



Kontakt-Lösung

Tipps und Tricks, mit denen Sie Schmerzen beim Radfahren vergessen können. Eine Liste mit 500 ergonomisch geschulten Radhändlern hängt an. So einen Service finden Sie nur in aktiv Radfahren!



In kaum einer anderen Sportart spielen viele kleine, aber hohen Belastungen ausgesetzte Kontaktstellen so eine große Rolle wie beim Radfahren. Eingeschlafene Hände, verspannte Nacken- oder Schulterpartien, ein schmerzender Po oder eingeschlafene Zehen sind für Sie Schnee von gestern – wenn Sie weiterlesen...

Erst wenn Rad und Radler ein organisches Ganzes bilden, die Verbindung von Mensch und Maschine „reibungslös“ funktioniert, ist Radfahren ein rundum gesunder Freizeitsport. Der Freude macht. Bei dem man sich wohl fühlt, richtig viel Spaß hat und gar mit sportlichem Elan seine Leistungsgrenzen erweitert. Das wollen wir: Komfort, Gesundheit und Effizienz. Doch genau an den Stellen, an den Radfahrer und Rad in Kontakt treten, können Probleme entstehen: bei den Griffen, bei Sattel und Pedalen. An Händen, Hintern sowie im Genitalbereich und am Fuß.

Patentlösungen gibt es keine, wohl eher eine Annäherung daran. Denn anders als die Maschine Rad ist der Mensch kein genormtes Wesen. Da gibt es Männlein und Weiblein, Bauarbeiterprätzen oder zierliche Hände, dralle und knackige Hintern, Platt- oder Senkfüße. Die Allround-Formel, die für alle Mutationen das exakt passende Teil bietet, haben Hersteller nicht gefunden. Doch medizinisch und anatomisch geschulte Radfahrern kennen Lösungen, Tipps und Tricks, die wir hier in drei Teilen vorstellen. Grundcredo dabei ist, dass sich das Rad an den Fahrer anpassen muss – nicht umgekehrt!

Gute Radhändler helfen gerne weiter

Grundlage aller Überlegungen ist auch, das Sie sich als Radfahrer oder Radfahrerin nur dann auf Ihrem Rad richtig wohl fühlen, wenn das Rad zur Ihrer persönlichen Einsatzsituation passt, wenn es in Details auf Ihre Maße einstellbar ist, wenn der Sattel ein Wohlgefühlstühl ist, wenn Schuhe und Griffe wirklich mit Ihren Füßen und Händen harmonieren.

Bei der Suche nach der Schmerzfrei-Lösung sind Sie nicht allein. Gute Radhändler helfen Ihnen dabei. Die guten zeichnen sich dadurch aus, dass sie ergonomisch geschult sind. Und dass sie sich Zeit nehmen – für Sie und Ihre individuellen Problemzonen. Wenn Sie also Druck oder Taubheitsgefühle, Verspannungen oder Schmerzen beim Radfahren haben, suchen Sie bevorzugt diese Ergonomie-Experten auf (eine Liste mit über 500 Adressen finden Sie ab Seite 94). Die vermessen nämlich Ihre Hände, ermitteln Arm- und Beinlänge, den Abstand Ihrer Sitzhocker zur Definierung der richtigen Satteltbreite, finden es völlig in Ordnung, wenn Sie einen Sattel zur Probe länger fahren wollen. Das Schöne dabei: Viele dieser Vorzeige-Radhändler arbeiten zusammen mit einem Sportmediziner oder Orthopäden in Ihrer Stadt – für ungeprübte Freude am Radfahren!

www.bordoschloss.de



Bordo. Das Schloss.
KOMPAKT. LEICHT. FLEXIBEL.

Das Faltschloss der neuesten Generation.

Bordo Classic
6000/75
Silver Edition

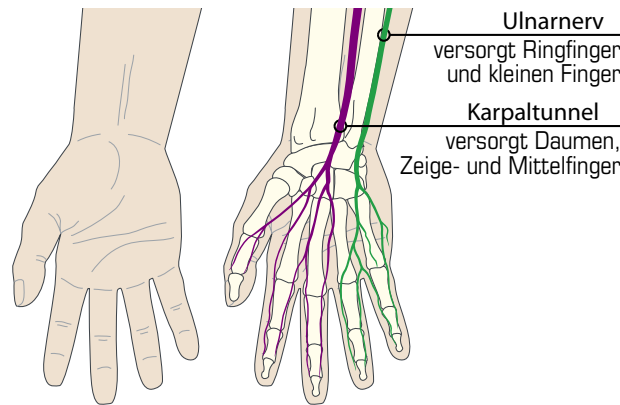
Bordo Classic
6000/75
(Länge 75 cm)

Bordo XL
6000/90
(Länge 90 cm)



- 1
- 2
- 3





Mal ein Blick in die Handnerven-Situation. Nur wenn Ulnarnerv nicht gedrückt und Karpaltunnel nicht abgeknickt werden, macht Radlers Hand keine Mucken...

Problemzone: Hand

Untersuchungen zeigen: 40 Prozent der Radfahren leiden unter Schmerzen und Taubheitsgefühlen im Handgelenk. Mit dem Zusammenspiel aus höherer Lenkerposition, ergonomischen Griffen, einer zum Fahrer gewinkelten Lenkstange und Handschuhen bekommen Sie das problemlos in Griff...

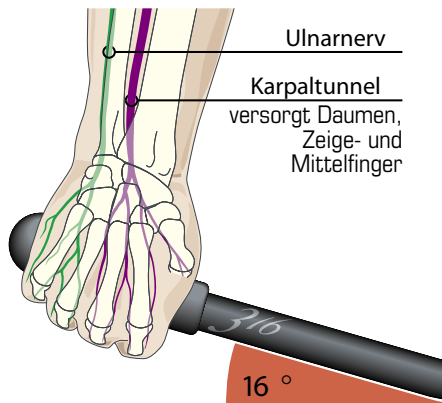
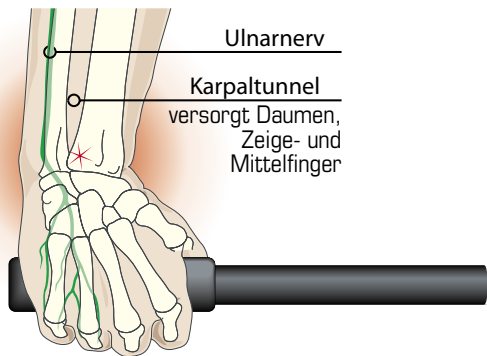
Halten, Lenken, Bremsen sind die wichtigsten Aufgaben, die Ihre Hand über den Griff übertragen muss, und dabei soll der noch komfortabel sein. Nur ein Griff, der perfekt zur Hand

passt, kann diese Aufgaben erfüllen. Das Geheimnis der Problemlösung ist die geschickte Umleitung der Kräfte, die auf die Hand und Handgelenke einwirken – und in der Verlängerung auf Schultern und Nacken auftreten. Regel 1: Egal ob Stadt- oder Tourenradler, Biker oder Rennradfahrer – stellen Sie den Lenker höher. Das entlastet Rücken, Nacken, Schulterpartie, Arme, Hand.

Die Lenkerhöhe ist bei sportlichen Fahrern unterhalb der Sitzhöhe oder bis auf dieselbe Höhe. Für eine genussvolle Sitzposition empfiehlt es

sich, den Lenker höher als den Sattel zu stellen. Der Lenker sollte beim Rennrad (Rennbügel) so eingestellt sein, dass am Oberlenker eine bequeme Haltung eingenommen wird. Wählen Sie den Abstand zwischen Lenker und Sattel so, dass die Vorderradnabe beim Blick nach unten vom Lenker verdeckt wird, wenn man den Rennbügel unten greift. Eine weitere Methode ist, den Abstand zwischen Sattelspitze und Lenker zu bestimmen. Dieser sollte ca. die Länge des Unterarms + 2 bis 4 Finger sein.

Der MTB/Trekkingrad (gekröpfter Lenker) Len-



Bringt man Druck auf den Lenker, werden Handnerven unter dem Ballen Pressuren ausgesetzt. Eine aufrechtere Sitzposition, ergonomische Griffen und ein zum Fahrer gewinkelter Lenker eliminieren Probleme.

Holländer wissen längst, was gut tut: höhenverstellbare Vorbauten, angewinkelte Lenker, Ergogriffe

ker sollte bequem erreichbar sein, wobei hierbei auf eine leichte Vorbeuge des Rumpfes geachtet werden sollte. Eventuelle Lenkerendhörnchen sollten so eingestellt sein, dass sie nach vorne zeigen, mit einem Winkel von 20 bis 30 Grad nach oben. Die Bremshebel sollten leicht nach unten montiert werden, damit für einen Bremsvorgang nur die Finger ausgestreckt werden müssen, um den Hebel zu erreichen.

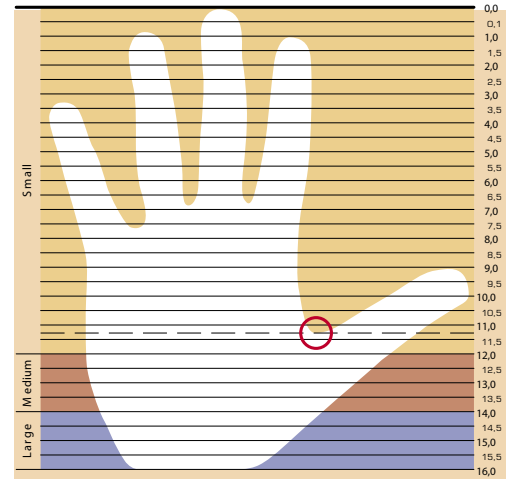
Druck weg durch Flossengriffe

Hauptverantwortlich für Beschwerden an Händen, Handgelenk und Armen ist der Druck auf kritische Nerven, den Ulnar- und den Mittelnerv. Bei Druckmessungen an der Kontaktstelle Handinnenfläche/Lenkergriff stellte sich heraus, dass der Druck an der Außenseite am höchsten ist. Genau an dieser Stelle verläuft der Ulnarnerv, der unter anderem für die Sensibilität des Ringfingers und des kleinen Fingers verantwortlich ist. Um die Belastung der Hand und des Unterarmes durch das Abstützen zu reduzieren, sollten die Griffe anatomisch geformt sein. Dies bedeutet, dass sie die anatomische Form der Hand nachvollziehen und die beim Abstützen auftretende „Hohlhand“ unterstützen müssen. Gewährleistet wird dies durch Griffe, die in der Mitte einen „Bauch“ aufweisen. Viele moderne Ergonomie-Griffen besitzen an der Handballen-Auflagestelle eine vergrößerte Auflagefläche und reduzieren so effektiv den Druck. Vorteil des größeren Griffes: Sie müssen nicht mehr so stark zugreifen, was die Finger entspannt. Da Handgrößen und -formen stark differieren, muss jeder den für sich passenden Griff finden; gute Händler bieten mit Hilfe von Schablonen eine Vermessung an. Es gibt Griffe für kleine, mittlere und große Hände. Falls Sie nicht auf neue Griffe wechseln wollen, kaufen Sie Handschuhe, die genau am Hand-

ballen eine ordentliche Posterfläche aufweisen – auch das verteilt Druck und dämpft zusätzlich Vibrationen ab. Die Griffe vom Lenker sollten vom Material her angenehm in der Hand liegen und rutschfest sein. So genannte „Dual-Density“-Griffe mit einer innen liegenden, harten Gummimischung sorgen für besseren Halt am Lenker. Eine innere, weiche Mischung für spürbar mehr Komfort.

Lenker: 16° zum Fahrer gewinkelt

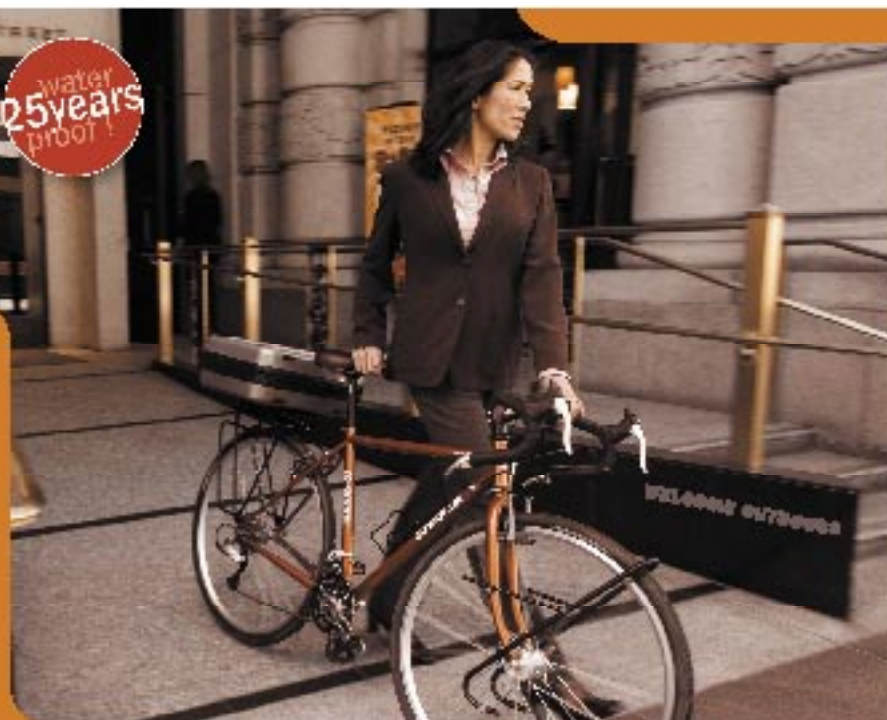
Zudem sollte beim Greifen des (Ober-)Lenkers die Hand eine Verlängerung des Armes bilden. Entsteht kein großer Knick im Handgelenk, wird sehr gut Fehlbelastungen vorgebeugt. Perfekt eignen sich dazu leicht zum Fahrer gebogene Lenker (bis 16 Grad), weil so die Hand in eine anatomisch gerechte Position gebracht wird. Dadurch vermeidet man eine Dehnung von Muskeln und Nerven an der Außenseite der Hand und eine Einengung des Karpaltunnels – schon ist das unangenehme Kribbeln weg!



Ergonomie-Experten unter den Radhändlern haben Handschablonen, mit denen sie die richtige Griffgröße für Ihre Hand bestimmen können. Im Zubehörhandel gibt es Griffe für schmale S-Hände, M-Größen und XL-„Pratzen“.



Dünne und runde Griffe verursachen starke Druckgefühle im Handballen. Darunterliegende Nerven werden permanent Druck ausgesetzt. Ergonomische Griffe in Ballen- oder Flossengriff-Form füllen die Innenhand optimal aus. Damit muss man auch nicht mehr so fest zugreifen – das wirkt entspannend!



OFFICE-BAG 2

Wasserdichter Fahrrad-Aktenkoffer

5 Jahre Garantie
www.ortlieb.com



leichtes Polycarbonat

abschließbar

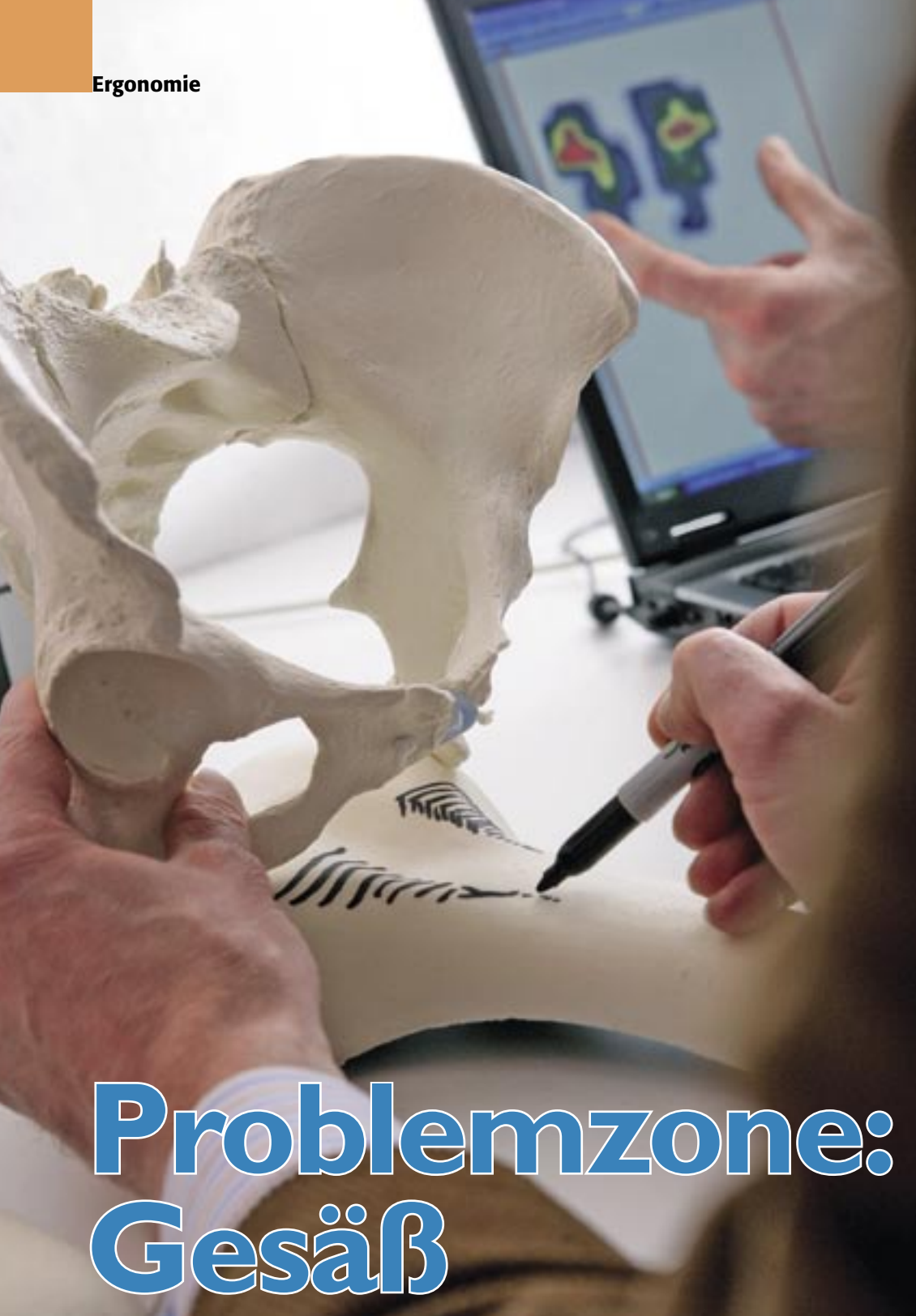
komfortable Innenausstattung

wasserdichter TIZIP-Reißverschluss

versenkte Halterungselemente

Inklusive Gepäckträgeradapter





60% der Radfahrer klagen über Sitzbeschwerden – Männer wie Frauen, egal ob beim Freizeit- oder sportlichen Radfahren. Der weiche Sattel ist immer die schlechteste Wahl. Wenn aber Form, Breite und Polsterung stimmen, kehrt die Freude am Radfahren zurück...

Laut Umfragen klagen über 60% der Radfahrer/innen über Sitzbeschwerden. Kein Wunder, denn sehr empfindliche Körperstellen lasten auf der eigentlich sehr kleinen Fläche des Sattels. Logisch, dass dieser passen muss wie ein Paar Schuhe.

Die Form und Breite müssen zum Abstand der Sitzknochen und zur Sitzposition passen. Die Polsterung zur Fahrgewohnheit und Fahrdauer. Der Dammbereich – hier liegen in der Mitte die Prostata und seitlich die für die Erektion verantwortlichen Nerven- und Blutbahnen, sollte vor allem bei Männern entlastet sein. Bei Frauen drückt das im Vergleich zum Mann tiefer liegende Schambein schon beim Aufsitzen schmerzhaft gegen die Sattelnase. Fatal hohe Druckgefühle können auftreten, wenn frau eine sportiv vorgebeugte Haltung einnehmen will...

Die Sitzknochen müssen auf dem Sattel optimal aufliegen, damit sie das Körpergewicht tragen können. Tückisch ist, dass diese zunächst wesentlich schmerzempfindlicher sind als der Dammbereich. Wissen sollten Sie, dass sich die Knochenhaut nach einer gewissen Eingewöhnungsphase (kann bis zu fünf Ausfahrten dauern) an den Druck gewöhnt hat und das Schmerzempfinden nachlässt.

Achtung: Mit einem weichen Sattel lässt sich dieses Problem nicht lösen, da hier die Sitzknochen so tief in das Polster einsinken, dass tiefer liegende Muskel- und Sehnenansätze gereizt werden, die sich nicht an die Belastung gewöhnen können. Es tritt hier meist nach etwa einer halben Stunde ein unangenehmer, drückender Schmerz auf. Zwischenfazit: Weiche Sättel sind also nur für kurze Strecken und Gelegenheitsradler geeignet. Wer einmal die Woche oder öfter unterwegs ist, gewöhnt sich schnell an eine straffe Polsterung.

Problemzone: Gesäß



AARIOS

Fabrik für handgebaute Fahrräder seit 1930

Wir fertigen Ihr Reiserad nach Maß

- Individuell angepasst
- schnell und Preiswert
- mehr als 100 Farbmöglichkeiten
- Rohloff optimiert

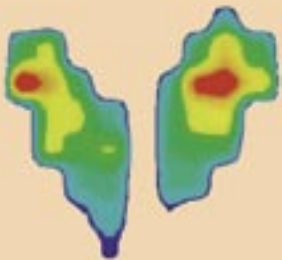
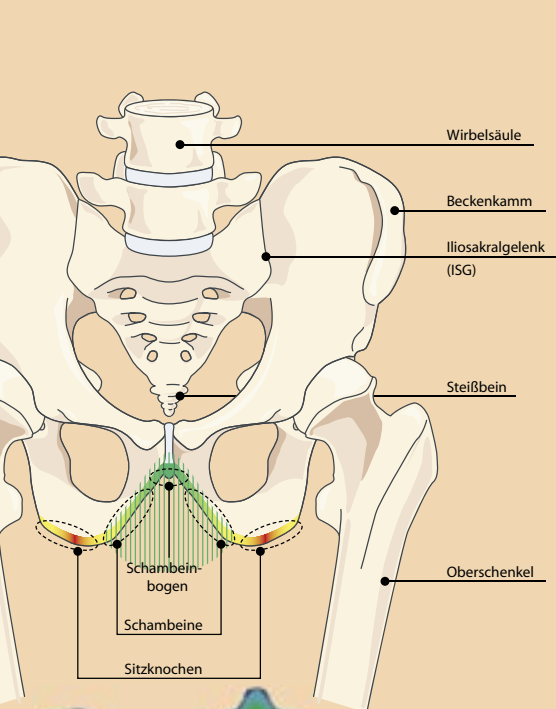
mehr infos unter: www.aarios.ch

Vertrieb für Deutschland Velo Voss
Lange Geismar 73 37073 Göttingen



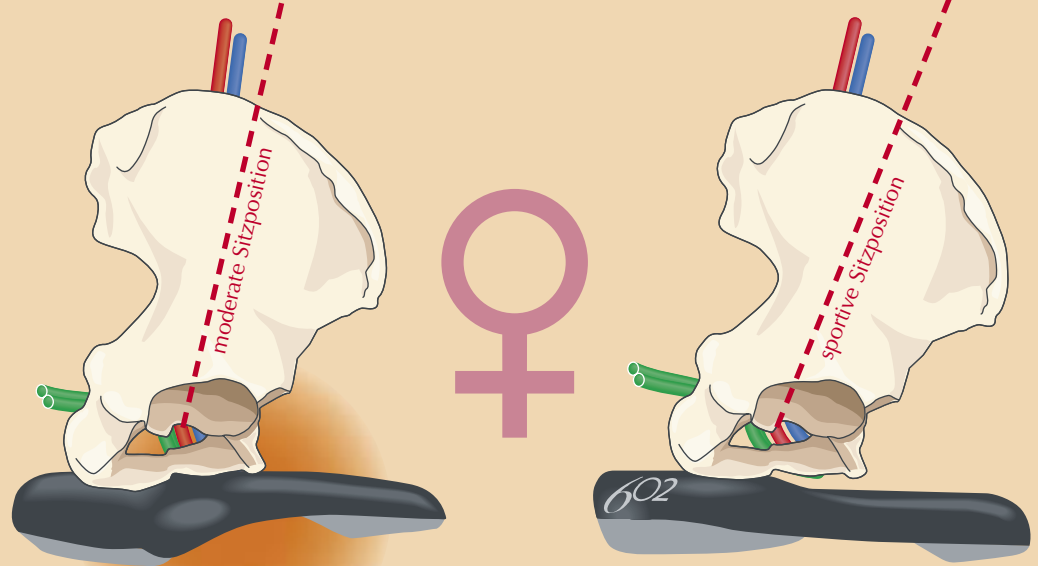
tel.: 0551 484236 email: velovoss@aol.com

Feinster Stahlrahmen swiss made



Die roten Flächen markieren die Sitzknochen, die hohen Druck aufnehmen können. Die gelben Flächen sollten entlastet sein – der grüne Bereich muss druckfrei sein.

Perfektes Druckmessbild: Höchste Druckaufnahme an den Sitzknochen (rot), stark reduzierter Druck am vorderen Schambeinbereich (grün)



Herkömmlicher Sattel: Das weibliche Schambein sitzt schon bei leichter Vorlage auf der Sattelnase auf. Rechts: Bei einem Stufensattel hat selbst bei einer weiter vorgebeugten Sitzposition das Schambein noch „Luft“.

Nachdem nun die Breite und die Polsterhärte bestimmt wurden, ist die Form des Sattels der entscheidende Faktor.

Ein stark gewölbter Sattel nimmt den Druck von den Sitzknochen und verteilt ihn auf den Dammbereich – ein Konzept, das vor allem bei sportlichen italienischen Rennsätteln zu sehen ist und nur von ganz leichten, durchtrainierten Profis verwendet werden sollte. Ein Loch oder V-förmiger Schlitz reduziert den Druck in der Mitte auf null. Dafür können an den Lochkanten Druckspitzen entstehen – an Stellen, an denen – wie oben erwähnt – wichtige Gefäße verlaufen beziehungsweise bei Frauen das Schambein (auf)drückt.

Positive Rückmeldung erhalten wir immer wieder von Lesern, die auf so genannten „Stufensätteln“ sitzen. Hier liegt die Sattelnase bei waagrecht eingestellter Sitzfläche einfach im Niveau ein kleines Stück tiefer. Diese Form entspricht am besten der Anatomie und ist inzwischen für alle Einsatzbereiche und Sitzpositionen erhältlich (siehe auch Zeichnung oben).

Gel ist physikalisch gesehen eine Flüssigkeit und schmiegt sich sehr gut an stark belastete Stellen, wie etwa die Sitzknochen, an und vergrößert somit die Auflagefläche und reduziert damit den Druck. Achten Sie darauf: Geleinslagen auf der Sattelnase sollten weicher sein

als die Polsterung an den Sitzknochen. Neue Untersuchungen zeigen, dass eine flexible Sattelschale komfortverbessernd wirkt. Am besten noch eine gute (Elastomer-)Federung zwischen Sattelstreben und Sattel (die „Gummipuffer“ gibt es inzwischen in verschiedenen Weichheitsstufen). Dies hält Ihnen Unebenheiten und Vibrationen fern und erhöht so den Komfort.



Messung zur Bestimmung der Sattelbreite: Die Sitzknochen haben sich deutlich eingedrückt...

TRENGADE SMOVER



Problemzone: Fuß

Einsteiger und Trekkingradfahrer verspüren manchmal eingeschlafene Zehen, ambitionierte Radler zwickt es im Kniegelenk. Mit der richtigen Sitzhöhe, nicht zu schmalen Schuhen oder speziellen Einlegesohlen bekommen Sie das weg ...

28 Knochen, 31 Gelenke, 107 Bänder und 19 Muskeln – der gesunde Fuß ist wichtige Voraussetzung für eine effiziente Kraftübertragung. Schlechtes Schuhwerk und veraltete Käfigpedale können auch für Beschwerden mit dem Knie verantwortlich sein. Die richtige Geometrie und vor allem die richtige Position des Sattels in Höhe und Vorschub sind auch hier wieder die Grundvoraussetzung für eine Problemlösung.

Eine einfache Faustregel für die richtige Sattelhöhe ist die Fersenmethode, bei der die Ferse auf das Pedal im untersten Punkt gestellt wird. Die richtige Höhe ist gefunden, wenn das Bein durchgestreckt werden kann. Bei normaler Fahrt steht dann der Fußballen auf dem Pedal, wodurch eine leichte Beugung des Kniegelenks auch in unterster Stellung gewährleistet ist.

Eine genauere Methode zur Errechnung der optimalen Sitzhöhe ist die „Hügi-Formel“: Einfach die Schrittlänge mit 0,88 multiplizieren. Die Schrittlänge bestimmen Sie durch das Messen der Länge der Beininnenseite. Der richtige Sattelversatz ergibt sich aus der Position des Knies: Halten Sie ein Lot an die Kniescheibe, während

das Pedal auf „drei Uhr“ nach vorne steht, das Lot sollte knapp hinter der Pedalachse liegen. Clickpedale mit richtigen Radschuhen sind Käfigpedalen oder gar normalen Pedalen nicht nur in der Kraftübertragung überlegen. Sondern auch aus biomechanischer Sicht, da bei der Beuge- und Streckbewegung des Knies auch der Fuß in eine leichte Rotation um einige Grad gezwungen wird. Diese Drehbewegung des Fußes ist nur mit einem guten Pedal-/Schuhsystem möglich.

Die Cleats werden so unter dem Schuh montiert, dass Sie auf Höhe des Großzehengrundgelenks liegen. Eine leichte Beinlängendifferenz (mit der viele Menschen unbewusst leben), kann durch Verschieben der Cleats nach vorn oder hinten etwas ausgeglichen werden. Der Winkel der Cleats sollte so eingestellt sein, dass die Füße parallel auf dem Pedal stehen.

Bei Kniebeschwerden sollte die Position besser der normalen Fußstellung entsprechen, die meist leicht auswärts ist (V-förmig). Da aber dann ab Schuhgröße 40 der Schuh im Fersenbereich in Kontakt mit Kurbel oder Rahmen kommt, bietet der deutsche Hersteller SQ-lab Trekking- oder Racepedale an, bei denen die Achse 15 mm länger ist und so mehr „Luft“ zwischen Schuh und Kurbel bleibt.

Beim Gehen und Laufen treten wesentlich höhere Belastungen für den Fuß auf als beim Rad-

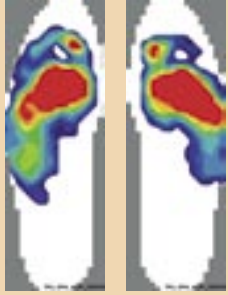


Vermessung der Fußform und der Beinachse: Fünf Sekunden auf der wärmeempfindlichen Folie stehen – schon zeichnet sich die Fußform ab. Eine spezielle Formel definiert die richtige Innensohle.

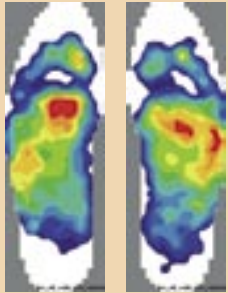
fahren. Diese Belastungen werden durch die Längs- und Quergewölbe, die wie eine Blattfeder wirken, gedämpft. Beim Radfahren wird bei jeder Tretbewegung dieses körpereigene Federsystem aktiviert. Das ist unnötig und kostet nur Kraft. Und es kann in Verbindung mit zu eng geschnittenen Radschuhen zu tauben Zehen und zu einer ungünstigen Ausgleichsbewegung des



Einlegesohlen: Weniger Druck, mehr Komfort



Ohne Einlegesohlen



Mit Einlegesohlen

Mit Hilfe einer Druckmessfolie aus der Orthopädietechnik gelingt der Beweis: Deutlich ist zu sehen, dass der hohe Druck (rot) im Vorderfußbereich durch Einlegesohlen (unteres Fußpaar) verteilt und abgeschwächt wird und der Komfort deutlich zunimmt.

Komplettberatung



Knies führen. Da der Schuhhersteller nie weiß, welcher Fußtyp später in seinen Schuhen steht, gibt es kaum Schuhe mit ordentlichem Fußbett und gut geformter Einlegesohle. Eine sinnvolle Ergänzung sind spezielle Einlegesohlen für den Radsport (Specialized, SQ-lab). Der Ergonomie-Händler bestimmt über einen Fußabdruck den Fußtyp (bei SQ-lab zudem die Beinachse) und kann so unter drei verschiedenen Typen von Einlegesohlen die passende auswählen.

Wir haben die Wirkungsweise der Einlegesohlen in der Praxis und im Labor mit einer Druckmessfolie aus der Orthopädieschuhtechnik überprüft. Fazit: Einlegesohlen bringen einen wesentlich höheren Komfort! Testfahrer, die Probleme mit tauben Zehen hatten, konnten dieses Problem zwar nicht immer ganz lösen, aber durchaus verbessern. Der wichtige runde Tritt fiel allen wesentlich leichter. Der subjektive Eindruck einer besseren Kraftübertragung wurde durch die Druckmessungen bewiesen.

Der Radzubehörhersteller SQ-lab (Straßlach bei München) bietet einen Ergonomie-Rundumservice an, der nicht nur Problemlöser ist, sondern richtungsweisend für Radhändler sein könnte.

SQ-lab-Chef Tobias Hild bedient die Videokamera, Dr. med. Stefan Staudte kontrolliert und Diplomsportwissenschaftler Bernhard Schambeck strampelt für die Wissenschaft. Er sitzt auf einem speziellen Rahmenmess-Gestell vom schwäbischen Radhersteller Velotraum, mit dem sich jede Radgeometrie – egal ob Rennrad, Bike oder Trekkingrad – exakt nachbilden lässt. „Das Hightech-Equipment des SQ-Labors, das sonst zur Entwicklung unserer Produkte dient und ausgestattet ist mit Videoanalyse, elektronischen Druckmess-Systemen, Fußscanner

sowie den neuesten Geräten unseres Kooperationspartners Body Scanning CRM, wird zunehmend auch von Endkunden genutzt. Wir können durch exakte Körpervermessung und eingehende Untersuchung und Beratung hier die Ursachen für auftretende Probleme beim Radfahren finden und lösen“, erklärt Hild. Der Kunde bekommt nach der Analyse seine Daten in Form einer Auswertung mit nach Hause. Sein Händler vor Ort kann mit den Messdaten dessen Rad optimal einstellen. Der große Check kostet zwei Stunden Zeit und rund 250 Euro. Hild kann sich vorstellen, dass der Fachhändler als Ergonomie-Experte künftig einen ähnlich umfangreichen Service bieten kann.

Infos: SQ-lab, 82064 Straßlach, Tel.: 08170-9983-0, info@sq-lab.com, www.dersattel.de

basta



Ganz schön helle!

Zwei, die zusammenpassen und zukunftsorientiertes Design garantieren.

Weiter, breiter, klarer, brillanter sehen und gesehen werden mit Basta PILOT Steady Auto Black Edition und Basta Zoom Steady, beide ausgestattet mit modernster, zukunftsweisender LED-Technik.

Das emotionale Design des PILOT und Zoom spiegeln den Zeitgeist einer jungen Generation wieder.

Dynamisch, energisch und kompromisslos leuchten sie die Wege ihrer bevorzugten Revire aus.

Die Integration der Standlichtfunktion im PILOT Steady Auto Black Edition und Basta Zoom Steady sichert auch bei Stopps für 4 Minuten stets frontale, seitliche und rückseitige Erkennbarkeit.

Beim Fachhandel in Ihrer Nähe.

Basta Deutschland GmbH • www.basta-deutschland.de

Service: Ergonomisch geschulte Händler

Keine Schmerzen am Gesäß, an Händen und Kniegelenken mehr ...

500 Händler, die Ihnen helfen ...

Diese Händler sind speziell geschult, für Sie die optimale Sitzposition auf Ihrem Fahrrad zu finden und bei Sitzproblemen, Nacken- oder Handschmerzen Abhilfe zu schaffen. Ihre Möglichkeiten: Körpervermessung („Body Scanning“), umsichtige Ergonomieberatung, kompe-

te Sattel- und Griffwahl, die Möglichkeit ausgiebiger Probefahrten. Unsere Auflistung nach Postleitzahlen macht Ihnen das Finden des Ergonomie-Experten in Ihrer Nähe leicht. Sie steht auch auf unserer Internetseite www.radfahren.de (z.Zt. 70000 Besucher/Monat).

01000 +

01129 Dresden, Antrieb der Fahrradladen GmbH, Köneritzstr. 7, 0351-8582059
01067 Dresden, Alpha Bikes, Luisenstr. 73, 0351-8011399
01108 Dresden, Emporon GmbH & Co.KG., Overbeckstraße 39, 0351-4827436
01328 Dresden, Fahrrad Eck, Am Waldrand 1, 0351-2618847
01705 Freital, Hilker GmbH Bike & Sport Shop, Dresdner Str. 94/96, 0351-6441326
01917 Kamenz, Bikehouse, Bautzner Str. 130, 03578-302366
02625 Bautzen, Fahrrad Schneider, Burker Höhe 1, 03591-209133
02826 Görlitz, Der Fahrradladen, Fischmarkt 4, 03581-410727
03130 Spremberg, Probike-Spremberg, An der Lusatia 1, 03563-348486
04277 Leipzig, Fahrrad Ossi, Bornaische Str. 17, 0341-3025757
04317 Leipzig, Fahrrad Preisser, Gabelsberger Str. 1, 0341-6893658
04347 Leipzig, Fahrradgeschäft Schurig, Ossietzky Str. 44, 0341-2330329
04626 Schmölln, Zweiradfachgeschäft Schulze, Markt 33, 034491-82315
06886 Lutherstadt Wittenberg, Fahrradhaus Kralisch, Judenstr.11, 03491-403703
06917 Jessen / Els, Fahrrad + Sport Klöpping, Rosa-Luxemburg-Str. 65, 03537-213747
08304 Schönheide, Zweirad König, Hauptstr. 80, 037755-4058
08340 Schwarzenberg, Riedels Rad, Elterleiner Str. 13-15, 03774-157319
08525 Plauen, Bike House, August-Bebel-Str. 3, 03741-440000
09112 Chemnitz, DIE ZWEI - Automobile, Bikes & Service, Reichsstr. 1a, 0371-311426
09212 Limbach-Oberfrohna, Fahrrad Berthold, Hohlweg 1, 03722-39322
10119 Berlin, Pedalum Mobile, Brunnenstr. 171, 030-4496389
10823 Berlin, Bikesology EK, Belziger Str. 41, 030-78703495/6
10961 Berlin, Mehringhof Schütze und Stage GbR, Gneisenaustr.2a, 030-6916027
12349 Berlin, Adams Bikeshop, Marienfelder Chaussee 97, 030-7436707
12555 Berlin-Köpenick, Fahrradhaus Haske, Borgmannstr. 1, 030-6563586
13156 Berlin, Fahrradtechnik Nord, Blankenburger Straße 41, 030-91425299
13437 Berlin, Arsenio Grünlandweg 4, 030-31808034
15344 Strausberg, Fahrradhaus Richter, Wriezenerstr. 10, 03341-216223
16259 Bad Freienwalde, Rad Freienwalde, Königstr. 33
16761 Henningsdorf, Zweirad Ebert, Berliner Str. 48, 03302-224100
17192 Waren / Müritz, Zweirad Karberg, Lange Str. 46, 03991-666080
18055 Rostock, Bike & Outdoor Markt Bänder, Großer Katthagen 2-4, 0381-4902050
18069 Rostock-Sievershagen, Bikemarket, An den Griebensollen 6, 0381-8003401
18107 Rostock, Bike & Art Grabower Str. 40a, 0381-7998991

20000 +

20249 Hamburg, Eppendorf Ludolfstraße 39, 040-51326666
20259 Hamburg, Eimsbütteler Fahrradladen, Osterstr.13, 040-493061
20535 Hamburg, Koeh 2-Rad Technologie, Sievingsallee 94-96, 040-2194634
21029 Hamburg/Berg, Marcks GmbH, Curslackner Neuer Deich 38, 040-7241570
21255 Tostedt, Fahrrad Louis, Bahnhofstr.51, 04182-5730
21335 Lüneburg, Radhaus Neue Sülze, Neue Sülze 23, 04131-42461
21629 Neu Wulmstorf, Hauschild, Grenzweg 23a, 040-7000781
21781 Cadenberge, Fahrradhalle Schlüter, Gewerbestr. 2, 04777-931212
22087 Hamburg, Radsportzentrum Hamburg, Kuhmühle 4, 040-41929698
22143 Hamburg, Harrys Rad Station, Bargtheiderstr. 87, 040-662529
22177 Hamburg, Mega Bike, Bramfelder Chaussee 148, 040-6422388
22337 Hamburg, Alsterarbeit, Postfach 600703, 040-50773607
22391 Hamburg, Kohn-Service, Wellingsbutter Weg 38, 040-5366060
22415 Hamburg, Fahrradhaus Scholz, Langenhorner Chaussee 157, 040-5317744
22453 Hamburg, K & K Radsport + Reisen OHG, Borsteler Chaussee 114, 040-51203696
22765 Hamburg, Rad + Tat, Am Felde 2, 040-395667
22765 Hamburg, Der Fahrradladen, Barnerstr. 28, 040-3903824
23611 Bad Schwartau, Biketechnik Jacob, Rantzauallee 25, 0451-28050120
23701 Eutin, Pedadels, Lübecker Str. 44, 04521-2753
24103 Kiel, Mega-Bike GmbH, Alter Markt 16, 0431-6668963
24106 Kiel, Fahrradies, Adalbertstr. 11, 0431-332016
24223 Ralsdorf, Mega Bike GmbH, Liebigstr. 11, 04307-839140
24306 Plön, Wittich Fahrräder und mehr, Lange Str. 39, 04522-2748
24534 Neumünster, Radsport Paukstadt, Kieler Str. 50, 04321-47765
24534 Neumünster, Mega Bike, Rendsburger Str.12, 04321-499385
24576 Bad Bramstedt, Radsport Schneider, Rosenstr. 33, 04192-8896357
24937 Flensburg, Becky's Fahrradservice, Munketoft 15, 0461-29580
25335 Neuendorf, Norwid Fahrradbau, Bauerweg 40, 04121-24658
25335 Elmshorn, Veloskop, Friedensallee 44, 04121-649099-5
25355 Barmstedt, Radsport Preuß, Reichenstr.18, 04123-4800
25524 Itzehoe, Fahrrad Richter, Sieversstr. 32, 04821-952515
26122 Oldenburg, Munderloh, Lange Str. 73, Mottenstr.20, 0441-27 611
26123 Oldenburg, Die Speiche, Donnerschwer Str. 53, 0441-84123
26209 Sandkrug, Fietsendiele, Astruper Str. 1, 04481-8460
26419 Schortens, FriesenRadCenter, Bahnhofstr.23, 04461-758862
26427 Esens, Stefan's Fahrradshop, Herderstr. 20, 04971-5574
26548 Norderney, Kurt's Fahrrad-Shop, Nordhelmstr. 73, 04932-935530
26871 Papenburg, Fahrzeughaus Bernhard Meyer, Splittingkanal Re. 48, 04961-73470
26892 Dörpen, Zweirad Center Hackmann, Gewerbegebiet Süd 12, 04963-734
27232 Sulingen, Fahrradwelt Buschmann & Hüskens GbR, Lange Str. 14, 04271-71153
27356 Rotenburg (Wümme), Radsportladen Vento, Fuhrenstr. 21, 04261-971488
27472 Cuxhaven, Rad & Tour, Schillerstr. 45, 04721-554100
27574 Bremerhaven, Rad & Tour, Schiffdorfer Chaussee 192, 0471-2909119
27607 Langen, Der Fahrradladen, Sieverner Str. 5, 04743-5447
27619 Sellstadt, Böschens Bahnhof, Am Bahnhof 1, 04703-920030
27751 Delmenhorst, Rund ums Rad, Bremer Str. 219a, 04221-721133
27753 Delmenhorst, Stoever Andreas, Schönemoorer Str. 64, 04221-51463
28203 Bremen, Radschlag Humboldtstr. 16, 0421-704105
28779 Bremen, Fahrradhaus Mayer, Mühlenstr. 78, 0421-601506
28844 Bremen/Weyhe, Schweers Zweiräder, Bremer Str. 11, 0421-891953
28844 Bremen/Weyhe, Zweirad Bösche, Kirchweiher Str. 7, 04203-81695
28865 Lilienthal, fahr zu Rolf, Hauptstr. 42, 04298-699653

30000 +

29221 Celle, Fahrrad-Werner, Kanzleistr. 14, 05141-21179
29525 Uelzen, Die Speichenstimmer, Sternplatz 5
29640 Schneverdingen, Fahrräder von Fintel, Harburger Str. 9a, 05193-6226
30161 Hannover, Pro Rad, Friesenstr.48, 0511-313967
30451 Hannover, Ratgeber Linden GmbH, Limmerstr. 32, 0511-442694
30459 Hannover, Laufrad Hannover GmbH, Göttinger Chaussee 119, 0511-2330444
30853 Langenhagen, Zweirad Krüger GmbH & Co., Walsroder Str. 141, 0511-738047
30890 Barsinghausen, Zweirad Konstanski, Stoppstr. 38, 05105-8923
30890 Barsinghausen, Zweirad Dannenberg, Osterstr. 17, 05105-52830
30966 Arnum, RadSport Arnum, Göttinger Str.84, 05101-854895
30989 Gehrden, Radland Gehrden, Dammtor 3, 05108-4357
31134 Hildesheim, Dynamo Radsport GmbH, Goschenstr.69, 05121-132397
31515 Wunstorf, TnT BikeSport GbR, Lange Str. 56, 05031-67473
31535 Neustadt, Ergo Dynamik Busch, Schneerennerstr. 8, 05036-925857
31582 Nienburg, Radstudio Bohn, Verdener Landstr. 140, 05021-17710
31608 Marktlohe, Jos Habraken, Hoyaer Str. 56, 05021-962571
32120 Hiddenhausen, Zweiradtechnik-Blöte, Herforderstr. 155, 05221-61919
32457 Porta Westfalica, Franz Lindemann, Portastr. 21, 0571-76735
32657 Lemgo, Zweiradhaus Dede, Lagescher Str. 28, 05261-186600
33142 Büren, Radhaus Büren, Fürstenbergerstr. 18, 02951-5563
33154 Salzkotten, Collado Fahrräder, Marktstr. 1, 05258-991363
33397 Rietberg, Eickhölder Fahrrad & Radsport, Zum Freien Stuhl 2, 02944-58289
33415 Verl, Johann Krax & Sohn, Oesterwicher Str. 95-97, 05246-2378
33428 Marienfeld, Die Speiche, Klosterstr. 8, 05247-406140
33442 Herzebrock, Pump Up, Clarholzerstr.24, 05245-9219980
33602 Bielefeld, feine räder GmbH, Obenstr. 42, 0521-63811
33602 Bielefeld, Raddesign K. America, Wilhelmstr. 12, 0521-611 46
34119 Kassel, Edelmann Bike OHG, Goethestr. 37-39, 0561-17769
34130 Kassel, Bike Facts GmbH, Zentgrafenstr. 61, 0561-64975
34131 Kassel, FAHRRADHOF Wilhelmshöhe, Wilhelmshöher Allee 253, 0561-313083
34134 Kassel, Fahrradhof Kassel VSF GmbH, Frankfurter Str. 285, 0561-471132
34613 Schwalmstadt, Fischí's Bikebox, Marktplatz 18, 06691-916188
34621 Frielendorf, Radhaus Frielendorf, Hauptstr. 32, 05684-930944
35075 Gladenbach, Fritz Wießner Zweiräder, Bornrainstr. 4, 06462-93780
35108 Allendorf/Ed, Die Fahrradschmiede, Ringstr. 10, 06452-1351
35260 Stadtallendorf, Radsport Ludwig, Läser Weg 9, 06428-921804
35435 Wettbergen, Simon Bicycles, Fohnbahstr. 2, 0641-8773438
35745 Herborn, Schneider Sports OHG, Konrad-Adenauer-Straße 64, 02772-57280
35781 Weilburg, Autohaus Wern, Viehweg 23, 06471-918841
36039 Fulda, Fahrradladen Nau, Horaser Weg 79, 0661-928820
37073 Göttingen, Pedalritter.de Göttingen, Obere Masch Str. 18, 0551-56435
37115 Duderstadt, B-cycles, Salmketalstraße 12, 05527-998450
37213 Witzenhausen, Rad-Geber, Hinter dem Deich 1, 05542-73184
37431 Bad Lauterberg, Zweirad Busche, Hauptstr. 18, 05524-36 27
37434 Gieboldehausen, Benobikes Fahrradhandel, Obertorstr. 60, 05528-999113
37574 Einbeck, City-Bike Einbeck, Kohner Weg 7, 05561-972333
37671 Hötter, Spezial Bikes, Westerbachstr.14, 05271-959409
38102 Braunschweig, Steinkamp, Kastanienallee 54, 0531-74304
38118 Braunschweig, Radstudio Braunschön, Kurt-Schumacher-Str. 9-11, 0531-71249
38112 Braunschweig, Olly's Bicycle Factory Shop, Daimlerstr. 5, 0531-6183666
38159 Vechelde, 2rad Partner Fenske, Hildesheimerstr. 14, 05302-6575
38364 Schöningen, Schließer Bike, Wilhelmstr. 10, 05352-8866
38440 Wilfsburg, Zweirad-Wichmann, Friedrich-Ebert-Str. 2, 05361-16399
38518 Gifhorn, Fahrrad Brendler, Hugo-Junkerstr. 1, 05371-58275
38518 Gifhorn, Brandes & Speckesser, Cardenap 7, 05371-58530
39104 Magdeburg, Zweirad Schulz, Breiter Weg 38, 0391-5314545

40000 +

40217 Düsseldorf, Cycle Service, Talstr. 22/24, 0211-340399
40822 Mettmann, Zweirad Franz, Auf dem Hüls 3, 02104-976476
40882 Ratingen, Zweirad Henning, Homberger Str. 19, 02102-843279
41066 Mönchengladbach, Georgs Fahrradladen, Süchtelner Str.30, 02161-631411
41069 Mönchengladbach, Bike-Center-Pfennings GmbH, Hehner Str. 115, 02161-931493
41239 Mönchengladbach, Räderei, Dahlenerstr. 22, 02166-40447
41334 Nettetal, Norbert Backes, An St. Sebastian 40, 02153-405405
41464 Neuss, Birkenstock 'Der Rad-Fachmarkt', Moselstr. 15, 02131-45588
41468 Neuss, Arno's Bikesstore, Kölnerstr. 444, 02131-2911218
41564 Kaarst, Radland Kirchhartz GmbH, Bahnstr. 22, 02131-51581
41747 Viern, Zweirad Ammertmann, Freiheitsstr.216, 02162-21991
42103 Wuppertal, Zweirad & Sport Müller, Luisenstr. 28-30, 0202-248030
42105 Wuppertal, Eddies Bike Shop, Friedrichstr.13, 0202-452288
42285 Wuppertal, Radfinesse, Haspeler Str. 10, 0202-81512
42287 Wuppertal/L., Bikes- and more, Obere-Lichtenplatzer-Str. 353, 0202-2541594
42697 Solingen, Biernath Fahrräder, Grünstr. 7, 0212-79610
44135 Dortmund, Das Rad, Brüderweg 14, 0231-529324
44137 Dortmund, 2 Rad Engels, Lange Str. 2-4, 0231-7214183
44225 Dortmund, Kijewski, Singerhoffstr. 3, 0231-714275
44532 Lünen, fahr Rad Herter, Marktstr. 2 b, 02306-22623
44787 Bochum, Rockers Bikeshop, Nördring 47, 0234-9256330
44787 Bochum, Fahrradladen - balance GmbH, Kortumstr. 5, 0234-12051/52
44791 Bochum, Easy Bike, Herner Str. 89, 0234-581933
45127 Essen, Fahrradladen Tretoabratze, Friedrich-Ebertstr. 30, 0201-234410
45134 Essen, Fahrradies, Frankenstr. 40, 0201-4308160
45239 Essen-Werden, Two Wheels, Brückstr.2, 0201-491578
45257 Essen, Bergetappe der Fahrradladen, Kupferdreherstr. 112, 0201-5643247
45894 Gelsenkirchen-Buer, Meinhövel 2Rad, Mühlenstr. 35, 0209-93079-0
46242 Bottrop, Zweirad Castrup, Lindhorststr. 250, 02041-559595

46325 Borken, 2-Rad Center Bergmann, Otto-Hahn-Str. 18, 02861-929400
 46348 Raesfeld, Blecker GmbH, Im Winkel 8, 02865-9586-0
 46399 Bocholt, Rose City GmbH, Ravardistr. 48- 50, 02871- 216160
 46399 Bocholt, Zweiradfachgeschäft Hochrath, Dinxperloerstr. 268, 02871-43426
 46514 Schmerbeck, HKS-Bike-Service, Mittelstr. 25, 02853-861543
 46562 Voerde, Radsport Vorstius, Bahnhofstr. 67, 02855-96762
 47051 Duisburg, Heigei, Am Buchenbaum 38, 0203-23722
 47198 Duisburg, Zweirad Adams, Kirchstr. 131, 02066-33340
 47546 Kalkar, Radsport Giltjes, Hanselaerstr. 31-35, 02824-2203
 47638 Straelen, Zweiradcenter v. d. Stay, Ostwall 10, 02834-91888
 47669 Wachtendonk, Schrader Zweiräder, Friedensplatz 2, 02836-435
 47877 Willich, Fahrräder Hausmann, Hochstr.22, 02154-483398
 47906 Kempen, Zweirad Metternich, Vorsterstr. 4, 02152-5631
 48143 Münster, Qittmann, Neubrückerstr. 25, 0251-279389
 48143 Münster, Rückenwind, Jüdefelderstr.47, 0251-58819
 48153 Münster, Hüter Zweirad GmbH, Hammer Str. 420, 0251-978030
 48155 Münster, Go Cycle, Birkhahnweg 5, 0251-3795248
 48161 Münster, Zweirad Poettker, Havixbecker Str. 27, 02534-1065
 48161 Münster, Fahrrad Look, Dingbänger Str. 249, 0251- 2107444
 48249 Dülmen, Zweirad Zentrum Dülmen, Coesfelder Str. 34, 02594-3687
 48336 Sassenberg, Zweirad Ross, Schürenstr. 7-9, 02583-1005
 48432 Rheine, Radsport Laurenz GmbH, Edisonstr. 7 05971 15177
 48653 Coesfeld, 2-Rad Baumeister, Dülmener Str. 73, 02541-2509
 49082 Osnabrück, Radel Bluschke, Iburgerstr. 74a, 0541-53370
 49152 Bad Essen, Fahrradhaus Lilier, Lindenstr. 14, 05472-3925
 49176 Hilter, Radsport K.-H Schriewer, Osnabrücker Str. 17, 05424-39063
 49191 Belm, Zweirad Wilker, Bremer Str. 67, 05406-1012
 49377 Vechta, Zweiradcenter Pott, Falkenrotter Str. 14, 04441-2444
 49439 Mühlen, 2 RÄDER Stephan Bünger, Dorfstr.47, 05492- 557985
 49477 Ibbenbüren, Konermann GmbH, Gravenhorster Str.37 05451- 96460
 49624 Lönningen, Der Fahrradladen, Langenstr. 59, 05432-902106

50000 +

50171 Kerpen, Rückenwind, Friedensring 43, 02237-922456
 50321 Brühl, Enno's Drahtesel, Römerstr. 416, 02232-28404
 50354 Hürth/Hermüh, RA Zweirad-Vertriebs GmbH, Bonnstr. 190, 02233-791280
 50677 Köln, Cycle Wexx OHG, Bonner Wall 118, 0221-5104304
 50678 Köln, Stadt Rad, Teutoburger Str. 19, 0221-328075
 50733 Köln-Nippes, Radlager niral Fahrradladen, Sechzigstr.6, 0221-7328281
 50823 Köln, Cosmos Bikes & More GmbH, Neptunplatz 6b, 0221-9525774
 50933 Köln-Braunsfeld, Profi Shop Kunde, Aachenerstr. 306, 0221-541386
 51109 Köln, Der Zweiraddoktor, Olpenerstr. 395, 0221-8806160
 51145 Köln, JVF Fahrradhandel GmbH, Frankfurterstr. 488, 02203-294461
 51519 Odenthal, Bike Performance, Feldstr. 8, 02174-894713
 51545 Waldbröl, Hector s Bike GmbH & Co KG, Kaiserstr.120, 02291-3252
 52062 Aachen, Cycle, Heinrichsallee 66, 0241-408363
 52064 Aachen, Aix Bikes, Löhergraben 29, 0241- 406666
 52064 Aachen, sausewind-Der Fahrradladen, Südstr. 60, 0241-4009284
 52070 Aachen, Mikes Bikes, Lothringersr. 61/63, 0241-501446
 52353 Düren, Gothe GmbH & Co. KG, Am Lungen Graben 19, 02421-40380
 52525 Heinsberg, RadShop Georg Herfs, Waldhufenstr. 122, 02452-23282
 53173 Bonn, Drahtesel, Molktestr.10, 0228-361545
 53175 Bonn-Friesdorf, natürlichRAD, Annaberger Str. 188, 0228-9319575
 53359 Rheinbach, Botz Radsport, Martinstr. 30, 02226-16300
 53474 Ahrweiler, Basislager, Wilhelmstr.47, 02641-2227
 53604 Bad Honnef, Radsport Borens, Rederscheider Weg 2, 02224-820750
 53757 St. Augustin, Zweirad Feld GmbH, Einsteinstr. 35, 02241-97730
 53879 Euskirchen, HaPe Sporthandel, Georgstr. 2, 02251-2127
 53909 Zülpich, Fahrradhaus Schumacher, Münsterstr. 16, 02252-833388
 54290 Trier, Velopoint Rad- und Sportgeschäft OHG, Saarstr. 9, 0651-40460
 54550 Daun, Fun-Bike, Trierer Str. 1, 06592-3883
 54574 Birresborn, Bike-Sport, Neustr. 2a, 06594-180346
 55116 Mainz, Cycle Planet, Weihergarten 11, 06131-230770
 55120 Mainz, Fahrrad Franz GmbH, Am Mombacher Kreisel 2, 06131-622290
 55126 Mainz-Finthen, Edgar's Fahrrad-Garage, Jean-Pierre-Jungles-Str. 1, 06131-471119
 55291 Saulheim, Fox Radsport, Rathausplatz 24, 06732-919127
 56218 Mülheim-Kärlich, Fahrrad Franz GmbH, Industriestr. 55, 0261-1336860
 56288 Kastellaun, Fahrrad Binz, Bopparderstr. 44, 06762-2109
 57258 Freudenberg-Alchen, Romo's Bike Shop, Brühler Str. 60a, 0271-66106-14
 57614 Fluterschen, Radsport Mertens, Talstr.4, 02681-6608
 58239 Schwerte, Markgraf & Linn GmbH, Zwischen den Wegen 8, 02304-467600
 58452 Witten, Ebi's Fahrradservice, Hauptstr. 30, 02302-31123
 59320 Ennigerloh, Hunkenschroder, Elmstr. 27, 02524-5719
 59368 Werne, Fahrrad Paradies, Büll 12, 02389- 951888
 59469 Ense-Höingen, Zweirad Studio Bange, Am Buschgarten 10, 02938-97280
 59557 Lippstadt, Löckenhoff & Schulte, Am Mondschein 26, 02941-948890
 59872 Meschede, Fahrradhandel Hegener, Mühlenweg 1, 0291-1455

60000 +

60389 Frankfurt, Radschlag Fahrradhandel GmbH, Hallgartenstr. 56, 069-452064
 60486 Frankfurt, per pedale Fahrradhandel GmbH, Adalbertstr.5, 069-70769110
 61130 Niedderau-Windecken, dasBike.de, Bornwiesenweg 2, 06187-908634
 61350 Bad Homburg, Radsport Denfeld GmbH, Alte Sattelfabrik 8, 06172-81757
 61440 Oberursel, City Bike + Fun Holzweg 7, 06171-582370
 63110 Rodgau, Fahrrad Schnur, Nachtigallenweg 24, 06106-21000
 63263 Neu-Isenburg, Rad+Triathlon Shop Neu-Isenburg, Bahnhofstr. 84, 06102-21345
 63302 Dereich, Möck Zweiräder, Daimlerstr. 21 06103-981215
 63322 Rödermark, Kemmer Sports GmbH, Albert-Einstein-Str. 1a, 06074-4844051
 63450 Hanau, Fahrrad Landau, Kurt-Blaum-Platz 2, 06181-26199
 63500 Seligenstadt, Radsport König, Ferdinand-Porsche-Str. 16a, 06182-899494
 63571 Gelnhausen, Cycle-Point Stock, Hanauer Landstr.12, 06051- 834848
 63571 Gelnhausen, Bike Work, Hailerstr. 3a, 06051-18371
 63688 Gernern, HWG Gedern GmbH, Lauterbacher Straße 44 06045-950510
 63739 Aschaffenburg, Bike Depot, Würzburger Str.68, 06021- 960779
 63739 Aschaffenburg, Wiedia Bikes, Maximilianstr. 1b, 06021-374204
 63741 Aschaffenburg, Bike Ryde, Darmstädter Str. 22, 06021-5852661
 63743 Aschaffenburg, Cycle & Pump, Rosenstr. 4, 06021-4560434
 64293 Darmstadt, Citybike GmbH, Otto-Röhm-Str. 82, 06151-24363
 64297 Darmstadt, Luftpumpe, Heidelbergger Landstr. 223, 06151- 291884
 64331 Weiterstadt, Freetime GmbH & Co KG, Waldstr. 19a, 06151-871507
 64546 Mörfelden-Walldorf, Fahrrad Küchler, Westendstr. 36-38, 06105-22107
 64832 Babenhausen, Zweiradshop Niederhofer, W.-Leuschner Str 23, 06073- 712003



65183 Wiesbaden, City Bike, Obere Webergasse 39, 0611-375037
 65195 Wiesbaden, All Mountains, Blücher Str. 20, 0611-1840160
 65199 Wiesbaden-Dotzheim, Frame Factory, Wiesbadener Str.36, 0611- 9410220
 65203 Wiesbaden, Fahrrad Ambrosius GmbH, Mainstr. 22, 0611-66935
 65439 Flörsheim, Bike-Team Flörsheim, Wickerer Str. 50, 06145- 593830
 65549 Limburg, Bivak bike outdoor-zentrum, Schaumburger Str.1, 06431-98280
 65843 Sulzbach, Brügelmann Fahrrad GmbH, Oberliederbacher Weg 42, 06196-5071-0
 65936 Frankfurt, intra Spiel + Sport GmbH, Westerbachstr. 273, 069-342780
 66111 Saarbrücken, Radhaus am Rathaus, Großherz.-Friedrich-Str.8, 0681- 375005
 66271 Kleinbittersdorf, Radsport Schwöbel, Elsässer Str. 30, 06805-22519
 66424 Homburg, Stadtrad GmbH, Kirchenstr. 7, 06841-3188
 66538 Neunkirchen, Fahrrad Schweitzer, Steinwaldstr. 99, 06821-864273
 66806 Ensdorf, Radwelt Hawner, Unten am Mühlenweg, 06831-78099
 66954 Pirmasens, Zweirad Stocker, Pirminiusstr. 2, 06331-98034
 67063 Ludwigshafen, Keller Radsport GmbH, Hohenzollerstr. 122, 0621-696218
 67063 Ludwigshafen, Rad + Sport Fecht, Sedanstr. 29, 0621-697064
 67071 Ludwigshafen, Fahrradwelt Kalker, Oderstr. 3, 0621-5790990
 67376 Harthausen, Radsport Gauweiler, Modenbachstraße 4, 06344-8327
 67590 Monsheim, O.K.Cycling, Nd.Flörsheimerstr. 8, 06243-905190
 67655 Kaiserslautern, Con Rad der Fahrrad. GmbH & CO KG, Glockenstr. 4, 0631-891489
 67663 Kaiserslautern, KuK Bikes, Trippstadter Str. 25, 0631-272407
 68165 Mannheim, Cycle World Mannheim, Kopernikusstr. 56, 0621-407915
 68259 Mannheim, Rund ums Rad, Mosbacher Str. 21, 0621- 702093
 68305 Mannheim, Pfaffenhuber Fahrradklinik, Speckweg 179, 0621-7628071
 68519 Viernheim, Radhaus Viernheim, Rathausstraße 56 06204-3953
 68723 Otfersheim, Benno's Radladen, Mannheimer Str.17, 06202-57170
 69115 Heidelberg, Das kleine Radhaus, Kaiserstr. 59, 06221-183727

70000 +

70176 Stuttgart, Stadtrad, Gutenbergstr. 45a, 0711- 6567199
 70378 Stuttgart, Rad und Reisen, Arnoldstr. 1, 0711-532127
 70563 Stuttgart, Radschlag, Schießmauerstr. 31, 0711-7356644
 70771 Leinfelden/Echterdingen, Radsport Jesser, Bahnhofstr. 47, 0711-755506
 70771 Leinfelden-Echterdingen, Radsport Weinmann, Hauptstr. 80, 0711-792767
 70794 Filderstadt-Fielmlingen, Berns Radsport Ecke, Hausackerstr.12, 07158-4140
 70806 Gerlesheim, Zweiradsport Luithardt, Theod.-Heuss-Straße 20, 07154-22587
 70839 Korwelingen, Zweiradhaus Maier, Beim Brückentor 5, 07156-22455
 71034 Böblingen-Hulb, Bikeland Kaiser GmbH, Hans-Klemm-Str. 50, 07031-435890
 71263 Weil der Stadt, Velotraum, Mauerlesgang 2-4, 07033-9990
 72070 Tübingen, Rad + Tat, Belthestr. 23, 07071-45808
 72074 Tübingen, Fahrradjetzer, Pfondorfer Str. 13, 07071-84216
 72141 Walddorfhäslach, Heim Bike u. Fitness GmbH, Bertha-Benz-Str. 1, 07127-81169-41
 72250 Freudenstadt, Intersport Glaser, Katharinenstr. 8, 07441- 918590
 72290 Loßburg, Radsport Kalmbach, Alpirsbacher Straße 8, 07446-3189
 72510 Stetten 5, Sigg's Fahrradshop, Im Teich 6, 07573-1026
 72764 Reutlingen, Trans Velo Fahrräder GmbH, Kaiserstr. 52, 07121-470726
 72805 Leitingen, Renn & Bikesport, Willhelmstr. 108, 07129- 60430
 72818 Trochtelfingen, Fischer Fahrräder u. Spielwaren GmbH, Marktstr. 49, 07124-92800
 73066 UHING, bike.point.e.k., Bismarckstr. 11, 07161-6586363
 73092 Heiningen, Rad & Sport Möhrle, Göppingerstr. 4, 07161-944490
 73230 Kirchheim/Teck, bikeART, Stuttgarter Str.210, 07021- 807847
 73235 Weilheim-Teck, Zweirad Karl Heilenmann, Otto-Hahn-Str.20-22, 07023-3500
 73277 Owen, Höfle GmbH, In der Braike 6, 07021-59223
 73485 Unterschneidheim, Jogra, Geißgasse 26, 07966-8020220
 73494 Rosenberg, Freesmile Rosenberg, Haller Straße 21, 07967-701304
 73614 Schorndorf, Fahrrad Kaiser, Lutherstraße 78, 07181-985290
 73779 Deizisau, Sport+Bike Walcher, Herrenlandweg 2, 07153-83000
 74072 Heilbronn, Cycle Sport, Oststr. 96, 07131-172950
 74080 Heilbronn, Fahrrad Bruckner, Kanalstr.9, 07131- 41750

... und hier die Ergonomie-Experten der Postleitzahlgebiete bis 99706. Und solche in Österreich, der Schweiz sowie Dänemark!

- 74336 Bra.-Botenheim, Zweirad & Zubehör ,Wiesenbachstraße 2, 07135-12274
- 74357 Bönningheim, Zweirad Armbruster, Karlstr. 24, 07143-22355
- 74395 Mundelsheim, SD Bikes, Mühlwiesenstr. 11, 07143-4029570
- 75172 Pforzheim, Mr. Bike, Habermehlstr.18, 07231-357445
- 75196 Remchingen-Singen, Fa. Cycle Sport, Kappelwiesenweg 3, 07232-78645
- 75339 Höfen an der Enz, Fahrradhandel, Doktor Cycle, Hindenburgstr. 13, 07081-6900
- 75365 Calw-Altburg, Fahrrad Maisenbacher, Turnstr. 1-3, 07051-51139
- 76133 Karlsruhe, Die Rad, Ecke Friedenstr. 2, 0721-812183
- 76137 Karlsruhe, Rad und Tat, Waldstr. 58, 0721-27258
- 76137 Karlsruhe, MK Bikes, Bahnhofstr.9, 0721-357310
- 76149 Karlsruhe, Fahrrad Atelier, Gruner Pennsylvaniast.2, 0721-9713175
- 76275 Ettlingen, Radial, Rheinstr. 93, 07243-12614
- 76437 Rastatt-Nied, Zweiradhaus März, Weiherstr. 1, 07222-985955
- 76456 Kuppenheim, Radhaus Kastner, Friedrichstr. 132, 07222-42487 priv.
- 76470 Ötigheim, Rad & Bike, Industriest. 30, 07222-24044
- 76744 Wörth, VELOCENTER Hesser, Hartmannstr. 25, 07271-78033
- 76756 Bellheim, Rudis Vehikel Shop, Forststr.49, 07272-71451
- 76829 Landau, Velo Discount, Meerweibchenstr. 11, 06341-347534
- 76829 Landau, Fahrradhaus Gaab, Queichheimer Hauptstr. 113, 06341-52306
- 77656 Ofenbürg, Bike & Radschopf, Bellenwaldstr. 91, 0781-9903948
- 77694 Kehl, Zweirad Rapp, Hauptstr. 161, 07851-71231
- 77855 Achern-Fautenbach, Detlef's Fahrradstall, Bundesstr.11, 07841-26291
- 77880 Sasbach, Radsport Bross, Hauptstr. 32, 07841-69460
- 78052 Villingen-Schwenningen, Tour-Räder im Zentrum, Neuer Markt 14, 07721-8786090
- 78224 Singen, Radsport Lutz, Hauptstr. 16, 07731-48777
- 78224 Singen, Fahrrad Graf, Hauptstr. 52-54, 07731-62227
- 78315 Radolfzell, Zweirad Joos, Schützenstr. 14, 07732-972300
- 78462 Konstanz, Rad Center Paradies, Untere Laube 32, 07531-16053
- 78628 Rottweil, Fahrrad Maßmer, Marxstr. 42, 0741-13146
- 78628 Rottweil, Fahrrad Kaiser, Balinger Str. 9, 0741-8919
- 79098 Freiburg, Extratour, Schwabentörning 12, 0761-286733
- 79102 Freiburg, pedal +, Günterstr. 21, 0761-8814666
- 79106 Freiburg, Radhaus GmbH, Münchhofstr. 4, 0761-280832
- 79108 Freiburg, Hild Radwelt, Engesserstr. 9, 0761-282950
- 79206 Breisach, Fahrräder Schweitzer, Neutorstr. 31, 07667-7601
- 79211 Denzlingen, Zweirad Nübling, Rudolf-Diesel-Str. 9, 07666-5078
- 79639 Grenzach-Whylen, Zweirad Schlageter, Markgrafenstr. 47, 07624-5649
- 79650 Schopfheim, Fahrwerk, Hauptstr. 245, 07622-6844838
- 79802 Dettighofen-Berwangen, Bike Werkstatt Wuchner, Sonnenberg 4, 07745-922713

80000 +

- 80337 München, Rabe Fahrradhandel, Lindwurmstr. 203, 089-777719
- 80339 München, Radldiscount, Trappentreustr. 10, 089-506285
- 80804 München, RABE, Belgradstr. 86, 089-30767928
- 80939 München, Alpha Bike, Heidemannstr. 25-27, 089-35061818
- 80992 München, Radsport Renz, Dachauerstr. 178, 089-14903084
- 81379 München, Radldiscount, Aidenbachstr. 116, 089-7242351
- 81737 München, Radsport Altmann, Marie-Louise-Fleißer-Bogen 3, 089-6705831
- 81827 München, Supercycles, Wasserburger Landstr. 283, 089-43579141
- 81927 München Happy Riders, Freischützstr. 96, 089-9295600
- 82008 Unterhaching, Amazing Shop Gbr, Grünwalder Weg 17, 089-6147381
- 82069 Höhengschäftlarn, Rad & Bergsport, Wangenerweg 6, 08178-4678
- 82140 Olching, Fahrrad & Sport Kunzfeld, Hauptstr. 67, 08142-3422
- 82152 Planegg, Fahrrad & Radsport Wolf, Mathildenstr. 11, 089-8599175
- 82194 Grubenzell, Radsport Forner, Alpenstr. 3a, 08142-8605
- 82256 Fürstenfeldbrück, Tommi's Radtankstelle, Maisacher Str. 31, 08141-63772
- 82319 Starnberg, Radhaus-Starnberg, Wittelsbacher Str. 20, 08151-16714
- 82380 Peißenberg, Surf+ Bike-Hütte GmbH, Zur alten Bergehalde 3, 08803-5070
- 82467 Garmisch-Partenkirchen, Zweirad Pedalo, Hindenburgstr. 26, 08821-79161
- 82496 Oberau, Fahrrad Center Oberland GmbH, Am Kreuzacker 1, 08824-93043
- 82515 Wolfratshausen, Radladen/Verpa, Schießstättstr. 37, 08171-346692
- 82544 Deining, Das Velomobil, Schulstr. 1, 0173-3004388
- 83022 Rosenheim, Rad Mobil, Tannenweg 2, 08031-223183
- 83022 Rosenheim, Fahrradtechnik Haas GmbH, Weinstr. 3, 08031-14573
- 83043 Bad Aibling, Franz' Bike Shop, Wendelsteinstr.18, 08061-36266
- 83064 Raubling, Schuh-Langmeier, Rosenheimerstr. 42, 08035-2489
- 83093 Bad Endorf, mbf-norbert henkel, Poststr. 1, 08053-2374
- 83209 Prien am Chiemsee, Peter Pan, Alte Rathausstr. 21, 08051-5306
- 83301 Traunreut / Matzing, Martin Wallner Radsport, Hauptstr. 2, 08669-78001
- 83308 Trostberg, Radsport Hungerhuber, Schwarzauger Str. 66, 08621-2446
- 83352 Altenmarkt, Radsport Seidl, Hauptstraße 60, 08621-61535
- 83454 Anger, Radsport Kirchner, Hauptstr. 22, 08656-983551
- 83471 Berchtesgaden, Sport M+R Brandner, Berkwerkstr. 52, 08652-1434
- 83607 Großhartpenning bei Holzkirchen, Bergzeit, Tölzer Str. 131, 08024-3030214
- 83648 Bad Tölz, oisam radlin, Ludwigstr. 11, 08041-74954
- 83646 Bad Tölz, Zweirad Riedelsheimer, Sachsenkammer Str. 6, 08041-78120
- 83646 Bad Tölz, Tommy's Bike Shop, Salzstr.16, 08041-760175
- 84051 Essenbach, Radsport Schwaiger, Regensburger Str. 4, 08703-8610
- 84323 Massing, Radl Hüttner, Im Moosfeld 24, 08724-8791
- 84359 Simbach am Inn, Fahrrad und Autoshop, Adolf-Kolping-Str.11, 08571-4964
- 84416 Taufkirchen/Vils, Radl Center Stöckl, Bauhofstr.6, 08084-8292
- 85049 Ingolstadt, Willner Fahrradzentrum, Friedrichshofenerstr.1e, 0841-935350
- 85053 Ingolstadt, Radhaus, Bei der Arena 7, 0841-73027
- 85221 Dachau, Rund ums Rad, Wallbergstr.12, 08131-21892
- 85235 Odelzhausen, Maxas Bike Service, Dorfstr. 4a, 08134-559801
- 85521 Ottobrunn, asb Sport Sperrk GmbH & Co. KG, Daimlerstr. 9, 089-6093977
- 85521 Ottobrunn, Pimper Bikes, Joh.-Seb.-Bach-Str. 41, 089-61180782
- 85521 Riemerling, Team Diel, Ottostraße 132, 089-6016331
- 86152 Augsburg, Fahrradschmiede, Georgenstr. 3, 0821-4509622
- 86156 Augsburg, Gehl Rad-Center, Lise-Meitner-Str. 6, 0821-418713
- 86830 Schwabmünchen, Bikeholix, Kaufbeurer Str.5, 08232- 809000
- 86911 Diessen, Sportschmiede, Fischer 31, 08807-6866
- 87437 Kempten, Fahrradhandel Holzer, Ludwigstr. 109, 0831-62154
- 87439 Kempten, Willi Koller's Rad-Boutique, Memmingerstr. 108, 0831-94788
- 87459 Pfronten, Die Räderei, Tiroler Str. 20, 08363-928661
- 87499 Wildpoldsried, Multi Cycle, Kemptener Str.25, 08304-93037
- 87700 Memmingen, Heiss Rad & Roller Center, Wernh.-v.-Braun Str. 18, 08331- 9255000
- 87730 Gröbenbach, Zweirad Lämmle, Ittelsburger Str. 11, 08334-7217

90000 +

- 88085 Langenargen, Zweirad Zwisler, Mühlesch 23, 07543-2459
- 88090 Immenstaad, Sporträdle, Meersburgerstr. 27, 07545-1444
- 88131 Lindau, Radstation, Heuriedweg 31a, 08382-21261
- 88212 Ravensburg, Zweiradhaus Amann, Goldgasse 4-6, 0751-25341
- 88348 Bad Saulgau, Rund um's Rad, Hauptstr. 95, 07581-2655
- 88682 Salem, Reinwald Zweirad GmbH, Heiligenberger Str. 11, 07553-7574
- 89073 Ulm, Bike Line Ulm, Sternegasse 9, 0731-6021358
- 89143 Blaubeuren, Rund ums Rad, Karlstr. 52, 07344-6398
- 89160 Tomerdingen, Fahrräder Winfried Glöggler, Martinusstr. 12, 07348-22318
- 89160 Dornstadt, Reyhle, Lichtensteinstr. 2, 07348-9673232
- 89231 Neu-Ulm, Radweg, Brückenstraße 1, 0731-9723890
- 89269 Voehringen, Radsport Kropp, Ulmerstr. 19, 07306-2662
- 89518 Heidenheim, Fun & Bike Gbr, Karlstr. 27, 07321-943256
- 89555 Steinheim, Julius Birkhold GmbH, Weberstr. 3, 07329-275

- 90478 Nürnberg, Velo Radshop, Köhnstr. 38, 09111-473611
- 90478 Nürnberg, Fahrrad Herbst GmbH, Harsdorfferstr. 9, 09111-442072
- 90762 Fürth, Zentralrad Fürth, Moststr. 25, 09111-74 60 90
- 91052 Erlangen, Rad Werk, Werner-von-Siemens-Str.6, 09131- 25131
- 91054 Erlangen, Fahrradladen Freilauf, Lazarettstr. 4, 09131 - 20 22 20
- 91074 Herzogenaurach, Radsport Nagel, Einsteinstr. 13, 09132-9477
- 91154 Roth, Zweirad Müller, Bortenmacher Str. 2, 09171- 97870
- 91275 Auerbach, Radau Fahrradladen, Bachgasse 1, 09643-8484
- 91365 Weilersbach, Radsport Art GmbH, Blumenweg 1, 09191-6155826
- 91522 Ansbach, Drahtesel, Eyber Str. 31, 0981- 899 57
- 91522 Ansbach, Radsport Maicher, Schalkhäuserstr. 18, 0981-94434
- 91604 Flachslanden, Schmidt's Radladen, Marktplatz 5, 09829-242
- 93053 Regensburg, Feine Räder, Furmayrstr. 12, 0941-7000365
- 93052 Regensburg, Love Hurts, Sternbergstr. 18f, 0941-5041437
- 93073 Neutraubling, Bikezeit, Pommernstr. 4, 09401- 1386
- 93158 Teublitz, Radsport Steiner, Gartenstr. 1, 09471-98087
- 93309 Kehlheim, 2 Rad Jessen, Schäfflerstr. 12, 0941-504850
- 94036 Passau, Zweirad Würdinger, Regensburgerstr. 22, 0851-6346
- 94315 Straubing, Radhaus Lang, Chamer Str. 36, 09421-88353
- 94469 Deggendorf, Radsport Salmannberger, Pferdemarkt 18, 0991-30 440
- 94474 Vilshofen, Zweirad Würdinger GmbH, Kapuzinerstr. 107, 08541-9910710
- 94486 Osterhofen-Obergesenb., Fahrradhandlung Haböck Josefstr.14, 09932- 2026
- 95339 Neuenmarkt, Radsport Schulz, Laubenstr. 5, 09227-47 41
- 96052 Bamberg, Radlhof, Hallstadter Str. 24, 0951-602342
- 96114 Hirschaid, Zweirad Dressel, Bambergerstr. 31a, 09543-851035
- 96317 Kronach, Radsport Dressel, Schwedenstr. 33, 09261-3406
- 96450 Coburg, Multi-Cycle, Lossaustr. 6, 09561-92638
- 97070 Würzburg, Velo Momber, Landwehrstr. 13, 0931-12 627
- 97204 Höchberg, FX Sports, Friedrich Ebert Straße 2, 0931-4049632
- 97318 Kitzingen, Freitag GmbH, Panzerstr. 1, 09321-24444
- 97357 Schmalwasser, Fahrradservice Markt, Talstr. 18, 09701-8597
- 97762 Hammelburg, Heiko's Radschuppen, Ziegelhütte 2, 09732- 780810
- 97980 Bad Mergentheim, Fahrrad Moti, Wilhelm-Frank-Str. 82, 07931- 52021
- 97980 Bad Mergentheim, MHW Bike-House, Krumme Gasse 9, 07931-481758
- 99092 Erfurt, Radshop, Blumenstr. 80, 0361-260 12 01
- 99510 Apolda, Radshop Thomas Onißeit, Herresenerstr. 5, 03644- 56 43 48
- 99706 Sonderhausen, Rad & Sport Böttner, Bebrastr. 20, 03632- 701270

A

- 1040 Wien, Kosteletzky, Weyringergasse 37, 0043-1-5050686
- 2443 Deutsch Brodersdorf, Starball-Sport, Unterwaltdorferstr. 100, 0043-2254-76362
- 2512 Tribuswinkel, Radsport „Brucki“, Bernwarderstr. Str. 35, 0043-2252-42703
- 2700 Wienerneustadt, Teresia Ungerböck, Pottendorfer Str. 3, 0043- 2622 23045
- 3100 St. Pölten, Radstudio St. Pölten, Kremser Landstr. 2-4, 0043-2742-313714
- 4631 Krenglbach, Cycleshop, Krenglbachstr.1, 0043- 7249 46068
- 5091 Unken, Martin's Bike Shop, Unkenberg 22, 0043-6589-7325
- 6020 Innsbruck, Neuner Radsport, Maximilianstr. 23, 0043-5125-61501
- 6706 Bürs, Radsport Bachmann GmbH, Aulandweg 1, 0043-5552-33533 33
- 6900 Bregenz, all Rad, Jahnstr.11, 0043 5574 423190
- 6923 Lauterach, Zweiradfachgeschäft Loitz, Bundesstr. 95, 0043-5574-72156
- 8020 Graz, Franz Vychodil, Elisabethinergasse 15, 0043- 316 714068
- 8020 Graz, Neubauer, Alte Poststr. 130, 0043 316 581300
- 8045 Graz-Andritz, BikeStore Graz Nord, Am Andritzbach 34, 0043 316 692581
- 8662 Mitterdorf, Radsport Koubek, Grazer Str. 11, 0043-38582209
- 9122 St. Kanzian, Sportcenter Klopeinsee, Ostuferstr. 9, 0043-4239-3245
- 9422 Maria Rojach, Das Rad, Mühlhof 22, 0043 4355 2818
- 9872 Millstatt, MTB-Station Graf, Kaiser Franz-Josef-Str. 59, 0043-766 37228

CH

- 8201 Schaffhausen, Velowerk - Thomas Lösch, Fischerhäuserstr. 18a, 0041-5262-56654
- 9425 Thal, Zweirad Signer Thal GmbH, Mesmerenweg 2, 0041-718881393

DK

- 3000 Helsingør, Michael's Cykler, Kongevejen 17, 0045-49200844
- 4700 Naestved, BJ Cykler, Ejlersvej 7, 0045- 55734244
- 4930 Maribo, Maribo Cykler, Ostrelandevog 9, 0045-54780049
- 6200 Aabenraa, Karstens Cykler, Langrode 21, 0045-7462-8500
- 6400 Sønderborg, Cykelcentrum, Alsgaard 2, 0045-7445253

Diese Auflistung der ergonomisch geschulten Händler basiert auf Adressmaterial der Firmen XXPO („BodyScanning“) sowie SQ-lab, dem Anbieter gesunden Radsportzu-behörs. Beide veranstalten seit Jahren über die Wintermonate umfangreiche Händ- lerschulungen in punkto Ergonomie und Vermessungstechniken. Nur Radhändler, die erfolgreich daran teilgenommen haben, finden Sie auf dieser Liste. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

aktiv Radfahren empfiehlt allen Lesern, bevorzugt ergonomische geschulte Fachhändler aufzusuchen und dort Räder & Zubehör zu kaufen. Ist kein Händler in Ihrer Nähe, fra- gen Sie den Fachhändler vor Ort, ob er Sie vermessen und ergonomisch beraten kann. Eines dürfte klar sein: Discounter, Kaffeeröster oder Grüne-Wiese-Ketten können diesen Wohlfühl-Service zu Ihrem Nutzen nicht bieten.