

# Mit dem Rad zur Schule

## Tipps für den sicheren Schulweg mit dem Rad

Zwei Drittel der Kinder zwischen zehn und 15 Jahren fahren mehrmals in der Woche mit dem Fahrrad und viele davon können auch mit dem Rad zur Schule fahren.

Die Vorteile: Kinder, die sich in der frischen Luft bewegen, sind ausgeglichener und können sich besser konzentrieren. Mit dem Rad zur Schule zu fahren ist eine gute Möglichkeit, um während der Schulzeit auf die tägliche Portion Bewegung zu kommen. (Die Bewegungsempfehlung für Kinder und Jugendliche beträgt mindestens 60 Minuten jeden Tag.)

### Kind und Fahrrad startklar?

Die Voraussetzungen für die Rad-Fahrt zur Schule sind individuell zu bewerten.

- Kann das Kind sicher Rad fahren? Neben der motorischen Radbeherrschung - lenken, bremsen, schalten - müssen Sie auch einschätzen, ob Ihr Kind das komplexe Verkehrsgeschehen beherrscht.
- Wichtig ist auch ein verkehrssicheres Fahrrad: Vor allem funktionierende Bremsen und Lichter. Kinder bis 12 Jahre müssen beim Rad fahren einen Helm aufsetzen.

### Am Anfang begleiten

Kinder, die die freiwillige Radfahrprüfung erfolgreich bestanden haben und mindestens 10 Jahre alt sind, dürfen unbegleitete mit dem Fahrrad im Verkehr unterwegs sein. Vom Schulweg, Raderfahrung und Entwicklungsstand des Kindes hängt es ab, wann es sinnvoll ist, dass das Kind alleine mit dem Fahrrad in die Schule fährt. Hilfreich ist es auch, dass Eltern sich absprechen und ev. Radfahr-Gemeinschaften organisieren.

### Sicheren Schulweg suchen - Radlkarte.info hilft

Nicht immer ist der kürzeste Weg zur Schule der beste. Wählen Sie als Eltern, wenn möglich, einen eher verkehrsarmen Schulweg mit wenigen Kreuzungen, Einfahrten und Querungen aus. Die digitale Radlkarte von Land und Stadt Salzburg ([www.radlkarte.info](http://www.radlkarte.info)) kann Ihnen dabei behilflich sein, eine gute Radverbindung zu finden, weil neben der kürzesten Route auch eine empfohlene Route angezeigt wird. Radfahren auf Gehsteigen ist nicht erlaubt.

### In den Ferien Schulweg abfahren

Am Ende der Ferien soll der Schulweg einige Male in beiden Richtungen mit dem Rad trainiert werden. Besprechen Sie mit Ihrem Kind vorher eventuelle Besonderheiten auf dem Schulweg (z.B. Querungshilfen) und lassen Sie Ihr Kind dann vorfahren. So können Sie es beobachten (und für richtiges Verhalten loben!).

### Radfahren ist sicher

Auch wenn viele Eltern denken, dass ihr Kind im Auto am sichersten ist, stimmt es nicht. Es verunfallen mehr Kinder in den Autos (ihrer Eltern) als auf dem Fahrrad.

Übrigens sind die Schulkinder auch mit dem Fahrrad auf dem Weg von und zur Schule über die AUVA versichert.

### **Guter Start in den Schultag**

Ein guter Schultag beginnt mit einem gesunden Frühstück und einem aktiven Schulweg (zu Fuß oder) mit dem Fahrrad. Wenn Eltern ihr Kind mit dem Rad in die Schule begleiten, tun sie auch etwas Gutes für die eigene Gesundheit.