



# E-Bike fahren und Gutes tun

Fitte TCS-Mitglieder über 50 helfen im Rahmen des Projekt «ich bewege» älteren Menschen bei der Entsorgung von Recycling-Gut. Als Transportmittel dienen E-Cargo-Bikes. Der «Touring» war bei einer Ausbildung zum TCS-Pedaleur dabei.

TEXT JULIANE LUTZ | FOTOS EMANUEL FREUDIGER

**D**ie Sonne lockt alle ins Freie. Und wer aus irgendeinem Grund drinnen bleiben muss, schaut sehnsüchtig nach draussen. Doch bei den sieben Teilnehmern, die an diesem Samstagmorgen im Seminarraum des Technischen Zentrums des TCS in Ittigen sitzen, ist die Stimmung bestens. Die sechs Männer und eine Frau haben sich als Freiwillige für das Experiment der TCS-Pedaleure gemeldet: Körperlich fitte TCS-Mitglieder ab 50, die gern Velo fahren, bringen für alte Menschen, die selbst eingeschränkt sind, deren Altpapier, leere Flaschen oder gar Sperrmüll zum Entsorgungshof. Als Transportmittel dienen Lastenräder mit Elektromotor. Letzten September in Bern ins Leben gerufen, wird das Experiment von der TCS-Tochter Mobilitätsakademie durchgeführt. Es ist Teil der Initiative

«ich bewege», in der es darum geht, mehr über die Mobilitätsbedürfnisse der Generation 50+ zu erfahren.

## E-Cargo-Bike und Velo sind nicht gleich

Die sieben sind nach Ittigen gekommen, um sich in einem Gratis-Halbtageskurs des TCS zu Pedaleuren auf E-Cargo-Bikes ausbilden zu lassen. Am Anfang der Schulung steht ein Theorieteil, da sich E-Bikes in einigen Dingen von normalen Velos unterscheiden. «Langsame» E-Bikes mit einer Tretunterstützung bis 25 km/h werden nach der Regelung des Astra wie Velos und schnelle E-Bikes mit einer Tretunterstützung bis 45 km/h als Motorfahrräder angesehen. So darf zum Beispiel bei einem dreiteiligen Fahrerbot für Autos, Motorräder und Motorfahrräder ein Fahrer mit einem



«Ich kann mir gut vorstellen, alle 14 Tage im Einsatz zu sein»

Susanne Seiler-Baur, künftige Pedaleurin

schnellen E-Bike den so markierten Weg nicht nehmen (es sei denn der Motor ist ausgeschaltet), ein TCS-Pedaleur aber schon, da die im Projekt eingesetzten E-Bikes zur langsamen Kategorie gehören. Auch der Bremsweg ist wesentlich länger. Wer auf einem herkömmlichen Rad mit einer Geschwindigkeit von 15 km/h unterwegs ist, kommt auf etwa 10,1 Meter Reaktions- und Bremsweg. Auf einem E-Bike, das 25 km/h schnell fährt, muss mit einem Anhalteweg von 18,8 Meter gerechnet werden. Dieser erhöht sich noch auf nasser Fahrbahn oder wenn das E-Cargo-Bike beladen ist.

Susanne Seiler-Baur hört den Ausführungen der beiden Verkehrsinstruktoren aufmerksam zu. Die 59-Jährige aus Schliern bei Bern las in einem «Touring»-Artikel über das Projekt. «Ich habe kürzlich aufgehört zu arbeiten und suche jetzt nach neuen Dingen, wo ich mich einbringen kann», sagt sie. Die Kombination aus sozialem und ökologischem Engagement, bei dem man sich noch selbst bewege, habe sie sofort angesprochen. «Ich kann mir gut vorstellen, alle 14 Tage im Einsatz zu sein», so die sportliche Frau.

## Richtiges kreiseln will gelernt sein

Nach dem Theorieblock erklärt Christina Haas, Projektleiterin von «ich bewege», rasch die verschiedenen





**Projektleiterin**  
Christina Haas  
erklärt die Fahrmodi.



**Beim TCS-Pedaleur-Training**  
ging es nach der theoretischen Unterweisung auch gleich auf die Strasse

Fahrmodi der Räder der Marke Riese & Müller und dann geht's los. Erst fahren die Pedaleure in spe noch etwas verhalten um die Gebäude des Technischen Zentrums, üben zu bremsen und wie man Kurven nimmt. Dann wagen sie sich an die von den Verkehrsinstrukto- ren Hans Wüthrich und Kornel Fahrni angelegte Slalomstrecke und an den Kreisel und simulieren das Einspuren. Schliesslich erhalten sie noch Säcke mit 20 oder 25 Kilo auf ihre Ladefläche, weil sie ja künftig Recycling-Gut transportieren werden. Nachdem alle mit den Lastenrädern vertraut sind, teilen Wüthrich und Fahrni die Kursteilneh-

mer in zwei Gruppen auf und nehmen sie mit auf die Strasse. Erst fahren sie eine Brücke hin und her, versuchen Wendemanöver und getestet welcher Fahrmodus bei einer Bergauffahrt am besten ist. Und natürlich will das Fahren in einem Kreisel geübt sein. Die Instruktoren radeln voraus und die Neulinge folgen ihnen, einer nach dem anderen: Sie fahren wie gerade gelernt kurz vor dem Kreisel in die Mitte der Fahrbahn, gewähren Fahrzeugen von links den Vortritt, befahren den Kreisel in der Mitte der Fahrbahn und geben vor Verlassen des Kreisels ein Handzeichen, so wie Autofahrer eben auch blinken. Das wird mehrmals geprobt, bis sich alle sicher fühlen.

### Gelbes Shirt als Erkennungszeichen

Als sich die zwei Gruppen wieder vor dem Technischen Zentrum in Ittigen treffen, sind sich alle einig, dass die rund 2,35 Meter langen Lastenräder erstaunlich leicht zu fahren sind. Den Mienen nach zu urteilen, macht es auch viel Spass. Zum Schluss erklärt Christina Haas noch, wie die Auftragserteilung funktioniert. Sobald sie eine Anfrage zur Hilfe beim Entsorgen von Recycling-Gut erhalte, frage sie alle Teilnehmer per Mail, wer Zeit habe. Als Abschiedsgeschenk erhalten die Freiwilligen ein Polo-Shirt im unübersehbaren TCS-Gelb. Auf dem Rücken steht «ich bewege». Das Shirt wird auch

das Erkennungszeichen der Pedaleure sein, wenn sie künftig bei Leuten klingeln, denen sie im Rahmen des Projekts helfen wollen. Beat Zaugg freut sich schon auf seinen ersten Einsatz. Seit seiner Pensionierung engagiert sich der 70-Jährige, den man viel jünger schätzen würde, sozial. «Da ich aber auch immer Spass an der Sache haben möchte, kommt mir als begeisterter Gümeler dieses Projekt gerade recht.» Er möchte möglichst jede Woche als Pedaleur unterwegs sein. Das steht für ihn jetzt schon fest.



«Als begeisterter Gümeler kommt mir dieses Projekt gerade recht»

**Beat Zaugg,**  
Pedaleur in spe

### Hilfe beim Entsorgen von Recycling-Gut

Ältere Menschen, denen der Weg zum nächsten Entsorgungspunkt zu weit ist oder denen das Wegbringen von leeren Flaschen, Altpapier oder Aluminiumabfall generell zu beschwerlich ist, können jetzt einen TCS-Pedaleur buchen. Gratis. Dabei handelt es sich um Freiwillige, die im Rahmen des TCS-Projekts «ich bewege» Senioren helfen, Recycling-Gut oder auch grössere Gegenstände, die nicht mehr gebraucht werden, in den nächsten Entsorgungshof zu transportieren. Das Kennzeichen der Pedaleure sind ihre gelben Shirts und ihre E-Cargo-Bikes. ♦

Die Pedaleure können per E-Mail oder Telefon gebucht werden: [info@ichbewege.ch](mailto:info@ichbewege.ch), Tel. 058 827 34 09. Weitere Informationen: [ichbewege.ch](http://ichbewege.ch)

Anzeige



## MACH URLAUB MIT STIL

Entscheide Dich für die besten Leistungen, gehobenen Komfort und die authentische Kulinarik der Romagna.

**RICCI HOTELS • CESENATICO • ADRIAKÜSTE** Tel. 0039 0547 87102 - [info@riccihotels.it](mailto:info@riccihotels.it)

Angebot anfordern  
[www.riccihotels.it](http://www.riccihotels.it)