



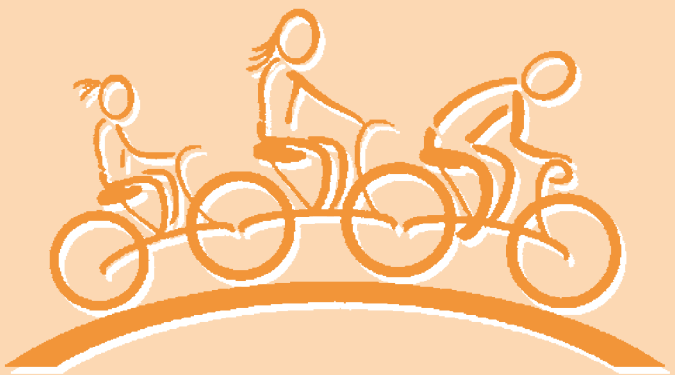
adfc

Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

Willkommen beim
Allgemeinen Deutschen
Fahrrad-Club!

Der Kreisverband Hof
präsentiert Ihnen auf
diesen Seiten sein
Programm für die Saison

2010



www.adfc-hof.de

Auf Entdeckungstour mit dem ADFC Hof

Willkommen beim ADFC Hof. Wir haben uns auch für 2010 – im vierten Jahr nach der Neugründung – ein attraktives und spannendes Programm für Sie ausgedacht. Wir laden Sie ein, mit uns auf Entdeckungstouren zu gehen. Zu entdecken gibt es so viel bei uns: reizvolle Natur, abwechslungsreiche Kulturlandschaften, schöne Dörfer. Sie werden auch entdecken, dass das Radeln in Gesellschaft von Leuten mit ähnlichen Interessen gleich doppelt so viel Freude macht. Nicht zuletzt können Sie auch spüren, was in Ihrem eigenen Körper steckt: regelmäßiges Radfahren stärkt Herz, Kreislauf und Muskulatur und sorgt für gesteigerte Lebensfreude – fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker! Auch Familien oder Eltern mit Kindern sind willkommen, sowohl bei unseren Feierabendtouren als auch bei den Wochenendtouren, die als familienfreundlich gekennzeichnet sind.



Unsere Feierabendtouren

Diese Touren am Mittwochabend sind für alle gedacht, die spontan oder regelmäßig am Abend und in Gesellschaft eine gemütliche oder auch flotte Runde drehen wollen. Sie dauern etwa zwei Stunden, längere Pausen sind nicht vorgesehen, und eingekehrt wird bei Interesse im Anschluss an die Ausfahrt. Auch wer lange nicht gefahren ist und sich (noch) nicht fit fühlt, ist ausdrücklich eingeladen: es wird an jedem Mittwoch eine kleine Runde für Einsteiger geben (ca. 15 bis 20 km), daneben eine mittlere Tour (ca. 25 bis 30 km) und bei Bedarf auch eine sportliche Tour. Auch wer sich ein Pedelec (Fahrrad mit unterstützendem Elektromotor) zugelegt hat, ist auf unseren Touren willkommen.



Es gibt viele Menschen, die sich auf zwei Rädern nicht sicher fühlen. Daher bieten wir erstmals einen Anfänger-Kurs an. Hier bekommen alle, die mit dem Radfahren (wieder) beginnen möchten, das nötige Rüstzeug vermittelt und Gelegenheit, fernab von neugierigen Blicken die erworbenen Fertigkeiten auszuprobieren. Start ist am 5. Mai (Mittwoch) um 18.00 Uhr, Treffpunkt ist der Freibad-Parkplatz.

Treffpunkt für alle Feierabendtouren ist der Kugelbrunnen in der Hofer Altstadt. Los geht es jeden Mittwoch und zwar erstmals am 31. März. Bis Ende April und im September starten wir bereits um 17.30 Uhr, von Mai bis August um 18:00 Uhr.



Die Wochenendtouren

Unsere Wochenendtouren reichen von gemütlich bis sportlich, bitte beachten Sie die Hinweise bei den Tourenbeschreibungen. Generell gilt: Unsere Ausfahrten sollen Menschen zusammenführen, die Spaß daran haben, sich gemeinsam zu bewegen, aber wir fahren keine Wettrennen. Auch geht es uns nicht in erster Linie darum, verbissen eine vorgegebene Zahl von Strecken- oder Höhenmetern abzuradeln. Vielmehr haben immer mehr Touren ein Thema. Das kann die Entdeckung landschaftlicher Kleinode in der näheren oder weiteren Umgebung sein und den Besuch interessanter Kultur- oder Industriedenkmäler oder nachhaltig wirtschaftender Betriebe einschließen, oder auch mal eine sportlich herausfordernde Tour in die benachbarten Mittelgebirge werden. Unsere Tourenleiter haben auch in dieser Saison wieder ein abwechslungsreiches und anregendes Programm zusammengestellt.





ADFC Hof und Agenda 21 präsentieren die Kleeblatt-Touren 2010

Nachhaltig wirtschaftende Betriebe, selbstvermarktende Erzeuger, beachtenswerte lokale Initiativen – in jeder Himmelsrichtung finden wir Beispiele dafür. Unsere Kleeblatt-Touren führen an solche Orte und zur Begegnung mit interessanten und engagierten Menschen.

Termine: Samstag, 17. April, Sonntag, 16. Mai,
Donnerstag, 3. Juni und Sonntag, 27. Juni.

Nähere Informationen in der Touren-Übersicht.



Unsere Radreisen

Wir können in dieser Saison mehrere großartige Fahrradreisen anbieten. Erfahrene ADFC-Tourenleiter organisieren Touren an die Ostsee, in die französischen Alpen, ins Baltikum – Einzelheiten dazu im Tourenprogramm bzw. direkt bei den im Programmteil genannten Reiseleitern.



Mehrtagestouren

Unsere Wochenend- und Mehrtagestouren haben sich in den letzten Jahren erfolgreich in unserem Programm etabliert. Auch 2010 werden wieder einige wunderschöne Touren mit einer oder zwei Übernachtungen angeboten. Beachten Sie die entsprechende Kennzeichnung im Programmteil.



Alle ADFC-News finden Sie im Internet unter:
www.adfc-hof.de



Sparkasse Hochfranken

Der Hofer Radler-Stammtisch



Bei diesen offenen Treffen besprechen wir nicht nur unsere Touren, sondern auch alle anderen Themen, die Radfahrer interessieren: Technik, Reiseziele, Erfahrungen im Verkehr usw. **Der Hofer Radler-Stammtisch findet an jedem letzten Donnerstag im Monat statt. Wir treffen uns um 19 Uhr in der Meinels Bas, Vorstadt 13, Hof.**

Radverkehr in Hof

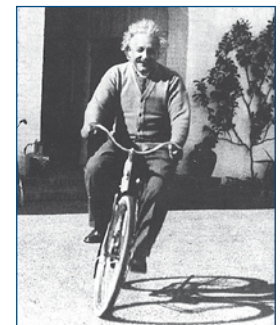


Wer nicht nur in der Freizeit, sondern auch für tägliche Wege und Verrichtungen das Fahrrad benutzt, schont nicht nur die Umwelt sondern auch seinen Geldbeutel und tut nebenbei etwas für Gesundheit und Wohlbefinden. Radfahren in Hof ist aber nicht immer ein ungetrübtes Vergnügen.

Wir setzen uns seit Jahren dafür ein, dass sich die Bedingungen für den nicht-motorisierten Verkehr in unserer Stadt verbessern. Wer an diesem Thema Interesse hat, kann uns jederzeit bei Touren, beim Stammtisch oder anderswo ansprechen.

"Life is like riding a bicycle. To keep your balance you must keep moving."

Albert Einstein



ADFC Touren-Programm 2010

Samstag, 10.04.2010

Hof - ziemlich flach

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Nach dem langen Winter lassen wir es bei dieser unserer ersten offiziellen Ausfahrt langsam und flach angehen und radeln sternförmig auf Strecken um Hof, die nur wenige Steigungen aufweisen und unsere müden Knochen, Gelenke und Muskeln erst mal wieder in Schwung bringen sollen.

Die Gesamtstrecke wird etwa 45 km betragen - ein Ausstieg ist jederzeit möglich.

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)



Samstag, 17.04.2010

1. Kleeblatt-Radtour „Wir entdecken die Stadt Hof“

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Mit unserer ersten Kleeblatt-Tour begeben wir uns auf eine Reise durch unsere (Heimat-) Stadt Hof, die viele Bereiche des öffentlichen Lebens berühren wird und sich sowohl für Alt-Hofer als auch für Neu-Hofer anbietet. Vom Hofer Wochenmarkt, kleinen Läden und besonderen Werkstätten über Umweltprojekte und historische Begebenheiten werden wir uns zahlreiche, oft nicht entdeckte Kleinodien unserer Stadt anschauen und mit einer Einkehr in eine gemütliche Gaststätte abschließen.

Dauer: etwa 5 bis 6 Stunden

Tourenleitung: ein Team von ADFC und Agenda 21

Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)



Friedrich-Ebert-Str. 10 · 95111 Rehau
Tel. 092 83-8 98 94 20 · Fax 092 83-8 98 94 19
Mobil 01 71-8 83 93 21 · kthunsdorff@web.de

Sonntag, 25.04.2010

Kleine Rehmühle

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Unsere erste Frankenwaldtour der Saison führt über Selbitz und Helmbrechts zur Kleinen Rehmühle (Einkehr) und über Markt-leugast und Ahornberg zurück.

Mittlerer Schwierigkeitsgrad, ca. 80 km

Tourenleiter / Info: Waldemar Fehn (09251/5702)



Samstag/Sonntag, 01./02.05.2010

**Route 36 zum Listigen Fuchs
(2-Tagestour mit Übernachtung)**

Abfahrt: 8:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Diese Fahrt über zwei Tage für geübte, Steigungen gewöhnte Radfahrer führt uns von Marktredwitz auf dem neuen Radweg nach Cheb zu unseren tschechischen Nachbarn. Dort folgen wir dem Grenzradweg 36 nordwärts in Richtung Johann-Georgenstadt zu der Waldgaststätte „Listiger Fuchs“ im Erzgebirge, die aus einer anderen Welt zu stammen scheint ...

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)

Mittwoch, 05.05.2010

Anfänger-Kurs

Treffen 18:00 Uhr in Hof / Freibad-Parkplatz

Für Menschen, die sich auf zwei Rädern nicht sicher fühlen.

Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)

Samstag, 08.05.2010

Zur Seitenwagenweltmeisterschaft

Treffen 8:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Heute kommen die Freunde von muskel- wie auch von motorge-triebenen Zweirädern auf ihre Kosten. Unsere Fahrradtour führt über Töpen ins Schleizer Dreieck und bietet Gelegenheit zum Besuch eines legendären Motorradrennens. Auf der Rückfahrt wartet mit dem Traktorsammler Lanz ein weiterer Leckerbissen für Technikfreunde.

Schwierigkeitsgrad: einfach bis mittel, ca. 80 km

Tourenleiter / Info: Alois Wiesgickl (0160/97483510)

Donnerstag, 13.05.2010

Euregio-Rad-Tour

Eine Veranstaltung des RSC Pfeil Hof e.V.. Näheres zeitnah im Internet unter: www.adfc-hof.de und in der Presse.

Samstag, 15.05.2010

Vier-Quellen-Tour

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Auf dieser Tagesausfahrt werden wir uns an vier Quellen erfrischen können: Saale, Eger, Weißer Main und Fichtelnaab. Die Rückreise erfolgt mit der Bahn, je nach Wunsch über Neumarkt oder Marktredwitz.

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)



Sonntag, 16.05.2010

2. Kleeblatt-Radtour Regionale Produkte

Treffpunkt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

(Zugfahrt nach Schönwald ab Hof Hbf um 10:32)

Eine Veranstaltung von ADFC Hof und Agenda 21 Hof.

Die Tour führt uns von Schönwald über Kaiserhammer, Markt-leuthen nach Kirchenlamitz. Wir haben heute die Gelegenheit, verschiedene regionale Produzenten und Initiativen kennenzulernen. Die Tour ist ca. 30 km lang und familienfreundlich ausgelegt. Rückfahrt mit dem Zug ab Kirchenlamitz (wer will, kann auch nach Hof zurückradeln).

Kosten: Bahnfahrt und Essen (auf eigene Rechnung), 2 € Kosten

Tourenleiter / Info: Anne Oertel und Martin Wahl (09281/1446909)



Samstag 22.05.2010 - Sonntag 06.06.2010

(2 Wochen) Campingtour an der Ostsee von Tallin über St. Petersburg nach Helsinki

Treffen 08:15 Hof Hauptbahnhof

Anreise mit Bahn und Fähre; geboten wird Regen, Kälte, Gegenwind, nur selten ein Berg, alle 3 Tage eine warme Dusche; gerechnet werden muss mit viel Natur, mittelalterlichen Innenstädten, einer der schönsten Städte Europas, herrlichen Schlössern, gelegentlichen Hotelübernachtungen.

Gesamtstrecke ca. 1200 km, Tagesstrecken bis 100 km; wir fahren auf Autobahnen, verkehrsarmen Nebenstrassen und Radwegen; wenig Steigungen, mittlere Anforderungen. Verbindliche Anmeldung bis 07.04.2010 wegen Visabeantragung für Russland.

Tourenleiter/Info: Erwin Attenberger (09281/18004922 oder 1409952)

Aktuelle Bilder und Berichte im Internet unter: www.adfc-hof.de

Sonntag, 23.05.2010

Vogtlandtour mit Kammloipe

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Über Oelsnitz geht es hinauf ins Erzgebirge, ab Schöneck entlang der Kammloipe, zurück über den Muldenberger Stausee, Meilerhütte, Oelsnitz nach Hof. Die Tour führt über geteerte Straßen, Radwege und ca. 30 km Wald- und Forstwege.

Ca. 110 km. Aufgrund der Länge und mehrerer Steigungen sehr anspruchsvolle aber lohnende Tour.

Tourenleiter / Info: Siegfried Frankenhauser (09281/40470)



Donnerstag, 03.06.2010

3. Kleeblatt-Radtour „Auf in den Norden Hof's“

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Töpen, Isaar, Joditz, Tiefengrün, Münchenreuth: wir werden auf dieser Fahrt kleine landwirtschaftliche Betriebe, Energie-Dörfer, einladende Gasthäuser und grenzüberschreitende Brücken aufsuchen und kämpferischen Bürgern und knusprigen Karpfen begegnen. Die Strecke beträgt rund 70 km und ist (wie vieles in Oberfranken) buckelig. Dauer: etwa 5 bis 6 Stunden

Tourenleitung: ein Team von ADFC und Agenda 21

Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)

Samstag, 05.06.2010

Nach Selb zum Meilerfest

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Tour zum Meilerfest nach Selb. Am Ziel Musik und Grillspezialitäten, handwerkliche Produkte und Vorführungen. Die Tour führt unschwierig über verkehrsarme Nebenstraßen, Feld- und Waldwege. Ca. 70 km.

Tourenleiter / Info: Siegfried Frankenhauser (09281/40470)

Sonntag. 06.06.2010

Vom Kugelbrunnen zum Kugelbrunnen

Abfahrt: 9.00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Die Tour führt uns über verkehrsarme Straßen, Wald-, Feld- und Radwege ins oberfränkische, thüringische und vogtländische Gebiet. Ca. 70 km. Anforderungen: mittel (einige Steigungen)

Tourenleiter / Info: Armin Gehrke (0176/50380664)



Sonntag, 13.06.2010

Ins höchste Dorf Oberfrankens

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Unser heutiges Ziel ist Wülfersreuth im Fichtelgebirge, mit 690 m das höchstgelegene Dorf in Oberfranken. Dort ist die Einkehr vorgesehen. Die Strecke über Kirchenlamitz, Weißenstadt, Gefrees, Sparneck ist aufgrund der Länge (ca. 95 km) und einiger Steigungen anspruchsvoll.

Tourenleiter / Info: Waldemar Fehn (09251/5702)

Sonntag, 20.06.2010

Radtag Lichtenfels

Aktionstag rund ums Radfahren mit Sternfahrt vieler Radclubs u.a. des ADFC Hof. Näheres zeitnah im Internet und in der Presse.

Samstag, 26.06.2010

Höllental und nähere Umgebung von Lichtenberg / Bad Steben

Abfahrt: 09:30 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Wir fahren zum und durch das Höllental mit Möglichkeit der Besichtigung des Friedrich-Wilhelm-Stollens; Weiterfahrt im weiten Bogen um Lichtenberg und Bad Steben herum; Einkehrmöglichkeiten bestehen mittags und/oder abends.

Gesamtstrecke: variabel, ca 50 bis 70 Kilometer.

Wegequalität: Radwege, ruhige Landstraßen, Wald- und Wiesenwege, mit mittleren Steigungen. Rückfahrt mit der Bahn.

Tourenleiter / Info: Rainer Löhner (09286/965496 bzw. rainer.loehner@t-online.de)



Sonntag, 27.06.2010

4. Kleeblatt-Radtour nach Nordwesten

Treffpunkt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Unsere heutige Kleeblatt-Tour bietet wieder die Gelegenheit, einige lokale Produzenten unserer Region kennenzulernen. Die Anforderungen sind nicht hoch, wir fahren 40 bis 50 km, und es besteht die Möglichkeit der Rückkehr mit der Bahn.

Tourenleiterin / Info: Ute Thiergärtner (09281/8609808)



Freitag 02.07. 2010 - Sonntag 04.07.2010

(Dreitagestour mit 2 Übernachtungen)

Unstrut-Radweg für Natur- und Weinliebhaber

Treffen: 08:15 Hof Hauptbahnhof

Anreise mit der Bahn bis Leinefelde, dann den Unstrut-Radweg von der Quelle bis zur Mündung in die Saale bei Naumburg, von dort zurück mit der Bahn.

Gesamtstrecke 200 km; größtenteils Radwege unterschiedlicher Beschaffenheit, etwas Landstrasse, wenig Steigungen, geringe bis mittlere Anforderungen.

Tourenleiter/Info: Erwin Attenberger (09281/18004922 oder 1409952)

Sonntag, 04.07.2010

Fahrrad-Wanderung um Oberkotzau

Abfahrt: Oberkotzau, Marktplatz (Sautreiberbrunnen), 11:00 Uhr

Wir erkunden die reizvolle Umgebung von Oberkotzau, besuchen Wurlitz und das Schweßnitztal mit dem Naturschutzgebiet Wollajaleite. Über Fattigau (Einkehrmöglichkeit) und Pfaffengrün geht es auf landschaftlich reizvoller Strecke zurück nach Oberkotzau. Ca. 30 km. Anforderungen: leicht, auch für Familien geeignet.

Tourenleiter / Info: Karl Hofmann (09286/1563)

Sonntag, 11.07.2010

Zur Tauritzmühle im Kreis Bayreuth

Treffpunkt: 8:20 Uhr am Hauptbahnhof in Hof (Abfahrt des Zuges ist 8:41 Uhr)

Unsere heutige Tour führt uns durch den nördlichen Landkreis Bayreuth. Abfahrts- und Zielort ist Wirsberg, die Einkehr ist in der Tauritzmühle vorgesehen.

Anforderungen: mittel, ca. 90 km.

Tourenleiter / Info: Waldemar Fehn (09251/5702)

Sonntag, 18.07.2010

Frankenpost-Radwandertag

Näheres im Internet unter: www.adfc-hof.de und in der Presse

WHO visuelle kommunikation



www.agenturgemeinschaft.de



Montag, 19.07.2010 – Sonntag, 25.07.2010

Ostseeradweg in Polen

Treffpunkt: 5:45 Uhr am Hauptbahnhof in Hof
(Abfahrt des Zuges ist 6:00 Uhr)

Zugfahrt von Hof über Berlin nach Stettin (Ankunft 14:00 Uhr)
Stadtbesichtigung in Stettin, in den nächsten Tagen Fahrt auf dem Küstenradweg in Richtung Danzig. Übernachtung in Pensionen. Die landschaftlich reizvolle Tour führt über rund 400 km und bereitet keine Schwierigkeiten. Voranmeldung erforderlich.

Tourenleiter / Info: Alois Wiesgickl (0160/97483510)

Samstag, 24.07.2010

20 Jahre ehemaliger Eiserner Vorhang (mit ADFC Nürnberg)

Treffpunkt: 10:26 Hof Hbf (Empfang der Nürnberger Radler)

Von Hof aus fahren wir zunächst an der Saale hellem Strande zur Fattigsmühle, einer ehemaligen Mühle mit Biergarten und Hofladen mit köstlichen Fleisch-/ Metzgereierzeugnissen aus Bioaufzucht. Danach nähern wir uns der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze. Wir fahren ein Stück im ehemaligen Todesstreifen, sehen Türme der Überwachungsanlagen, hören von einem Einheimischen Geschichten aus der Zeit der Grenze mit Minen und Selbstschussanlagen. Wir verlassen Sachsen wieder und suchen den Anschluss nach Thüringen beim Drei-Freistaaten-Stein. Bald danach erreichen wir das jahrzehntelang geteilte Dorf Mödlareuth mit der noch bestehenden Grenzmauer mitten durch das Dorf. In Thüringen fahren wir bis zur alten Industriestadt Hirschberg. Der weitere Weg führt uns wieder die Saale entlang zurück nach Hof. Ca. 55 km.

Tourenleitung: Siegfried Zinecker (ADFC Nürnberg)

Sonntag, 25.07.2010

Frankenwald-Kronach-Main

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Es geht quer durch den Frankenwald, aber mit relativ wenig starken Steigungen. Wir erreichen über ausgeschilderte Radwege die Ködeltalsperre, wo wir einkehren, um danach in Flusstälern weiter zu rollen. Zurück nach Hof geht es mit dem Zug ab Kronach, Burgkunstadt oder Kulmbach.

Ca. 100 km, aufgrund der Länge anspruchsvolle Tour.

Tourenleitung / Info: Simone Wörhoff (09281/889712)



Aktuelle Bilder und Berichte im Internet unter: www.adfc-hof.de

Samstag, 31.07.2010

Wallenstein-Radwanderweg Marktredwitz-Eger-Marktredwitz

Treffpunkt: 9:15 Uhr Hof Hbf, Abfahrt: Bhf MAK um 10:15 Uhr

Wir fahren von MAK aus zunächst die Nordtrasse, besichtigen in Arzberg das historische Eisenerz-Bergwerk „Kleiner Johannes“ und erkunden in Eger das Gartenschau-Gelände. Als Rückweg nehmen wir die Südroute, entlang der Wondreb über Waldsassen, Mitterteich und Pechbrunn. Ca. 75 km. Größtenteils Radwege, teilweise Straßen und Waldwege, gegen Ende einige Steigungen. Anforderungen: mittel.

Tourenleiter / Info: Andreas Engel (09281/3677)

Samstag, 07.08.2010

Drei-Länder-Tour nach Hirschberg

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Auf dem Saaleradweg nach Hirschberg, wo wir den Haag und die Wenzelshöhle besichtigen können. Über Mödlareuth und Töpen geht es zurück nach Hof. Ca. 50 km. Die Tour ist wegen einiger Anstiege mittelschwer.

Tourenleiterin / Info: Angela Deeg (09281/7536017)

Sonntag, 08.08.2010

Große Waldstein-Runde

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Über Schwarzenbach und Kirchenlamitz nach Weissenstadt, dann auf Forstwegen durch das Waldstein- und Kornbergmassiv. Ca. 100 km, 1400 Höhenmeter. Konditionell anspruchsvolle Tour, ideal als Leistungsstandkontrolle für sportlich ambitionierte Fahrer, die eine Alpenunternehmung planen (etwa unsere Alpentour ab 28.08.) Überwiegend Waldwege, kurze einfache Single-Trail-Passagen

Tourenleiter / Info: Oliver Groll (09281/85815)

Sonntag, 15.08.2010

Wallenstein Radweg (Südroute mit Spange)

Treffpunkt: 9:15 Uhr Hof Hbf, Abfahrt: Marktredwitz 10:15 Uhr

Wir folgen bis Seußen zunächst der Nordroute des markierten Wallensteinradwegs. Dann biegen wir ab auf den Mühlenradweg (Spange) Richtung Waldsassen, vorbei an Konnersreuth und der Wallfahrtskirche Kappl. In Waldsassen besteht die Möglichkeit, die weltberühmte Klosterbibliothek zu besichtigen. Rückweg entlang der Südroute (Mitterteich, Pechbrunn) nach MAK. Die Tour verläuft überwiegend auf markierten Radwegen mit einigen Steigungen. Mittelschwer. Ca. 55 km.

Tourenleiter / Info: Barbara Hoffmann (09281/794899)

Sonntag, 22.08.2010

Auf den Weissenstein

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Unser heutiges Ziel ist der zwischen Frankenwald und Fichtelgebirge gelegene 688 Meter hohe Weissenstein, eine reizvolle Aussichtswarte mit gemütlichem Gasthaus direkt auf dem Gipfel. Mittlerer Schwierigkeitsgrad, ca. 90 km.

Tourenleiter / Info: Waldemar Fehn (09251/5702)



**Samstag 28.08.2010 - Sonntag 12.09.2010
(2 Wochen) - Von der Rhone an den Po über die
südfranzösischen Alpen**

Treffen 05:00 Hof Hauptbahnhof

Anreise mit der Bahn bis Avignon, dann über den Mont Ventoux (oder dran vorbei), die gewaltige Verdon-Schlucht entlang, über den höchsten Alpenpass La Bonette 2805 m und weitere Alpenpässe mit möglicher Edelweißsichtung bis Turin; zurück im Liegewagen. Tagesanforderung max. 1800 Höhenmeter, aber meist deutlich unter 100 km. Größtenteil verkehrsarme Nebenstrassen, aber auch Hauptstrassen und Schiebestücke auf Wanderwegen. Übernachtung auch auf Hütten (Hüttenschlafsack!). Anspruchsvolle Mountainbike-Tour, nur für konditionsstarke Radler/Radlerinnen.

Anmeldung bis 28.07.2010 wegen reservierungspflichtiger Züge.

Tourenleiter/Info: Erwin Attenberger (09281/18004922 oder 1409952)

Samstag, 28.08. 2010

Zur Saalequelle

Abfahrt um 9.00 Uhr, Hof, Kugelbrunnen

Auf dem Saaleradweg bis zur Quelle, Rückweg anders, mit Einkehr nach etwa der Hälfte der Strecke. Ca. 80 hügelige Kilometer auf Radwegen, kleinen Landstraßen, Feld- u. Waldwegen. Anforderungen mittel, wir fahren die Berge gemütlich an.

Tourenleiterin/Info: Evi Thurnberger, 09281-5404800

ALLES AUSSER GEWÖHNLICH



www.MINTZEL-DRUCK.de
Deutschlands älteste Druckerei - seit 1625
Oberer Torplatz 1 • 95028 Hof • Tel. 09281/7287-0

Samstag. 04.09.2010

Radtour nach Nürnberg

Treffpunkt: 8:00 in Hof / Kugelbrunnen

Unsere Tour führt über Münchberg, Wirsberg und Bayreuth in die Fränkische Schweiz und über Pottenstein und Gräfenberg nach Nürnberg (für die Ausdauernden). Bei Bayreuth Mittagspause. Je nach gefahrener Strecke ist die Tour mittelschwer bis anspruchsvoll. Wir sind immer in Bahn-Nähe unterwegs, so dass an vielen Punkten eine vorzeitige Rückkehr möglich ist. Insgesamt ca. 150 km bis Nürnberg.

Tourenleiter / Info: Alois Wiesgickl (0160/97483510)

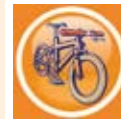
Sonntag, 05.09.2010

Entlang der Tschechischen Grenze

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Wir fahren über größtenteils verkehrsarme Nebenstraßen, Rad- und Waldwege nach Faßmannsreuth und durch den Rehauer Wald nach Schönwald. Mehrere Einkehrmöglichkeiten. Ca. 70 km. Schwierigkeit: einfach, keine nennenswerten Anstiege.

Tourenleiter / Info: Siegfried Frankenhauser (09281/40470)



Samstag/Sonntag, 11./12.09.2010

Main-Radweg von Aschaffenburg bis Gemünden

Treffpunkt: Samstag, 11.09. um 7:10 Uhr Hof Hbf

Die Tour führt am ersten Tag mainaufwärts über eine Strecke von ca. 50 km von Aschaffenburg nach Miltenberg. In Großheubach lohnt die Besichtigung des hoch gelegenen Franziskanerklosters Engelberg. Von dort sind es nur wenige Kilometer bis zum Übernachtungsort Miltenberg. Am zweiten Tag radeln wir über Freudenberg nach Wertheim, einer weiteren Stadt mit wunderschönen Fachwerkhäusern und einer malerischen Burgruine. Weiter geht es über Homburg, Markttheidenfeld und Rothenfels nach Lohr mit der z. T. unter Denkmalschutz stehenden Altstadt. Schließlich erreichen wir nach ca 95 km Gemünden und besteigen dort den Abendzug um 17.56 oder 20.00 Uhr, der uns zurück nach Hof bringt. Die gesamte Strecke über rund 150 km verläuft sehr abwechslungsreich durch das weite ruhig und in seinen bunten Herbstfarben liegende Maintal, vorbei an vielen Burgen, Kirchen, Schlössern, Weingärten, Obstplantagen, und immer wieder beeindruckenden Fachwerkbauten aus den vergangenen Jahrhunderten. **Anmeldung ist erforderlich bis spätestens Montag, 06. 09. 2010 beim Tourenleiter Rainer Löhner (09286/965496 bzw. rainer.loehner@t-online.de)**

Aktuelle Bilder und Berichte im Internet unter: www.adfc-hof.de

Sonntag, 12.09.2010

Von Hof nach Plauen

Abfahrt: 10:00 Uhr Hof / Rathaus

Schon fast ein Klassiker: als gemeinsame Veranstaltung der Partnerstädte Plauen und Hof im Rahmen des sächsisch-bayerischen Städtenetzes gibt es auch in diesem Jahr die beliebte Hof-Plauen-Tour. Wie immer mit Rahmenprogramm und kostenloser Rückfahrmöglichkeit mit der Bahn. Nähere Einzelheiten zu gegebener Zeit in Tagespresse und Internet.

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)



Samstag/Sonntag 18./19.09.2010

Oberpfälzer-Wald-Runde auf ehem. Bahntrassen (Zweitagestour mit Übernachtung)

Treffen: 06:30 Hof Hauptbahnhof

Mit der Bahn bis Schwarzenfeld/Naab, von dort den Radweg auf der ehem. Schwarzachtal-Bahntrasse bis Rötze, über den Berg nach Eslarn und auf dem Bockbahn-Radweg (eventuell Abstecher zum Geotop Doost) über Neustadt bis Weiden, zurück mit der Bahn. Gesamtstrecke 130 km, 1100 Höhenmeter. Größtenteils Radwege, etwas Landstrasse, längere Steigungen, mittlere Anforderungen.

Tourenleiter/Info: Erwin Attenberger (09281/18004922 oder 1409952)

Sonntag 26.09.2010

Einkehrtour mit Vulkanbesteigungen

Treffen: 08:15 Hof Hauptbahnhof

Mit der Bahn bis Kirchenlaibach, dort zur Stärkung für den Vulkananstieg ins Café, auf den Rauhen Kulm mit Turmbesteigung, Mittagessen in einem einsam gelegenen preisgünstigen Fischrestaurant, Bezwingung des Parksteins (schönster Basaltkegel Europas) und an der Schweinaab entlang bis Weiden, wo uns Konditoreien und Eisdielen erwarten. Zurück mit der Bahn. Gesamtstrecke ca. 80 km, meist Rad- und Waldwege, aber auch Straße, ein paar Steigungen, leichte bis mittlere Anforderungen.

Tourenleiter/Info: Erwin Attenberger (09281/18004922 oder 1409952)

Alle ADFC-News und und Berichte
finden Sie im Internet unter:
www.adfc-hof.de



Sonntag, 03.10.2010

Alte und neue Saalebrücken

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Wir folgen der Saale nach Norden und erkunden die bayerisch-thüringische Grenzregion links und rechts vom reizvollen Saaletal. Geländegängige Räder und eine gute Kondition sind hierfür Voraussetzung. Ca. 70 km (Landstraßen, Waldwege, Kolonnenwege, einige steile Anstiege)

Tourenleiter / Info: Oliver Groll (09281/85815)

Samstag, 09.10.2010

Drei-Länder-Tour

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Wir werden auf dieser späten Ausfahrt auf Nebenstraßen und Waldwegen im Grenzland Abschied nehmen vom Herbst und noch einmal seine Farbenpracht genießen. Gesamtstrecke etwa 60 km mit einigen Steigungen.

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)

Sonntag, 17.10.2010

Auf die Kösseine

Abfahrt: 9:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Auf Nebenstraßen und Wegen durchs landschaftlich reizvolle Hufeisen zur Luisenburg und hoch zum Kösseinegipfel. Bis Wunsiedel höchstens mittelschwer, der Schlussanstieg ist fordernd. Es wird empfohlen, eine Brotzeit einzupacken. Heimfahrt mit dem Zug ab WUN (dann ca. 60 km Fahrstrecke) oder mit dem Rad (gut 100 km)

Tourenleiter / Info: Oliver Groll (09281/85815)

Samstag, 23.10.2010

Saisonabschluss-Tour / Überraschungstour

Abfahrt: 10:00 Uhr in Hof / Kugelbrunnen

Lasst euch auf dieser letzten Ausfahrt einfach mal überraschen.

Tourenleiter / Info: Jörg Ogrowsky (09281/93142)

Bike World

Hof - Schollenteichstrasse 30 - Phone: 09281 / 79390

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. von 9.00 - 18.00 / Sa. von 9.00 - 13.00

E-Mail: info@bike-world.hof.de - Internet: www.bike-world-hof.de

Das Kleingedruckte

Es geht (im Interesse aller Teilnehmer) nicht ganz ohne Regeln. Da wir nicht nur auf verkehrsarmen Straßen, sondern auch auf Feld- und Waldwegen unterwegs sind, werden wir darauf achten, dass nur geeignete und verkehrssichere Räder benutzt werden. Die technischen und konditionellen Anforderungen der einzelnen Touren sind hier im Programm beschrieben und werden vom Tourenleiter vor jeder Abfahrt noch einmal kurz dargestellt. Wir können aber keine Haftung für Ereignisse übernehmen, die sich aus fehlerhaftem Material oder Überforderung von Teilnehmern oder aus Nichtbeachtung der Straßenverkehrsordnung ergeben. Wir empfehlen die Benutzung eines Fahrradhelms für alle unsere Touren.

Zum Gelingen einer gemeinschaftlichen Tour sind außerdem ein paar wenige Verhaltensregeln notwendig: Die Entscheidung über Streckenverlauf oder Einkehr sollte unseren Tourenleitern (die sich gut vorbereitet haben) überlassen werden. Wer sich von der Gruppe absetzen will, sollte das nur in Absprache mit dem Tourenleiter tun, und schließlich sollte unter allen Teilnehmern Einverständnis darüber bestehen, dass sich das gefahrene Tempo immer am Leistungsvermögen der langsameren Fahrer orientieren muss.

Die Teilnahme an unseren Feierabend- und Wochenendtouren ist kostenlos. Natürlich sind auch Nicht-Mitglieder herzlich eingeladen.



ADFC allgemein / Mitgliedschaft

Der ADFC ist ein bundesweiter, gemeinnütziger Verein mit mehr als 125.000 Mitgliedern. Er ist Interessenvertretung der Alltags- und Freizeitradler und arbeitet in den Schwerpunkten Verkehrsplanung, Verkehrspolitik und Tourismus.

Darüber hinaus engagiert er sich auch in den Bereichen :

- Umweltschutz
- Verkehrspädagogik
- Technik / Sicherheit
- Verbraucherschutz
- Gesundheitsvorsorge
- Fahrraddiebstahlschutz
- Fahrradmitnahme in öffentlichen Verkehrsmitteln

Zu den Leistungen für Mitglieder gehören neben der individuellen Hilfe durch die örtlichen Gliederungen:

- Bezug des ADFC-Magazins Radwelt (6x im Jahr)
- Rechtsschutz- sowie Haftpflichtversicherung
- Informationen und Falblätter zu vielen Themen rund ums Rad
- Touristische Informationen für die Radreise

Ansprechpartner im ADFC Hof:

Vorstand:

Oliver Groll (09281 / 85815)

Rainer Löhner (09286 / 965496)

Evi Thurnberger (09281 / 5404800)

Sie können per eMail mit uns Kontakt aufnehmen (adfc.hof@web.de) und uns unter www.adfc-hof.de auf unserer Homepage besuchen. Dort finden Sie aktuelle Hinweise, Rückblicke und Bilder von unseren Touren und viele weitere Informationen rund ums Radfahren und über unseren Verein.

*Mit
Sicherheit
in guten Händen*

BRANDSCHUTZ WIESGICKL

Unser Lieferprogramm

Feuerlöscher | Löschdecken | Sanitätskästen | Gefahrengutaus-
stattungen | Schutzschränke und Halter | Rauch-, Gas-, Wasser-
melder | Rauchabzugsanlagen | Sonderlösungen

*Sicherheit & Service
mit Bestpreis-Garantie*

Unser Kundendienst

Rauchabzugsanlagen-Service | Planung und Beratung
Reparatur von Handfeuerlöschern | Prüfung von Wandhydranten
Türen + Tore-Service | Prüfung und Füllung
Entsorgung von Feuerlöschern + Gasflaschen

DIN ISO 9002 zertifiziert

Co₂ Füllservice

eigene Werkstatt - faire Preise
Füllservice bis 21 Uhr

Wir füllen Ihre eigene Kohlendioxid - Co₂ - Flasche - Patrone sofort,
erledigen den fälligen TÜV Service für Sie,
tauschen Ihre Flasche auf Wunsch gerne aus.

Wir führen auch Leih- oder Gebrauchtflaschen.

Verkauf von Co₂ - Flaschen - Patronen - Ace - Sauerstoff