



Bärbel Vogl vom ADFC hatte viele praktische Tipps zur Hand.

Fortsetzung von Seite 8

Das Rollern beschäftigt die Gruppe noch eine Weile: Man kann es von der rechten wie von der linken Seite, beide Male mit dem rechten oder dem linken Fuß auf dem Pedal, und jedes Mal muss die Balance ganz neu gefunden werden – eine spannende Erfahrung, nicht zum Nachahmen auf der Straße geeignet. Das Üben des Anfahrens kostet Zeit, aber selbst die älteste Teilnehmerin, um die 80 Jahre alt, kann nach einigen Anläufen ihre Gewohnheiten umstellen. Sie rollert eigentlich sehr gerne, tastet sich jetzt aber an die stabile Variante heran.

Weitere Übungen folgen: eine bestimmte Linie fahren, möglichst langsam fahren, einen Kurvenparcours absolvieren und dann noch – ganz wichtig

– das Bremsen. Bärbel Vogl und Andreas Posim fahren jeweils vor und geben Tipps: zum Beispiel, bei recht engen Kurven Pedal und Fuß in der Innenseite der Kurve anzuheben. Mancher hat das ohnehin schon im Blut wie der Mountainbiker in der Gruppe, für andere ist es ein Aha-Erlebnis. „Es ist schon eher ein Einsteigerkurs“, sagt Andreas Posim.

In den Pausen gibt es ein spannendes Quiz

Für die Pausen haben die Trainer ein Quiz mit Fotos dabei: Wer hat in dieser Situation Vorfahrt? Wer verhält sich richtig, wer falsch und was bedeutet dieses Schild? Es ist ein bisschen wie in der Fahrprüfung, die bei allen schon ziemlich lang zurückliegt, aber die Gruppe schlägt sich wacker. Besprochen



Auch Theorie gehört dazu, hier Andreas Posim (r.) mit seinem Quiz.

wird auch, was die neue Straßenverkehrsordnung für Radfahrer verändert hat und wann ein Radweg zwingend benutzt werden muss: Das ist immer dann der Fall, wenn ein blaues Schild mit weißem Fahrrad darauf hinweist, egal, ob das Rad alleine steht oder mit einem Fußgängersymbol kombiniert ist. Und darf man als Radler an der Ampel nach vorne fah-

ren? Die Antwort heißt: Ja, in langsamem Tempo rechts der Autokolonne – vorausgesetzt, dort ist genug Platz. „Links darf man nicht vorbei“, erklärt Andreas Posim. Es geht auch um Abstände, die einzuhalten sind, ums Fahren auf dem Gehweg und die Vorsicht vor Autotüren – jede Menge Theorie und Praxis an einem Nachmittag. kaa

Die Fahrsicherheitstrainings sind für die Teilnehmer kostenlos, denn sie werden vom Verkehrsministerium gefördert. Das Projekt „radspaß – sicher e-biken“ wurde vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) und dem Württembergischen Radsportverband (WRSV) initiiert. Das nächste Pedelec-Sicherheitstraining des ADFC im Kreis Göppingen findet am Samstag, 18. September von 13 bis 17 Uhr in der Albert-Schweitzer-Schule in Albershausen statt. Bitte anmelden unter www.radspass.org – Kurs buchen - Kurse filtern - Landkreis wählen - Göppingen – filtern oder telefonisch unter 0711 954 697 99.

Für einen hohen Impfschutz vor einer Erkrankung durch das Coronavirus

Auffrischimpfung seit dem 1. September im Kreislmpfzentrum möglich

Seit dem 1. September sind in Baden-Württemberg Auffrischimpfungen für bestimmte Gruppen möglich. Diese können auch im Göppinger Impfzentrum verabreicht werden.

Nach den Vorgaben des Landes betrifft der Beschluss „Menschen über 80 Jahren, Personen, die in Pflegeeinrichtungen, Einrichtungen der Eingliederungshilfe oder weiteren Einrichtungen mit vulnerablen Gruppen

behandelt, betreut oder gepflegt werden oder dort leben, Pflegebedürftige, die zuhause gepflegt werden sowie Personen mit einer angeborenen oder erworbenen Immunschwäche oder unter immunsuppressiver Therapie.“

Wer kann kommen?

Auch Personen, die ausschließlich Vektorviren-Impfstoffe von AstraZeneca oder die Einmalimpfung von Johnson & John-

son erhalten haben, können unabhängig von ihrem Alter oder einem anderen medizinischen Grund, sechs Monate nach der vollimmunisierenden Impfung eine Auffrischimpfung bekommen. Voraussetzung ist allerdings der Nachweis über die Erst- und Zweitimpfung.

Die Auffrischimpfung kann auch im Kreislmpfzentrum Göppingen erfolgen. Eine Terminvergabe ist dazu nicht notwendig. Impfwillige können

ohne Termin ans Impfzentrum kommen und zu den Betriebszeiten geimpft werden. Diese sind 10.30 Uhr bis 13.30 Uhr und 14 Uhr bis 17 Uhr.

Auch ohne Termin kann geimpft werden

Besonders zu den Stoßzeiten können längere Warteschlangen entstehen. Es wird daher empfohlen, Zeiten um den „Feierabendverkehr“ und zum Impfstart zu umgehen. red