch Ausstattungsdetails vorgeschrieben, welche die Sichtbarkeit von der Seite erhöhen: wahlweise Reflektorstreifen.

2. Tipp: Nie ohne Helm fahren

Zum verkehrssicheren Fahrrad gehört immer auch der persönliche Schutz des Fahrers dazu. Ohne Helm sollten Sie sich nie in den Sattel setzen - schon gar nicht bei den schnellen Pedelecs und E-Bikes. Einen guten Helm erkennen Sie am europäischen Prüfsiegel DIN EN 1078 (CE).

Noch ein Tipp: Integrierte Rück- und Blinklichter erhöhen die Sichtbarkeit des Trägers.

3. Tipp: Klingel & Co. gehören dazu

Die gute alte Klingel muss sein - und ist für ein verkehrssicheres Fahrrad sogar von der Straßenverkehrszulassungsordnung (StVZO) vorgeschrieben. Ebenso muss jedes Bike über zwei voneinander unabhängige Bremsen verfügen, sowie über rutschfeste, festverschraubte Pedale mit gelben Rückstrahlern.

Leistungsangebot Arbeitsschutz



Arbeitssicherheit/

Sicherheitstechnische Betreuung

Gefährdungsbeurteilung

Betrieblicher Brandschutz

Gefahrstoffmanagement

Baustellenkoordination

Betriebssicherheitsverordnung

eLearning, Unterweisungen

Prüfungen und Messungen

CE-Konformität

Arbeitsmedizin

WIE KÖNNEN WIR IHNEN HELFEN?

FKC CONSULT GmbH

Eschenburgstr. 5

23568 Lübeck

arbeitsschutzberatung@fkc-gmbh.de

www.fkc-gmbh.de



☎ 0800 400 510 1

AKTUELLE INFORMATION TIPPS FÜR EIN VERKEHRSSICHERES FAHRRADFAHREN

Arbeitsschutz - Nr. 6/2019

Seite 2 von 2

4. Tipp: Erst eingewöhnen, dann losbrausen

Zweiräder mit elektrischem Motor werden immer beliebter. Dabei unterscheidet man zwei Versionen: das etwas langsamere Pedelec sowie das schnelle und somit zulassungspflichtige E-Bike. Die Regeln für ein verkehrssicheres Fahrrad gelten auch für diese Bikes. Hinzu kommt: Der Umstieg fällt zwar nicht schwer, aber etwas Eingewöhnung sollte schon sein, raten Experten. So banal es klingt: Zuerst sollten Sie gründlich die Betriebsanleitung studieren und danach alle Bedienelemente und die Displayanzeige ausprobieren.

5. Tipp: Im Fahrradsattel immer für andere mitdenken

Radfahrer und Pedelecfahrer müssen Situationen schnell einschätzen können, um richtig zu reagieren. Besonders Autofahrer verbinden "Radfahrer" häufig nicht mit hohen Geschwindigkeiten und sind entsprechend überrascht. Sie sollten sich wiederum rücksichtsvoll gegenüber Fußgängern verhalten und bei Autofahrern nicht unbedingt auf ihr Vorfahrtsrecht bestehen, sondern auch hier mit menschlichem Fehlverhalten rechnen.

6. Tipp: Vorsicht beim Beschleunigen mit Pedelecs

Pedelecs und Fahrräder unterscheiden sich im Fahrverhalten nicht sonderlich. Große Unterschiede gibt es aber bei der Beschleunigung, der Durchschnittsgeschwindigkeit und dem Gesamtgewicht. Sie merken das schnell am ungewohnten Bremsverhalten. Außerdem gibt es einen Schub beim Tritt in die Pedale. Wenn Sie Pedelec-Anfänger sind, sollten Sie mit niedrigen Unterstützungsstufen beginnen und sich erst allmählich steigern.

7. Tipp: Richtig bremsen

Höhere Durchschnittsgeschwindigkeiten und das Mehrgewicht von Motor und Antrieb verlangen beim Pedelec eine stetige Bremsbereitschaft. Eine Vollbremsung sicher hinzulegen, müssen Sie mit dem Pedelec erst lernen. Ein Vorderrad kann blockieren, ein Hinterrad ausbrechen. Daher gilt auch hier: Übung macht den Meister.

Die Checkliste für das verkehrssichere Fahrrad:

- ✓ 2 BREMSEN: Zwei voneinander unabhängig wirkende Bremsvorrichtungen
- ✓ GLOCKE, Klingel oder Hupe
- ✓ RÜCKSTRAHLER VORNE: Weiße, nach vorne wirkende Rückstrahler, die Rückstrahler dürfen mit dem Scheinwerfer verbunden sein
- ✓ RÜCKSTRAHLER HINTEN: Rote nach hinten wirkende Rückstrahler, die Rückstrahler dürfen mit dem Scheinwerfer verbunden sein
- ✓ PEDAL – RÜCKSTRAHLER: Gelbe Rückstrahler an den Pedalen
- ✓ LAUFRAD – RÜCKSTRAHLER: Entweder 2 „Katzenaugen" bzw. Reflektoren an jeder Speiche oder Reifen/Felgen mit durchgehendem Reflektionsstreifen
- ✓ LICHT VORNE: Weiß, nicht blinkend, nur bei Dunkelheit erforderlich
- ✓ LICHT HINTEN: Rot, auch blinkend erlaubt, nur bei Dunkelheit erforderlich

