



Je nach Umgebungstemperatur kann die Leistung des Akkus schwanken. So bringt der Akku bei 20 Grad mehr Leistung als bei -10 Grad. FOTOS: PIXABAY/AHRENDTS/TEBBEN-WILLGRUBS

Gut gepflegt hält das E-Bike länger

SERVICE Regelmäßig zur Inspektion

VON ANGELA JANBEN

NORDEN – Gemütliches Radfahren auch bei Gegenwind? Mit dem E-Bike ist das problemlos möglich. Bereits zahlreiche Ostfriesen haben den Vorteil erkannt, sind auf ein solches Gefährt umgestiegen und lassen ihren Wagen dafür häufiger in der Garage stehen. Doch Besitzer sollten bei der Pflege ihres elektrisch betriebenen Fahrrads einiges beachten.

Wie auch ein Auto sollten E-Bikes regelmäßig einer Inspektion unterzogen werden. Die erste werde in der Regel nach etwa 500 Kilometern fällig, erklärt der Norder Fahrradhändler Onno Thedinga auf KURIER-Anfrage. Dabei wird unter anderem geschaut, ob Verschleißteile ausgetauscht werden müssen, aber es geht vor allem darum, die Software für das E-Bike zu aktualisieren, sagt der Fachmann. „Die Software entwickelt sich immer weiter und unter anderem sorgen regelmäßige Updates auch dafür, dass die Motorsteuerung optimiert wird.“

Doch auch für einen normalen Check-up bietet sich ein solcher Termin an. Besonders, um die Bremsen und die Kette zu kontrollieren. „Die werden mehr beansprucht als bei einem normalen Fahrrad“, weiß Thedinga. Er rät, das E-Bike einmal im Jahr checken zu lassen.

Batterie aufbewahren

Um das E-Bike richtig nutzen zu können, ist es wichtig, dass der eingebaute Akku intakt ist. Damit dieser lange

hält, muss er richtig gelagert werden. Auch wer sein E-Bike mit in den Urlaub nehmen will, sollte einige Punkte beachten. Wer sein Rad im Sommer im Wagen transportieren will, sollte daran denken, dass der in den E-Bikes verbaute Lithium-Ionen-Akku bei Temperaturen zwischen 80 Grad und -20 Grad Celsius funktionsfähig ist. Wenn das Auto in der prallen Sonne steht, können schnell sehr hohe Temperaturen erreicht werden, die den Akku beeinträchtigen oder gar beschädigen können. Je nach Umgebungstemperatur kann die Leistung des Akkus schwanken. So bringt der Akku bei 20 Grad mehr Leistung als bei -10 Grad. Insgesamt sollte ein Akku aber durchschnittlich etwa 50 000 Kilometer lang halten.

Wer sein E-Bike länger stehen lässt – das gilt gerade in den Wintermonaten –, sollte den Akku zu 50 Prozent geladen an einen Ort legen, der optimalerweise eine Temperatur von 15 bis 20 Grad aufweist. Geladen werden sollte der Akku idealerweise bei Zimmertemperatur. Die Umgebungstemperatur und der Akku selbst sollten dabei nicht kälter als zehn Grad sein.

„Die Akkus sind sehr teuer, da lohnt es sich, diese besonders gut zu pflegen“, rät der Radverkehrsbeauftragte und Norder ADFC-Gründer Wolfgang Hellriegel. Nach einer Winterpause sollte der Akku vor der ersten Benutzung voll durchgeladen werden. Dann steht dem angetriebenen Radfahren nichts mehr im Wege.

Nach richtiger Vorbereitung mit dem Rad up Pad

VERKEHR Der Luftdruck ist ebenso wichtig wie eine gut geölte Kette – Auch untrainiert sind laut ADFC-Mitglied Wolfgang Hellriegel 20 Kilometer durchaus zu schaffen

VON ELISABETH AHRENDTS

NORDEN – Wenn Wolfgang Hellriegel sich auf sein Fahrrad setzt, dann vergisst er alles andere. „Radfahren macht den Kopf frei“, sagt der 77-jährige Norder. Auf zwei Rädern kann er am besten abschalten – vom Alltag, vom Stress. Seine Begeisterung für das Zweirad brachte ihm 2013 das Amt des ehrenamtlichen Radverkehrsbeauftragten der Stadt Norden ein. Schon 16 Jahre zuvor hatte er die Ortsgruppe des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) in Norden aus der Taufe gehoben. Hellriegel weiß also, auf was es bei der Fahrt mit dem Rad ankommt.

„Der Wind ist nicht zu unterschätzen“, sagt der leidenschaftliche Radfahrer. Denn der kann schon einmal stärker blasen als zunächst angenommen. Seit rund 15 Jahren bietet der Norder in den Sommermonaten große Rad-

und kleine Feierabendtouren für Bürger und Urlauber an – aufgrund der Corona-Pandemie fallen diese derzeit aus – und hat schon mehrfach erlebt, wie Familien mit ihren Kindern zu einer gemeinsamen Fahrt aufbrechen, bei Rückenwind starten und dann auf dem Rückweg bei den Kleinen keine Kraft mehr da ist, um den Weg zurück zu schaffen. „Kinderräder sind für Touren eigentlich nicht geeignet.“ Erst ab einer Größe des Drahtesels von 24 Zoll, könne man als Familie auch größere Strecken zurücklegen, empfiehlt der Fahrradspezialist.

Erwachsenen traut er da schon mehr zu. „Untrainiert müssten 20 bis 30 Kilometer Strecke schon drin sein“, findet Hellriegel. Allerdings

weiß der Radverkehrsbeauftragte auch, dass häufig nicht das Treten oder zu schlappe Beine das Problem sind, „sondern das Sitzen“. Er empfiehlt deshalb auch, auf eine Radlerhose mit Polster zurückzugreifen. „Die lässt sich nach einer Fahrt leicht auswaschen und ist aufgrund des Materials schnell wieder einsatzbereit.“

Vor dem Losradeln sollte das Zweirad allerdings einem kleinen Check unterzogen werden. „Es muss verkehrssicher sein“, mahnt Hellriegel. Licht und Bremsen, Klingel und Reflektoren sollten den Vorgaben der Straßenverkehrsordnung entsprechen. Neben der Verkehrssicherheit empfiehlt er aber auch, Reifen und Kette zu prüfen, damit das

Radeln möglichst viel Freude bereitet.

Gerade zu wenig Luft auf den Reifen kann ein Mehr an Kraft erfordern und schnell den Spaß nehmen. „Wenn die Reifen nicht richtig aufgepumpt sind, bil-

det sich eine Art Wulst, die man immer überwinden muss.“ In der Regel ist der maximale zulässige Reifendruck auf der Flanke zu finden. „Bei Tourenrädern liegt er meistens bei fünf Bar“, weiß Hellriegel. Stadträder kommen hingegen oft schon mit 2,5 Bar aus. Ein wenig mehr als angegeben, sei auch in Ordnung, „das hängt aber auch davon ab, wie man am liebsten fährt“. Er selbst pumpt seinen Vorderreifen immer etwas weniger stark auf, beim Hinterreifen wird das Maximum ausgereizt. „Hinten liegt ja auch das ganze Gewicht drauf.“ Eb-

enso wichtig wie gefüllte Reifen ist eine gut geölte und saubere Kette. Wichtig dabei: „Auf keinen Fall eine Drahtbürste oder Lösungsmittel benutzen.“ Am besten lässt sich die Kette reinigen, wenn man das Rad umdreht und auf Lenker und Sattel abstellt. Hellriegel empfiehlt, einen Lappen in Öl zu tränken und die Kette anschließend durch das Tuch zu ziehen. Bei groben Verschmutzungen kann auch eine Zahnbürste helfen. Spezialöle sind nicht notwendig. „Es reicht ein normales Fahrradöl. Das gibt es in jedem größeren Supermarkt.“ Je nach Nutzung, empfiehlt der Fahrradkenner, die Kette regelmäßig zu ölen. Bei Vielfahrern darf jede Woche ein Schuss Öl aufgetragen werden. Sie ist damit auch der zeitaufwendigste Faktor am Fahrrad, findet er.

Durchhängen sollte der Antrieb auf keinen Fall. „Es besteht die Gefahr, dass die Kette leicht abspringt.“ Wer sich damit auskennt, kann bei einer lockeren Kette einfach ein Glied selbst austauschen, ansonsten sollten solche Arbeiten in einer Fachwerkstatt durchgeführt werden. Wer dann schon bei der Kettenreini-



Ein Kenner, wenn es um Radtouren und die Pflege des Zweirads geht: Wolfgang Hellriegel ist seit 2013 ehrenamtlicher Radverkehrsbeauftragter der Stadt Norden und Gründer der Ortsgruppe des ADFC in der Stadt.

gung ist, kann auch gleich die Speichen kontrollieren, ob diese feststehen. Ist dies nicht der Fall, sollten Laien auch hier eine Fachwerkstatt aufsuchen.

Für den glanzvollen Auftritt des Zweirads braucht es nicht viel. Mit einem Schwamm oder Lappen und ein wenig Spülmittel wird der Drahtesel von Schmutz und Staub befreit. „Und das Spülmittel ist auch noch hand-schonend“, scherzt Hellriegel.

Dann kann es fast schon losgehen. Fehlt nur noch die richtige Kleidung. Die sollte idealerweise aus einem Ersatzschlauch dabei haben.“ Das sei die bessere Alternative zu Flickzeug. Denn wenn der Reifen eh schon repariert werden müsse, dann sei ein neuer Schlauch effektiver als die kleinen Teile aus einem Flickkasten. Wer schließlich noch Wasser und einen leichten Snack in Rucksack oder Radtasche steckt, ist bestens vorbereitet für einen entspannten Tag auf dem Zweirad.

Die Bremsen

Bremsen können lebenswichtig sein. Sie sollten daher regelmäßig kontrolliert werden. Lässt sich die Bremsmechanik ganz an den Lenker ziehen, ist die Bremskraft zu gering und die Bremszüge müssen neu justiert werden. Die Bremsbeläge sollten sauber und in einem guten Zustand sein. Auch hier empfiehlt sich der Blick eines Experten.

Die Speichen

Wer gerade dabei ist, sein Rad zu putzen, sollte die Gelegenheiten nutzen und die Speichen einem Check unterziehen. Dazu rät Wolfgang Hellriegel, sie zwischen zwei Finger zu nehmen und zu überprüfen, ob sie noch stramm sitzen. „Bei losen Speichen hat man sofort eine kleine Acht im Reifen.“ Bei einer gebrochenen Speiche sollte man die Fachwerkstatt aufzusuchen.



Die Klingel

Die Klingel ist nicht nur ein dekoratives Accessoire, sondern ein wichtiger Sicherheitsaspekt eines jeden Fahrrads. Sie sollte möglichst einen hell klingenden Glockenton haben. „Ich nenne meine Klingel immer TWG – Touristen-Warn-Glocke“, scherzt Wolfgang Hellriegel.

Der Sattel

Luft- oder Gelsattel muss jeder Radfahrer selbst entscheiden. Wolfgang Hellriegel empfiehlt aber einen Ledersattel, „der fährt sich am besten“. Bei der Höhe gilt als grobes Maß die Hüfte, wenn der Fahrer neben dem Zweirad steht. „Eigentlich sollte der Sattel so sein, dass man bei ausgestrecktem Bein die Pedale mit der Hacke berührt.“

Die Kette

Die Kette ist das wartungsintensivste Teil eines Fahrrads – außer man investiert beim Neukauf etwas mehr und setzt auf einen Zahnriemenantrieb, wie bei diesem Modell. „Dabei muss man nur darauf achten, dass das Zahnrad vorn und der Zahnkranz hinten auf einer Linie sind“, erklärt Wolfgang Hellriegel. Eine normale Kette sollte hingegen regelmäßig geölt und von Sand und Staub gereinigt werden.

Die Reifen

Damit das Radfahren nicht zum Kraftakt wird, sollte auf einen ausreichenden Reifendruck geachtet werden. Dieser ist auf der Reifenflanke angegeben und beträgt bei normalen Stadträdern meist 2,5 Bar. Bei Tourenrädern kann er auch schon einmal fünf Bar betragen. Außerdem sollte man die Profile prüfen. „Wenn der Reifen nicht gut aufgepumpt ist, ist er meistens einseitig abgefahren“, weiß Wolfgang Hellriegel.

Den Radverkehr auf der Agenda

INFRASTRUKTUR Die Stadt Norden treibt Projekte für Zweiräder voran

NORDEN/LIS – „Norden ist dabei, viel für den Radverkehr zu tun“, sagt Wolfgang Hellriegel, ehrenamtlicher Radverkehrsbeauftragter und Mitglied in der Arbeitsgemeinschaft Radverkehr der Stadt. In Letzterer stehen die Belange der Zweiradfahrer an erster Stelle. Ende 2012 wurde diese vonseiten der Stadt eingerichtet, nur einen Monat später trat Hellriegel sein Amt an.

In den zurückliegenden Jahren sind in Kooperation mit der AG Radverkehr einige

Projekte umgesetzt worden. So ist etwa im vergangenen Jahr der Fahrradschutzstreifen an der Norddeicher Straße eingerichtet worden. Neue Abstellbügel an der Küste in Norddeich und am Bahnhof im Zentrum wurden ebenfalls 2019 aufgestellt.

Seit mehreren Jahren hat die Verkehrsbehörde zudem die Signalzeiten an vielen Ampelanlagen angepasst, um dem nicht-motorisierten Verkehr Rechnung zu tragen. Zudem bestätigte der Leiter der

AG, Lars Carstens, Gerüchte, wonach eine Fahrradabstellanlage im Innenstadtbereich geplant ist. Diese soll in der Doornkaatstraße entstehen und mit Ladestationen für E-Bikes ausgestattet werden.

Trotzdem findet Hellriegel: „In Norden fehlt ein Radverkehrsplan.“ Denn nach wie vor gäbe es keine entsprechende Infrastruktur. Hellriegel ist grundsätzlich ein Fan von Fahrradstraßen. Er erinnert sich an das Projekt aus den 1990er-Jahren, als die

Stadt versuchsweise die Doornkaatlohe und Große Hinterlohe zur Fahrradstraße ernannt hatte. Rund einhalb Jahre lief der Versuch, scheiterte jedoch letztlich, „weil die Straße nie so richtig eine Fahrradstraße war. Dafür war auch die Fahrbahn nicht entsprechend“, weiß Hellriegel. Grundsätzlich ist er jedoch überzeugt, dass Fahrradstraßen auch eine Option für Norden sind, um den Radverkehr in der Stadt weiter voran zu bringen.