

# Keine Angst vor dem Radfahren

Zehn erwachsene Frauen lernen das Zweirad in einem 20-stündigen Kurs kennen



In Zukunft häufiger mit dem Fahrrad unterwegs: Die Frauen, die den Kurs erfolgreich absolviert haben mit Leiter Christian Burmeister.

**VAHRENHEIDE (st).** Voller Vorfreude und Erwartungen haben insgesamt zehn Frauen an einem Fahrradkurs auf dem Schulhof der Fridtjof-Nansen-Schule teilgenommen, den die Gemeinwesenarbeit im Stadtteil bereits zum zweiten Mal mit der finanziellen Unterstützung aus dem Gebietsfonds organisiert hatte.

Kursleiter Christian Burmeister aus Hamburg führte die Frauen durch die zwei Wochen – und überzeugte vor allem durch die Ruhe, die

er ausstrahlte. Gleich zu Beginn versicherte er den Teilnehmern: „Auch wenn ihr erwachsen seid, könnt ihr das Fahrradfahren noch lernen.“ Das Konzept „moveo ergo sum“ – „Ich bewege mich, also bin ich“ hat Burmeister extra für Erwachsene entwickelt. Dabei geht es weniger darum, irgendwie auf dem Fahrrad zu bleiben oder Radfahrtechniken einzuschleifen. Die Aufgaben sind so angelegt, dass die Frauen das Fahrrad Schritt für Schritt eigenständig erfor-

schten und Körper, Geist und Intuition mit dem Drahtesel in Einklang bringen.

Nach insgesamt 20 Übungsstunden strahlten die Teilnehmer über das ganze Gesicht. „Ich hätte nie gedacht, dass ich es in so kurzer Zeit schaffen würde, Rad zu fahren“, sagte eine der Frauen. „Meine Kinder werden staunen.“

Damit die Neuradfahrer künftig noch mehr Sicherheit bekommen, bietet die Gemeinwesenarbeit regelmäßig kleine Touren in die nahe gelege-

nen Grünzüge an. „Fahren im freien Gelände ist doch noch mal etwas anderes, als auf dem Schulhof zu fahren“, so eine der Teilnehmerinnen. Ein Kontaktbeamter wird außerdem ein Fahrsicherheitstraining im Straßenverkehr anbieten.

Das Team der Gemeinwesenarbeit wird sich nun darum bemühen, auch im kommenden Jahr wieder einen Fahrradkurs anzubieten. Interessierte Frauen können sich unter Telefon 0511/2208203 melden.



Die Frauen üben das Fahren und gewinnen Vertrauen in das Rad.