

001rr Abb.: sb



Das Reiserad

Vor der Reise

Transport, Übernachtung

Die Ausrüstung

Unterwegs

Radreiseziele

Anhang

REISE KNOW-HOW im Internet

Aktuelle Reisetipps und Neuigkeiten
Ergänzungen nach Redaktionsschluss
Büchershop und Sonderangebote

www.reise-know-how.de
info@reise-know-how.de

Wir freuen uns über Anregung und Kritik.



Sven Bremer
Radreisen Basishandbuch

„Besorg dir ein Fahrrad.
Wenn du lebst, wirst du es nicht bereuen.“
Mark Twain

Impressum

Sven Bremer

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare und Verbesserungsvorschläge.

Radreisen Basishandbuch

erschieden im

REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH, Bielefeld
Osnabrücker Straße 79, 33649 Bielefeld

Alle Informationen in diesem Buch sind vom Autor mit größter Sorgfalt gesammelt und vom Lektorat des Verlages gewissenhaft bearbeitet und überprüft worden.

Herausgeber: Klaus Werner

© Peter Rump 2005

2., neu bearbeitete Auflage 2009

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung

Umschlag: G. Pawlak, P. Rump (Layout), K. Werner (Realisierung)

Inhalt: G. Pawlak (Layout), K. Werner (Realisierung)

Fotos: siehe Bildnachweis Seite 159

Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht ausgeschlossen werden können, erklärt der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der Produkthaftung ohne Garantie erfolgen und dass Verlag wie Autor keinerlei Verantwortung und Haftung für inhaltliche und sachliche Fehler übernehmen.

Druck und Bindung

J. P. Himmer GmbH & Co. KG, Augsburg

ISBN 978-3-8317-1385-1

Printed in Germany

Dieses Buch ist erhältlich in jeder Buchhandlung Deutschlands, Österreichs, der Schweiz, Belgiens und der Niederlande. Bitte informieren Sie Ihren Buchhändler über folgende Bezugsadressen:

Die Nennung von Firmen und ihren Produkten und ihre Reihenfolge sind als Beispiel ohne Wertung gegenüber anderen anzusehen. Qualitäts- und Quantitätsangaben sind rein subjektive Einschätzungen des Autors und dienen keinesfalls der Bewertung von Firmen oder Produkten.

Deutschland

Prolit GmbH, Postfach 9, D-35461 Fernwald (Annerod)
sowie alle Barsortimente

Schweiz

AVA-buch 2000, Postfach 27, CH-8910 Affoltern

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Niederlande, Belgien

Willems Adventure
www.willemsadventure.nl

Wer im Buchhandel trotzdem kein Glück hat, bekommt unsere Bücher auch über unseren **Büchershop im Internet: www.reise-know-how.de**

Sven Bremer

Radreisen

Basishandbuch

Inhalt

- 8 Vorwort
- 9 Prolog – Faszination Radreisen

12 Das Reiserad

- 14 Grundsätzliche Überlegungen
- 16 Anforderungen und Ausstattung
- 24 Inspektion des Fahrrads
- 27 Pflege des Fahrrads

32 Vor der Reise

- 34 Routenplanung
- 36 Kartenmaterial
- 41 Training für die Radreise

44 Fahrradtransport und Übernachtung

- 46 Anreise mit der Bahn
- 49 Anreise mit dem Pkw
- 52 Anreise mit dem Flugzeug
- 53 Anreise mit dem Bus
- 54 Über Nacht

60 Die Ausrüstung

- 62 Radreisegepäck
- 66 Bekleidung für die Radreise
- 73 Biker-Zubehör
- 77 Radcomputer
- 81 Campingausrüstung
- 87 Die Reiseapotheke
- 89 Packliste für die kurze „Scheckkarten-Tour“
- 91 Packliste für die lange Radreise mit Zelt

101rr Abb.: gf



94 **Unterwegs**

- 96 Verpflegung
- 100 Sicher Radreisen
- 103 Fahren in den Bergen
- 107 Fahren in der Gruppe
- 108 Fahren bei Regen
- 109 Pannenhilfe
- 117 Erste Hilfe
- 121 Radreisen mit Kindern

126 **Radreiseziele**

- 128 Die deutschen Radfernwege
- 132 Ausgewählte Radwanderregionen

140 **Anhang**

- 142 Lexikon Deutsch – Englisch – Französisch
- 143 Nützliche Internetseiten
- 147 Literaturtipps
- 155 Register
- 159 Bildnachweis
- 160 Der Autor