

## **Anfahren, Kurven, Bremsen – Seniorinnen und Senioren üben Sicherheit auf dem Pedelec!**



Pedelects, sogenannte E-Bikes, werden immer beliebter, auch bei Menschen Ü60. Um sie sicherer zu machen und Unfällen vorzubeugen, hat der Kreissenorenrat Esslingen in Kooperation mit der Sportgemeinschaft Filderstadt, der Verkehrswacht Neuffen-Teck, der Kreisverkehrswacht Esslingen und der Präventionsabteilung des Polizeipräsidiums Reutlingen ein Pedelec-Training für Seniorinnen und Senioren entwickelt.

Der Stadt seniorenrat griff die Initiative auf und bot dieses Training in Leinfelden-Echterdingen an. 7 Teilnehmer:innen trafen sich am 17.6.2021 um 14 Uhr mit ihren Pedelects bei 30 Grad im Schatten auf dem Parkplatz des Sportzentrums Leinfelden und lernten:

- Richtiges Anfahren auf der Ebene und am Berg
- Sicheres Bremsen und Anhalten
- Kurven fahren, Engstellen passieren und Hindernissen ausweichen.

Zusätzlich erhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Informationen über Verkehrsregeln und Sicherheit im Straßenverkehr. Es gab Tipps für die richtige Einstellung des Sitzes und des Helms.

Nach 2 Stunden Training und Üben waren alle Teilnehmenden wesentlich sicherer und voll des Lobes für die zwei Trainerinnen:

„Das Training war vielseitig und sehr hilfreich. Ich fühle mich jetzt viel sicherer ...“

„Die Trainerinnen waren engagiert, haben alle Fragen beantwortet ...kann man nur weiter empfehlen!“

„Ich habe gelernt, dass ich dorthin schauen muss, wo ich hinfahren will. Und dass ich immer Zeigefinger und Mittelfinger an der Bremse haben soll ...“

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer wünschen sich eine Auffrischung im nächsten Jahr! Der Stadt seniorenrat wird sich bemühen, diesem Wunsch nachzukommen.