



## Radlfit in den Frühling

Der Winter ist vorbei – Zeit, das Radl rauszuholen und für erste Frühlingstouren fit zu machen. Zuvor sollten Sie checken (lassen), ob ihr Zweirad sicher für die Straße ist. Für Reparaturen, aber auch für das Justieren von Schaltwerk und Bremsen, braucht es gutes Werkzeug, Wissen und Erfahrung. Fehlt eine dieser Voraussetzungen, sollte man alle sicherheitsrelevanten Reparaturen und Einstellungen besser den Profis überlassen. Auch eine Möglichkeit ist, sich in Workshops, vhs-Kursen oder Repair Cafes fit zu machen bzw. Hilfe zur Selbsthilfe zu holen.



- **Die erste Sichtprüfung** fällt leicht, wenn das Radl bereits vor der Winterpause gereinigt wurde. Ansonsten – wenig Wasser, etwas Spülmittel, ein alter Lappen und dann mit sanftem Druck ans Werk. Frisch geputzt offenbart ein kritischer Blick: Haben Rahmen oder Lenker rostige Stellen oder gar Risse? Sind Speichen locker, Reifen spröde oder abgefahren? Sind Kette und Schaltwerk rostig oder verschmutzt? Drehen sich Pedalen, Reifen und Kette frei ohne zu schleifen? Sand und Dreck sind nicht nur ein optisches Problem, sondern beeinträchtigen Funktion und Langlebigkeit der Komponenten.
- **Der richtige Reifendruck** entscheidet maßgeblich über Fahrkomfort und Langlebigkeit der Reifen. Nach der Winterpause kann ein Reifen durchaus platt sein, ohne dass er gleich ein Loch hat. Am besten pumpt es sich mit einer Standpumpe mit Manometer. Der richtige Druckbereich ist auf der Flanke des Reifens angegeben. Der optimale Wert richtet sich nach Fahrradtyp, Einsatzbereich und Gewicht von Radler\*in und Gepäck.
- **Kettenlehre** ist der Fachbegriff für ein kleines Metallteil, mit dem man messen kann, ob eine Kette verschlissen, d.h. „gelängt“ ist. Ist die Kette noch in Ordnung, lässt man sie zum Reinigen durch einen geölten Lappen laufen. Abschließend noch mit Kettenöl oder -spray gut einfetten, dabei die Kette bewegen und überschüssiges Öl mit einem Lappen aufnehmen.
- **Bremsen, die nicht bremsen**, sind gefährlich. Wer Übung hat, kann abgenutzte Bremsbeläge tauschen und die Bremsen über die Stellschrauben justieren. Im Zweifelsfall lieber zum Profi!
- **Wenn die Schaltung klackert**, braucht es Fingerspitzengefühl und Erfahrung, um an den verschiedenen Stellschrauben für einen präzisen Gangwechsel zu sorgen.
- **Sehen und gesehen werden:** Ob fest eingebaut oder batteriebetrieben – sorgen Sie für eine funktionierende, gute Beleuchtung. Denn wer den Spaß am Radeln entdeckt, ist schnell auch mal nach Sonnenuntergang unterwegs.