



Sicher Radfahren in der Gruppe

Regeln und Handzeichen für die gemeinsame Ausfahrt

1. Grundprinzipien und Regeln:

Um sicher und flüssig voranzukommen, gelten folgende Grundprinzipien:

Berechenbarkeit: Vermeide plötzliche Bremsmanöver oder abrupte Spurwechsel. Fahre stets geradlinig.

Vorausschauendes Fahren: Als Gruppenspitze bist Du für die gesamte Gruppe verantwortlich. Die Gruppe benötigt für alle sicher ausgeführten Manöver Zeit: Höre vorne nie auf, zu treten, ohne es frühzeitig anzuzeigen.

Kommunikation: Jedes Zeichen und jeder Warnruf muss von vorne nach hinten (oder ggf. von hinten nach vorne) durchgereicht werden.

Lücken schließen: Fahre kompakt, aber mit ausreichendem Sicherheitsabstand zum Vorderrad (kein „Überlappen“ der Räder).

Geschlossener Verband (§ 27 StVO): Ab 16 Personen darf die Gruppe einen geschlossenen Verband bilden. Das bedeutet: Man fährt zu zweit nebeneinander auf der Fahrbahn, und die Gruppe wird verkehrsrechtlich wie ein einziges langes Fahrzeug behandelt (z. B. wenn der Erste bei Grün über die Ampel fährt, folgt der Rest der Gruppe geschlossen).

Wechsel aus einer 2er-Reihe in eine 1er Reihe:

- **Frühzeitig sortieren:** Wechsle rechtzeitig (nie kurzfristig) in eine 1er-Reihe, wenn die Straße eng wird.
- **Rechte Reihe bleibt:** Die rechte Reihe fährt stabil weiter, rechts vorne beschleunigt kurz, um nach hinten Platz zu schaffen
- **Linke Reihe sortiert sich ein:** Die Fahrer links reihen sich **im Reißverschluss** hinter ihren rechten Nachbarn ein.
- **Rückwechsel in 2er-Reihe:** Vorne ruhig weiterfahren, bis alle wieder aufgeschlossen haben.
- **Alternative:** Oft reicht es, leicht versetzt an einem Hindernis vorbeizufahren - die Gruppe bleibt gleich lang, wird aber schmaler.

Weitere Regeln:

- Kein Freihändiges Fahren in der Gruppe
- Zeitfahrräder oder auf dem Auflieger fahren ist nicht erlaubt

2. Wichtige Handzeichen

Die Zeichen werden **deutlich** und **frühzeitig** gegeben.

- Arm senkrecht nach oben Stopp / Anhalten: Die Gruppe verlangsamt bis zum Stillstand (z. B. an Ampeln).
- Arm waagrecht ausgestreckt Abbiegen: Zeigt die Richtungsänderung nach links oder rechts an.
- Flache Hand nach unten hinten (Palme unten): Tempo drosseln: Geschwindigkeit reduzieren, Abstand halten.
- Hand zeigt hinter dem Rücken (weg vom Hindernis): Hindernis umfahren: Die Gruppe muss nach links oder rechts ausscheren (z.B. wegen parkender Autos).
- Zeigefinger deutet auf den Boden: Gefahr am Boden: Schlaglöcher, Glas, Steine oder Gullydeckel auf der Fahrbahn.
- Zeigefinger zeichnet nach unten zeigend eine Schiene nach: Quer verlaufendes Hindernis, z.B. Schiene oder Bremsschwellen.

3. Akustische Signale (Warnrufe)

Für schnelle Kommunikation, Kommunikation von hinten nach vorne oder wenn die Hände nicht vom Lenker genommen werden sollten, sind Rufe oft effektiver als Handzeichen. Sie werden **kurz, laut** und **präzise** durch die gesamte Gruppe weitergegeben:

- "Vorne / hinten!": Warnt vor herannahendem Verkehr von vorne bzw. hinten
- "Frei!": Signalisiert an Kreuzungen, dass die Fahrt ohne Halt fortgesetzt werden kann. Nur weitergeben, wenn man sich selbst davon überzeugt hat, dass die Kreuzung frei ist.
- "Achtung!": Allgemeine Warnung, auch in unklaren Situationen
- "Defekt!": Jemand hat eine Panne (z. B. Plattfuß) – die gesamte Gruppe hält geordnet an einer sicheren Stelle.
- „Kürzer!“: Die Führenden sollen langsamer fahren, damit die Gruppe nicht zerreißt und eine Lücke wieder geschlossen werden kann.
- „Schotter!“: Sand oder Schotter, der in der Kurve liegt.

4. Rechtliche Hinweise & Tipps

Rücksichtnahme: Gegenüber Fußgängern und anderen Verkehrsteilnehmern verhält sich die Gruppe stets defensiv.

Ausrüstung: Ein Helm ist Pflicht. Führe Ersatzschlauch und ausreichend Flüssigkeit / Riegel mit. Prüfe vor Abfahrt Bremsen und Reifendruck.

Gemeinschaft: Anders als im Training fahren wir auf gemeinsamen Ausfahrten keine Belastungsintervalle, sondern möglichst gleichmäßig, um als Gruppe möglichst schnell voranzukommen. Dazu kann es hilfreich sein:

- Als Führender bei Anstiegen nicht nur das Tempo, sondern sogar die Leistung zu reduzieren
- Als deutlich schwächere Fahrer auf Position zwei oder drei zu fahren, um den Ziehharmonika-Effekt zu vermeiden und um besser im Blick der führenden zu bleiben.

(Stand 2025)