adfc
Regensburg
Schwandorf
Straubing

ADFC Jahresprogramm 2026

Radtouren · Verkehrspolitik · Werkstatt

FEINE RÄDER
REGENSBURG

Alltagsräder **Lastenräder** **Falträder**
E-Bikes **Kinderräder** **Leasing**
Fahrrad Sharing **Werkstatt**

Zusammen finden wir dein Traumrad!
www.feine-raeder.de

Unsere kompetente Beratung beantwortet
offene Fragen zur Marke, Modell, Finazirung
und Fördermöglikeiten

FEINE RÄDER GmbH | Furtmayrstr. 10 - 12 | 93053 Regensburg

Einfach registrieren und losradeln!
www.donau-donkeys.de

Donau DONKEYS

Zu Beginn meiner Arbeit als Verkehrsplaner wurde mir schnell klar, dass es etwas gibt, woran viel scheitert: Kfz-Parkflächen im öffentlichen Raum. Mir scheint oft, als gäbe es (gleich nach Kfz-Fahrspuren) nichts Wichtigeres im Straßenbild.

In den einschlägigen Regelwerken und Empfehlungen wird gefordert, Verkehr von „außen nach innen" zu planen. Das bedeutet, dass man zuerst die Belange des Fußverkehrs und dann die des Radverkehrs berücksichtigt. Dann folgen ÖPNV und Kfz-Verkehr. Parkflächen haben sich zu guter Letzt hinter Maßnahmen für Verkehrssicherheit, Aufenthaltsqualität und Klimaresilienz zu stellen.

In der Praxis läuft das meistens leider genau andersherum. Es sind bereits viele Verbesserungen für Fuß-, Rad- und öffentlichen Verkehr am nötigen Wegfall oder der Reduktion von Parkraum gescheitert. Selbst kleine Eingriffe mit wenig „Verlust" werden heiß diskutiert – in der Politik und der Öffentlichkeit. Daher ist es umso erfreulicher, dass der Stadt Regensburg mit der Verkehrsberuhigung Altstadt ein großes Konzept gelungen ist. Einzelne Maßnahmen davon wie der im November 2025 angebrachte Schutzstreifen in der Wöhrdstraße zeigten sofort Wirkung: Dort dürfen keine Fahrzeuge mehr auf der Fahrbahn stehen bleiben, freie Fahrt (bitte mit maximal 30 km/h!) durch die Wöhrdstraße ist für Rad, Bus und auch Kfz seitdem der Regelfall.

In Deutschland sind laut Kraftfahrt-Bundesamt zum 1. Januar 2026 über 61 Mio. Kfz, davon 49 Mio. Pkw zugelassen, Tendenz kontinuierlich steigend. Insbesondere Pkws benötigen mehrere Parkplätze (zu Hause, Arbeit, Einkauf, Freizeit, etc.). Wohin soll das führen? In Japan besteht bei Zulassung eines privaten Autos die Pflicht, einen Parkplatz im Umkreis von zwei Kilometern des Wohnorts nachzuweisen. Eine solche Regelung ist in Deutschland undenkbar.
Für Bewohnerparken galt lange bundesweit die Obergrenze von 30,70 € pro Jahr (8,4 ct./Tag!), welche 2020 aufgehoben wurde. Der Freistaat Bayern hält an an dieser Grenze weiterhin fest. Warum diese krumme Zahl, fragen Sie sich? Sie wurde bei Einführung des Euros übernommen (60 DM) und stammt aus dem Jahr 1993 (!). Eine Straßenmusikantin zahlt mit 3,30 € in Regensburg etwa das 240-fache pro m^2 am Tag.

Wir brauchen noch wesentlich mehr Druck konkret auf die Landesregierung und generell ein Umdenken in der Bevölkerung, um den öffentlichen Raum für das nutzen zu können, wofür er eigentlich gedacht ist: Menschen, nicht Autos.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen 2026 freie Fahrt auf dem Rad!

Benedikt Benz
Vorsitzender des ADFC Regensburg

REGENSBURG PLANT UND BAUT

STADT REGENSBURG

Ideen für radl-Aktionen?

Melde Dich bei
stadtradeln@valentum-kommunikation.de

regensburger radlwochen

gemeinsam mehr bewegen

16. Mai bis 05. Juli 2026

regensburger radlwochen

Liebe Radfahrerinnen und Radfahrer,

auch 2026 erwartet mit dem ADFC-Jahresprogramm alle, die unsere Region auf dem Fahrrad entdecken möchten, ein abwechslungsreiches Jahr auf zwei Rädern. Für das Engagement des ADFC, das Radfahren in unserer Region stetig voranzubringen, danke ich allen Beteiligten sehr herzlich.
Mit dem Ziel, das Radeln in unserer Stadt komfortabler und sicherer zu machen, konnten wir auch 2025 wichtige Maßnahmen umsetzen. Besonders freut es mich, dass unser Hauptradroutennetz weiter gewachsen ist: So verbindet die „Radlroute 12“ den Stadtnorden ab Haslbach mit Harting im Stadtsüden und mit dem ersten Abschnitt der „Radlroute 1“ gibt es eine weitere West-Ost-Verbindung – von Kneiting über die neue Fahrradstraße „Am Europakanal“ bis zur Regenmündung. Natürlich lohnt auch eine Tour entlang der „Radlroute 5“, die es sogar unter die TOP 5 des Deutschen Fahrradpreises geschafft hat.
In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Radeln und dem ADFC ein erfolgreiches Tourenjahr!

Ihre Oberbürgermeisterin
Gertrud Maltz-Schwarzfischer

Radverkehr Regensburg

Liebe Radlerinnen und Radler,

pünktlich zum Start in die neue Radsaison hat der ADFC-Kreisverband Regensburg wieder ein abwechslungsreiches Tourenprogramm zusammengestellt. Dafür bedanke ich mich ebenso wie für die stets gute Zusammenarbeit!
Ob im Alltags- oder Freizeitverkehr – der Landkreis Regensburg setzt sich mit großem Engagement für den Radverkehr ein. Mit der Verlängerung städtischer Hauptradrouten, etwa der rr05 nach Sinzing oder der geplanten rr12 nach Wenzenbach, wächst nach und nach ein durchgängiges Radwegenetz über Gemeindegrenzen hinweg. Auch die Qualitätssicherung bestehender Freizeitradwege ist uns ein Anliegen, das wir gemeinsam mit den Gemeinden im Blick behalten. Unsere Radkarte „Radeln im Regensburger Land“ ist dabei eine kostenfreie Planungshilfe für Ausflüge, die durch unser digitales Tourenportal auf der Landkreis-Website um zahlreiche Tipps und Tourenvorschläge ergänzt wird.
Ich wünsche allen Radl-Fans viel Spaß bei der Erkundung unseres schönen Landkreises!

Ihre Landrätin
Tanja Schweiger

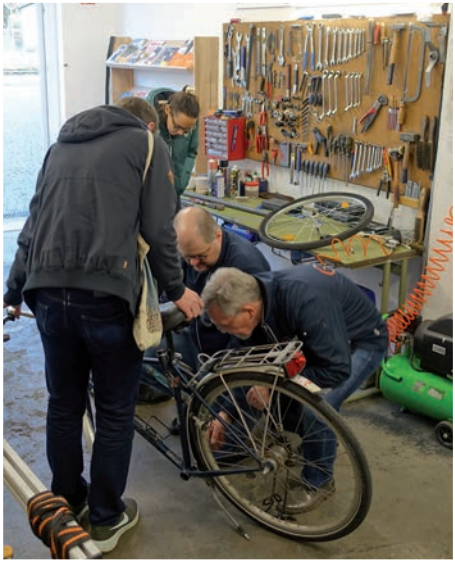
Radeln im Landkreis

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 3
Grußworte 5
Impressum 57

DER ADFC REGENSBURG

Die Fahrradlobby 8
Neuer Vorstand 9
Wir begrüßen unser 1000. Mitglied! 9
Termine 10
Kontakt 10



VERKEHRSPOLITIK

Radmonitor Regensburg 2025 11
Regensburg im Fahrradklima-Test 12
Kidical Mass für Schulwegsicherheit 13
Kommunalwahl: Der ADFC fragt nach 14
Sallerner Regenbrücke 15
Höherwertige Bussysteme 16

RADTOUREN 2026

Unsere Tourenleiter:innen 19
Hinweise zu unseren Radtouren 20
Feierabendtouren 21
Tages- und Stadtteiltouren 22
Terminkalender 34
Teilnahmebedingungen 41
Tourenvorschläge der Landkreise 42

WERKSTATT, TECHNIK & CO

ADFC-Selbsthilfewerkstatt 46
Codierung 47
Die ADFC-Radfahrschule 48

MITMACHEN LOHNT SICH

Mach mit! 50
Die ADFC-Fördermitgliedschaft 53
Neues von unseren Fördermitgliedern ..54
Werde ADFC-Mitglied 57

Die Fahrradlobby

Mit mehr als 240.000 Mitgliedern ist der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) die größte Interessenvertretung für Radfahrer:innen weltweit. Bundesweit ist er in ca. 500 Ortsgruppen und 16 Landesverbänden vertreten. Unsere Vision ist die Verkehrswende mit dem Fahrrad im Mittelpunkt und damit mehr Klimaschutz, Sicherheit, Gesundheit und Lebensqualität.

Der ADFC ist parteipolitisch neutral, aber parteilich, wenn es um die Interessen Rad fahrender Menschen geht. Als verkehrspolitischer Verein und Fahrradlobby setzen wir uns für die konsequente Förderung des Fahrradverkehrs und der nachhaltigen Mobilität allgemein ein. In Regensburg stoßen wir politische Diskussionen und öffentliche Aktionen an und organisieren Demonstrationen und Proteste für sicheren Radverkehr. Auch im direkten Kontakt mit Politik und Verwaltung tragen wir zum Ausbau des Radverkehrs bei.

Der ADFC berät in allen Fragen rund ums Fahrrad: Recht, Technik und Tourismus. In Regensburg bieten wir neben unseren beliebten Radtouren z.B. eine Selbsthilfe-Werkstatt und veranstalten Codieraktionen und Fahrtechnik-Kurse für Anfänger:innen und Fortgeschrittene.

ADFC-Mitglieder genießen Sicherheit durch die exklusive ADFC-Pannenhilfe in Deutschland sowie eine Rechtsschutzversicherung. Sie profitieren von Rabatten bei Kooperationspartnern und erhalten viermal jährlich das Mitgliedermagazin Radwelt.

Am 27. Januar 2026 wurde der Vorstand des ADFC Regensburg neu gewählt (von links nach rechts): Dirk Seiffert, Jürgen Bachl, Verena Riehl, Ingolf Radcke, Evi Pschorr-Schoberer, Dr. Klaus Wörle, Christoph Beck, Stefan Pusch, Regine Wörle, Benedikt Benz.

Neuer Vorstand

Bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung am 27. Januar 2026 fanden wie alle zwei Jahre die Vorstands- und Delegiertenwahlen statt.

Benedikt Benz wurde ohne Gegenstimme erneut zum Vorsitzenden gewählt. Alle Mitglieder des Vorstands wurden ebenfalls wiedergewählt, zusätzlich neu gewählt wurde Verena Riehl.

Verena Riehl engagiert sich vor allem im Bereich der Schulwegsicherheit und ist Mitglied im Organisationsteam der Kidical Mass. Auch in Sachen Öffentlichkeitsarbeit, Pressemitteilungen und Betreuung der Webseite bringt sie sich aktiv und mit viel Know-how in den ADFC ein.

Damit umfasst der Vorstand des ADFC Regensburg die größtmögliche Stärke von neun stellvertretenden und einem Vorsitzenden, die die verschiedenen Aktivitäten des ADFC abbilden: Politik und Verkehrssicherheit, Touren, Werkstatt, Fahrsicherheitstraining sowie Radfahrschule.

Wir begrüßen unser 1000. Mitglied!

Benedikt Benz begrüßte die neuen Mitglieder: Es gab eine Urkunde, einen Gutschein von Feine Räder und eine Fahrradklingel für Rebecca (rechts: Philipp Knorr, Feine Räder).

Auch bei uns in Regensburg setzt sich der Trend zum Fahrrad und einem Engagement für den Radverkehr weiter durch. Wir werden immer mehr:

Im Juli 2025 konnten wir Fabian Zschiesche und seine Tochter Rebecca als 1000. und 1001. Mitglied begrüßen!

In den letzten drei Jahren sind wir stark gewachsen: Von 860 Mitgliedern (2022) auf aktuell etwas über 1000. Monat für Monat treten dem ADFC Regensburg durchschnittlich sechs Menschen bei. Austritte gab es nur wenige, und die Zuzüge von ADFC-Mitgliedern nach Regensburg waren zahlreicher als die Wegzüge aus dem Kreisverband. Sehr geholfen hat die Hinzunahme der in Vorbereitung befindlichen Ortsgruppe Schwandorf (2013) und der bereits gegründeten Ortsgruppe Straubing (2024).

Mit 1000 Mitgliedern gehört der ADFC Regensburg nun endgültig zu den großen Vereinen der Stadt.

Aktuelle Informationen rund ums Radfahren und den ADFC unter:

adfc-regensburg.de

instagram.com/adfc_regensburg

facebook.com/adfcregensburg

Termine

Einladung zur Weihnachtsfeier

Wie jedes Jahr lassen wir das Jahr entspannt bei Feuerzangenbowle und Plätzchen ausklingen. Dazu laden wir alle Mitglieder herzlich ein.
Termin: Voraussichtlich zwischen dem zweiten und dritten Advent im Schreiberhaus in Stadtamhof. Die genauen Daten werden rechtzeitig im ADFC Touren- und Veranstaltungsportal bekannt gegeben:
touren-termine.adfc.de

Einladung zu unserer nächsten Jahreshauptversammlung

Die nächste Jahreshauptversammlung findet im Januar 2027 statt. Hierzu sind alle Mitglieder des gesamten Kreisverbands und auch Gäste und Interessierte herzlich eingeladen.
Termin: Voraussichtlich Ende Januar in der vierten Kalenderwoche im Schreiberhaus. Die genauen Daten werden rechtzeitig im ADFC Touren- und Veranstaltungsportal bekannt gegeben:
touren-termine.adfc.de

Kontakt

Sie haben Fragen oder Anregungen für den ADFC Regensburg? Dann nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf:
kontakt@adfc-regensburg.de
Unter **0941 8703007** können Sie uns eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen – wir rufen zeitnah zurück, wenn Sie uns Ihre Telefonnummer nennen.

Und wie ist Radfahren bei dir vor Ort?
ADFC Fahrradklima-Test 2026
Mitmachen ab September 2026: www.fahrradklima-test.de

Radmonitor Regensburg 2025

Nach der Hauptradroute rr05 folgten 2025 die westliche rr01 (zwischen westlicher Stadtgrenze und Frankenbrücke) und die rr12 zwischen Haslbach und Neutraubling. Auch wenn diese Routen noch nicht perfekt sind, ist eine durchgehende und einheitliche Markierung erfreulich.

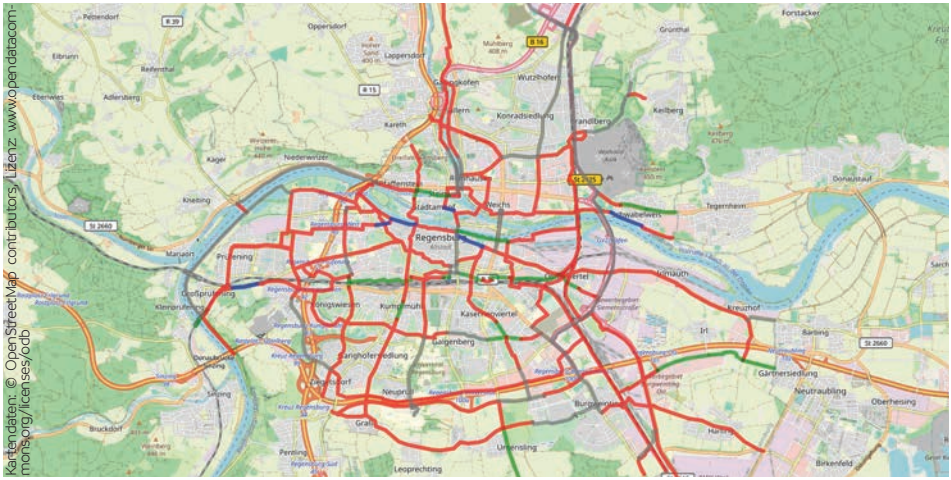
An dieser Stelle ist eine Korrektur des letztjährigen Radmonitors nötig: Nicht berücksichtigt wurden der Ausbau der Leibnizstraße und des Wegs nach Neutraubling auf insgesamt 1,4 km Länge sowie die Einrichtung eines gemeinsamen Geh- und Radwegs am Bahnhofsvorplatz. 2025 folgte ein Ausbau des Radwegs im westlichen Teil der Leibnizstraße mit 1,1 km Länge.

Eine markante Neuerung 2025 war die Einrichtung der ersten Protected-Bike-Lane in der Fritz-Fend-Straße, wo eine unnötige zweite Spur der Fahrbahn umgewidmet und mit Trennungselementen geschützt wurde. Gemeinsam mit der Erneuerung des Uferwegs an der Donaulände (1,1 km Länge) durch den Eigentümer Bayernhafen und die Einrichtung einer modernen Fahrradstraße am Europakanal (630 m) wurden einige Strecken aufgewertet. Anmerkung zur Donaulände: Die ursprünglich durch den Bayernhafen verbauten Querrinnen führten zu Fahrradunfällen, hier wurde nachgebessert.

Insgesamt wurden 2025 bauliche Maßnahmen auf ca. 3,1 km umgesetzt. Nach unserer Einschätzung wurden damit bisher seit Beginn der Umsetzung im Jahr 2022 12,2 der beschlossenen 172 Kilometer entsprechend den ursprünglich vom Stadtrat beschlossenen Kriterien fertiggestellt.

Es wird am neuen Stadtrat und der Stadtspitze liegen, ob die Umsetzung weiter und schneller voranschreitet oder blockiert wird. In Regensburg werden laut den von der Stadt erhobenen Verkehrsdaten immer mehr Wege mit dem Rad zurückgelegt. Es liegt an der Politik, diese Wege möglichst sicher und angenehm zu gestalten. Das beschlossene Hauptradroutennetz bildet dafür die ideale Grundlage.

Alle Infos zur Umsetzung des Hauptradroutennetzes inkl. Karte online unter
www.radmonitor-regensburg.de



Kartendaten: © OpenStreetMap contributors, Lizenz: www.opendatacommons.org/licenses/odbl

Ausschnitt Online-Karte | grün: fertiggestellt, blau: normale Fahrradstraße, rot: noch nicht umgesetzt

Regensburg im ADFC Fahrradklima-Test

Mitmachen! Neue Umfrage September-November 2026

Alle zwei Jahre ruft der ADFC bundesweit auf zum Fahrradklima-Test, 2026 bereits zum 12. Mal. Die weltweit größte Umfrage dieser Art liefert wertvolle Informationen zur Situation des Radverkehrs vor Ort. Traditionell gehört Regensburg zu den Großstädten mit der höchsten Teilnahmequote – ein Indiz, wie wichtig der Bevölkerung dieses Thema ist.

Die Gesamtbewertung für Regensburg hat sich über die Jahre kaum verändert. Nach Schulnoten liegt die Stadt konstant bei einer (gerundeten) Vier. Bei den einzelnen Kategorien ergaben sich im Lauf der Zeit jedoch dramatische Verschiebungen. Im Vergleich zu 2012 werden Infrastruktur und Verkehrsnetz nun wesentlich besser bewertet. Dafür sorgen vor allem die für den Radverkehr in Gegenrichtung geöffneten Einbahnstraßen und das in den letzten Jahren eingeführte System öffentlich verfügbarer Mieträder. Aufgrund der zunehmenden Belastungen durch den Kfz-Verkehr, aber auch durch den deutlich zunehmenden Radverkehr auf oft zu schmalen und unzureichend ausgebauten Radwegen wurden die Bewertungen in den Bereichen Sicherheit, Komfort und Verkehrsklima jedoch schlechter.

Von September bis November 2026 findet der nächste Fahrradklima-Test statt, und wir bitten wieder um zahlreiche Teilnahme. Denn nur eine hohe Beteiligung sichert eine angemessene Wahrnehmung für die Belange des Radverkehrs in Medien, Kommunalpolitik und Verwaltung!

Wie das Ergebnis diesmal ausfällt, werden wir im Frühjahr 2027 erfahren, wenn die Daten ausgewertet vorliegen.

Mitmachen beim Fahrradklima-Test 2026:
www.fahrradklima-test.de

Grafik : Thomas Böhmer (ADFC), bearbeitet von Klaus Wörle

Kidical Mass für mehr Schulwegsicherheit

ADFC engagiert sich für die Schaffung von Schulstraßen

Es lässt sich mittlerweile als gute Tradition sehen: Die Kidical Mass fand auch 2025 wieder im Frühjahr und Herbst statt. Bei beiden Demonstrationen radelten hunderte Teilnehmende mit großer Begeisterung durch Regensburg, um auf ihre Anliegen aufmerksam zu machen.

Während im Mai ideales Fahrradwetter herrschte, blieb im Oktober niemand trocken – es regnete ununterbrochen. Die Stimmung war trotzdem wahrnehmbar gut, und wir haben erneut bewiesen, dass Radfahren auch bei schlechtem Wetter funktioniert und sogar Spaß macht.

Beide Demos zeigten den Handlungsbedarf beim Thema Schulwegsicherheit und unabhängige Mobilität: Wir wollen, dass Kinder ihre Schulwege eigenständig und ohne Gefährdung zurücklegen können. Das unterstrich auch der Kinderpsychologe Dr. Alfred Leurpendeur, der bei seiner Rede im Mai die entscheidende Wirkung von selbstständiger Mobilität auf die Entwicklung von Kindern aufzeigte.

Auch 2026 werden wir erneut zwei Demos veranstalten. Allerdings möchten wir unser Anliegen noch konkreter umsetzen und suchen dafür die Unterstützung von Grund- und weiterführenden Schulen sowie deren Elternbeiräten bei der Umsetzung von Schulstraßen. Das sind temporär für den Autoverkehr gesperrte Straßen vor Schulen, um die Gefahr durch Elterntaxis zu bekämpfen.

Ansprechpartner:
Benedikt Benz
benz@adfc-regensburg.de

Kommunalwahl 2026: Der ADFC fragt nach

Podiumsdiskussion mit OB-Kandidierenden zu Fahrradthemen

Unter dem Motto „Der ADFC fragt nach“ diskutierten am 2. Februar 2026 acht OB-Kandidierende über die Zukunft des Radverkehrs in Regensburg. Moderiert wurde die Veranstaltung von Stefan Pusch, unterstützt von Verena Riehl als „Anwältin des Publikums“. Der ADFC Radl-Wahl-O-Mat bildete die Grundlage für einen intensiven und fairen Meinungsaustausch.

Bereits zu Beginn wurde eifrig über den Winterdienst auf Radwegen debattiert. Der ADFC fordert eine ganzjährig sichere Befahrbarkeit des Winter-Radwegenetzes, was Zustimmung fand bei Benedikt Suttner (ÖDP), Dr. Helene Sigloch (Bündnis 90 / Die Grünen) und Sebastian Wanner (Die Linke). Dr. Astrid Freudenstein (CSU), Horst Meierhofer (FDP) und Michael Schien (Freie Wähler) lehnten dies ab.

Breiten Zuspruch fand dagegen unsere Forderung nach Fahrradabstellplätzen im Umfeld von Schulen und Kindergärten, um Sichtbeziehungen an Kreuzungen freizuhalten. Und beim Holzgartensteg waren sich alle acht OB-Kandidierenden einig, dass er umgesetzt werden soll.

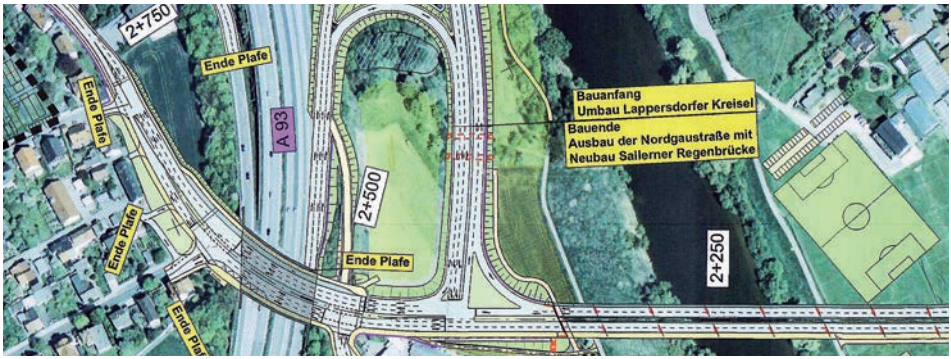
Beim Thema Neuaufteilung des Verkehrsraums zeigten sich wieder deutliche Unterschiede: Während eine Mehrheit breitere Radwege an der Kumpfmühler Straße befürwortete, lehnten einzelne Kandidierende die Umwidmung einer Kfz-Fahrspur ab. Ebenfalls kontrovers wurde der mögliche Rückbau von Autoparkplätzen zugunsten von Radinfrastruktur diskutiert.

„Es ist ermutigend zu sehen, dass fahrradfreundliche Positionen bei vielen zentralen Fragen eine Mehrheit fanden“, resümierte Kreisvorsitzender Benedikt Benz. „Nun hoffen wir, dass die Versprechungen nach der Wahl tatsächlich angegangen werden. Der ADFC wird den Dialog weiter suchen.“

Alle Antworten der OB-Kandidierenden zum Nachlesen: **https://regensburg.adfc.de/artikel/adfc-radl-wahl-o-mat**

Sallerner Regenbrücke

Warum wir das Projekt ablehnen und ein Bürgerbegehren starten



Die Planungen für die Sallerner Regenbrücke, die im aktuellen Projekt „Nordspange Regensburg“ enthalten ist, sind bereits Jahrzehnte alt. Der ADFC Regensburg ist Mitglied der Initiative „Mobilität neu denken – ohne Sallerner Regenbrücke“, die das Projekt ablehnt und ein Bürgerbegehren dazu gestartet hat.

Wir lehnen dieses Projekt insbesondere aus verkehrlichen Gründen ab und befürchten eine wesentliche Belastung der innerstädtischen Hauptverkehrsstraßen durch Durchgangsverkehr. Die direkte Verbindung des Lappersdorfer Kreisels mit der dann vierspurig ausgebauten Nordgaustraße bietet eine attraktive Autoverbindung zum ALEX-Center und Donaueinkaufszentrum. Die DEZ-Kreuzung ist bereits jetzt einer der meistbelasteten Knotenpunkte Regensburgs. Studien zeigen, dass neue Verkehrsprojekte nicht zu Entlastungen führen, sondern den Kfz-Verkehr eher attraktiver machen und damit fördern. Kurz gesagt: durch Ausbau einer Strecke für den Autoverkehr wird diese attraktiver und von mehr Menschen genutzt. Häufig findet die gewollte Entlastung (hier auf der Amberger Straße) nur kurzfristig statt. Durch mehr Verkehr auf der neuen Route wird diese wieder unattraktiv, was erneut zu einer hohen Belastung der Nebenstraßen führt. Dieses Phänomen ist gut erforscht (Braess-Paradoxon). Als Folge fließt mehr Autoverkehr über die Nordgaustraße nach Regensburg, was zur (zumindest gefühlten) Überlastung von Kreuzungen führt. Vermutlich würden Rufe nach deren „Anpassung“ für Kfz noch lauter werden. Die dort notwendigen Ausbauten für Rad- und Busverkehr würden wahrscheinlich entfallen. So könnte eine „Stadtautobahn“ entstehen, und gerade bei Problemen im Pfaffensteiner Tunnel (oder dessen Sanierung) würde noch mehr Autobahnverkehr durch die Stadt geleitet.

Unsere Stadt braucht eine Wende weg vom Autoverkehr hin zu nachhaltiger Mobilität. Das Projekt Sallerner Regenbrücke und der Ausbau der anliegenden Straßen konterkariert diese Ziele und bestehende Bemühungen. Momentan sind wir optimistisch, dass das Bürgerbegehren Erfolg hat und wir den Bau verhinden können. Unterstützen Sie uns bitte dabei!

Mehr Informationen zum Projekt und zur Initiative: **www.sallerner-regenbruecke.de**

Sind höherwertige Bussysteme die Lösung?

Benedikt Benz über eine verkehrspolitische Exkursion nach Frankreich

METTIS-Doppelgelenkbus in Metz

Vom 3. bis 5. November 2025 lud das Stadtwerk Mitglieder des Aufsichtsrats, des Planungsausschusses sowie Mitarbeitende der Stadtverwaltung zu einer Exkursion nach Frankreich ein. Auch Benedikt Benz war als Vorsitzender des ADFC eingeladen. Ziel der Besichtigung waren die Städte Strasbourg, Metz und Nancy und deren sogenannte höherwertige Bussysteme.

Strasbourg

Die elsässische Hauptstadt verfügt über ein ergiebiges ÖPNV-Netz aus Straßenbahnen und Bussen, welches 2013 um die erste hochwertige Buslinie G ergänzt wurde. 18 Meter lange Gelenkbusse fahren auf einer 5 km langen Strecke, davon rund 80 % auf eigener Trasse. Die Entscheidung für Bus statt Straßenbahn fiel aufgrund der deutlich schnelleren Umsetzung: laut Projektleiter nur acht Monate statt sechs bis sieben Jahre. Die Kosten für die Linie betrugen mit gut 30 Mio. € nur etwa ein Drittel der Kosten einer schienengebundenen Lösung. Für die eigene Trasse wurden 185 Parkplätze aus dem öffentlichen Raum entfernt. Das System übertraf bei Einführung die prognostizierten Fahrgastzahlen um 10 % und der Takt musste verdichtet werden.

Metz

Das höherwertige Bussystem „METTIS“ der Stadt Metz wird mit Hybrid-Doppelgelenkbussen betrieben, die ca. 24 m lang sind. Die Aufmachung der Busse erinnert an eine Straßenbahn, ebenso die Umsetzung mit eigenen Fahrspuren im Verkehrsraum und die Entfernung der einzelnen Haltestellen von ca. 400 bis 500 m. Durch das besondere Design und die eigenen Trassen hebt sich das System deutlich von den „regulären“ Buslinien ab. Es herrscht ein 10-Minuten-Takt zwischen 5 und 24 Uhr, zu den Spitzenzeiten werden Verstärkerbusse eingesetzt. Im Hintergrund sorgt ein zentrales dynamisches Verkehrssteuerungssystem („GERTRUDE“) dafür, dass die Busse so wenig wie möglich an roten Ampeln stehen. Nur bei dramatischen Auslastungen an Knotenpunkten, wie Rückstau auf Autobah-

nen, erhalten Busse keine Vorfahrt. Durch Zählstellen weiß das System genau, wo wie viele Busse und Fahrzeuge allgemein unterwegs sind und ggf. warten und wie Signale optimal zu schalten sind. Mit all diesen Maßnahmen sind die METTIS-Busse mit etwa 20 km/h im Durchschnitt unterwegs. Leider meldete der Hersteller der Busse Van Hool 2024 Insolvenz an, wodurch keine Ersatzteile mehr bestellt werden können. Das stellt den Betriebshof vor große Herausforderungen. Derzeit können noch zugekaufte und ungenutzte Busse „ausgeschlachtet" werden. Das weitere Vorgehen in Zukunft ist offen.

Nancy

Noch nagelneu ist das hochwertige Bussystem in Nancy, das erst 2025 eingeführt wurde. Dort verkehren ebenfalls Doppelgelenkbusse mit 24 m Länge. Es handelt sich um Oberleitungsbusse mit Batterie für den sensiblen Innenstadtbereich. Die eigenen Trassen sind leicht aufgeraut, was zu einer optischen Hervorhebung und Aufwertung, jedoch zu negativer Beeinflussung des Fahrgefühls führt. Durch die fehlenden Motorengeräusche, die Länge der Fahrzeuge und die eigene Trasse geht es beim Fahrgefühl trotzdem schon Richtung Straßenbahn.

Auf Knopfdruck ausfahrende Rampe in Nancy

Alle drei Bussysteme weisen Stärken, jedoch auch die üblichen Schwächen von Bussystemen auf. Auffällig ist vor allem die fehlende Barrierefreiheit. Trotz Neueinführung gibt es in Nancy einen deutlichen Unterschied zwischen Einstiegs- und Bordsteinhöhe. Immerhin zeigen dort subtile Markierungen an den Haltestellen an, wo der (einzige) Einstieg mit einer automatisch ausfahrenden Rampe möglich ist. Das ist eine Verbesserung, jedoch (z. B. bei mehreren Kinderwägen oder Rollstühlen) nicht immer praktikabel. Die Fahrzeuge müssen wie bei Bussen üblich alle 10 bis 12 Jahre ausgetauscht werden im Gegensatz zu Straßenbahnen, die mehrere Jahrzehnte fahren können. Die Kapazität der Busse ist um den Faktor zwei bis drei niedriger. In Metz fahren aufgrund fehlender Doppelgelenkbusse auch einfache Gelenkbusse, die (wie wir erleben durften) deutlich nicht ausreichen. Ein flexibler Einsatz der extralangen Busse auf anderen Linien ist aufgrund der fehlenden Haltestellenlängen nicht möglich.
Positiv: Bei allen drei getesteten Systemen stehen die Busse nicht im Stau, ein zügiges Vorankommen ist garantiert. Lediglich in Strasbourg müssen sie auf kreuzende, stets bevorrechtigte Straßenbahnen warten.

Fazit:

Die Exkursion hat gezeigt, dass höherwertige Bussysteme Potential haben, auch wenn sie nicht die Qualität und Leistungsfähigkeit einer Stadtbahn erreichen. Für die Umsetzung braucht es deutlichen politischen Rückhalt, Parkplätze und Fahrspuren umzuwidmen und die Bevorrechtigung an Knotenpunkten einzurichten.

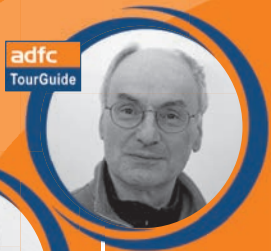
Regensburg kann und muss aus den gesehenen Beispielen lernen, um den öffentlichen Verkehr in Regensburg bedeutend attraktiver und schneller zu machen. Ein Weiter-so kann es aufgrund der Defizite im bestehenden System nicht geben.

SCHLÜSSEL LÖFFLER
93047 Regensburg · Kramgasse 5 (Nähe Dom)
Tel. 0941 / 5 20 74 · Mobil: 0171-43 32 178
Schlüssel und Schlösser nur von Löffler!
• Sicherheitsbeschläge rund ums Haus
• Beratung und Montage vom Fachmann
• Aufsperrdienst

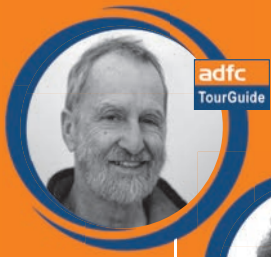
Bewirb Dich! Prima Klima und Sonderleistungen.
Zeit für Veränderung - wer clever ist beginnt jetzt mit:
Badsanierung und Kesseltausch
Suchen KD-/Monteure (m/w/d) und Anlagenmechaniker (m/w/d) sowie Auszubildende zum Anlagenmechaniker (m/w/d)
Vorher
Nachher
Alt
NEU
Heizung Lüftung Sanitär
PETER & GÖTZ GmbH
Wir bringen Wasser und Wärme ins Haus!
Peter & Götz GmbH
Am Kuffholz 8
93138 Hainsacker
Tel.: 0941-83033-0
Fax: 0941-83033-50
www.peter-goetz-gmbh.de
team@peter-goetz-gmbh.de
©by apropos-werbung.com

RADTOUREN 2026

Unsere Tourenleiter:innen

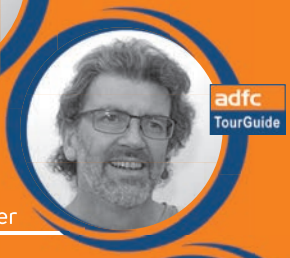


Detlev Reimann

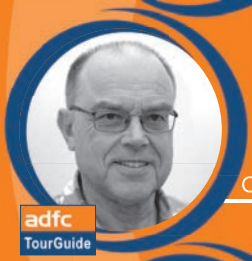


Ulrich von Spiessen

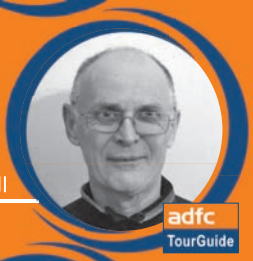
Regine Wörle



Willi Rester



Christoph Beck



Bernhard Gradl

Gerhard Reif

Konstanze Welck-Beyer

Andreas Prölß

Max Achter

Die Kontakdaten unserer Tourenleiter:innen finden Sie direkt bei jeder Tourenbeschreibung

Hinweise zu unseren Radtouren

Start

Bitte finden Sie sich ca. 15 Minuten vor dem angegebenen Termin ein. Wir starten pünktlich!
Geradelt wird bei fast jedem Wetter. Bei starkem Regen entscheiden wir am Startplatz über die Durchführung.

Anmeldung

Feierabendtouren: keine Anmeldung erforderlich. Alle anderen Touren: Siehe Tourenbeschreibung.

Kostenbeiträge

	ADFC-Mitglieder	Nicht-Mitglieder
Feierabendtour	0,00	3,00
Tagestour	0,00*	7,00
Stadtteiltour	5,00*	10,00
Mehrtagestour	10,00* pro Tag	20,00 pro Tag

* gilt auch für Mitglieder unserer Kooperationspartner bei den entsprechenden Touren.

Unter 16 Jahren ist die Teilnahme in der Regel kostenlos. Ausnahmen hiervon sind in der Tourenbeschreibung angegeben.

! Bitte beachten Sie unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen auf Seite 41, insbesondere bzgl. Einstufung, Durchführung, Verkehrssicherheit und Haftung.

Einzelne Touren führen wir durch in Kooperation mit folgenden Partnern:

Kolping
Kolpingsfamilie Teublitz

Slow Food
Regensburg Oberpfalz

ARCHITEKTURKREIS REGENSBURG

Ruhige Tour

Für Fahrräder ohne Motor.
Moderate Geschwindigkeit 14 bis 18 km/h in der Ebene, bei Anstiegen deutlich langsamer, bis hin zu kurzzeitigem Schieben bei langen oder steilen Anstiegen.
Auch Pedelec- bzw. E-Bike-Fahrende, die ohne Motorunterstützung nicht mitkämen, sind willkommen. Voraussetzung ist die Bereitschaft, langsam zu fahren und sich den Anderen anzupassen.

Flotte Tour

Für Pedelecs oder E-Bikes.
Zügige Geschwindigkeit über 20 km/h in der Ebene, Steigungen werden in der Regel ohne abzusteigen bewältigt.
Auch Normalradler:innen mit gehobener Kondition und Kraft sind willkommen. Wer ständig zurückbleibt, wird gebeten alleine weiterzufahren.

Schaffe ich das?

Wie anstrengend eine Tour wird, liegt nicht nur an der Geschwindigkeit, sondern auch an Länge, Beschaffenheit und Höhenprofil der Strecke.
Bitte beachten Sie die Hinweise und die Einstufung in der Tourenbeschreibung!
Die tatsächlich gefahrenen Kilometer können situationsbedingt von der angegebenen Strecke abweichen. Damit eine Tour nicht zur unfreiwilligen Tortur wird, bitten wir Sie um eine realistische Einschätzung Ihrer Fahrfertigkeiten und Kondition.

Wichtig!
Änderungen und kurzfristige Absagen werden im ADFC-Radtourenportal bekannt gegeben:
touren-termine.adfc.de

Feierabendtouren

Ab 22. April laden wir wieder zu unseren Feierabendtouren ein. Bis Ende September können Sie dann fast jeden Mittwoch bei uns mitradeln. Anmeldung oder Mitgliedschaft sind nicht nötig. Sie brauchen lediglich ein verkehrssicheres Fahrrad und Spaß am Fahren.
Die Touren dauern ca. 2 Stunden und sind 25 bis 35 km lang. Wir fahren nicht zu flott und passen unser Tempo der Gruppe an.
Vier Touren bieten wir dieses Jahr als Pedelec-Tour an, bei diesen kann das Tempo auch höher sein. Entsprechende Fitness vorausgesetzt sind selbstverständlich auch Radler:innen ohne Motorunterstützung willkommen.

Termine und Startpunkte

Startzeit für die Feierabendtouren ist immer **Mittwoch, 18:00 Uhr.**
Kontakt: fa-tour@adfc-regensburg.de

Donauarena (Parkplatz beim Donauradweg), Regensburg

22.04. / 06.05 / 20.05. / 03.06. / 17.06. / 01.07. / 15.07. / 29.07. / 12.08. / 26.08. / 09.09. / 23.09.

ADFC-Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg

29.04. / 13.05. / 27.05. / 10.06. / 24.06. / 08.07. / 22.07. / 05.08. / 19.08. / 02.09. / 16.09. /30.09.

Tages- und Stadtteiltouren

Radeln sorgt für gute Laune - egal bei welchem Wetter!

Ruhige Tagestour | Sonntag, 19. April

Oberpfälzer Seenland und Weihergebiet

Vom Murner See über den Steinberger See durch das Charlottenhofer Weihergebiet

Strecke:
53 km, 250 hm, hügelig, fester Belag

sehr einfach — sehr schwer
14 km/h — > 22 km/h

Unsere Tour beginnt und endet am Großparkplatz am Murner See. Entlang der Kartbahn führt uns der Weg über kleinere Ortschaften nach Wackersdorf. Hier besichtigen wir „Alt-Wackersdorf“. Über asphaltierte Radwege, vorbei am Steinberger See, flussaufwärts Richtung Schwandorf und an der Naab entlang. Hier werden wir zum Mittagessen einkehren. Sehenswürdigkeiten in Schwandorf sind das historische Felsenkeller-Labyrinth (nur mit Führung zugänglich) und das Stadtmuseum Schwandorf. Nach dem Mittagessen radeln wir weiter die Naab entlang nach Schwarzenfeld und durch das Charlottenhofer Weihergebiet, das zweitgrößte Naturschutzgebiet der Oberpfalz. Vorbei an zahlreichen Fischweihern geht es weiter zum Erlebnispark Wasser-Fisch-Natur, der für Familien mit Kindern ein beliebtes Ziel am Murner See ist. Wir umrunden den Murner See, wobei wir das Theatron, dessen Ambiente an die Südsee erinnert, passieren. Anschließend radeln wir zurück zum Ausgangspunkt.

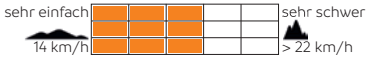
Anmeldung: Bis 12. April 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 16 Personen
Treffpunkt: 9:30 Uhr am Großparkplatz Murner See, Industriestraße 1, Wackersdorf
Tourenleitung: Andi Prölß, proelss@adfc-regensburg.de, 0178 61697362

Ruhige Zweitagestour | Donnerstag, 30. April bis Freitag, 1. Mai

Von der Donau durch den Vorwald zum Regen

Auf ehemaliger Bahntrasse mit sanften Steigungen durch den Bayerischen Wald zum Regen

Strecke:
140 km, 600 hm, einzelne Steigungen, fester Belag



1. Tag: 60 km, 400 hm
Entlang der Donau radeln wir von Straubing nach Bogen und queren dann den Bayerischen Wald in reizvoller Landschaft auf der ehemaligen Bahntrasse (wassergebundene Fahrbahndecke) bis Miltach. Dort biegen wir ein auf den Regental-Radweg und beenden den Tag im Sonnenhof Schlondorf bei Cham.

2. Tag: 80 km, 200 hm
Der Regental-Radweg führt von Schlondorf über Cham entlang idyllischer Flussauen nach Roding und weiter auf flussnahen Radwegen über Nittenau, Marienthal und Regenstauf zurück nach Regensburg. Der Weg hat durchgehend eine gut befahrbare Oberfläche.

Übernachtung und Bahnfahrt:
Die Übernachtung gehört nicht zum Tourenumfang. Übernachtung ist möglich im Hotel Sonnenhof Schlondorf (Doppelzimmer 84€, Einzelzimmer 52€ jeweils mit Frühstück). Es sind keine Zimmer reserviert und nur wenige Einzelzimmer verfügbar. Bitte daher bald direkt im Hotel buchen (Kennwort „ADFC Regensburg“): www.sonnenhof-schlondorf.de, Tel. 09971 30398, E-Mail hotel_sonnenhof@t-online.de.
Das Bahnticket nach Straubing muss selbst gelöst werden, am besten gemeinsam vor Ort. Fahrrad 1 €, RVV-Ticket ca 9 € oder Deutschland-Ticket.

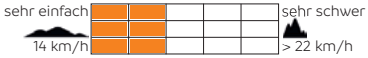
Anmeldung: Bis 1. April 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 10 Personen
Treffpunkt: 8:40 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Bahnhofsvorplatz
Tourenleitung: Bernhard Gradl, gradl@adfc-regensburg.de, 0151 51821878

Ruhige Tagestour | Sonntag, 3. Mai

Rund um Schwandorf – zum Eingewöhnen

Eine leichte Tour von Schwandorf über Schwarzenfeld und Charlottenhofer Weihergebiet zurück zum Ausgangspunkt.

Strecke:
30 km, 140 hm, fester Belag



Damit das Umsetzen der Neujahrsvorsätze nicht ganz so hart ankommt, gibt es für den Einstieg in die Radtourensaison diese leichte Tagestour. Die Strecke führt von Schwandorf entlang der Naab nach Schwarzenfeld. Dort folgen wir ein kurzes Stück der Schwarzach bis Altfalter, bevor es über den einzigen Hügel ins Charlottenhofer Weihergebiet und über Lindenloh wieder nach Schwandorf geht.
Diese ruhige Tour wird mit ca. 17-19 km/h gefahren. Auf halber Strecke ist eine Mittagsrast eingeplant.

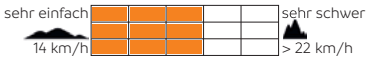
Anmeldung: bis 28. April 2026 im Tourenportal oder beim Tourenleiter
Treffpunkt: 10:00 Uhr Bahnhofsplatz Schwandorf
Tourenleitung: Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 09471 950085

Ruhige Tagestour | Dienstag, 12. Mai

Am Fuß des Bayerischen Waldes nach Straßkirchen

Auf Radwegen und Nebenstraßen an den Ausläufern des Bayerischen Waldes entlang.

Strecke:
70 km, 150 hm, wenige Steigungen, meist asphaltiert



Wir radeln abwechselnd auf dem Donau-Radweg und auf Nebenstraßen über Wörth und Steinach nach Bogen. Auf dem weiteren Weg nach Straßkirchen wechseln wir unterhalb des Bogenbergs auf das rechte Donauufer. Gegen 16 Uhr bringt uns die Bahn zurück nach Regensburg.
Das Bahnticket zurück nach Regensburg muss selbst gelöst werden, am besten gemeinsam vor Ort. Fahrrad 1 €, RVV-Ticket ca 9 € oder Deutschland-Ticket.

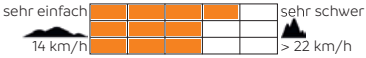
Anmeldung: bis 9. Mai 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 10 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr, östlicher Parkplatz der Donauarena, Walhalla-Allee, Regensburg
Tourenleitung: Bernhard Gradl, gradl@adfc-regensburg.de oder Tel. 0151 51821878

Ruhige Tagestour | Samstag, 16. Mai

Maiausflug in den Vorwald

Über den Falkenstein-Radweg vorbei an der Hölle nach Wiesent und zurück nach Regensburg.

Strecke:
75 km, 300 hm, hügelig, teilweise unbefestigte Wege



Wir starten am Parkplatz an der Donau-Arena und fahren von dort nach Wenzenbach. Auf dem Falkenstein-Radweg geht es nun stetig hinauf bis nach Gfäll. Dort biegen wir nach Süden ab, radeln vorbei am Naturschutzgebiet „Hölle“ und erreichen Roehrenhof, wo wir eine Mittagspause einlegen. Nach der Stärkung fahren wir weiter über Aumbach nach Wiesent und hinunter ins Donautal. Auf dem Donauradweg geht es schließlich zurück nach Regensburg.

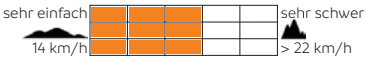
Anmeldung: bis 10. Mai 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 18 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr, östlicher Parkplatz der Donauarena, Walhalla-Allee, Regensburg
Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Ruhige Tagestour | Samstag, 30. Mai

Von der Donau über die Große Laber nach Regensburg

Ruhige Tour von der Donau über die Hügel ins Tal der Großen Laber und zurück.

Strecke:
90 km, 300 hm, hügelig, fester Belag



Vom Startpunkt bei der Werkstatt des ADFC am Weinweg in Regensburg radeln wir am rechten Donauufer über Matting bis nach Bad Abbach. Von dort geht es auf Landstraßen und Forstwegen über die tertiären Hügel Richtung Langquaid, wo wir das Tal der Großen Laber erreichen. Flussabwärts fahren wir weiter zu unserer Mittagsraststätte im Zachhof, Niederleierndorf. Nach der Stärkung geht es am Nachmittag entlang der Laber noch bis Irnkofen. Von dort radeln wir über die Hügel nach Sengkofen, Alteglofsheim und Köfering und schließlich wieder nach Regensburg zurück. In Köfering oder Niedertraubling können wir unsere Tour noch in einem Biergarten ausklingen lassen.

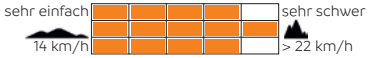
Anmeldung: bis 23.Mai 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 18 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr, ADFC Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg
Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Flotte Tagestour | Sonntag, 31. Mai

Tour im Grenzland – große Stille

Fahren im Grenzgebirge: stilles Land mit grandiosen Ausblicken und unberührter Natur. Eine Tour für flotte Fahrer:innen mit größeren Anstiegen (1000 hm!).

Strecke:
83 km, 1000 hm, hügelig, fester Belag



Über die ehemalige Bahntrasse radeln wir nach Schönsee und erreichen bei Stadlern die höchste Stelle der Tour sowie das Naturdenkmal Hochfels. Wir pausieren in reizvoller Heidevegetation, bevor wir mit Aussicht bis zum Arber weiter nach Waldhäuser fahren. Bergab geht es über Schwarzach nach Tschechien. Nach der europäischen Wasserscheide rollen wir hinab, bis wir bei Smolov das Tal der Radbuza verlassen. Durch Dörfer und Standorte ehemaliger Glashütten erreichen wir Zelezna zur Mittagspause. Dann passieren wir wieder die Grenze und radeln südwärts auf Waldwegen und durch Quellwiesen, wo man seltene geschützte Pflanzen findet. Beim Lindauer Wirt gibt es leckeren Kuchen, und gestärkt ist Schönsee plötzlich ganz nah. Von dort geht es fast von selbst nach Oberviechtach zurück.

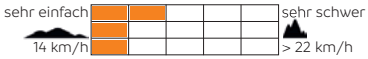
Anmeldung: bis 29. Mai 2026, 18 Uhr über das Tourenportal oder beim Tourenleiter (Mail)
Treffpunkt: 9:00 Uhr, Oberviechtach, ehemaliger Bahnhof, Am Bahnhof
Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Stadtteiltour | Samstag, 13. Juni

Kumpfmühl - der älteste Stadtteil Regensburgs

Vom Dorf zum ältesten Stadtteil Regensburgs. Eine Reise durch die Geschichte Kumpfmühls.

Strecke:
7 km, 100 hm, durchgehend Asphalt



Kumpfmühl darf sich als ältester Stadtteil Regensburgs bezeichnen. Heute erleben die meisten der hier lebenden Menschen nur eine Durchfahrtsstraße mit Wochenmarkt. Aber abseits der Kumpfmühler Straße entdecken wir das alte und geschichtsträchtige Dorf mit dem anschließenden Kloster Prüll. An ausgewählten Stationen erfahren wir einiges zur Geschichte dieses Ortes, die sich über 2000 Jahre erstreckt, und werden der Frage nachgehen, welche Bedeutung der Name „Kumpfmühl“ hat. Nach der Stadtteiltour kehren wir zum Ausklang in einen Biergarten oder in ein Gasthaus ein.

Anmeldung: bis 11. Juni 2026, 18 Uhr über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an die Tourenleiterin., max. 20 Personen
Treffpunkt: 15:00 Uhr, Theresienkirche, Kumpfmühler Straße 39, Regensburg
Tourenleitung: Regine Wörle, regine.woerle@adfc-regensburg.de, 0151 57777363

Flotte Tagestour | Sonntag, 28. Juni

Künisches Gebirge und Böhmerwald

Auf aussichtsreicher Strecke durch das Künische Gebirge und eine uralte Kulturlandschaft. Ein Tour für flotte FahrerInnen mit großen Anstiegen (1200 hm!)

Strecke:
85 km, 1200 hm, hügelig, fester Belag

Vom Bahnhof in Furth im Wald radeln wir zum Drachensee, von dessen nördlicher Uferstraße wir schon zu Beginn unserer Tour einen phantastischen Blick auf das Hohe-Bogen-Massiv und den Kleinen und Großen Osser haben. Wir erreichen auf kleinen Straßen die Grenze, die wir am Grenzübergang Vseruby-Eschlkam überfahren. Weiter geht's durch herrliche Kulturlandschaft über Vseruby, am dortigen See entlang und durch ein wunderbares Bachtal. Fast unmerklich erreichen wir einen Sattel mit herrlicher Aussicht zur Cham-Further Senke. Auf wenig befahrenen Straßen durch welliges Bergland erreichen wir Nyrsko. Wir radeln entlang der Uhlava (Angel) flussaufwärts, erreichen die Trinkwassertalsperre Nyrsko und weiter oberhalb das aussichtsreich gelegene Gasthaus Zäch.
Nach ausgiebiger Mittagspause lassen wir uns wieder zum See rollen, radeln dann durch schöne Landschaft stetig bergan und gelangen an den Grenzübergang Zadni Chodov / Haltenberghütten. Bald danach öffnet sich der Blick auf die almähnliche Hochfläche von Rittsteig und in den Hohe-Bogen-Winkel. Ab hier geht es fast nur noch bergab.
Über Neukirchen beim Hl. Blut radeln wir an Eschlkam vorbei, erreichen das Tal des Chamb, dann ist es nicht mehr weit zum Ziel. Auf dem Stadtplatz von Furth im Wald findet sich sicher noch ein Platz für einen angenehmen Ausklang.

Anmeldung: bis 26. Juni 2026, 18 Uhr über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter
Treffpunkt: 9:30 Uhr, Furth im Wald, vor dem Bahnhof
Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

STADTTEIL TOUR

Stadtteiltour | Samstag, 4. Juli

Architektur-Tour: Umbaukultur + Nutzung im Bestand

Kennenlernen interessanter Umnutzungsprojekte in Regensburg.
In Kooperation mit dem Architekturkreis und dem EBW Regensburg.

Strecke:
25 km, 100 hm, fester Belag

sehr einfach — sehr schwer
14 km/h — > 22 km/h

Immer noch wird viel zu oft wertvolle Bausubstanz abgebrochen, um neuen Wohnraum oder Gewerbeflächen zu erstellen. Jedes Jahr wird von der Bundesstiftung Baukultur im November der Tag der Umbaukultur mit verschiedenen Veranstaltungen gefeiert. „Die Zukunft des Bauens liegt in einer neuen Umbaukultur. Angesichts gesellschaftlicher Herausforderungen wie Klimawandel, Ressourcenknappheit und Energiekrise muss der Kreislauf von fortwährendem Abriss und Neubau unterbrochen werden. Auch eine Wertschätzung für die baukulturellen Leistungen vergangener Epochen sowie das Bewusstsein für den identitätsstiftenden Charakter von bestehenden Bauwerken und gewachsenen Lebensräumen sprechen für den Erhalt des Bestands.“ (Stiftung Baukultur auf der Homepage www.bundesstiftung-baukultur.de)
Der Architekturkreis Regensburg hatte sich bei den 4. Regensburger Baukulturtagen zum Thema „Wohnen neu denken!“ aktiv zu diesem Thema beteiligt. Dieses Jahr wollen wir uns daher in Regensburg einige interessante gewerbliche wie auch private Projekte anschauen, die als Bestandsgebäude einer neuen Nutzung zugeführt wurden oder noch darauf warten. Damit möchten wir einmal mehr um Verständnis für den Erhalt und die Umnutzung im Bestand werben. (Die genauen Objekte, die wir auf unserer Tagestour in Regensburg und deren Peripherie anfahren, standen zum Redaktionsschluss des gedruckten Programms noch nicht fest. Daher lohnt sich ein Blick in das ADFC-Tourenportal.)
Zum Abschluss können wir – je nach Wetter – einen Biergarten besuchen und uns über die gewonnenen Erkenntnisse auszutauschen.

Diese Tour findet statt in Kooperation mit dem Architekturkreis und dem EBW Regensburg.

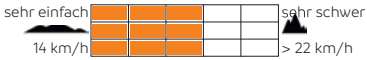
Anmeldung: bis 28.Juni 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 20 Teilnehmer
Treffpunkt: 9:00 Uhr, östlicher Parkplatz der Donauarena, Walhalla-Allee, Regensburg
Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Ruhige Tagestour | Samstag, 11. Juli

Im Westen nichts Neues? Neumarkt, Freystadt, Rothsee

Entspanntes Radeln von Neumarkt zum Rothsee und zurück über das mittelalterliche Freystadt.

Strecke:
60 km, 300 hm, einzelne Steigungen, fester Belag



Nach der Anreise per Bahn radeln wir vom Bahnhof Neumarkt auf Radwegen über sanfte Hügel vorbei an Seligenporten und Allersberg zum Rothsee in Mittelfranken. Nebenan in Göggelsbuch können wir im Gasthof Endres speisen. Auf dem Rückweg nach Neumarkt lohnen ein Besuch des mittelalterlichen Freystadt mit der Barockkirche Maria Hilf und die Aussicht auf die Zeugenberge.
Rückfahrt per Bahn ca. 17 Uhr.

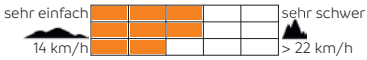
Anmeldung: bis 6. Juli 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 10 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr Bahnhof Prüfening, Prüfeninger Schlossstr. 30, Regensburg
Tourenleitung: Bernhard Gradl, gradl@adfc-regensburg.de, 0151 51821878

Ruhige Tagestour | Sonntag, 12. Juli

Fahrt zum blauen Kaffeeauto nach Kallmünz

Von Regensburg über Ramspau und Pirkensee nach Kallmünz – schöne Natur im Regen- und Naabtal.

Strecke:
60 km, 490 hm, fester Belag



Von Regensburg geht es erst einmal zur Regenmündung bei Reinhausen. Dem Fluss folgen wir bis Ramspau und erreichen über eine kleine Steigung Maxhütte-Haidhof. Dort kann zur Mittagsrast eingekehrt werden. Dann wird nach kurzer Verdauungsfahrt Holzheim erreicht, wo es nach moderater Abfahrt ins Naabtal auf Kallmünz zugeht. Alleine die Fahrt durch den Markt bis zum Zusammenfluss von Vils und Naab ist eine kleine Kunstausstellung. Am Schmidwöhr erwartet uns dann das blaue Kaffeeauto – hoffentlich, denn darauf hat der ADFC keinerlei Einfluss. Abschließend führt die Strecke entlang der Naab mit ihren Paddlern und Booten über Krachenhausen und Kloster Pielenhofen nach Mariaort, wo unsere Tour endet.

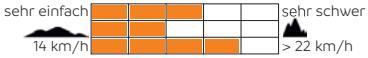
Anmeldung: bis 6. Juli über das Tourenportal oder beim Tourenleiter
Treffpunkt: 10:00 Uhr, Hauptbahnhof Regensburg, Bahnhofsvorplatz
Tourenleitung: Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 09471 950085

Flotte Tagestour | Samstag, 18. Juli

Hirschwaldrunde

Durch den unbekannten und oft unterschätzten Naturpark Hirschwald.
Flotte Tour mit einigen Steigungen.

Strecke:
65 km, 600 hm, längere Steigungen, fester Belag



Nach Durchquerung der malerischen Ortsmitte von Schmidmühlen fahren wir nach kurzer ebener Strecke zügig bergauf, um dann in steiler Abfahrt die Talsohle des Taubenbachs zu erreichen. Nun geht es in gemächlicher Steigung im Tal Richtung Norden nach Hohenkemnath. Von dort folgen wir der ehemaligen Trasse der Bahnstrecke Amberg-Kastl. Alte und zum Teil denkmalgeschützte Brückenbauwerke liegen dabei am Weg oder werden von uns genutzt. Etwa 3 km nach der eindrucksvollen Hoibrücke verlassen wir den Bahntrassenweg und nutzen jetzt Wege und kleine Straßen zum Hainthal und nach Kastl. Hier oder im Lauterachtal gönnen wir uns eine ausgiebige Rast. Ab Kastl radeln wir rund 25 km durch Wiesen und Auen des Lauterachtals zurück nach Schmidmühlen.

Diese Tour findet statt in Kooperation mit der Kolpingfamilie Teublitz.

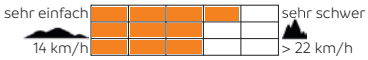
Anmeldung: bis 16. Juli 2026, 18 Uhr über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter
Treffpunkt: 9:30 Uhr, Bahnhofstr. 6, Schmidmühlen, Parkplatz beim Nettomarkt
Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Zweitagestour | Freitag, 31. Juli bis Samstag, 1. August

Genusstour:
Ökokiste Bayerischer Wald und Nawareum Straubing

Wo kommen unsere Lebensmittel her und was bedeutet der Klimawandel für unsere Ernährung?

Strecke (2 Tage)
130 km, 800 hm, einzelne Steigungen, unbefestigte Wege



Bei unserer Genussradeltour 2026 erleben wir, wie die Ökokiste Donauwald funktioniert, und erfahren im NAWAREUM Straubing, was Nachhaltigkeit in der Ernährung bedeutet und wie sich die Klimaänderung auf unsere Lebensverhältnisse auswirkt.

1. Tag (75 km)
Nach unserem Treffen am Parkplatz der Donauarena radeln wir über den Falkensteinradweg nach Falkenstein. Von dort geht es nach Wiesenfelden, wo wir unsere Mittagsrast einlegen. Danach ist es nicht mehr weit nach Saulburg, wo wir von Martina Kögl-Wiethaler, der Gründerin des Bioladens und der Ökokiste Donauwald einen umfassenden Einblick in die Philosophie und die Vermarktung regionaler Produkte erlangen werden.
Anschließend radeln wir noch bis Straubing, wo wir am Marktplatz unser Quartier erreichen. Abends lassen wir uns in dem urigen Wirtshaus zum Geiss verwöhnen.

2. Tag (55 km)
Nach dem Frühstück ist es nicht weit ins NAWAREUM, einem einzigartigen Museum, welches nicht nur durch seine Architektur besticht, sondern auch interessante Informationen über Nachhaltigkeit, Landwirtschaft, Ernährung und Klima bietet. Wir bekommen dort eine etwa 2-stündige Führung, bevor wir uns auf die Räder schwingen und am rechten Donauufer wieder Richtung Regensburg radeln. In Pfatter kehren wir bei einem der letzten Donaufischer ein und genießen im angrenzenden Biergarten Steckerlfisch und ein kühles Bier. Von dort ist es dann nicht mehr weit nach Regensburg, unserem Ausgangspunkt.

Übernachtung:
Bitte bis 31.05.2026 direkt im Hotel Seethaler unter dem Betreff „ADFC Radtour“ buchen: info@hotel-seethaler.de oder 09421-93950.
Die Kosten für Verpflegung und Getränke sowie die Übernachtung (DZ 145,00 €, EZ 105,00 €) sind von den Teilnehmer:innen selbst zu tragen.

Die Tour findet statt in Kooperation mit Slow Food Regensburg-Oberpfalz und dem Evangelischen Bildungswerk Regensburg e.V. (EBW).

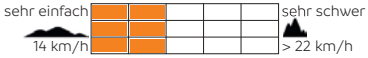
Anmeldung: bis 31. Mai 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 16 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr, östlicher Parkplatz der Donauarena, Walhalla-Allee, Regensburg
Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Ruhige Tagestour | Samstag, 15. August

Römertage im Kastell Abusina

Radtour von Regensburg entlang der Donau zu den Römertagen im Kastell Abusina (Eining).

Strecke:
40 km, 240 hm, fester Belag



„Salve Abusina!“ heißt es alle zwei Jahre im ehemaligen Römerkastell Abusina bei Eining, wo der Limes auf die Donau stieß. Auf dem größten Römerfest in Süddeutschland gibt es nicht nur Legionäre und Gladiatoren zu sehen, sondern römische Kultur, Technik und Wissenschaft wie auch das Zusammenleben und Wirtschaften mit den Germanen. Auf die Besucher warten stündliche Führungen und eine römische Gastronomie.
Die Radtour startet in Regensburg am Prüfeninger Bahnhof, führt entlang der Donau, um die Weltenburger Enge herum, durch Abensberg hindurch und endet am Gelände der Römertage. Die Heimfahrt ist individuell zu organisieren.
Es besteht Gelegenheit zum Besuch der Römertage. Der Tourenleiter ist behilflich bei einer möglichen gemeinsamen Rückfahrt zum Bahnhof Abensberg. Übernachtung und Besuch der Römertage am Sonntag ist möglich, aber auch dies ist individuell zu organisieren.

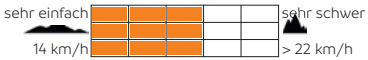
Anmeldung: bis 8. August über das Tourenportal oder beim Tourenleiter
Treffpunkt: 10:00 Uhr, Bahnhof Prüfening, Prüfeninger Schlossstr. 30, Regensburg
Tourenleitung: Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 09471 950085

Ruhige Tagestour | Sonntag, 23. August

In Regensburgs Süden

Durch den Gäuboden entlang der Großen Laaber und der Pfatter.

Strecke:
70 km, 150 hm, wenige Steigungen, meist asphaltiert



Anfangs noch etwas hügelig radeln wir vorbei am Schloß Alteglofsheim zur Großen Laber bei Pfakofen. Auf dem Radweg flussabwärts über Aufhausen und Sünching erreichen wir den Gäuboden. Nach der Mittagseinkehr orientieren wir uns am Verlauf des Flüsschens Pfatter bis Köfering. Dort biegen wir ab zum Jahnstadion nach Regensburg.

Anmeldung: bis 12.August 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 14 Personen
Treffpunkt: 9:00 Uhr, Jahnstadion Regensburg, an der REWAG Tankstelle für E-PKW auf Parkplatz P1
Tourenleitung: Bernhard Gradl, gradl@adfc-regensburg.de, 0151 51821878

STADTMARKETING
REGENSBURG
PRÄSENTIERT

REGENSBURG MOBIL

16. MAI 2026

RUND UM DEN NEUPFARRPLATZ

11 - 18 UHR

FAHRRÄDER, E-BIKES, E-AUTOS UND NEUE MOBILITÄT

+ KOSTENLOSE FAHRRADREINIGUNG
+ FAHRRADCHECK
+ GEBRAUCHTRADMARKT "RADLRETTER FLOHMARKT" VON FEINE RÄDER!

STADT REGENSBURG

STADTMARKETING REGENSBURG

Bei Fragen melden Sie sich gerne bei der Projektleitung Lisa Meyer
Mail: l.meyer@stadtmarketing-regensburg.de
Telefon: +49 941 600967-10

TERMINKALENDER 2026

MÄRZ

SELBSTHILFEWERKSTATT:

3., 5., 10., 12., 17., 19., 24., 26., 31.

21.3. und 28.3. *Fahrsicherheitstraining*

APRIL

1 Mi		
2 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
3 Fr		*KARFREITAG*
4 Sa		
5 So		*OSTERSONNTAG*
6 Mo		*OSTERMONTAG*
7 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
8 Mi		
9 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
10 Fr		
11 Sa		
12 So		
13 Mo		*Radfahrschule für Anfänger*
14 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
15 Mi		
16 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
17 Fr		
18 Sa		
19 So	TAGESTOUR Murner/Steinb. See	
20 Mo		
21 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
22 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena	
23 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
24 Fr		
25 Sa		
26 So		
27 Mo		
28 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
29 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.	
30 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
	ZWEI-TAGESTOUR Straub.-Cham	

MAI

1 Fr	ZWEI-TAGESTOUR Cham-Regensb.	
2 Sa		
3 So	TAGESTOUR Rund um Schwandorf	
4 Mo		
5 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
6 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena	
7 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
8 Fr	*ADFC Landesversammlung in Regensb.*	
9 Sa	*ADFC Landesversammlung in Regensb.*	
10 So		
11 Mo		
12 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
	TAGESTOUR Bogen-Straßkirchen	
13 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.	
14 Do		*CHRISTI HIMMELFAHRT*
15 Fr		
16 Sa	TAGESTOUR Ausflug in d. Vorwald	
	„Regensburg mobil"	
17 So		
18 Mo		
19 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
20 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena	
21 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
22 Fr		
23 Sa		
24 So		*PFINGSTSONNTAG*
25 Mo		*PFINGSTMONTAG*
26 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
27 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.	
28 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
29 Fr		
30 Sa	TAGESTOUR Zur Großen Laber	
31 So	TAGESTOUR Grenzland-Runde	

JUNI

1 Mo		
2 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
3 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena	
4 Do		*FRONLEICHNAM*
5 Fr		
6 Sa		
7 So		
8 Mo		
9 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
10 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.	
11 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
12 Fr		
13 Sa	STADTTEILTOUR Kumpfmühl	
14 So		
15 Mo		
16 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
17 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena	
18 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
19 Fr		
20 Sa		
21 So		
22 Mo		
23 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	
24 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.	
	Fahrsicherheitstraining	
25 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT	
26 Fr		
27 Sa		
28 So	TAGESTOUR Künisches Gebirge	
29 Mo		
30 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT	

JULI

1 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
2 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
3 Fr	
4 Sa	ARCHITEKTOUR
5 So	*Regensburger Radwochen Abschluss*
6 Mo	
7 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
8 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
9 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
10 Fr	
11 Sa	TAGESTOUR Rothsee/Freystadt
12 So	TAGESTOUR Kallmünz Kaffeeauto
13 Mo	
14 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
15 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
16 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
17 Fr	
18 Sa	TAGESTOUR Hirschwaldrunde
19 So	
20 Mo	
21 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
22 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
23 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
24 Fr	
25 Sa	
26 So	*„Arber-Radmarathon"*
27 Mo	
28 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
29 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
30 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
31 Fr	ZWEI-TAGESTOUR Straubing

- FEIERABENDTOUR
  Start: Selbsthilfewerkstatt, 18.00 Uhr
- FEIERABENDTOUR
  Start: Donau-Arena, 18.00 Uhr
- TAGESTOUR
- ZWEI-TAGESTOUR
- STADTTEILTOUR
- SELBSTHILFEWERKSTATT 18.00 Uhr

16.5. bis 6.6.
STADTRADELN 2026
Weitere Infos:
www.regensburg-radelt.de

AUGUST

1 Sa	ZWEI-TAGESTOUR Straubing
2 So	
3 Mo	
4 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
5 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
6 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
7 Fr	
8 Sa	
9 So	
10 Mo	
11 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
12 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
13 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
14 Fr	
15 Sa	TAGESTOUR Römertage in Eining
16 So	
17 Mo	
18 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
19 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
20 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
21 Fr	
22 Sa	
23 So	TAGESTOUR Regensburger Süden
24Mo	
25 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
26 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
27 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
28 Fr	
29 Sa	
30 So	
31 Mo	

SEPTEMBER

1 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
2 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
3 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
4 Fr	
5 Sa	TAGESTOUR Hohenfels Tr.Üb.Platz
6 So	
7 Mo	
8 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
9 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
10 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
11 Fr	
12 Sa	
13 So	TAGESTOUR Hoher Bogen
14 Mo	
15 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
16 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.
17 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
18 Fr	
19 Sa	
20 So	
21 Mo	
22 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
23 Mi	FEIERABENDTOUR Donau-Arena
24 Do	SELBSTHILFEWERKSTATT
25 Fr	
26 Sa	
27 So	TAGESTOUR Biergartenrunde
29 Di	SELBSTHILFEWERKSTATT
30 Mi	FEIERABENDTOUR Selbsthilfew.

OKTOBER

	SELBSTHILFEWERKSTATT:
	1., 6., 8., 13., 15., 20., 22., 27., 29.
4 So	TAGESTOUR Abschlusstour
18 So	TAGESTOUR Cerchov*
25 So	* Ersatztermin Cerchov

NOVEMBER

	SELBSTHILFEWERKSTATT:
	3., 5., 10., 12., 17., 19., 24. und 26.

Mit dem Fahrradbus nach Falkenstein

Radlgenuss auf ganzer Strecke.

Mit dem RVV Biker-Ticket im Fahrradbus der Linie 34 bequem nach Falkenstein und ganz entspannt auf dem Rad wieder heim. Mehr: **rvv.de/ radtour-falkenstein-regensburg**

RVV Regensburger Verkehrsverbund

Ruhige Tagestour | Samstag, 5. September

Rund um den Truppenübungsplatz Hohenfels

Wir umrunden das in einem Hochtal gelegene Militärgelände. Die Strecke verläuft weitgehend in Bachtälern, aber auch zwei Anstiege sind mit dabei.

Strecke:
80 km, 840 hm, einzelne Steigungen, fester Belag

Auf der Ebene zwischen Laber und Vils liegt der Truppenübungsplatz Hohenfels. Nachdem US-Präsident Trump während seiner ersten Amtszeit einen Abzug der US-Truppen aus Europa angekündigt hatte, wurde als mögliche Nachfolgenutzung auch ein dritter Nationalpark in Bayern in die Diskussion eingebracht. Höchste Zeit also, sich anzuschauen, welche Flora und Fauna die Gegend für uns so wertvoll macht.
Vom Bahnhof Parsberg geht es erst einmal nach Velburg und rauf auf die Höhe zur König-Otto-Tropfsteinhöhle. Vor Utzenhofen gibt es noch eine kleine Steigung, bevor es im Lauterach-, Vils- und Forellenbachtal fast eben bis zur Ortschaft Hohenfels verläuft. Nach Hohenfels folgt eine stärkere Steigung, bevor es zur letzten Abfahrt nach Parsberg geht. Das Abschluss-Eis am Parsberger Marktplatz gibt es allerdings nur nach einem allerletzten Anstieg. (Während der Tour ist eine Mittagspause in einer Gaststätte vorgesehen.)

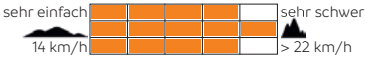
Anmeldung: bis 30. August 2026 über das Tourenportal oder beim Tourenleiter.
Treffpunkt: 9:00 Uhr, Parsberg Bahnhof. Anreise per Bahn bitte selbst organisieren. Rückfahrt von Parsberg stündlich.
Tourenleitung: Willi Rester, rester@adfc-schwandorf.de, 09471 950085

Flotte Tagestour | Sonntag, 13. September

Gipfel- und Genießertour auf den Hohenbogen (1070m)

Gipfelradtour mit überwältigender Aussicht und ausgezeichnetem Essen

Strecke:
54 km, 1100 hm, Steigungen (19 %!), teils Schotterwege



Der Hohe Bogen – unser heutiges Ziel – ist der nördlichste Gipfel des Bayerischen Waldes: hoch über der Cham-Further Senke, dem Freybach-Tal und dem Tal des Weißen Regen, der aus dem Lamer Winkel kommt.
Bevor wir zum Gipfelsturm starten, radeln wir von Furth im Wald kommend erst einmal gemächlich nach Arnschwang und von dort in Richtung Rimbach, wo quasi am Wegesrand die Burg Lichteneck zu einem Besuch einlädt. Der besteigbare Bergfried bietet eine wunderbare Aussicht auf Täler und Berge des Lamer Winkels und den Hohen Bogen – hier erkennt man, dass der Anstieg anspruchsvoll werden wird. Von Burg Lichteneck ist es nicht weit zum Fußpunkt der gut asphaltierten Bergstraße: es erwarten uns 3,5 km Anstieg, das

Hinweisschild 19 % ist nicht zu übersehen. Aber wir haben ja keine Eile, Schieben ist allerdings keine gute Option. Oben am Parkplatz angekommen radeln wir dann eher flacher weiter bis zum Gipfelplateau.
Einer der beiden ehemaligen NATO-Türme wurde zum Aussichtspunkt ausgebaut, gegen Eintritt (6 bzw. 4 Euro) kann man ihn besteigen. Die Aussicht ist überwältigend: Osser und Arber scheinen ganz nah, besonders faszinierend ist der Blick ins Böhmische jenseits der Grenze (siehe auch Tour „Cerchov“ im Oktober).
Vom Gipfel sind es nur ein paar Minuten zum Gasthof Schönblick, wo wir ausgiebig und gut zu Mittag essen können.
Von dort radeln wir zunächst auf asphaltierter Strecke, dann auf geschottertem Weg kräftig bergab bis nach Neukirchen beim Hl. Blut: ein nettes Wallfahrtsstädtchen mit zahlreichen Einkehrmöglichkeiten. Vielleicht haben wir Kaffeedurst oder Lust auf ein gutes Stück Kuchen? Das Cafe der Familie Schreiner an der Wallfahrtskirche hat ganz sicher einen Platz für uns.
Von Neukirchen fahren wir im Tal des Freybachs Richtung Furth im Wald, vorbei an für die Gegend typischen Totenbrettern und dem Drachensee. Hier können wir die Füße ins Wasser strecken oder gleich zu einem Kaffee, Eis oder anderen Genüssen weiter nach Furth im Wald radeln.

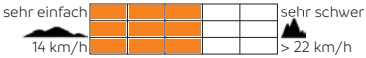
Anmeldung: bis 11. September 2026, 18 Uhr über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter
Treffpunkt: 9:45 Uhr, Bahnhof Furth im Wald, Straßenseite
Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Ruhige Tagestour | Sonntag, 27. September

Schwandorfer Umland: Teiche, Seen, Kohle und Bier

Perlen an der Naab: Biergärten, Teiche und Seen. Das alles findet man bei einer Tour rund um Schwandorf.

Strecke:
66 km, 400 hm, einzelne Steigungen, fester Belag



Unsere Tour beginnt und endet am Friedhofsparkplatz in Wackersdorf und führt uns über den Steinberger See durch Steinberg und weiter über Wald- und Wiesenlandschaften nach Teublitz. Wir passieren den Wildpark Höllohe (wer mit Kindern unterwegs ist, sollte bei anderer Gelegenheit unbedingt einen Abstecher einplanen) und erreichen – stets der Naab folgend – Burglengenfeld, wo wir unser Mittagessen einnehmen. Nachdem wir uns gestärkt haben, passieren wir viele kleine Orte mit ihren Biergärten, die wir bei einer anderen Tour besuchen können.
Ab Naabeck radeln wir am linken Naabufer Richtung Schwandorf. Von dort geht es auf Rad- und Feldwegen vorbei am ehemaligen Westfeld (früher Braunkohleabbau und Geotop 99) zu unserem Ausgangspunkt zurück.

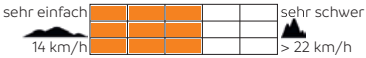
Anmeldung: bis 20. September 2026 über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter, max. 16 Personen
Treffpunkt: 9:30 Uhr auf dem Parkplatz des Friedhofs, Friedhofstraße, Wackersdorf
Tourenleitung: Andi Prölß, proelss@adfc-regensburg.de, 0178 61697362

Ruhige Tagestour | Sonntag, 4. Oktober

Kulinarische Abschlusstour

Ausklang der Tourensaison 2026 mit einer abwechslungsreichen Tour und gutem Essen.

Strecke:
60 km, 300 hm, einzelne Steigungen, fester Belag



Wie alle Jahre lassen wir die Saison bei einer Abschluss-Radtour zu einem gepflegten Gasthaus im Umkreis von Regensburg ausklingen. Bei einem leckeren Mittagessen können wir uns über die vergangenen Raderlebnisse unterhalten und auch das eine oder andere Ziel für das nächste Jahr besprechen.
Das Ziel der diesjährigen Abschlusstour steht noch nicht fest und wird erst zum Start bekannt gegeben. Überraschung ist immer schön!

Anmeldung: bis 27. September 2026 über das Tourenportal, max. 18 Personen
Treffpunkt: 9:30 Uhr, ADFC Selbsthilfewerkstatt, Weinweg 2, Regensburg
Tourenleitung: Ulrich von Spiessen, vonspiessen@adfc-regensburg.de, 0171 9304802

Flotte Tagestour | Sonntag, 18. Oktober

Böhmischer Gipfel – Radtour zum Cerchov (1042 m)

Gipfeltour mit Superaussicht! Eine eher kurze, herbstliche Tour mit kräftigem Anstieg.

Strecke:
45 km, 1000 hm, kräftige Anstiege, teils Schotterwege

Der Cerchov ist der höchste Gipfel des Oberpfälzer Waldes, er liegt wenige Kilometer nordöstlich von Furth im Wald recht exponiert auf tschechischem Gebiet – und: bei Hochnebel liegt der Gipfel sehr oft über der Nebeldecke.

Vom Bahnhof Furth im Wald radeln wir – bereits stetig ansteigend – über die nahegelegene Landesgrenze ins Fichtenbachtal, ein stilles Tal mit großer Industriegeschichte. Die Kraft der dort fließenden Kalten Pastritz wurde jahrhundertelang für Glashütten, Schleif- und Polierwerke genutzt.
Talaufwärts erreichen wir den früheren Ort Fichtental: Hier finden wir zahlreiche Hinweise auf die vergangene Siedlungsgeschichte.
Durch den Talkessel der Kalten Pastritz arbeiten wir uns auf gut fahrbaren Wegen aufwärts, bis wir den Sattel zwischen Gibacht auf der deutschen und Cerchov auf der tschechischen Seite erreichen, zunächst eher flach, dann aber sehr steil bis zum Gipfel. Die Aussicht reicht durch die exponierte Lage weit ins Bergland der Oberpfalz und des Bayerischen Waldes, besonders aber in die Böhmische Ebene bis hinüber nach Pilsen. Fast zum Greifen nah liegt tief unter uns die Stadt Furth im Wald. Bei Bedarf stärken wir uns in einer der beiden Gaststätten. Den großen Hunger heben wir uns für später auf.
Auf steiler Strecke lassen wir uns vorsichtig wieder nach unten rollen, um dann flach oder mit sanftem Gefälle über die Grenze Richtung Waldmünchen zu radeln. Auf halber Höhe erreichen wir eine Hangstraße, der wir etliche Kilometer weit folgen, bis wir den Berggasthof Gibacht erreichen, der sich insbesondere auf das leibliche Wohl von Wanderern und Radfahrern eingestellt hat.
Gut gesättigt kehren wir von dort nach kurzem Anstieg und kilometerlanger Gefällestrecke in weniger als 30 Minuten an unseren Ausgangspunkt in Furth im Wald zurück.

! Wichtig: Bei schlechtem Wetter wird die Tour um eine Woche auf den 25.10.2026 verschoben. Wegen der Zeitumstellung Start dann um 8:45 Uhr.
Bitte bei der Anmeldung E-Mail-Adresse angeben, damit wir Sie ggf. informieren können.
Bitte schauen Sie unbedingt ins Tourenportal!

Anmeldung: bis 16. Oktober 2026, 18:00 Uhr über das Tourenportal, das Kontaktformular oder per Mail an den Tourenleiter
Treffpunkt: 9:45 Uhr, Bahnhof Furth im Wald, Straßenseite
Tourenleitung: Christoph Beck, beck@adfc-schwandorf.de, 0160 97225620

Teilnahmebedingungen für unsere Radtouren

Für einen ordnungsgemäßen Ablauf der Touren gelten folgende Teilnahmebedingungen. Mit der Teilnahme an einer Tour werden diese Bedingungen anerkannt:

- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Weder der ADFC noch die Tourenleitung können im Schadensfall haftbar gemacht werden, außer bei vorsätzlichem oder grob fahrlässigem Handeln.
- Die Teilnahme unter 16 Jahren ist nur in Begleitung einer/eines Erziehungsberechtigten möglich.
- Die Straßenverkehrsordnung ist einzuhalten.
- Mit der Teilnahme erklären die Mitfahrenden das Einverständnis zur eventuellen Veröffentlichung von Tourenfotos in Print- und/oder Online-Medien.
- Aus versicherungsrechtlichen Gründen sind alle Mitfahrenden verpflichtet, sich in die Teilnehmerliste einzutragen, die von der Tourenleitung geführt wird, und dies mit Unterschrift zu bestätigen.

Im Übrigen bleibt es unseren Tourenleitungen vorbehalten, Personen auch ohne Angabe von Gründen von Touren auszuschließen, wenn zu erwarten ist, dass deren Teilnahme den ordnungsgemäßen Ablauf der Tour erschwert.
Sie können von einer Tour ausgeschlossen werden, wenn Ihr Fahrrad z.B. nicht den gesetzlichen Bestimmungen zur Verkehrssicherheit entspricht oder wenn Sie Anweisungen, die der Sicherheit der Teilnehmenden und dem ordnungsgemäßen Ablauf der Tour dienen oder aus sonstigen Gründen erforderlich sind, nicht befolgen. Die Entscheidung der Tourenleitung ist aus obigen Gründen zwingend und nicht anfechtbar.

Durchführung der Touren

Bitte finden Sie sich 10 bis 15 Minuten vor dem angegebenen Termin am Startort ein. Wir starten pünktlich zur angegebenen Zeit. Die Radtouren finden bei fast jedem Wetter statt. Bei starkem Regen wird am Startplatz über die Durchführung entschieden.
Änderungen der Streckenführung, die z.B. durch das Wetter, unpassierbare Straßen oder allgemein unvorhersehbare Umstände erforderlich werden, liegen allein im Ermessen der Tourenleitung, ebenso die Absage einer Tour wegen zu geringer Teilnahme.
Im Regelfall werden die Touren von zwei Personen geführt. Die Tourenleitung kennt die Strecke und hilft im Rahmen des Möglichen bei einer Panne.

Einteilung unserer Touren

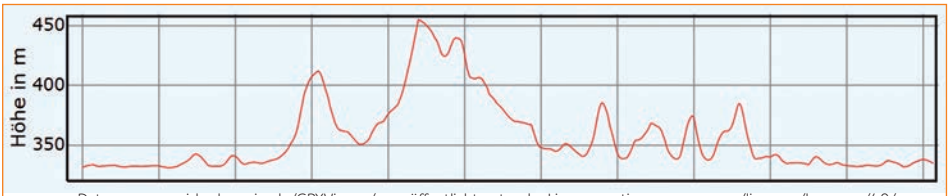
Damit die Teilnehmenden ihre Fähigkeiten leichter beurteilen können, haben wir unsere Touren in Kategorien eingeteilt. Es ist zu beachten, dass nicht nur die Streckenlänge den Schwierigkeitsgrad bestimmt. Insbesondere die Streckenbeschaffenheit und das Streckenprofil können zu einer anspruchsvolleren Einstufung führen. Die tatsächlich gefahrenen Kilometer können aufgrund situationsbedingter Entscheidungen der Tourenleitung von der angegebenen Streckenlänge abweichen. Damit eine Tour nicht zur unfreiwilligen Tortur wird, werden die Teilnehmenden deshalb um eine realistische Einschätzung ihrer Fahrfertigkeiten und ihrer Kondition gebeten.

Vorschlag für eine Tour im Landkreis Regensburg

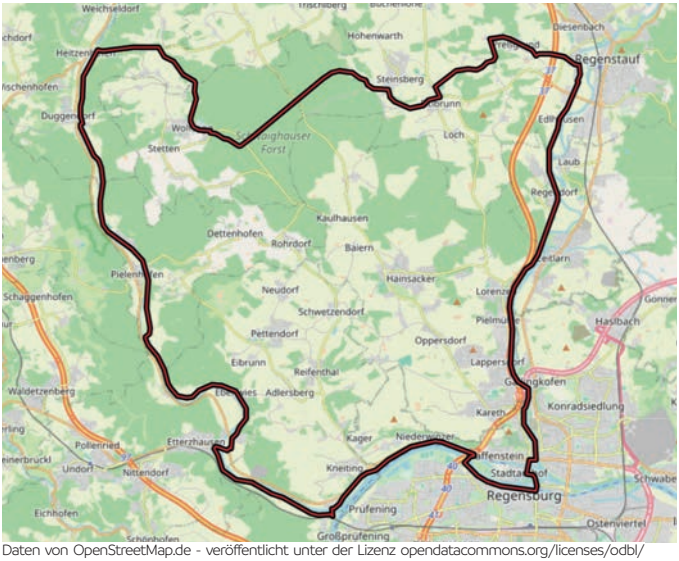
Drei-Flüsse-Tour an Regen, Naab und Donau

Beschreibung: Startpunkt ist die Eiserne Brücke in Regensburg. Nach Querung der Donau geht es über Stadtamhof, Protzenweiherbrücke und Frankenstraße zum Beginn des Regentalradwegs in der Bayerwaldstraße und am Regen entlang bis Regenstauf. In Diesenbach zweigen wir in die Haslacher Straße auf den Naab-Regen-Radweg ab, dem wir (Preßgrund und Epfenthau passierend) folgen. In Eitlbrunn fahren wir links, nach 300 m rechts in den Forstbergweg Richtung Steinsberg. Dort links in die Pfalzgrafenstraße, nach 600 m rechts bei Reiterberg Richtung Geiersberg. Über Frauenberg radeln wir westwärts zur Gemeindeverbindungsstraße durch den Schwaighauser Forst (Länge ca. 3 km), nach der zweiten Straßen-Querung rechts auf einem Waldweg Richtung Wolfsegg (nicht mehr dem Naab-Regen-Radweg folgen!). In Wolfsegg fahren wir rechts, dann sofort links auf die Hauptstraße, bergab ca. 3 km bis zur Kreuzung. Dort links ab nach Heitzenhofen und am Naabtal-Radweg über Pielenhofen (ehem. Kloster) bis Etterzhausen. Nach der dortigen Naabbrücke wenden wir uns Richtung Mariaort. Bei der Wallfahrtskirche geht es über die Holzbrücke, dann entlang der Donau bis zur Autobahnbrücke und Staustufe. Nach Querung der Donau folgt die Route dem Donauradweg zurück zur Eisernen Brücke.

Start/Ziel: Eiserne Brücke in Regensburg
Strecke: 55 km, meist auf ruhigen Nebenstraßen und Waldwegen. Beschilderung der Teiltrassen von Regentalradweg, Naab-Regen-Radweg, Naabtal- und Donauradweg.



Daten von www.j-berkemeier.de/GPXViewer/ - veröffentlicht unter der Lizenz creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/



Daten von OpenStreetMap.de - veröffentlicht unter der Lizenz opendatacommons.org/licenses/odbl/

Ausführliche Beschreibung der Tour mit zahlreichen Infos und einer gpx-Datei:

Diese und weitere Touren sind auf der Radkarte „Radeln im Regensburger Land“ verzeichnet. Die Karte ist kostenlos erhältlich beim Tourismusbüro des Landkreises Regensburg: 0941 4009-495, tourismus@lra-regensburg.de, www.landkreis-regensburg.de

Vorschlag für eine Tour im Landkreis Schwandorf

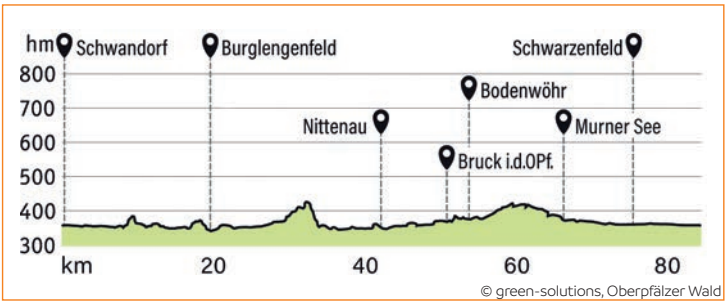
Wasserwelten – Genussradeln zwischen Naab, Regen und Murner See

Beschreibung: Startpunkt ist Schwandorf – hier lohnt sich gleich zu Beginn ein Abstecher in die Historischen Felsenkeller, das größte Felsenkellerlabyrinth Bayerns. Danach folgst du dem Radweg entlang der Naab bis Burglengenfeld. Weiter geht es über Teublitz ins idyllische Regental – nach einer schattigen Strecke durch den Wald radelst du am Fluss Regen entlang bis nach Nittenau. Anschließend geht es über Bruck i.d.OPf., wo die Sandoase zu einer Abkühlung einlädt, weiter nach Bodenwöhr. Ein Spaziergang am Hammersee mit Blick auf die Mosaik-Kunstwerke ist hier ein Muss. Und vielleicht entdeckst du sogar einen Eisvogel. Anschließend führt die Strecke über den Murner See und das Charlottenhofer Weihergebiet, das mit seiner beeindruckenden Vogelvielfalt begeistert, über Schwarzenfeld zurück nach Schwandorf.
Tipp: Die Tour kann auch auf zwei Etappen aufgeteilt werden. Hier empfiehlt sich dann eine Übernachtung in Nittenau beim Brauereigasthof Jakob.

© green-solutions, Oberpfälzer Wald

Start/Ziel: Schwandorf, Promenadenweg
Strecke: 85 km, 310 hm, Feld- und Waldwege, wenig befahrene Nebenstraßen

Eine ausführliche Beschreibung der Tour mit zahlreichen Infos und einer gpx-Datei finden Sie hier: www.oberpfaelzerwald.de/wasserwelten



Weitere Informationen:
Tourismuszentrum Oberpfälzer Wald, Landkreis Schwandorf
Obertor 14
92507 Nabburg
09433 203810
info@touristik-opf-wald.de
www.oberpfaelzerwald.de

Glücksmoment gefunden!
Entdecke jetzt die schönsten Radtouren durch den Oberpfälzer Wald und hole dir viele Tipps für deine nächste Tour!
www.oberpfaelzerwald.de

Jetzt gleich entdecken!

ADFC-Selbsthilfewerkstatt

Selbst reparieren, sein Fahrrad besser kennenlernen und unabhängiger werden? Das ist das erklärte Ziel unserer Selbsthilfewerkstatt, die auch 2025 wieder sehr gut angenommen wurde. Über 450 Radfahrer:innen nutzten das Angebot an den 75 Öffnungstagen von März bis November. Insgesamt 13 Ehrenamtliche sind in der Werkstatt aktiv, sei es zur Betreuung an den Öffnungstagen oder auch in der Aufbereitung von Gebrauchträdern.

Im Jahr 2025 erhielten wir eine Förderung der „anstiftung“ (www.anstiftung.de). Die Stiftung fördert, vernetzt und erforscht Räume und Netzwerke des Selbermachens, unter Anderem auch Reparatur-Initiativen. Dank dieser Unterstützung konnten wir unsere Werkstattausstattung weiter ergänzen und ausbauen.

Bei uns sind alle willkommen, die ihr Fahrrad gerne selbst reparieren möchten. Das Angebot richtet sich sowohl an Anfänger:innen, die noch wenig von Fahrradtechnik verstehen, als auch an erfahrene Schrauber:innen. Der Fokus liegt hierbei in der – wie der Name schon sagt – eigenen Reparatur des eigenen Fahrrads.

Die Selbsthilfewerkstatt steht also nicht in Konkurrenz mit den etablierten Fahrradwerkstätten. Sollte es Unklarheiten geben, stehen die ehrenamtlichen Betreuer:innen mit Rat und Tat zur Seite.

Darüber hinaus freuen wir uns über gespendete alte Räder, die mit viel Engagement vom Werkstattteam aufbereitet und verkauft werden. Die Einnahmen kommen dem ADFC zugute.

Die Selbsthilfewerkstatt ist in diesem Jahr vom 3. März bis 26. November geöffnet, jeweils dienstags und donnerstags von 18:00 bis 20:00 Uhr (ausgenommen Feiertage). Das Angebot ist kostenlos, Spenden sind gerne willkommen. Eine Mitgliedschaft im ADFC ist nicht erforderlich.

Adresse: Weinweg 6 (Zufahrt über Altheimerweg), 93049 Regensburg
Kontakt: werkstatt@adfc-regensburg.de

Codierung

Die Codierung des eigenen Fahrrads ist eine Maßnahme zur Diebstahlprävention. Die Prägecodierung hat sich als Methode der Rahmencodierung beim ADFC Regensburg etabliert. Dabei prägen wir die „Eigentümer-Identifikationsnummer“ (EIn) in den Fahrradrahmen, die zeigt, wer Eigentümer:in des Rads ist. Somit ist es schwieriger, das Rad als Diebesgut zu verkaufen, und es kann einfacher den Eigentümer:innen zurückgegeben werden.

2025 wurden neun Codiertermine in der Selbsthilfewerkstatt angeboten. Auch bei Veranstaltungen war das Codierteam, bestehend aus drei ehrenamtlich Tätigen, präsent. Insgesamt konnten 60 Räder präventiv geschützt werden.

Matthias Uschold, der Gründer des Codierteams, hat Regensburg 2025 verlassen, bleibt an seinem neuen Wohnort aber weiter aktiv im ADFC. Wir bedanken uns sehr herzlich für sein geleistetes Engagement.

Den nächsten Codiertermin 2026 finden Sie hier:
https://regensburg.adfc-bayern.de/fahrrad-codierung/

Die Codierung kostet für Mitglieder 10 €, für Nichtmitglieder 15 €. Mitzubringen sind das Fahrrad, ein Personalausweis und ein Eigentumsnachweis (z.B. Rechnung).
Weitere Infos finden Sie auf der Website **codierung.adfc.de.**

Die ADFC-Radfahrschule bringt Menschen (wieder) aufs Rad

Sie wollen endlich Fahrrad fahren lernen? Oder möchten nach längerer Zeit ohne Fahrpraxis wieder Routine gewinnen – vielleicht auch mit Umstieg auf ein Pedelec?

Dann besuchen Sie einen unserer Anfängerkurse oder trainieren Ihre Fahrsicherheit im Kurs „Fahrtechnik für Wiedereinsteiger“.

Die Radfahrschule des ADFC Regensburg möchte Ihnen Sicherheit im Umgang mit dem Rad vermitteln, so dass Sie Spaß daran bekommen. Erwachsene, die noch nie in ihrem Leben Fahrrad gefahren sind, können das Radfahren erlernen, ängstliche oder unsichere Personen können wieder neu mit dem Radfahren beginnen.

Anfängerkurse

ca. 6 Termine á 2,5 Stunden

Inhalte:

- Kennenlernen des Fahrrades
- Rad schieben, dabei lenken und bremsen
- Das Fahrrad als Laufrad benutzen (ohne Pedale): geradeaus und in Kurven, Einsatz der Bremsen
- Mit Pedale: erste Meter mit „Treten in die Pedale“
- Anfahren, Geradeausfahren, Bremsen, Kurven fahren, Anhalten
- Fahrsicherheit durch Üben gewinnen
- Wichtige Verkehrsregeln lernen
- Wichtige Verhaltensregeln für Radfahrende im Straßenverkehr erlernen
- Fahrübungen im Straßenverkehr

Es stehen Schulungsräder zur Verfügung. Nach dem Kurs sollte das Erlernte jedoch auf dem eigenen Rad eingeübt und vertieft werden.

Fahrtechnik für Wiedereinsteiger

eintägiges Training

Inhalte:

- Ergonomie und Sitzposition auf dem Fahrrad
- Einsatz der Gang-Schaltung, beim Pedelec auch der Unterstützungsstufen
- Gleichgewichtsübungen und stehende Radfahrposition
- Besser bremsen und Kurven fahren lernen
- Sicher abbiegen
- Anfahren und anhalten unter erschwerten Bedingungen
- Fahren auf unebenem Belag, z.B. auf geschotterten Wegen

Dieses Training wird mit dem eigenen Fahrrad durchgeführt.

Details zu Schulungsinhalten, Veranstaltungsorten, Terminen, Kosten unter https://radfahrschule.adfc.de/radfahrschule/adfc-regensburg-radfahrschule-fuer-erwachsene
Die Schulungen und Trainings sind auch im Veranstaltungsportal des ADFC zu finden.

Bei Interesse melden Sie sich einfach per Mail.
Anfängerkurse: radfahrschule@adfc-regensburg.de
Fahrtechnik-Trainings: fahrsicherheitstraining@adfc-regensburg.de

Mach mit!

Nur wenn viele mitmachen, können wir viel erreichen. Ob regelmäßig oder nur ab und zu – hier kannst du dich bei uns engagieren:

Foto-Team

Du fotografierst gern und hast ein Auge für gute Motive? Begleite unsere Aktivitäten mit der Kamera und unterstütze uns mit aussagekräftigen Bildern für Jahresprogramm, Website und Social Media!

Social Media

Du kommunizierst gern in Sozialen Netzwerken? Du möchtest mithelfen, die Darstellung des ADFC in diesen Medien zu verbessern? Dann unterstütze uns bei der Betreuung unserer Social-Media-Kanäle und unseres facebook-Auftritts!

Redaktion & Layout

Du hast ein Gespür für Themen und Spaß am Texten? Oder du gestaltest gern und kannst vielleicht sogar mit Layout-Programmen umgehen? In unserem Redaktionsteam planst und gestaltest du gemeinsam mit anderen unser Jahresprogramm.

Radfahrschule

Du möchtest dabei mithelfen, anderen das Radfahren beizubringen oder die Fahrtechnik zu verbessern? Dann engagiere Dich mit anderen Aktiven als Trainer:in in unseren Kursen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene.

Kidical Mass

Seit 2023 organisieren wir in Regensburg diese besondere Fahrrad-Demo für Kinder und Familien. Wir freuen uns über helfende Hände beim Organisieren und beim Verteilen von Plakaten.

Team Verkehrspolitik

Du willst dich politisch einmischen und dich in Regensburg gemeinsam mit anderen für das Radfahren stark machen? Unterstütze uns gemeinsam mit anderen Aktiven im Austausch mit den Kommunen und bei verkehrspolitischen Aktionen.

Werkstatt-Team

Fahrradtechnik begeistert dich, du schraubst gerne und hilfst anderen bei der Fahrradreparatur? In unserem Team betreust du unsere Selbsthilfewerkstatt gemeinsam und abwechselnd mit anderen Aktiven.

Codierteam

Wir suchen Verstärkung! Du bekommst bei uns die Chance, mit einem hochwertigen Industriegerät zu arbeiten. Die Bedienung ist schnell erlernt und die einzelnen Codieraktionen benötigen keinen großen Zeitaufwand.

Tourenleiter:innen

Du planst und fährst leidenschaftlich gerne Radtouren? Du hast Spaß daran, anderen deine Region näher zu bringen? Dann komm in unser Team! Nach der Ausbildung zum ADFC-TourGuide kannst du eigene Touren ausarbeiten und selbst Radgruppen leiten.

„Sondereinsatzkommando“

Du willst dich nicht festlegen, aber bist zur Stelle, wenn Not an der Frau oder am Mann ist? Bei unterschiedlichen Aktionen brauchen wir immer wieder Aktive, die einfach mithelfen oder spontan einspringen. Oder hast du eigene Ideen? Her damit!

Du willst bei uns aktiv werden? Oder du benötigst weitere Infos?

Dann melde dich unter: kontakt@adfc-regensburg.de oder 0941 8703007 (AB)

KELLNER
Elektro GmbH

Elektrotechnik – Professionell realisiert.

Elektro Kellner GmbH · Benzstraße 8 · 93128 Regenstauf www.egkellner.de

WIR KOMMEN ZU DIR... ... ODER DU ZU UNS!

ÖKOKISTE DONAU·WALD
LIEFERSERVICE & BIOLADEN

FRISCHE & VIELFALT,
OHNE UMWEGE.

Lieferservice in Niederbayern und der Oberpfalz

Bioladen in Saulburg, Gemeinde Wiesenfelden

WWW.OEKOKISTE-DONAUWALD.DE

Ökokiste DonauWald, Am Kreuzfeld 1, 94344 Saulburg
DE-ÖKO-037

Die ADFC-Fördermitgliedschaft

Für gewerbliche und institutionelle Unterstützer des ADFC vor Ort

Setzen Sie gemeinsam mit uns ein Zeichen für einen starken Radverkehr sowie ein sicheres und attraktives Regensburg! Gerade Einzelhandel und Gewerbe profitieren von mehr Radfahrenden, denn diese kaufen häufiger und besonders gerne vor Ort ein.

Fördernde Mitglieder können natürliche oder juristische Personen, Gesellschaften und Körperschaften werden, die bereit sind, den Zweck des ADFC ideell und materiell uneigennützig zu fördern.

Der Jahresbeitrag beginnt bei 200 € und ist als Betriebsausgabe absetzbar. Sie dürfen mit Ihrem Engagement werben und erhalten hierzu Materialien. Und Sie haben die Chance, sich mit uns in Regensburg zu vernetzen – z. B. für politisch-gesellschaftliche Aktivitäten und Öffentlichkeitsarbeit.
Aktuell fördern uns vier Fahrradhändler, ein Reiseveranstalter und eine Privatperson.

Kontakt: Stefan Pusch, 0170 8500092, pusch@adfc-regensburg.de

ADFC-Fördermitglied
Wir für unseren Fahrrad-Club vor Ort.
adfc

Wir lassen Sie nicht warten...

Nur bei uns erhalten Sie erstklassigen Fahrradreparatur-Service innerhalb von nur einem Werktag!

Zweirad EHRL

Am Protzenweiher 5-7, 93059 Regensburg, Tel.: 0941/85124
www.zweirad-ehrl.de E-Mail: info@zweirad-ehrl.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10.00 – 12:30 & 14.00 – 18.00 Uhr, Sa. 09.00 – 12:00

Neues von unseren Fördermitgliedern

Feine Räder: Kontaktlose Abgabestation im DEZ

Feine Räder, Regensburg, Furtmayrstraße 12-14

Bei Feine Räder kann jeder sein Fahrrad jederzeit zur Reparatur abgeben. An sieben Tagen rund um die Uhr. Wie geht das?
Am Geschäft in der Furtmayrstraße, im Hafenviertel (Budapester Straße 3) und am DEZ (Parkplatz Walhalla Allee) befinden sich automatische Abgabestationen. Dort übergibt man sein Fahrrad samt Schlüssel sicher angesperrt und füllt ein Online-Formular aus (mit QR-Code aufrufbar).
Feine Räder holt das Rad am nächsten Tag in die Werkstatt und kümmert sich schnellstmöglich um alles. Reparaturpreise werden abgesprochen (E-Mail), Mindestreparaturwert beachten. Während der Reparatur stehen Leihräder von Donau Donkey mit 90% Rabatt zur Nutzung bereit.

www.feine-raeder.de/kontaktlose-abgabe/

Begegnung mit Böhmen

Die Reiseagentur Begegnung mit Böhmen hat sich auf Kultur-, Begegnungs-, Wander- und Fahrrad-Reisen in Böhmen, Osteuropa und Deutschland spezialisiert. Alle Reisen sind bestens organisiert und werden fachkundig betreut.
Die Fahrradreisen für 2026 sind online und können gebucht werden!

https://boehmen-reisen.de

Zweirad Ehrl, Regensburg, Am Protzenweiher 5-7

Nach wie vor ist Zweirad Ehrl eine sehr gute Adresse für eilige Reparaturen:
Wer sein Fahrrad Mo-Do bis 18:00 Uhr zur Reparatur abgibt, kann es am nächsten Tag ab 14:00 Uhr repariert abholen. (Dank Kundenparkplätzen ist auch die Anlieferung per Auto einfach.)
Und im frisch renovierten Verkaufsraum wartet eine gute Auswahl neuer Fahrräder auf die Interessenten.

www.zweirad-ehrl.de/

Bikezeit, Neutraubling, Pommernstraße 4 (bei der Globus Tankstelle)

Auch dieses Jahr gibt es ihn wieder: den regelmäßigen Fahrrad-Flohmarkt in Neutraubling!
Sie wollen Ihr altes Fahrrad verkaufen? Oder Sie suchen ein günstiges Gebrauchtrad? Beim Bikezeit Fahrrad-Flohmarkt finden Sie eine große Auswahl an Gebrauchträdern aller Art sowie Neuräder mit Lackschaden, Restposten, Einzelstücke und Testräder.
Jeden letzten Samstag im Monat:

- 28. März
- 25. April
- 30. Mai
- 27. Juni
- 25. Juli
- 29. August
- 26. September

www.bikezeit.de/flohmarkt

Bikezeit: Fahrradflohmarkt in Neutraubling

Anfragen zur Ausleihe: elvira@adfc-regensburg.de, ralf@adfc-regensburg.de

Werde ADFC-Mitglied

Stärke die Fahrrad-Lobby! Je mehr wir sind, desto mehr können wir erreichen.

Die ADFC-Mitgliedschaft kostet 66 €/Jahr für Einzelpersonen, 78 €/Jahr für Familien/Haushalte.

Vorteile für Mitglieder:
- exklusive Pannenhilfe in Deutschland
- exklusives Mitgliedermagazin und Newsletter
- Rechtsschutzversicherung
- Beratung zu rechtlichen Fragen
- Vorteile bei Kooperationspartnern
- in Regensburg kostenlose Ausleihe unserer Lastenräder

Weitere Infos + Online-Beitritt: adfc.de/mitgliedschaft
Beitrittsformular auf Seite 58

Impressum

Herausgeber:
ADFC Regensburg
Vorsitzender: Benedikt Benz
Ilzstraße 3a, 93059 Regensburg
0941 8703007 (AB)

kontakt@adfc-regensburg.de
www.adfc-regensburg.de
www.facebook.com/adfcregensburg
www.instagram.com/adfc_regensburg

Der ADFC Regensburg ist eine Untergliederung des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs Bayern e.V.

Bankverbindung: Ethikbank
IBAN: DE 51 83094495 0003049930

Redaktion/Layout: Maria Arlt
redaktion@adfc-regensburg.de

Anzeigen: Stefan Pusch
anzeigen@adfc-regensburg.de

Ausgabe: März 2026

Bildnachweise:
Titel Maria Arlt (unter Verwendung von KI-generiertem Material)
S. 3 Klaus Wörle
S. 5 Stadt Regensburg Stefan Effenhauser (oben); Landkreis Regensburg, Hubert Lankes (unten)
S. 6 Stadt Regensburg Christian Kaister, Christoph Beck, Maria Arlt
S. 7 Herbert Baumgärtner, Maria Arlt
S. 8 Agnes Benz
S. 9 Heinrich Segerer
S. 13 Herbert Baumgärtner
S. 14 Klaus Wörle
S. 15 Sitzungsvorlage VO/15/11421/65 Stadt Regensburg vom 11.11.2015
S. 16/17 Benedikt Benz
S. 19 Benedikt Benz, Maria Arlt
S. 21 Benedikt Benz
S. 22 Konstanze Welck-Beyer
S. 23 Bernhard Gradl
S. 27 Stephan Pusch
S. 28 Klaus Wörle
S. 30 Christoph Beck
S. 38 Andi Prölß
S. 42 Florian Trykowski
S. 44 Oberpfälzer Wald, Thomas Kujat
S. 46/47 Maria Arlt
S. 48 Benedikt Benz
S. 49 Carsten Kramer, Benedikt Benz
S. 50/51 Konstanze Welck-Beyer
S. 54 Feine Räder Regensburg
S. 55 Stefan Pusch

Jetzt Mitglied beim ADFC werden:

adfc
Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club

Name, Vorname

Geburtsjahr

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon (freiwillig)

Beruf (freiwillig)

☐ Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe › ***www.adfc.de/vorteile.***

Einzelmitglied (Jahresbeitrag)

○ ab 27 Jahre (66 €)

○ 22-26 Jahre (33 €)

○ Jugendmitglied 7-21 Jahre (16 €)

Ich bin minderjährig. Mein*e Erziehungsberechtigte*r ist mit meinem ADFC-Beitritt einverstanden.

Name des*der Erziehungsberechtigten (Vor- und Nachname)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft (Jahresbeitrag)

○ ab 27 Jahre (78 €)

○ 18-26 Jahre (33 €)

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Weitere Mitglieder und deren Mailadressen können unter › *www.adfc.de/mitgliedschaft* nachgemeldet werden.

Name, Vorname | E-Mail | Geburtsjahr

Name, Vorname | E-Mail | Geburtsjahr

Name, Vorname | E-Mail | Geburtsjahr

☐ Zusätzliche jährliche Spende: € .....

☐ Ich erteile dem ADFC ein SEPA-Lastschriftmandat bis auf Widerruf:
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF00000266847
Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit

Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber*in

D E

IBAN

BIC (nur bei ausländischen Bankverbindungen)

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

☐ Zahlung per Rechnung.

Datum, Unterschrift

(bei Jugendmitgliedern unter 18 Jahren des*der Erziehungsberechtigten)

Bitte einsenden an ADFC e. V., Postfach 42 01 05, 12061 Berlin oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de.
Sie können auch online Mitglied werden unter: www.adfc.de/mitgliedschaft. Dort finden Sie auch den Link zu unserer Datenschutzerklärung.

Bei Gesundheit machst du keine halben Sachen? Lieben wir.

Erfahre mehr auf **aok.de/bayern/ausvollemherzen**
oder in der nächsten Geschäftsstelle.

Gesundheit aus vollem Herzen.

AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

AOK

Freizeitbus
Radeln
Wandern
Entdecken

Donau- und Altmühltal

Weltenburger Enge

Naturpark Altmühltal

Hopfenland Hallertau

Isar- und Ampertal

Verkehrsgemeinschaft Landkreis Kelheim

Tel.: 0800 333 8383

Mehr Informationen unter:

www.freizeitbusse.de