

Rad
fahren
11-12
2022

Rad *fahren*

28 SEITEN KLEIDUNG, LICHT & REINIGUNG

**Warm, sichtbar,
sauber: So wird
der Winter gut**

13 TREKKINGREIFEN: PRÜFSTAND & PRAXIS

**Robust und effizient:
Welcher Reifen kann's?**

NEUHEITEN 2023: RÄDER, TEILE, ZUBEHÖR

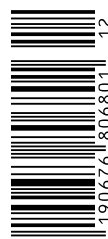
**Die neuen Trends
bei Cargo & Gravel**

TRAUMZIEL SÜDAFRIKA

**Mit dem Fahrrad
durchs Wildreservat**

VOLL AUSGESTATTET UND DYNAMISCH

7 sportliche Tourenräder im Test





Wach, fit, gesund

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

immer am Ende des Sommers werde ich ein klein wenig wehmütig und möchte rufen: „Stopp, bleib doch noch ein bisschen!“ Und dann den Sommer an- oder gar festhalten. Ich bin frustriert über die frühen Sonnenuntergänge und komme morgens schwerer aus dem Bett, denn es ist ja noch so grau und dunkel.

Glücklicherweise ist das nur eine Übergangszeit, die den September betrifft. Denn schnell stelle ich fest, welche schönen Seiten der Herbst hat: raschelndes Laub, mystische Nebelschwaden über dem Fluss und intensive Farben. Spannend, dass ich das jedes Jahr aufs Neue so erlebe und es sich immer wieder neu schön anfühlt. Wer sich im Herbst weiter aufrafft, regelmäßig Fahrrad zu fahren, genießt außerdem herrlich klare und kühle Luft und wieder mehr Platz auf den Radwegen, weil die Schönwetterradler ihr Fahrrad längst eingemottet haben. Und wer es den Herbst über geschafft hat, packt dann auch den Winter. Machen Sie es sich nicht unnötig schwer: Einfacher fällt es mit der richtigen Bekleidung, einem gut gewarteten Rad und insbesondere einer hellen, hochwertigen Lichtanlage.

Gerade im Winter fallen mir dann auch weitere positive Aspekte des Radfahrens auf. Wer nämlich bei frostigen Temperaturen mit dem Auto oder dem Bus zur Arbeit

oder zu einem Termin fährt, dessen Körper hat keine Chance, aufzuwärmen. Die passive Art der Fortbewegung macht müde und schlapp, außerdem friert man eher. Wer hingegen mit dem Rad kommt, ist erfrischt, aufgewärmt und hellwach. Im Körper und im Kopf. Eine Erfahrung, die Ganzjahresradler oft schon gar nicht mehr bewusst wahrnehmen, die es ihnen unbewusst aber leicht macht!

Ach ja und noch was: Für Ihre Gesundheit, insbesondere für das Immunsystem und die Atemwege, ist Radfahren zu jeder Jahreszeit extrem gut.

Bleiben Sie gesund!



Johanna Nimrich, Redaktionsleitung

Inhalt

Radfahren 11-12/2022

TEST & TECHNIK

- 22 **Auf die schnelle Tour**
7 leichte Trekkingräder im Test
- 62 **Die Saubermacher**
11 Druckstrahler im Test
- 84 **Das läuft rund!**
13 City- und Trekkingreifen im Test
- 92 **Kräftiger SUV**
Ausprobiert: Das Poison Zyankali 29
- 94 **Potenter Tourer**
Ausprobiert: Das Canyon Spectral 125 CF 7
- 96 **Über Schotter jagen**
Ausprobiert: Das Trek Checkpoint
- 98 **Dauertest 2022**
Liegerad neu, Gravelbike endet
- 102 **Theorie & Praxis**
Packtasche, Campingstuhl, Bekleidung ...



TITELFOTO
Vaude



FOTO: GIDEON HEEDE

22 TEST Leichte Trekkingräder



FOTOS: HERSTELLER

36 SERVICE Warme Radbekleidung mit synthetischer Isolierung



80

INTERVIEW

Sänger Jan „Monchi“ Gorkow



84

TEST

City- und Trekkingreifen



116

REISE

Sauerland

NEUHEITEN

48 **Neuheiten für 2023**

Räder, Teile, Zubehör, Bekleidung

INTERVIEW

80 **Krasses Freiheitsgefühl**

Sänger Jan „Monchi“ Gorkow übers Radfahren

SERVICE

36 **Federn lassen!**

Warme Bekleidung mit synthetischer Isolierung

44 **Winterradfahren**

10 Tipps für die kalte und dunkle Jahreszeit

70 **Gesehen werden**

Wie viel Beleuchtung ist erlaubt und sinnvoll?

76 **Pro & Contra E-Bike**

Vor- und Nachteile des motorisierten Fahrrads

106 **Sauna und Massage**

Serie: Fit & gesund

REISE

116 **Sauerland**

Auftanken in der Natur

122 **Südafrika**

Eine Safari auf dem Mountainbike

RUBRIKEN

- 3 Editorial
- 6 Rund ums Rad
- 12 Leserforum
- 14 Eine Meldung und ihre Geschichte
- 16 Fotostrecke: Radfahren in Herbst & Winter
- 108 Bezugsadressen, Kleinanzeigen
- 110 Reise-News
- 128 Lisa Lässig
- 130 Vorschau, Impressum

EISIGER FAHRRAD- SPASS

Kälte ist kein Grund, das Rad stehen zu lassen, oder? Gerade zur kalten Jahreszeit spüren viele Radfahrer einen gewissen Zauber bei Ausfahrten in die Natur.



*7 schnelle Tourenräder
von 2545 bis 9678 Euro*

AUF DIE SCHNELLE TOUR



Irgendwie redet gerade die ganze mobile Welt von SUVs. Seien es die dicken Autos oder die vollgefederten E-Bikes. Sie vermitteln sicher viel Fahrfreude. Springlebendig sind sie aber nur mit hohem Energieeinsatz. Ganz anders bei leichten, sportiven Trekkingrädern. Die haben die Athletik schon eingebaut. Perfekt für ambitionierte Touren oder flinkes Vorankommen im Stadtverkehr.

Heute hab ich um 8 Uhr einen wichtigen Termin! Oh, oh, und schon so spät! Das wird knapp. Da nehme ich schnell das Auto. So oder so ähnlich läuft es oft. Und man kann das auch nachvollziehen. Mit einem Auto ist man ja schon schneller unterwegs als mit dem Fahrrad. Bus und Bahn mal außen vorgelassen.

Wobei: Gerade im innerstädtischen Verkehr nutzt man mit Fahrrädern oft Abkürzungen, rollt, wenn die Blechlawine sich nur langsam vorwärts quält. Selbst mit mäßiger Radinfrastruktur. Berechnungen und Messungen belegen immer wieder, dass man mit dem Fahrrad meist ähnlich schnell oder sogar eher ans Ziel kommt. Theoretisch auch gesünder, lässt man die Abgase außer Acht.

Sportlich leicht unterwegs

Für Menschen, die es gerne schnell haben, Menschen, die gerne sportlich unterwegs sind, sind die sieben Räder aus diesem Test eine interessante Option. Das sind sportliche, leichte Trekkingräder für Touren und zum Pendeln. Vier Trekkingräder und drei zum Randonneur aufgerüstete Gravelbikes aus Stahl, Titan und Aluminium. Anders als bei reinen, schnellsten und sportlichsten, Rennmaschinen, kommt bei ihnen der Touren- und Alltagscharakter zum Tragen. Mit Lichtanlage, Schutzblechen und Gepäckträger sind sie praktisch und vielseitig.

Weiterlesen auf Seite 26

Synthetische „Daune“ in Fahrradbekleidung

FEDERN LASSEN

FOTO: RH2010/ADOBE STOCK

10

Tipps für den Winter

Es wird kalt, nass und ungemütlich. Aber ist das ein Grund, das Rad stehen zu lassen? Längst ist nachgewiesen, dass gerade das Radfahren zur kalten Jahreszeit ein echter Booster fürs Immunsystem ist. Wir finden: Mit der richtigen Einstellung und Ausrüstung spricht gar nichts gegen Winterradfahren. Sondern nur sehr viel dafür.

Martin hat die Nase voll. Aber im wahrsten Sinne des Wortes. Eigentlich fährt er die Strecke zur Arbeit seit einiger Zeit mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, weil er nicht noch einen Pkw alleine durch die Gegend kutschieren will. Doch in diesem Herbst hat er ständig Schnupfen. Außerdem ist der Bus oft überfüllt und er muss stehen. Dicht gedrängt zwischen den anderen, und dann noch die Maske die ganze Zeit ... ein anderer Plan muss her! Vielleicht doch das Rad wieder in Gang bringen und öfters zur Arbeit radeln? Mit unseren Tipps ganz einfach.



1

Lichtanlage checken bzw. aufrüsten

Ganz wichtig für Fahrten in der dunklen Jahreszeit ist eine gute Lichtanlage. Man sollte also schon rechtzeitig checken, ob Scheinwerfer und Rückleuchte funktionieren. Wer ein älteres Rad besitzt, sollte über eine Aufrüstung der Lichtanlage nachdenken. Die Retro-Lampe sieht aber so hübsch aus? Das kann sein, doch im Bereich Licht am Rad hat sich in den letzten Jahren wirklich viel getan. Energiesparende LED-Lampen sorgen für richtig viel Helligkeit und es gibt sogar StVZO-zugelassene Fernlichtlampen und Bremslicht. Vielleicht ist es also eine Option, zumindest eine batteriebetriebene Lampe zusätzlich zu befestigen. Ein gutes Licht kann zu einem echten Aha-Erlebnis führen!

2

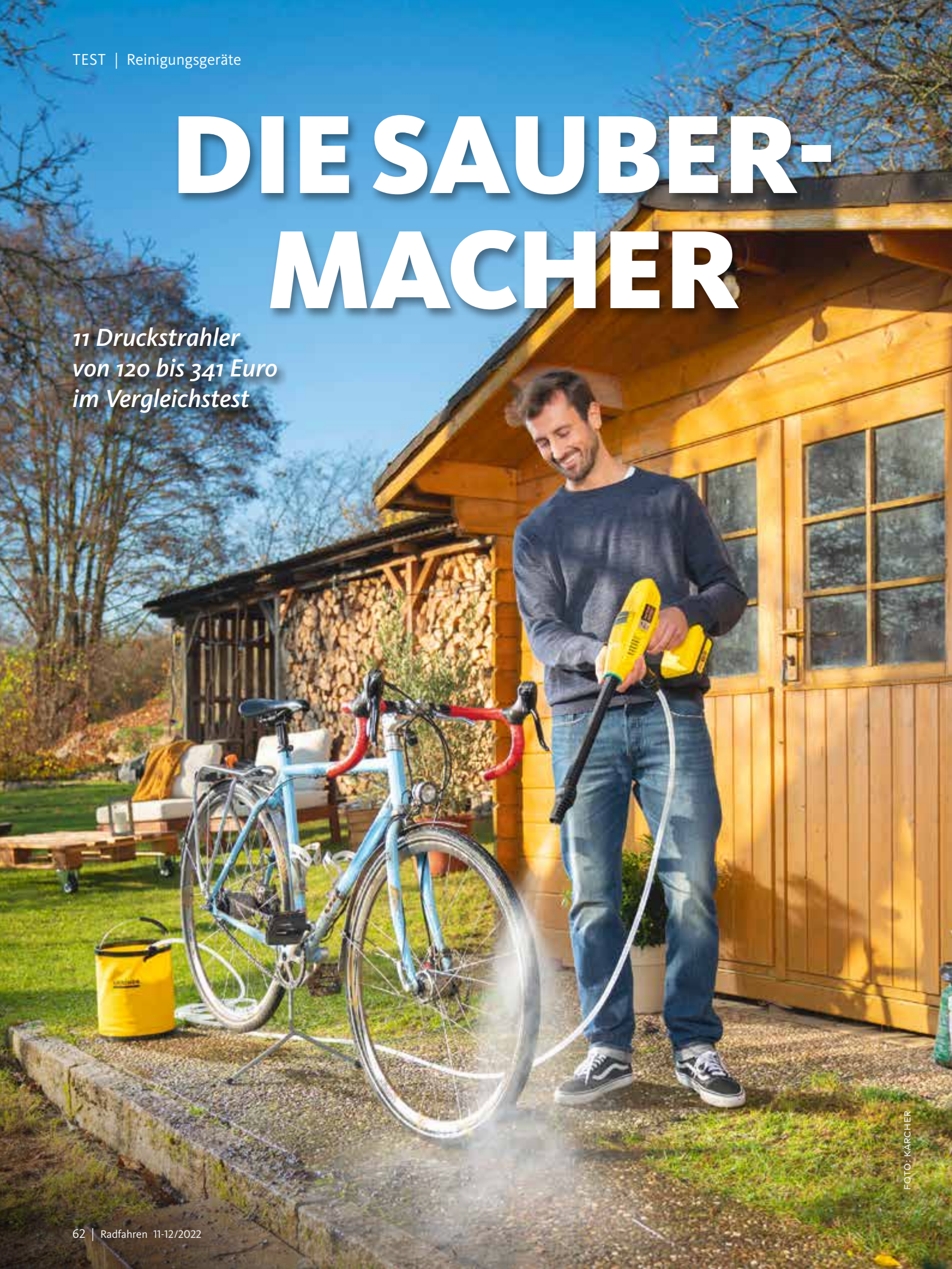
Wertvolle Winterausrüstung

Doch nicht nur ein gutes Licht sorgt für mehr Sicherheit. Wer auf nassen Wegen unterwegs ist, sollte besonders gut auf funktionierende, hochwertige Bremsen achten. Auch nützlich im Herbst und Winter sind gute Schutzbleche, evtl. mit zusätzlichem Spritzlappen, die Regen und Matsch zuverlässig vom Fahrer abhalten. Flache, breite Pedale sorgen für die Extraportion Sicherheit auch mit dickeren Winterradschuhen. Empfehlenswert sind auch Spikereifen (siehe Tipp 5). Als Pflegemittel ist Kettenöl in der nassen Jahreszeit ein wichtiger Begleiter, die Kette muss häufiger als sonst gereinigt und gefettet werden. Auch Lampen und Reflektoren sollten regelmäßig sauber gewischt werden.



DIE SAUBER- MACHER

*11 Druckstrahler
von 120 bis 341 Euro
im Vergleichstest*



Sicherheit durch Sichtbarkeit

Ich sehe was, was du nicht siehst ...



Pro und Contra E-Bike

Fahrrad und E-Bike: (k)eine Liebesbeziehung?!






FOTO: EXCELSIOR

2021 kauften wir in Deutschland insgesamt 4,7 Millionen Fahrräder. Fast 43 Prozent – 2 Millionen – waren E-Bikes, genauer gesagt Pedelecs. Und trotzdem gibt es sie immer noch, die Vorurteile gegenüber dem elektrisch unterstützten Fahrradfahren. Zu Recht?

Fahrrad und E-Bike gehen nicht immer eine Liebesbeziehung ein. „Bleibt mir weg mit E-Bikes“ – „Mit so einem Mofa braucht mir keiner kommen“ – „Das ist Selbstbetrug und Beschiss“, tönt es nicht selten von eingefleischten Fahrradfahrern. Echte Sportler stöhnen auf dem Trail beim Alpen-cross oder auf der Passhöhe in den Dolomiten laut und rollen verächtlich mit den Augen, wenn sie nach kilometerlangem Kampf mit der eigenen Leistungsfähigkeit von lustig pfeifenden Pedelec-Fahrern überholt werden. Gleichzeitig sind Retter besorgt, denn die Zahl verunglückter E-Biker in schwerem Gelände steigt.

Ist das Leben immer nur Selbstoptimierung? Muss „ohne Fleiß kein Preis“ in jeder Lebenslage gelten? Gibt es Fahrradspaß auch jenseits ausschließlich mit eigener Muskelkraft erfahrener Touren? Oder ist das E-Bike nicht vielmehr sogar ein Türöffner für all diejenigen, die bisher vor dem Radfahren zurückgeschreckt sind? Macht der E-Motor das Radfahren nicht demokratischer, wenn er dazu führt, dass weniger sportliche, gehandicapte oder kranke Menschen mit ihren fitteren Freunden nun gemeinsam auf Tour gehen können? Und muss man nicht auch einfach mal gönnen können? Bei uns gehen die Meinungen dazu auseinander. Denn natürlich ist ein Fahrrad umweltfreundlicher als ein E-Bike. Die Freude, an einem hohen Pass aus eigener Kraft angekommen zu sein, ist (zumindest meistens) größer als bei unterstützt fahrenden Pedalisten. Argumente jedenfalls pro und contra E-Bike gibt es genug. Schauen wir sie uns doch einfach mal an. 

STEPHAN KÜMMEL



FOTO: BASTIAN BOCHINSKI

„Ein krasses Freiheitsgefühl“

Im Gespräch mit Jan „Monchi“ Gorkow, Sänger von Feine Sahne Fischfilet

DAS LÄUFT!

*13 Trekking- und Cityreifen
von 17,99 bis 91 Euro
im Vergleichstest*



RADCLUB

DEALS & EVENTS

RUND UMS RAD

ÜBER 30 RABATTE UND VORTEILE

Mit nur einem Vorteil ist
das Geld wieder drin

SCHON AB

2€

PRO MONAT



SICHERE DIR JETZT DIE VORTEILE

www.radclub.de/einsteigen



15%

AUF BIKEFITTING

nur **115€** statt 135€*

*Beispiel: Bikefitting für E-Bike und Trekking
bei Radlabor Freiburg, München, Frankfurt

20%

AUF BIKE-VERSICHERUNG

nur **23€** statt 29€*

*Beispiel: für E-Bike, Kaufpreis 3.000 €,
Versicherung von hepster, gegen
Beschädigung und Verschleiß

10%

AUF E-BIKES

nur **1878€** statt 2087€*

*Beispiel: Gebrauchtes Ghost Teru X SE 27,5"
bei Greenstorm

**200 €
GUTSCHEIN**

AUF LEEZE-LAUFRÄDER

nur **699€** statt 899€*

*Beispiel: Modell Leeze CC 50 Disc BASIC

25%

AUF TUNAP-SPORTS FAHRRADPFLEGEMITTEL

nur **11,96€** statt 15,95€*

*Beispiel: Fahrradreiniger 1 Liter

35%

AUF FAHRTECHNIKKURSE

nur **64,35€** statt 99€*

*Beispiel: E-Mountainbike-Einsteigerkurs
Rock My Trail

UND VIELE WEITERE ANGEBOTE

UNSERE PARTNER
(Auszug)



busch+müller



Mit Willkommensgeschenk!

Neue Radclub-Basis-Mitglieder können zum Start aus
einer Vielzahl von Prämien wie Gutscheinen oder Fahrrad-
zubehör auswählen. Die aktuelle Übersicht unter:

www.radclub.de/radclub-pramien

Sauerland

Auftanken in der Natur

Safari auf dem Mountainbike

Out in Africa

Vorschau auf
die nächste

Rad fahren

Ab
16. Dezember
im Handel

Im Bahnhofskiosk,
im gut sortierten Zeitschriften-
handel, bei kompetenten
Fahrradhändlern!



MEGATEST 2023

Räder für alle

Wie gewohnt machen wir für die erste Ausgabe des neuen Jahres einen großen Test quer durch alle Radkategorien. Hier kommen Fahrräder für den Stadteinsatz genauso wie Begleiter für Reise und Graveltouren in den Test. Freuen Sie sich auf eine bunte Mischung!

FOTO: GIDEON HEED

SERVICE Nachhaltigkeit

Klar, Radfahren ist ökologisch sinnvoll. Aber reicht das denn auch? Was Firmen und Kunden machen können, um noch nachhaltiger zu agieren.

TEST Ergogriffe

Viele kennen schmerzende oder taube Hände beim Radfahren. Doch das muss nicht sein! Wir testen aktuelle Ergogriffe, die solche Probleme reduzieren können.



Testen Sie uns!

Mini-Abo (3 Hefte) nur 13,90 €
Mehr unter Tel.: +49 (0) 89-416 15 40-0
E-Mail: service@bva-bikemedia.de

Radfahren wird auf umweltschonendem, chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt und mit DHL GoGreen versendet.

IMPRESSUM

VERLAG

BVA BikeMedia GmbH
Fraunhoferstraße 9-11
85737 Ismaning/München

GESCHÄFTSFÜHRER

Paul von Schubert, Nico Martin, Hartmut Ulrich
HRB 193731 AG München

BVA BikeMedia ist ein Unternehmen der
Gundlach Gruppe Bielefeld.

REDAKTIONSKONTAKT

www.radfahren.de
Facebook: www.facebook.com/RadfahrenMagazin
Leserbriefe an: service@bva-bikemedia.de

CHEF VOM DIENST

Musa Sağlam

REDAKTIONSLEITUNG

Stephan Kümmel (SK), Johanna Nimrich (JN)

TEST- UND TECHNIKEITUNG

Sebastian Böhm (SB)

REDAKTION

Burchard Forth (BF), Tobias Jochims (TJ), Jens Kockerbeck (JK)

FOTOREDAKTION

Gideon Heede

LEKTORAT

Burchard Forth, Antje Anabaw

LAYOUT – PRODUKTION

Studio Martin Kaumanns, Cécile von Bock und Polach

DANKE AN DIE MITARBEITER DIESER AUSGABE

Daniel O. Fikurt, Peter Hummel,
Catharina Niggemeier, Florian Rebel, Frank Seeger, Florian Storch

MARKETING & VERTRIEB

Jochen Rabe, Marco Hinzler, Magdalena Weigl

MEDIABERATUNG

Mario Stützer · T +49 (0)151-18 85 05 60
mario.stuetzer@bva-bikemedia.de
Fabian Morlock · T +49 (0)151-18 85 05 59
fabian.morlock@bva-bikemedia.de
Benedikt Sperl · T +49 (0)151-18 85 05 62
benedikt.sperl@bva-bikemedia.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2022.

ANZEIGENVERWALTUNG

Doris Baldwin · T +49 (0)521-595-555
doris.baldwin@bva-bielefeld.de

NATIONALVERTRIEB

PARTNER Medienservices GmbH, Stuttgart

KUNDENSERVICE

Mo-Fr: 9-13 Uhr · T +49 (0)89-416 15 40-0
service@bva-bikemedia.de

ERSCHEINUNGSWEISE, ABONNEMENTS UND BEZUGSPREISE

Radfahren erscheint mit jährlich acht Ausgaben. Erhältlich an Kiosken, im Bahnhofskiosk, in ausgewählten Zweiradfachgeschäften oder direkt über den Kundenservice (auch Nachbestellungen).

Einzelpreis: 6,80 Euro (bei Versand ab Kundenservice zzgl. 2,- Versand);

Miniabo: 3 aktuelle Hefte für faire 13,90 Euro (nur Inland);

Jahres-Abo: 8 Hefte für 50,- Euro (Inland); 50,- Euro zzgl. 16 Euro

Porto (Ausland). Alle Preise inkl. der gesetzlichen MwSt.

Bei Nichterscheinen (höhere Gewalt) besteht kein Ersatzanspruch.

NACHDRUCK

Nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags

DRUCK

Vogel Druck und Medienservice GmbH
Leibnizstraße 5, 97204 Höchberg

INFOS ZUM RADWANDERKARTEN- UND RADBÜCHER-PROGRAMM DER BVA

www.fahrradbuecherkarten.de
oder T +49 (0)521-595-540
ulrike.krumme@bva-bikemedia.de

Aus Aktualitätsgründen kann es zu Themenverschiebungen und -streichungen kommen.

Kompetenz in Sachen Rad: Der Verlag
BVA BikeMedia produziert noch diese Magazine:

RennRad **Rad** Elektro

RadMarkt **RadSport**