

Erfahrungsbericht einer Kursteilnehmerin

... endlich ohne Angst mit dem Fahrrad unterwegs ...

Meinen Weg dahin mit der Ferien-Fahrradschule in Göhren-Lebbin im Land Fleesensee (Mecklenburg-Vorpommern) möchte ich auch anderen „Angsthasen“ empfehlen. Nach vielen Recherchen auf der Suche zum streßfreien Fahrradfahren habe ich im Internet die o.a. Schule gefunden und mich schon im Juni für den letzten Termin 2011 vom 11. – 18. September angemeldet. Die Teilnehmerzahl von 5 – 8 Personen sagte mir auch sofort zu und das eigene Rad konnte mitgebracht werden. Anfang August erhielt ich dann die Teilnahmebestätigung - jetzt gibt es keinen Rückzug mehr - also eine Unterkunft suchen ... Mein Mann fuhr auch mit, allerdings nicht zum radfahren lernen, sondern weil wir im Anschluß noch eine Woche Urlaub in Meck-Pom und weiter auf Rügen machen wollten. Aber mal von Anfang an, warum überhaupt „Fahrradschule“? In der Großstadt aufgewachsen, hatte ich nie ein eigenes Fahrrad, meine Freundinnen auch nicht, also fehlte mir schon einmal jeglicher Bezug dazu. Anfang 30 habe ich dann versucht radzufahren, aber bei der ersten Ausfahrt mit Kollegen bin ich vom Rad gefallen und hatte als Ergebnis 3 Wochen den linken Ellenbogen in Gips. Das war's vorerst mit meinen Rad-Aktivitäten. In den Folgejahren bin ich zwar öfter mal wieder gefahren, aber immer mit einem Kloß im Hals. Geradeaus fahren ohne Gegenverkehr und möglichst ohne Kurven funktionierte ja noch, aber das geht ja fast nirgendwo. Immer diese blöde Angst und die Unsicherheit. Zusätzlich noch die Suche nach Ausreden, warum ich denn bei schönstem Wetter nicht mit dem Rad fahren will (zu heiß, zu kalt, zuviel Wind, Regenwolken usw.) ...

Jetzt also Schluß damit und auf gen Osten nach Göhren-Lebbin. Am ersten Kursustag haben wir Teilnehmer (5 Frauen und 4 Männer im Alter von Ende 20 bis Anfang 70 Jahren) uns mit dem Kursleiter Uwe am Marktplatz getroffen. Jeder hat so seine Geschichte erzählt und ich habe gesehen, auch andere haben so ihre Probleme und ich bin nicht die einzige „Doofe“. Am nächsten Tag ging es dann langsam mit den ersten Übungen auf einem leicht abschüssigen Übungsgelände - nur für uns - mit einem Tretroller (Gleichgewichtsübungen durch beidfüßiges Stehen auf der Standfläche) los. Wer dann schon etwas sicherer war, konnte schon mit einem kleinen Fahrrad (oder mit dem eigenen natürlich) weiter üben. Wer kein eigenes Fahrrad dabei hatte, konnte mit einem des Fahrradverleihs der Ferien-Fahrradschule üben. Und so kamen wir ganz ohne Streß (mehr oder weniger ...) zu immer mehr Sicherheit. Die Übungen wurden natürlich auch schwieriger, fahren mit Gegenverkehr sowie Kurven rechts- und linksherum (oweia). Hügel rauf und Hügel runter, immer wieder ...

Aber nach einer Woche waren wir alle froh und glücklich, daß wir uns doch ganz gut mit dem Fahrrad fortbewegen können und haben alle den festen Willen zum weiter üben, üben, üben. An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal auch im Namen von Renate, Ramona, Isolde, Alexandra, Heinrich, Uwe, Norbert und Rainer ganz herzlich bei unserem Kursleiter Uwe Schenk für seine Supergeduld mit uns und für sein Einfühlungsvermögen bedanken! Es hat wirklich Spaß gemacht und wir sind nun ... endlich ohne Angst mit dem Fahrrad unterwegs ...