



Hattingen hat Sicherheit.

Pedelec aber sicher?!
Praxisübungen mit dem Fahrrad für Senior*Innen
und alle Wiedereinsteiger



POLIZEI
Nordrhein-Westfalen
Ennepe-Ruhr-Kreis

Polizei und Seniorenbüro informieren

Wo? Feuerwache, Am Wildhagen 2

**Wann? Montag, 23.03.2026
von 14:00 Uhr–16:00 Uhr**

Gemeinsam wollen wir Ihnen das Selbstvertrauen geben sich sicher im Straßenverkehr mit dem Fahrrad zu bewegen.

Die folgenden Themen werden behandelt:

- Das verkehrssichere Fahrrad, Der richtig sitzende Helm
- kleine Aufwärmübungen (ganz individuell), Gleichgewichts- und Balanceübungen
- sicheres Auf-/Absteigen, Anfahren, Bremsen, Schulterblick und Handzeichen geben
- Spur halten/ langsam fahren, Kurven fahren

Mitzubringen ist:

- ein eigenes E-Bike/Pedelec,
- eigener Helm,
- wetterangepasste Kleidung,
- festes Schuhwerk,
- ausreichend Getränke und ggf. ein kleiner Snack.

Eine Voranmeldung ist notwendig!

Rückfragen und Anmeldung: Seniorenbüro, Hüttenstr. 43,
Tanja Meis Tel.: 02324 / 204 – 5520
E-Mail: t.meis@hattingen.de



POLIZEI
Nordrhein-Westfalen
Ennepe-Ruhr-Kreis

Polizei NRW, Lena Brune
Tel.: 02335 / 9166 – 8210
E-Mail: lena.brune@polizei.nrw.de