



## FIT 2009 – gibt Antworten auf wichtige Fragen rund um das Fahrrad:

- Wie treffe ich die richtige **Kaufentscheidung**?
- Wie kann ich das **Fahrrad** für mich **neu entdecken** – als Verkehrsmittel, als Freizeit- und als Sportgerät?
- Wie kann ich noch mehr **Freude beim Rad fahren** haben?
- Wo finde ich **Gleichgesinnte**?

**ADFC Experten beantworten gern Ihre Fragen.**



## So kommen Sie zu FIT 2009

- Den **ADFC Fahrrad-Info-Tag** in Rödermark Ober-Roden erreichen Sie sehr gut mit dem Fahrrad. Entweder folgen Sie der Radwegweisung, oder Sie schließen sich einer geführten Radtour des ADFC an. Informationen hierzu im ADFC-Radtourenprogrammheft, das bei Fahrradhändlern ausliegt, sowie in der Lokalpresse und unter [www.adfc-kreis-offenbach.de](http://www.adfc-kreis-offenbach.de)
- Mit der S1 oder der Dreieichbahn bis Rödermark Ober-Roden. Von dort sind es nur wenige Schritte bis zur Kulturhalle.
- An der Kulturhalle selbst stehen nur begrenzt Stellplätze für PKW zur Verfügung.

**Sonntag,  
19. April 2009, 11 bis 18 Uhr**

**Kulturhalle Rödermark  
Rödermark Ober-Roden  
Dieburger Straße 25  
[www.kulturhalle-roedermark.de](http://www.kulturhalle-roedermark.de)**

## Die große Fahrradschau im Rhein-Main-Gebiet.

Eintrittspreis 1 Euro,  
**Jugendliche bis 16 Jahre haben freien Eintritt.**



### Veranstalter:

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Kreis Offenbach e.V.  
c/o Stefan Janke  
Nieuwpoorter Straße 15  
63110 Rodgau  
Telefon: 0 61 06 - 82 64 08 (abends und am Wochenende)

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter  
[www.adfc-kreis-offenbach.de](http://www.adfc-kreis-offenbach.de)

### Schirmherr:

Herr Peter Walter, Landrat des Kreises Offenbach.



## 19. April

# Die große Fahrradschau im Rhein-Main-Gebiet

Kulturhalle Rödermark, Rödermark Ober-Roden



## FIT 2009 – Kompetente, servicestarke Fahrradhändler aus der Region stellen vor:

- neueste Modelle führender Marken
- aktuelle Trends beim Zubehör
- die richtige Radfahrkleidung
- Dienstleistungen rund ums Rad

### Aussteller Technik:

*bike-center, Obertshausen*  
*Brans Travel Shop, Egelsbach*  
*Fahrrad Claus, Trebur*  
*Fahrrad Küchler, Mörfelden*  
*Fahrradladen Mauer, Rodgau*  
*Fahrrad Ott, Heusenstamm*  
*Möck Zweiräder, Dreieich*  
*Profil Gotta, Rödermark*  
*Zweiradcenter Prockl, Mühlheim*  
*Zweirad Schneider, Langen*  
*zweiradshop Niederhofer, Babenhausen*

### Aussteller Touristik:

*Aktiv-Reise.Net(z), Lüneburg*  
*Mundo Libre Reisen, Trebur*  
*SoliTouren, Darmstadt*  
*ThedaTours, Frankfurt*  
*VogelsbergTouristik, Schotten*  
*vogt multimedia & tour, Reinheim*

### Fahrradfreundlicher Landkreis Offenbach

Die Abteilung Öffentlichkeitsarbeit der Kreisverwaltung präsentiert Info-Material und das Radwegweiser-System für den Kreis Offenbach.



*da ist gutes Rad nicht teuer*

## FIT 2009 – Vorträge zu aktuellen Themen für:

- Alle, die nur mal schnell einkaufen fahren
- Schönwetter-Gelegenheitsradler
- Bedächtige Genussradler
- Sportliche Mountainbiker
- Ausdauernde Reiseradler
- Wetterharte Ganzjahresfahrer

Start	Thema	Referent
11:15	Navigation mit GPS am Fahrrad – wohin soll das führen?	<i>Dr. Wolfgang Czaja, GPS-Experte</i>
11:45	Passender Sattel und richtige Sitzposition – Basis für unbeschwertes Radeln	<i>Juliane Neuß, Ergonomie-Expertin</i>
12:30	Wichtige Tipps vor dem Fahrradkauf – das sollten Sie wissen	<i>Lothar Diederich, ADFC-Tourenleiter</i>
13:00	Radfahren und Gesundheit – wie beides zusammenhängt	<i>Klaus-Georg Dechert, Heilpraktiker</i>
13:45	Naben- oder Kettenschaltung – welche ist die richtige für welches Rad?	<i>Dietmar Hertel, Dozent und Rahmenkonstrukteur</i>
14:15	Meins bleibt Meins – Tipps zum wirkungsvollen Diebstahlschutz	<i>Lothar Diederich, ADFC-Tourenleiter</i>
15:00	Navigation mit GPS am Fahrrad – wohin soll das führen?	<i>Dr. Wolfgang Czaja, GPS-Experte</i>
15:30	Passender Sattel und richtige Sitzposition – Basis für unbeschwertes Radeln	<i>Juliane Neuß, Ergonomie-Expertin</i>
16:15	Wichtige Tipps vor dem Fahrradkauf – das sollten Sie wissen	<i>Lothar Diederich, ADFC-Tourenleiter</i>
16:45	Radfahren und Gesundheit – wie beides zusammenhängt	<i>Klaus-Georg Dechert, Heilpraktiker</i>

**Die Referenten stehen anschließend für Gespräche zur Verfügung.**

**Achtung:** Aus organisatorischen Gründen können sich Themen und Anfangszeiten ändern.



## FIT 2009 – Der ADFC im Kreis Offenbach ...

### ... informiert

- **Radtourenprogramm** für Freizeitradler
- Aktuelle **Radwanderkarten** der Region
- Tipps zur Durchführung von **Radtouren**
- **Projekt Bett & Bike:** dort übernachten, wo Radler willkommen sind. Alle aktuellen Verzeichnisse mit 4500 zertifizierten, fahrradfreundlichen Gastbetrieben in Deutschland
- Erfolge in der Verkehrspolitik
- **Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“.** Mitmachen, gewinnen und nie im Stau stehen
- Der Infoladen des **ADFC Frankfurt** eröffnet extra für **FIT 2009** eine Filiale und präsentiert sein Literatur- und Radwanderkartenprogramm

### ... codiert

- Gegen eine geringe Gebühr können Besucher ihr **Fahrrad** codieren lassen (Kaufbeleg u. Personalausweis mitbringen!)
- Ein wichtiger Beitrag zur Vorbeugung gegen den Fahrrad-diebstahl
- erleichtert das Wiederfinden im Falle eines Diebstahls

### ... erfrischt

- Das **Radler-Café** bietet selbstgebackenen Kuchen und Kaffee

### ... und freut sich über Kinder

- Für den Radlernachwuchs haben wir extra eine **Kinder-ecke** eingerichtet