



5 Tipps für ...

... das Radfahren im Winter

Immer mehr Menschen nutzen das Fahrrad für den Arbeitsweg das ganze Jahr über – auch im Winter. Das ist gut so, denn wenn das Tageslicht fehlt und der Körper auf Sparflamme läuft, bringt Radfahren den Kreislauf und das Immunsystem in Schwung. Doch insbesondere auf Eis oder einer festgefahrenen Schneedecke steigt leider auch die Unfallgefahr. Unsere Tipps helfen, auch in den Wintermonaten sicher mit dem Fahrrad ans Ziel zu kommen:

5 Tipps für ... das Radfahren im Winter

- **Wetterfeste und möglichst helle Kleidung tragen. Statt einer sehr warmen und dicken Jacke mehrere Schichten übereinander anziehen.**
- **Radbeleuchtung überprüfen. Unabdingbar sind weiße Vorderlampe, rotes Rücklicht, weißer Front-Reflektor, roter Reflektor am Hinterrad sowie Speichen- und Pedal-Reflektoren.**
- **Bei den Reifen auf ein gutes, nicht abgefahrenes Profil achten. Spike-Reifen eignen sich auf Eis und Schnee, Reifen mit spezieller Winter-Gummimischung auf geräumten Pisten.**
- **Geschwindigkeit reduzieren. Glätte oder Eisbrocken können jederzeit überraschend auftauchen.**
- **In Kurven weder treten noch bremsen, insbesondere bei fester Schneedecke und Glätte. Auf Glatteis Lenkbewegungen vermeiden und ohne bremsen ausrollen.**

Mehr zum Thema Radfahren bietet [PolizeiDeinPartner](https://www.polizeideinpartner.de) in der Rubrik [„Verkehrssicherheit – privater Straßenverkehr“](#). In dem Artikel [„Getunte E-Bikes“](#) erklärt Constantin Hack vom Auto Club Europa (ACE) die Risiken, die mit dem Tunen von Pedelecs verbunden sind. Der Beitrag [„Vorsicht vor aufgerissenen Autotüren!“](#) sensibilisiert Radfahrerinnen und Radfahrer für die Gefahren von sogenannten „Dooring“-Unfällen. Außerdem erfahren Sie im Artikel [„Alle Fahrraddaten stets mobil dabei“](#), wie Sie die kostenfreie Fahrradpass-App bequem auf Ihrem Smartphone nutzen können.

www.PolizeiDeinPartner.de

Auf der Webseite finden Sie Antworten auf zahlreiche Fragen rund um die polizeiliche Prävention. Das Portal ist ein Angebot des VERLAG DEUTSCHE POLIZEILITERATUR GMBH (VDP), einem Tochterunternehmen der Gewerkschaft der Polizei (GdP).