



***VELOFAHRKURSE 2026  
PRO VELO UNTERWALDEN & PARTNER***

# ZIELE



**Spass** am Velofahren fördern.



**Know-How** zum Velofahren mit Kindern aufbauen.



**Mut & Motivation** für gemeinsame Ausfahrten in Alltag und Freizeit aufbauen.

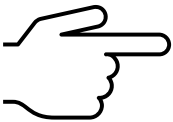
# ÜBERSICHT THEORIETEIL



**1. Organisation und Ziele**



**2. Voraussetzungen zum Velofahren**



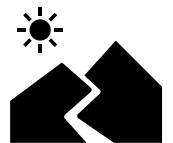
**3. Praktische Tipps**



**4. Pro Velo Unterwalden – ein kurzer Werbeblock**



**5. Fragen (und Antworten)**









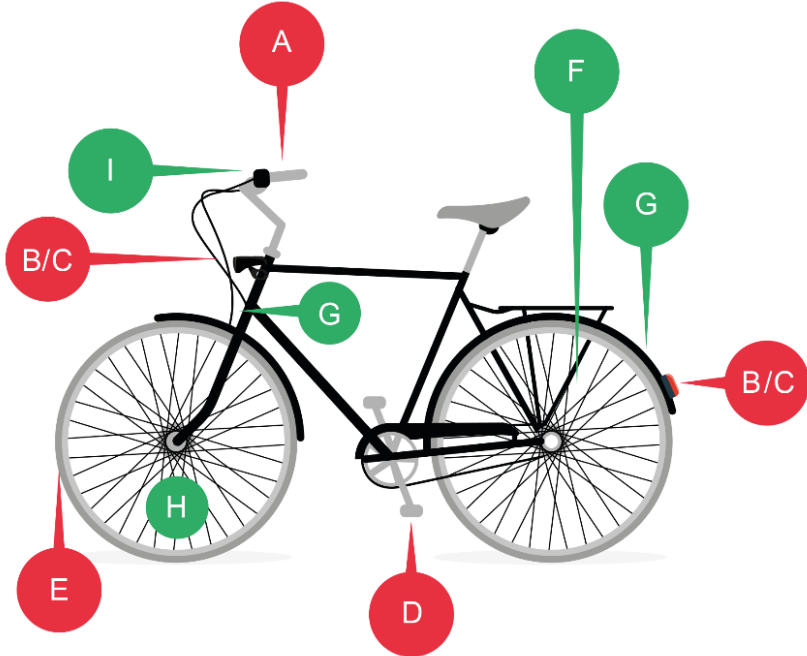





**6. Ausblick**

# AUSRÜSTUNG



<https://tinyurl.com/2p83a9wj>

# VELOAUSRÜSTUNG

OBLIGATORISCH OBLIGATOIRE	
<p><b>A</b></p>  <p>Zwei wirksame Bremsen <i>Deux freins efficaces</i></p>	<p><b>B</b></p>   <p>Nachts und in der Dämmerung <i>La nuit et au crépuscule</i></p>
<p><b>C</b></p>   <p>Reflektoren, vorne weiss, hinten rot <i>Réfecteurs, avant blanc, arrière rouge</i></p>	<p><b>D</b></p>  <p>Reflektoren <i>Réfecteurs</i></p>
	<p>EMPFOHLEN CONSEILLÉ</p>
<p><b>F</b></p> 	<p><b>G</b></p> 
<p><b>H</b></p> 	<p><b>I</b></p> 
<p><b>E</b></p>  <p>Intakte Pneus <i>Pneus en bon état</i></p>	<p>© Pro Velo 2020</p>



# BELEUCHTUNG

## Die Wirksamkeit der Beleuchtung

### Vorschrift

Scheinwerfer

Rücklicht

*Blinkend und statisch.*

Reflektoren  
vorne/hinten

Pedalreflektoren  
vorne/hinten

*Teilweise Vorschrift.*

*Ausnahme: Renn-  
und Sicherheitspedale.*

### Empfehlung

Speichenreflektoren

Reflex-Reifen



Eine gute Beleuchtung ist  
nicht teuer!

Budget



CHF 29.90



SAFETY SET Positionslicht-Set / schwarz von D-LIGHT

Lichttyp: Lichtset

<https://www.youtube.com/watch?v=nWAtaL2Y1yo>

# VORAUSSETZUNG VON KINDERN



- Eingeschränktes Blickfeld
- Monozentrische Aufmerksamkeit
- Niedriger Blickstandort



- Filterung bedeutsamer Signale schwieriger
- Lokalisierung schwieriger



- Langsamere Reizverarbeitung
- Schwierigkeiten in der Koordination (mangelnde Automatisierung)

Experiment



- Handlung wird stark durch Emotionen beeinflusst
- Unkontrollierte Handlungen bei Angst oder Schreckmomenten

# DAS RECHTS-FAHR-GEBOT (I)



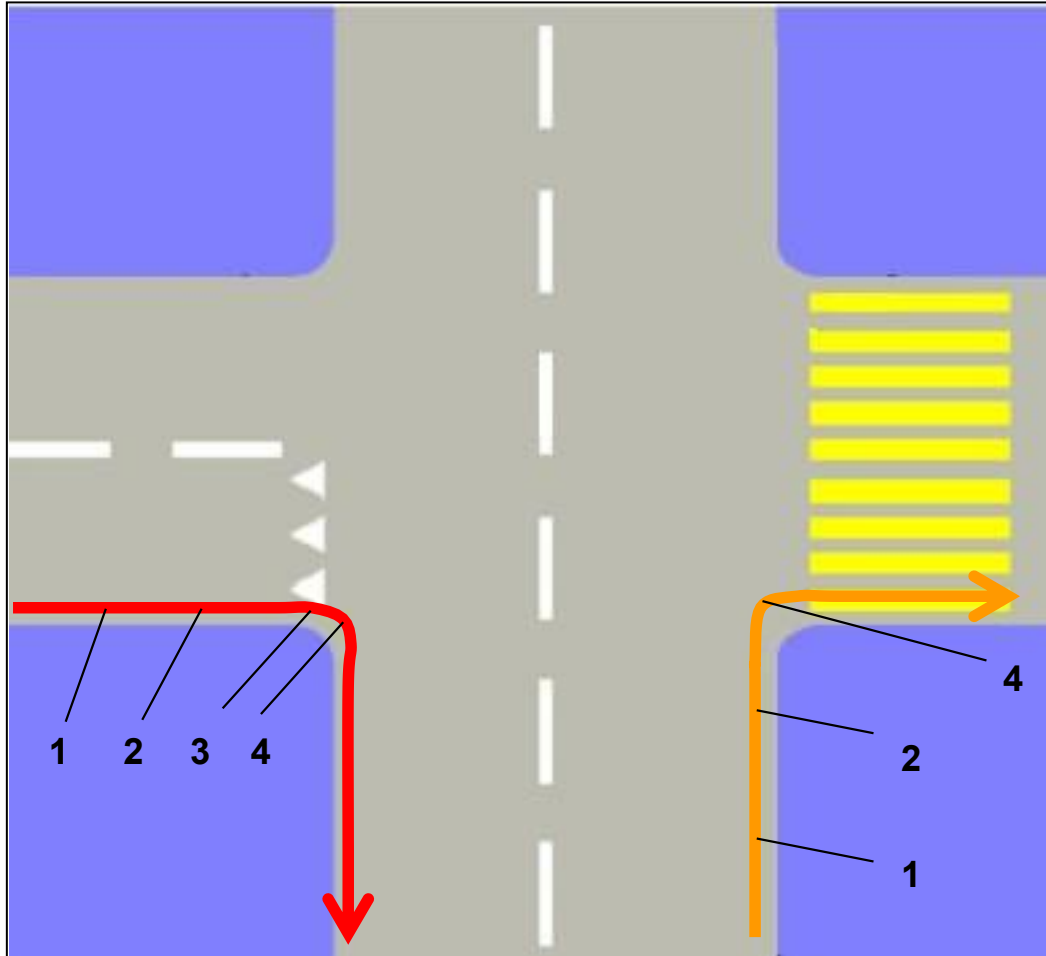
- **Idealer Abstand:**
  - 70cm – 1m
  - 1 Armlänge oder
  - Gully + 10 cm
- **Begründung:**
  - Hunde, Kinder,...
  - Scherben
  - Reserve zum Ausweichen

# DAS RECHTS-FAHR-GEBOT (II)



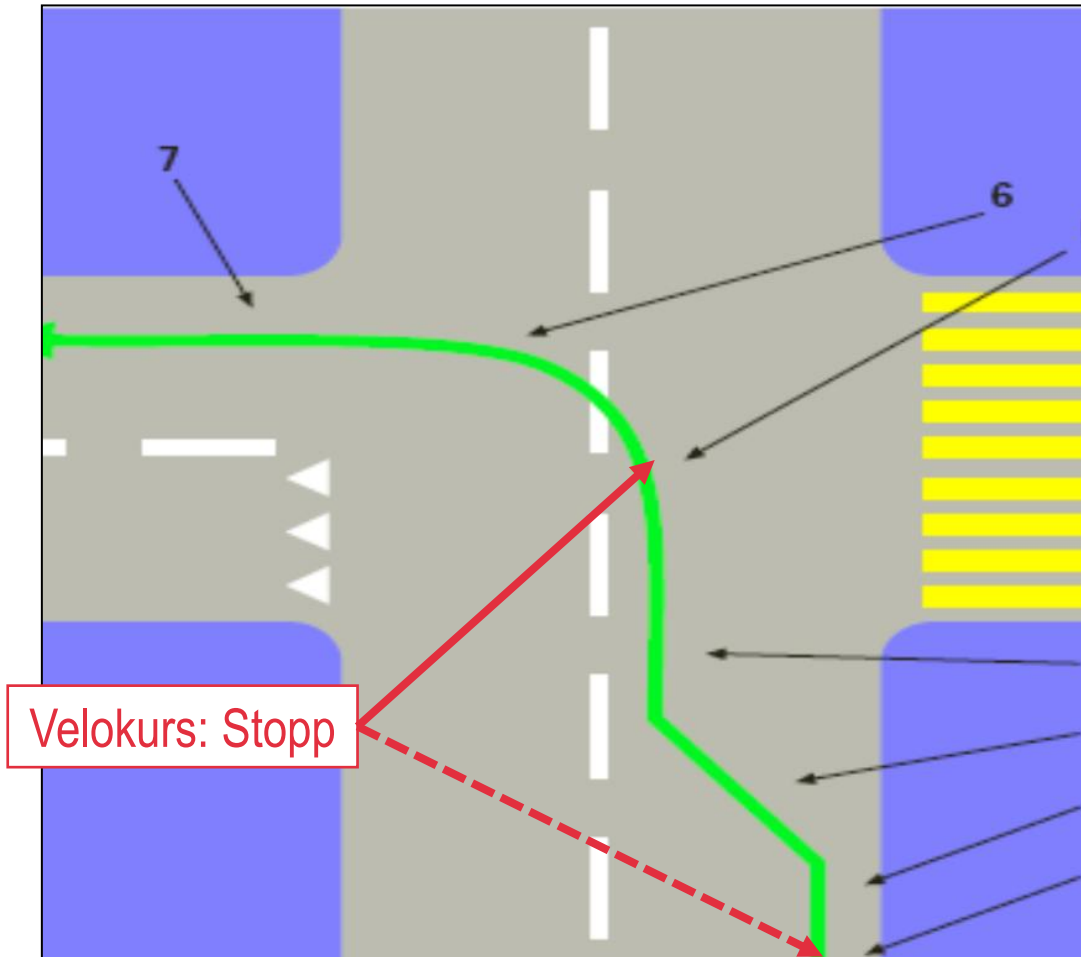
- **Keine Tauchfahrten**
- **Genügend Abstand zu parkierten Autos**
- **Begründung:  
Mit unachtsamen Autofahrern rechnen.**

# RECHTSABBIEGEN



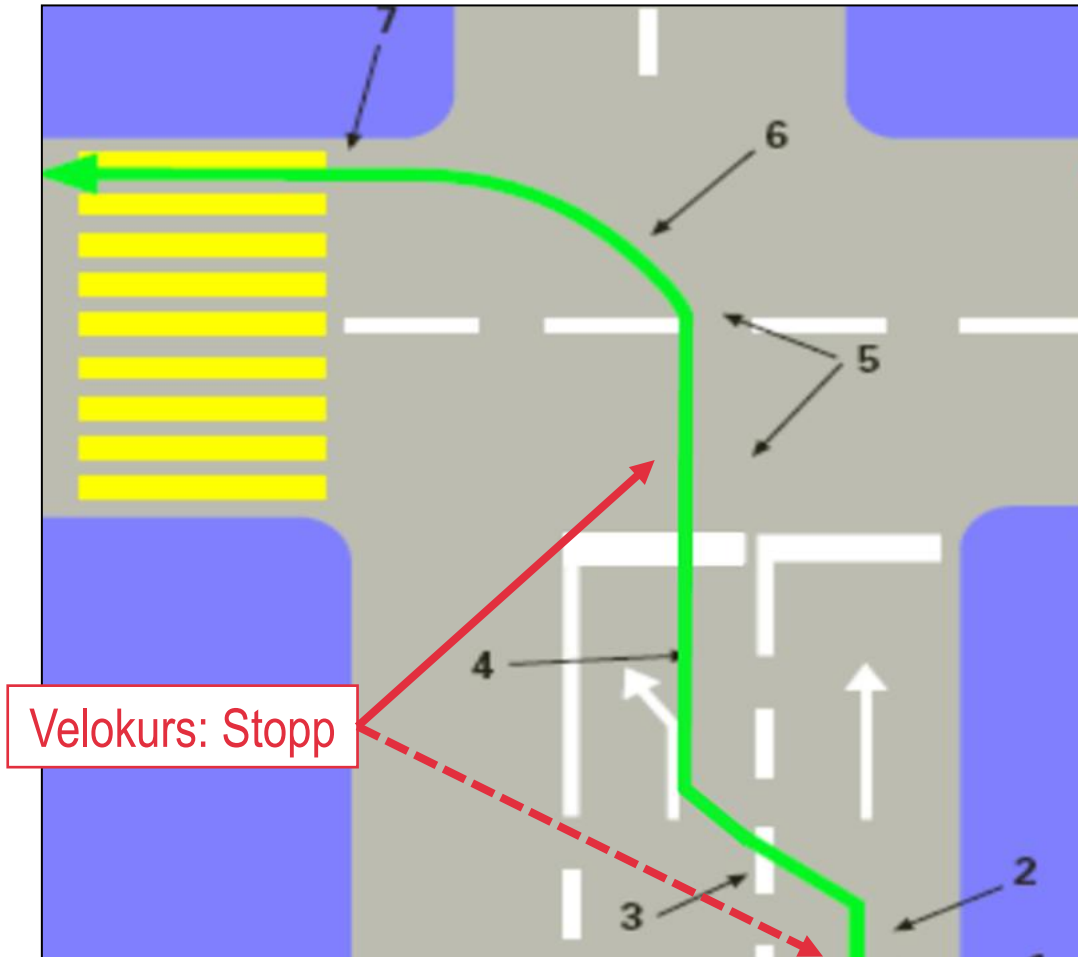
1. **Blick nach rechts aufs Trottoir und Situation beobachten**
2. **Deutliches Armzeichen**
3. ***Vortritt beachten (halten)***
4. **Rechtskurve mit beiden Händen am Lenker fahren**

# LINKSABBIEGEN



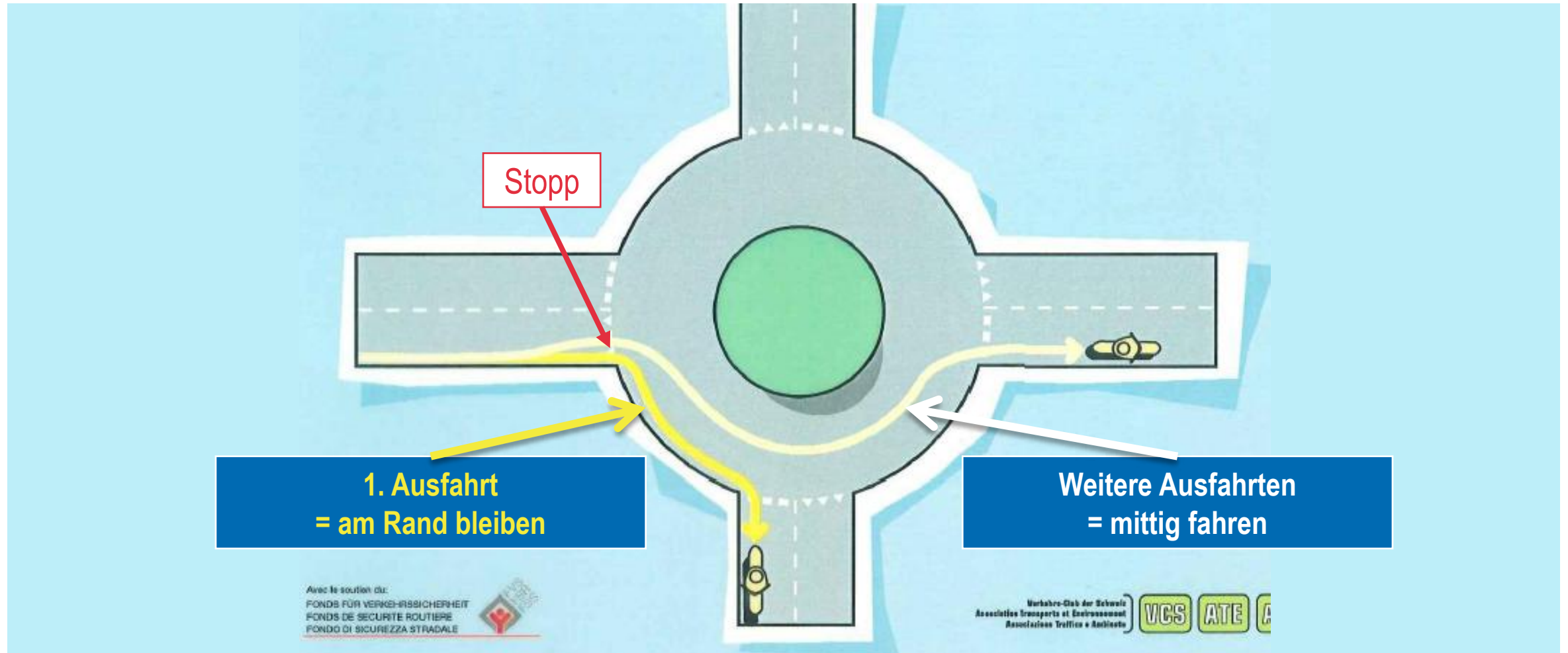
1. Blick zurück
2. **Deutliches** Armzeichen
3. Einspuren
4. Eindeutig fahren
5. Vortritte beachten und **Blick zurück**
6. Weiter Bogen
7. Weiterfahren

# LINKSABBIEGEN EINSPURSTRECKE



1. Blick zurück
2. **Deutliches** Armzeichen
3. Einspuren
4. Eindeutig fahren
5. Vortritte beachten und **Blick zurück**
6. Weiter Bogen
7. Weiterfahren

# SICHER DURCH DEN KREISEL



# GEMEINSAM UNTERWEGS (I)





1. **alters- und stufengerecht**  
> nicht überfordern
2. **Viel Lob und Geduld!**
3. **Abwechslung / Pausen**
4. **Nur kurze Ausfahrten auf stark befahrenen Strecken**
5. **Klare kurze Aussagen:**
  - ✓ **«Schau nach vorn!»**
  - ✗ **«Achtung!»**
6. **Rechts / Links nach Möglichkeit vermeiden**
7. **Regeln begründen und durchsetzen**

# GEMEINSAM UNTERWEGS (II)

## Reihenfolge



▷ ist situationsabhängig

▷ Idealfall:                    ▷▷▷    ▷▷▷

▷ wenn Kind sicher ist                    ▷▷   ▷▷

▷ wenn Kind unsicher ist                    ▷▷   ▷▷

## Nebeneinanderfahren ist erlaubt...

... auf signalisierten Radwanderwegen  
auf Nebenstrassen

... auf dem Radweg

... in Begegnungszonen (Tempo 20)

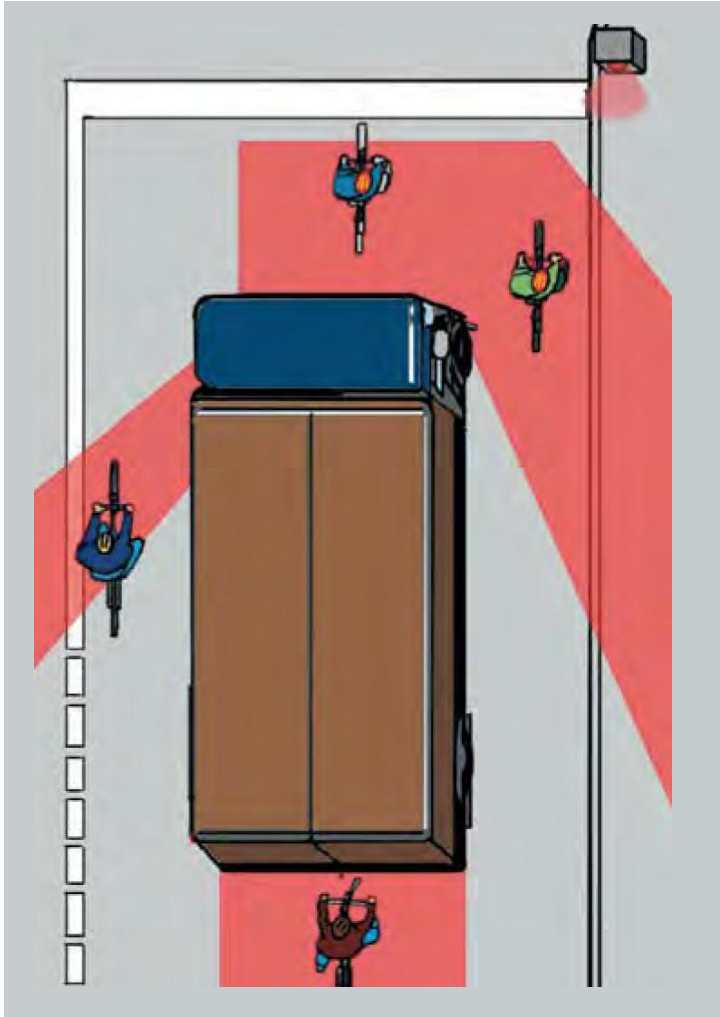
... in Gruppen ab 10 Personen

... bei dichtem Velo-/Mofa-Verkehr

# DER TOTE WINKEL (I)



# DER TOTE WINKEL (II)



- Ein Video zur Illustration
- Ein Video zum Schauen mit Kindern (Sendung mit der Maus)  
<https://www.youtube.com/watch?v=zrGPZA8ty9E>
- Gemäss der Richtlinie 2003/97/EG sind ab 2010 alle Lastwagen und Busse mit diesen speziellen Spiegeln ausgestattet.  
→ Sehr kleiner oder gar kein toter Winkel mehr.
- Aber: Sicher ist sicher.

# KERNFAHRBAHN



- **Standort in NW & OW:**  
Hergiswil (seit 2018) & Sachseln (seit 2021).
- **Recht:**
  - Velofahrende haben Vorrang auf dem Radstreifen
  - Autofahrende dürfen den Radstreifen benutzen, wenn er frei ist.
- **Problematik:**  
Oft nahes überholen.  
> Empfohlener Abstand: 1.50m

# ABSCHLEPPHILFEN

gemäss SVG erlaubt





gemäss SVG nicht erlaubt






# «NEUES» RECHT SEIT 1.07.25 (I)

## Wer ist gemeint?




		
Fahrräder	✓	
Langsame E-Bikes (25 km/h)	✓	
E-Trottinette (20 km/h)	✓	
E-Cargobikes ( $\leq 250$ kg)	✓	
Schnelle eBikes (45 km/h)	✓	✓
Klassische Motorfahrräder (30 km/h)	✓	✓

# «NEUES» RECHT SEIT 1.07.25 (II)

	Bio-Velo	Langsames E-Bike	Schnelles E-Bike
Trottoir	verboten	verboten	verboten
Trottoir mit Schild  gestattet	gestattet	gestattet	gestattet
Trottoir mit Schildern  gestattet  verboten	gestattet	gestattet	verboten

[Link](#) zum Merkblatt des ASTRA

# «NEUES» RECHT SEIT 1.07.25 (III)

	Bio-Velo	Langsames E-Bike	Schnelles E-Bike
	obligatorisch	obligatorisch	obligatorisch
<p>obenstehende Schilder mit Zusatzschild</p> 	obligatorisch	obligatorisch	freiwillig
<p>obenstehende Schilder mit Zusatzschild</p> 	obligatorisch	obligatorisch	verboten

# MITGLIEDER-VORTEILE

Vergünstigte  
Velokurse



Regionale  
Veloanlässe



Unterstützung  
regionale  
Veloinfrastruktur



Diverse  
Vergünstigungen



Anmeldung per sofort in der Pause bei Roberta Lischer möglich.









# ***LEITER:INNEN GESUCHT***



**Melden Sie sich bei uns!**

# IDEEN FÜRS ÜBEN ZU HAUSE

## Der Kompetenzraster als Hilfsmittel für das Beobachten von Stärken und das weitere Üben

MEIN KIND IM SCHONRAUM			
EINFÜHRUNG			
Wir ermuntern Sie dazu, Ihr Kind im Anschluss an die Theorie zu beobachten: ▶ Was kann ihr Kind schon? ▶ Was muss es noch üben? ▶ Wie könnten Sie zu Hause diese Kompetenzen spielerisch aufbauen? Vielleicht hilft Ihnen der untenstehende Kompetenzraster.			
DIE ZENTRALEN ZIELE			
Kompetenz	Bild	Mögliche Übung	Einschätzung
1. Ich kann schnell anfahren.		▶ Auf ein bestimmtes Signal hin (z.B. Klatschen) absteigen und möglichst rasch wieder anfahren.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
2. Ich kann in der Spur (geradeaus) fahren.		▶ Mit Kreide eine Linie zeichnen. Spur halten, auch im Schrittempo. ▶ Mit Kreide zwei Spuren zeichnen, dazwischen bleiben.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
3. Ich kann schnell und sicher bremsen.		▶ Eine Linie auf den Boden zeichnen. Wer schafft es, genau hier zu bremsen.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
4. Ich kann einhändig fahren und gleichzeitig ein deutliches Handzeichen geben.		▶ Mit einer Hand während des Fahrens einen Gegenstand (z.B. Tennisball) ergreifen.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
5. Ich kann während des Fahrens nach hinten schauen.		▶ Während des Fahrens nach hinten (zu Elternteil) schauen. Wie viele Finger streckt er/sie auf?	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
6. Ich beherrsche mein Velo sicher und kann damit Hindernisse (Slalom, Wippe, ...) befahren.		▶ Mit Joghurtbechern oder PET-Flaschen einen Slalom aufstellen.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
7. Ich kenne die Bedeutung der Signale Stop, Kein Vortritt, Fahrverbot.		▶ Im Alltagsverkehr (auf dem Schulweg) immer wieder die Bedeutung (nicht die Benennung) der Signale abfragen.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.
8. Ich kann Gänge schalten.		▶ Jemand gibt ein Kommando (z.B. „Mittlerer Gang“ oder „Strengster Gang“, ...) Wer am schnellsten schaltet, darf das nächste Kommando geben.	<input type="checkbox"/> ... kann mein Kind sicher. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind eingemessen. <input type="checkbox"/> ... kann mein Kind noch nicht.

1. Anfahren (Richtige Pedalposition)
2. In der Spur fahren
3. Schnell und sicher bremsen
4. Einhändig fahren; Zeichen geben
5. Fahrend nach hinten schauen
6. Velo beherrschen (Hindernisse)
7. Signale kennen
8. Gänge schalten

# *EINE IDEE FÜRS REGENWETTER*

«Veloschuel»



<https://tinyurl.com/2p83a9wj>

# VIEL ERFOLG BEI DER UMSETZUNG!

