

REGELN FÜR DIE FEIERABEND-FAHRRADTOUREN

Liebe*r Fahrradfreund*innen,
die Feierabend-Fahrradtouren werden vom Tourenleiter Wolfgang Schramm geführt. Er trägt die Verantwortung für eine ordnungsgemäße Durchführung der Radtour. Durch den Radtourenleiter sind alle Teilnehmer*innen über eine Radtourenleiterhaftpflicht versichert, vorausgesetzt natürlich, Sie halten sich an nachfolgende Regeln.

1. Grundsätzlich gilt für alle Teilnehmer*innen die Straßenverkehrsordnung. Jede*r ist für sich selbst verantwortlich und fährt auf eigene Gefahr mit.
2. **Niemand fährt vor dem Tourenleiter**, nur er kennt die genaue Strecke.
3. **Niemand fährt hinter der Schlussfrau/dem Schlussmann**, sie/er könnte sonst den Anschluss verlieren. Schlussfrau bzw. Schlussmann wird vom Tourenleiter bei jeder Fahrt bestimmt.
4. Zur Vermeidung von Auffahrunfällen ist ein ausreichender Abstand zur Vorderfrau/zum Vordermann zu halten.
5. Wenn Ampeln beim Passieren der Gruppe auf Rot schalten, wird angehalten. Die Gruppe wartet (ein geschlossener Verband kann auch bei Rot über die Kreuzung fahren wenn keine Lücke zwischen den Radfahrer*innen entstanden ist).
6. Bei Pannen und anderen Fahrtunterbrechungen sofort den Tourenleiter informieren. Das gilt auch für vorzeitiges Verlassen der Tour.
7. Beim Anhalten, Abbiegen und bei Hindernissen durch Zeichen oder Zurufen die Information eindeutig weitergeben.
8. Wir fahren mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von ca. 15 km/h.
9. Bitte Rücksicht auf andere Verkehrsteilnehmer*innen nehmen, besonders bei Gegenverkehr.
10. Bei einem Halt der Gruppe nicht den Weg blockieren.
11. Den Anweisungen des Tourenleiters ist Folge zu leisten.



**Feierabend-
Fahrradtouren**
Mai bis September 2019

FÜR BESCHÄFTIGTE UND STUDIERENDE DER
OTTO-VON-GUERICKE-UNIVERSITÄT
UND DER UNIVERSITÄTSMEDIZIN MAGDEBURG
www.ovgu.de/gesundheit/Fahrradtouren2019

Feierabend-Fahrradtouren

Auch in diesem Jahr organisiert das Betriebliche Gesundheitsmanagement von Universität und Universitätsmedizin wieder die beliebten **FEIERABEND-FAHRRADTOUREN** für Beschäftigte und Studierende. Dabei erradelt unser Tourenleiter Wolfgang Schramm gemeinsam mit Ihnen einmal im Monat die schönsten Ecken unserer Landeshauptstadt.

Die Touren sind so angelegt, dass sie für jede*n Freizeitsportler*in leicht zu bewältigen sind. Dabei ist immer auch die Einkehr in einem netten Lokal an der Strecke möglich. Neben dem Kennenlernen oder (Wieder-)Entdecken Magdeburgs stehen der Spaß an der Bewegung und die gemeinsame Unternehmung mit Kolleg*innen und Kommiliton*innen im Vordergrund.

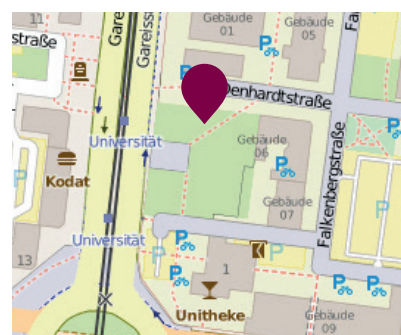
NEU ist in diesem Jahr die **FAMILIENFAHRRADTOUR** am 1. Juni, dem Internationalen Kindertag. Hier können Sie gern Ihre Familienangehörigen, WG-Mitbewohner*innen sowie Kind & Kegel mitbringen. Gleichzeitig ist diese Tour Auftakt für die **ACADEMIC BICYCLE CHALLENGE (ABC)**, an der die OVGU in diesem Jahr zum ersten Mal teilnimmt. Hier gilt es im Aktionsmonat Juni, gemeinsam möglichst viele Fahrradkilometer zu erradeln und damit einen wichtigen Beitrag zur persönlichen Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung sowie zum Umwelt- und Klimaschutz zu leisten. Weitere Infos dazu unter: www.ovgu.de/gesundheit_Fahrradtouren2019

Die Teilnahme an den Touren ist kostenlos. Sie benötigen lediglich ein verkehrstüchtiges Fahrrad.

Wir laden Sie herzlich ein, dabei zu sein!



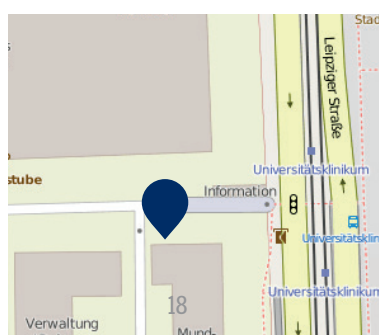
TREFFPUNKT OVGU



Betriebliches Gesundheitsmanagement
OVGU

Silke Springer | Tel.: 67-58825
silke.springer@ovgu.de

TREFFPUNKT UMMD



Betriebliches Gesundheitsmanagement
UMMD

Evelin Milling | Tel.: 67-21246
evelin.milling@med.ovgu.de



TOURENPLAN 2019

1. Route | 23.05.2019 | Rund um den Neustädter See I

START UND ZIEL » 16:30 Uhr | OVGU - Campus Service Center
STRECKE | FAHRZEIT » ca. 17 km | ca. 2 Stunden
WEGEBESCHAFFENHEIT » gut ausgebaute Strecken, meist asphaltiert, eben und zu großen Teilen abseits von Straßen

www.outdooractive.com/de/route/fernradweg/elbe-boerde-heide/1.-route-rund-um-den-neustaedter-see-i/109744269/

2. Route | 01.06.2019 | Familien-Fahrradtour + Auftakt Academic Bicycle Challenge (ABC)

START » 15:00 Uhr | OVGU - Campus Service-Center
ZIEL » ab 15:45 Uhr | Rothehornpark, USC-Ruderbootshaus im Niemeyerweg, Nähe Fähranleger Buckau
Hier erwarten Sie Bastelangebote für die Kinder sowie Kaffee, Kuchen und eine Grillwurst

STRECKE » Kurzstrecke für Kinder entlang der Elbe direkt zum Ruderbootshaus oder
Längere Strecke über Herrenkrug zum Ruderbootshaus im Rothehornpark

WEGEBESCHAFFENHEIT » Beide Strecken gut ausgebaut, meist asphaltiert und zu großen Teilen abseits der Straße. Für die Planung wird bis 28.05.2019 um eine Anmeldung erbeten.

www.outdooractive.com/de/route/radtour/elbe-boerde-heide/2.-route-familien-fahrradtour-auftakt-academic-bicycle-challenge-abc-/119605521/

3. Route | 20.06.2019 | Das südliche Magdeburg zwischen Umflutkanal und Elbe

START » 16:00 Uhr | OVGU - Campus Service Center
ZIEL » 16:30 Uhr | UMMD - Information am Haupteingang

STRECKE | FAHRZEIT » ca. 24 km | ca. 2 Stunden 30 Minuten
WEGEBESCHAFFENHEIT » meist gut ausgebaute Strecken, zum Teil asphaltiert, eben und zu großen Teilen abseits von Straßen

www.outdooractive.com/de/route/radtour/elbe-boerde-heide/route-3-md/105410282/

4. Route | 25.07.2019 | Beschaulicher Rundkurs durch die Elbauenlandschaft

START UND ZIEL » 16:30 Uhr | OVGU - Campus Service Center
STRECKE | FAHRZEIT » ca. 29 km | ca. 3 Stunden

WEGEBESCHAFFENHEIT » meist gut ausgebaute Strecken, teilweise Feld- & Wiesenwege

www.outdooractive.com/de/route/radtour/elbe-boerde-heide/4.-route-beschaulicher-rundkurs-durch-die-elbauenlandschaft/120510193/

5. Route | 22.08.2019 | Rund um die Sohlener Berge

START » 16:00 Uhr | OVGU - Campus Service Center
ZIEL » 16:30 Uhr | UMMD - Information am Haupteingang

STRECKE | FAHRZEIT » ca. 22 km | ca. 2 Stunden 30 Minuten
WEGEBESCHAFFENHEIT » überwiegend Feld- & Wiesenwege sowie verkehrsarme Straßen, hügeliges Gelände

www.outdooractive.com/de/route/radtour/elbe-boerde-heide/rund-um-die-sohlener-berge/111792146/

6. Route | 19.09.2019 | Magdeburg an der Elbe mit dem Fahrrad zum Wasserstraßenkreuz

START UND ZIEL » 16:30 Uhr | OVGU - Campus Service Center
STRECKE | FAHRZEIT » ca. 30 km | ca. 3 Stunden

WEGEBESCHAFFENHEIT » gut ausgebaute Strecken, meist asphaltiert, eben und zu großen Teilen abseits von Straßen

www.outdooractive.com/de/route/radtour/elbe-boerde-heide/route-6-md/105410533/