

# FAHRRAD IN AACHEN



## MEHR FREUDE AM FAHREN!

Das Fahrrad ist nicht nur ein Sport- und Freizeitgerät, auch im Alltag lässt es sich vielseitig einsetzen.

Ob zur Arbeit, zum Einkaufen, zum Sport oder ins Theater, in der Stadt kann etwa die Hälfte aller Strecken schneller mit dem Rad zurückgelegt werden als mit dem Auto.

Wie kommen Sie in Aachen herum?

**Steigen sie um**

**Steigen sie auf!**



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadtaachen



# FAHRRAD IN AACHEN



## MEHR FREUDE AM FAHREN!

Das Fahrrad ist nicht nur ein Sport- und Freizeitgerät, auch im Alltag lässt es sich vielseitig einsetzen.

Ob zur Arbeit, zum Einkaufen, zum Sport oder ins Theater, in der Stadt kann etwa die Hälfte aller Strecken schneller mit dem Rad zurückgelegt werden als mit dem Auto.

Wie kommen Sie in Aachen herum?

**Steigen sie um**

**Steigen sie auf!**



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



**Kinder** sollten früh lernen sich sicher, eigenständig und selbstbewusst auf ihren Alltagsstrecken zu bewegen.

Was sie auf ihrem Weg zum Kindergarten oder zur Schule lernen, hilft ihnen auch, sich später auf anderen Wegen zurecht zu finden.

Fahrradfahren beugt Bewegungsmangel vor und die Kinder entwickeln dabei ihre motorischen Fähigkeiten.



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



**Aufsteigen und losfahren!**  
Im **Alltag** mit dem Fahrrad durch unsere Stadt denn die **Vorteile** sind unübersehbar: **Schnelligkeit**, keine **Parkplatzsorgen**, überall ist die Fahrt bis zum **Ziel** möglich, jederzeit verfügbar, **minimale Kosten**.  
Einfach genial: Das **Radfahren** bietet ein intensives **Stadterlebnis**.  
Ist **umweltschonend** und **gesund**.

[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



Wer **regelmäßig** Fahrrad fährt, der tut nicht nur etwas für unsere **Umwelt**, sondern auch etwas für die **Gesundheit, Ausdauer, Kraft** und die allgemeine **Fitness** werden gefördert. Fahrradfahren verbessert die Funktion von **Herz und Kreislauf** und trägt zur Senkung des **Blutdrucks** bei. Das **Immunsystem** wird gestärkt, und so Infektionskrankheiten vorgebeugt. Sie sind an der frischen **Luft** und trainieren Ihre **Kondition**. Sie kommen schnell vorwärts und schonen **Knie** und **Hüfte**. Es macht in einer **Gruppe** genauso viel **Spaß**, wie **alleine**.



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



Beim Radfahren kann man das **Sinnvolle** mit dem **Nützlichen** verbinden, indem man Wege bestreitet, die man sonst mit dem **Auto** oder dem **BUS** erledigen müsste.

Fahren Sie mit dem **Rad** zur **Arbeit**, dann kommen Sie morgens **ohne Stau** zum **Arbeitsplatz** und bleiben **fit**.

Selbst für Menschen, die lange keinen **Sport** betrieben haben ist **Radfahren** eine **ideale** Möglichkeit wieder damit anzufangen, sich **sportlich** zu betätigen. Schon heute kommen knapp **vier Millionen** Beschäftigte mit dem **Fahrrad** zur **Arbeit**.



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



In der Radstation können Sie Ihr Fahrrad witterungs- und diebstahlgeschützt parken. Die Serviceleistungen sind neben Bewachung auch kleinere Reparaturen vor Ort. Größere Reparaturen werden nach dem Motto „morgens gebracht, abends gemacht“ durchgeführt. Ersatzteile und Zubehör können Sie direkt in der Radstation erwerben. Für Fahrradtouristen und Besucher stehen zahlreiche Mieträder in der Radstation bereit. Dazu zählen auch Elektrofahrräder.



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



**Mobil** auch in der Altersgruppe 50plus. Fahrradfahren ist **nicht nur** etwas für junge Leute.

Es gibt immer mehr **ältere** Menschen, die das **Radfahren** wieder für sich entdecken. Dies geschieht zum einen aus **gesundheitlichen Gründen**, etwa weil sie einfach **fit bleiben** wollen. Zum anderen ist Radfahren eine gute Möglichkeit, **leistungsfähig** und **beweglich** zu bleiben.



[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen



# FAHRRAD IN AACHEN



Das Fahrzeug mit Null-Emission.  
Damit wird die globale Klima-  
erwärmung zwar nicht gestoppt,  
aber verringert. Fahrradfahren  
für weniger Schadstoffausstoß  
und mehr Wohlfühlklima.

[www.aachen.de/radfahren](http://www.aachen.de/radfahren)



stadt aachen

