

Liebe 56er Radelfreunde,

hier meine Planung für die diesjährige „Nur-Bergab-Tour“.

- 1. Termin:** Nachdem sich die Mehrzahl der Interessenten für das Wochenende Mitte Juli ausgesprochen hat, ist die Fahrt vorgesehen für **Samstag, den 18. Juli 09**.  
Da wir nicht bei jedem Wetter fahren wollen, ist Sonntag, der 19. Juli 09 als Ausweichtermin für den Fall vorgesehen, dass am Samstag heftige Gewitter im Anzug sind, oder dass es bereits morgens stürmt, schneit, o. ä..
- 2. Treffpunkt** ist der **Bahnhof Gießen um 08:30**. Wir nehmen von dort den Zug nach Fulda bis Grünberg, der um 08:48 an Gleis 11 abfährt. Da sich bis jetzt für den o. g. Termin 12 Teilnehmer angemeldet haben und im Regionalzug nur 16 Stellplätze für Räder vorhanden sind, könnte sich ein Transportproblem ergeben. Ich gehe aber davon aus, dass wir uns am 15.07. noch einmal beim Stammtisch sehen und werde dann entscheiden, ob ein alternativer Transport der Räder organisiert wird.  
Sofern dazu schon jemand einen Vorschlag hat, bitte ich darum, mir das mitteilen.
- 3. Strecke:** Von Grünberg aus wollen wir die Trasse der alten Lumdatalbahn abfahren, die durchgängig als Radweg ausgebaut und beschildert ist (Infos s. [www.das-lumdatal.de/index.php?pageid=5&page=freepage&rid=76&mid=151](http://www.das-lumdatal.de/index.php?pageid=5&page=freepage&rid=76&mid=151)).  
Durch schöne Landschaft geht es über Allendorf (Lumda) nach Lollar ins Lahntal und dort auf dem Lahntal-RW zurück nach Gießen, wo wir die Tour dann nach **ca. 40 km** in unserem Stammlokal beschließen können.  
Unterwegs können wir uns entscheiden, ob und wo wir eine Rast einlegen wollen. Dafür bestehen zwar verschiedene Möglichkeiten, da wir aber nicht alle nutzen können, sollte bitte jeder ein alkoholfreies Getränk dabei haben, um unabhängig zu sein.
- 4. Organisatorisches:** In der Anlage füge ich einige Informationen des ADFC bei (weitere Infos s. [www.adfc.de](http://www.adfc.de)), die sich bitte jeder durchsehen sollte.  
Insbesondere ist mir daran gelegen, dass jeder vorher sein Rad auf Mängel kontrolliert, damit wir nicht unterwegs durch vermeidbare Pannen aufgehalten werden. Einen Ersatzschlauch sollte vorsorglich jeder dabei haben, da durch die verschiedenen Größen Mitradler nicht immer helfen können.  
Das Tragen eines Helms empfehle ich. Erfahrungsgemäß sinkt durch den Spaß am Fahren in der Gruppe die Aufmerksamkeit, was dann leider das Risiko für Stürze erhöht. Damit die möglichst keine schweren Folgen haben, ist ein Helm sinnvoll, ebenso Fahrradhandschuhe, um sich beim Abstützen nicht gleich die Hände aufzuschürfen.  
Brille und sonstige Kleidung, Sonnenschutz etc. richten sich nach dem Wetter. Eine Radtasche zum Transport der Ausrüstung ist sinnvoll.

Ich hoffe, wir haben gutes Wetter und bin mir sicher, dass wir dann einen schönen Tag erleben können. Falls das dann Lust auf mehr macht, würde ich mich freuen.

Walter Lenz