

# Pendeln mit dem Fahrrad im Winter

**Beitrag von „O. Meier“ vom 27. September 2019 23:04**

Im Winter bockt am meisten. Ich freue mich auf den ersten Schnee und ärgere mich meist, dass ich's nicht vorm Roimfahrzoich schaffe. Winterradeln macht Spaß.

Aber wie immer braucht man die richtige Ausrüstung und muss wissen, was man tut. Auf dem Winterrad habe ich Spikes. Zur Frostfestigkeit alles schön fetten, bevor jemals Wasser eindringt. Fett auf die Enden der Außenzüge als Abdichtung. Durch deren Bewegung werden die Innenzüge automagisch nachgefettet. Für'n Notfall immer Ballistol am Mann haben.

Klamotten so, dassd ie warm genug sind, man aber etwas ausziehen kann, wenn einem warm wird. Merke: wer auf dem Rad friert, fährt zu langsam. Wenn's richtig kalt wird Neopren-Maske für's Gesicht oder eincremen. Kopfbedeckung nicht vergessen! Und was für die Ohren!

Ich habe meist drei paar Handschuhe mit. Ein paar Skihandschuhe zum Losfahren (muss erstmal 'nen Berg runter), dann ein Paar dünnere, die Tchibo zum Joggen anbietet, und für's letzte Drittel ein Paar fingerlose.

Feste Schuhe mit Profil, falls man mal absteigen muss. Gamaschen als Lückenschluss gegen Kälte und Feuchtigkeit.

Beim Fahren auf Schnee und Eis: Mäßig beschleunigen, behutsam bremsen und keine ruckartigen Lenkbewegungen. Mal auf Nebenstrecken üben. Ist etwas anstrengend, weil man sich mehr konzentrieren muss, aber man gewinnt fahrerisch enorm dazu.

Naja, und halt mehr Zeit einplanen, man weiß nie, was kommt. Und außerdem braucht man noch fünf Minuten für den Kakao am Ziel ...