

Sonderausschreibung RW-Rallye
„Türme und hohe Bauwerke in SH“

Wettbewerb „Radwanderfahrer/in“
und „Radwanderverein des Jahres“

DEUTSCHES RADSPORTABZEICHEN

Schnellfahren (20 km): 11.06. und 21.08.2025
jeweils um 18:00 Uhr

Tourenkontrollfahrten: nach Absprache

Ansprechpartner: Sönke Hennings 04841/61143

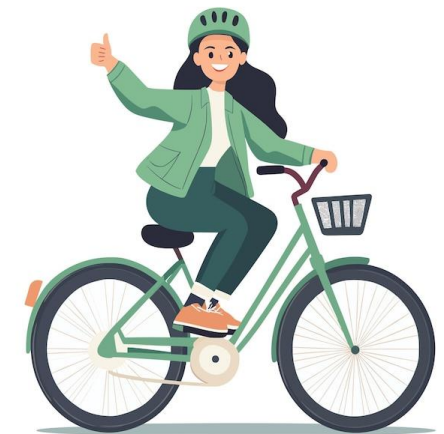
 **Radwandern - Gemeinsam - Erleben**

Was gibt es schöneres als in netter Gemeinschaft Radtouren durch unser herrliches Nordfriesland zu unternehmen? Und das regelmäßig jede Woche! Das macht Spaß, hält fit und beugt nebenbei vielen Krankheiten vor: Der Körper wird abgehärtet, das Herz gestärkt und das Muskelgewebe gut durchblutet. Die Leistungsfähigkeit erhöht sich, die Ausdauer wächst und der Cholesterinspiegel sinkt! Der Vitamin-D-Spiegel wird erhöht, Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko werden deutlich gesenkt! Radwandern in der Gruppe bedeutet auch Geselligkeit, die insbesondere bei den Mehrtagestouren gepflegt wird. Daher werden Freundschaften gefördert und das Miteinander gestärkt.

**Fahrräder haben keine „Knautschzone“!!!
Deshalb empfehlen wir zum eigenen Schutz
unbedingt das Tragen eines Fahrradhelms!**



www.rsv-husum.de



Radwandern 2025

Ansprechpartner: Sönke Hennings
Fachwart Radwandern
Tel.: 04841/61143
eMail: radwandern@rsv-husum.de

Regelmäßige Veranstaltungen

Dienstag	11:00 Uhr	11. bis 25. März	Einrolltours bis 30 km mit Mittags-Einkehr
Dienstag	14:00 Uhr	01. April bis 21. Okt.	Ausfahrt 35 bis 45 km
Dienstag	11:00 Uhr	28. Okt. bis 04. Nov.	Ausfahrt 30 bis 40 km mit Mittags-Einkehr
Mittwoch	14:00 Uhr	04. Juni bis 27. Aug.	Ausfahrt 30 bis 40 km
Freitag	14:00 Uhr	18. April bis 29. Aug.	Flottes Radwandern bis 60 km - nur Absprache
Samstag	13:00 Uhr	05. April bis 25. Okt.	Ausfahrt bis 55 km mit Kaffee-Einkehr, wenn keine andere Tagestour vorgesehen ist! (siehe Terminplan)
Samstag	11:00 Uhr	01. und 08. Nov.	Ausfahrt bis 55 km mit Kaffee-Einkehr
Sonntag			Touren nach Terminplan

Wenn nicht extra aufgeführt, starten alle Touren bei den Keglerstuben, Schleswiger Chaussee 23.

Die Dienstags-Ausfahrten im März sind für den Konditionsaufbau vorgesehen.

Die Radwanderausfahrten am Di und Mi werden so gestaltet, dass jeder mitfahren kann.

Eine gewisse Fitness wird jedoch vorausgesetzt.

Etwas anspruchsvoller sind die Radwanderausfahrten am Wochenende und die Mehrtagestouren, bitte Hinweise im Terminplan beachten.

Die Freitagsausfahrt ist für konditionsstärkere Radwanderer (ohne eBike) vorgesehen und findet nur nach Absprache statt.

Sonderveranstaltungen

<u>März</u>		
01.	13:00	RW-Meeting in Nortorf
04.	14:30	Radwander-Kaffeeeklatsch
05.	19:00	Mitgliederversammlung
11.	11:00	Erste kleine Einrolltour mit Imbiss
12.	18:30	"Auf der Suche nach dem Jungbrunnen" mit Dr. Matthiesen

<u>April</u>		
12.	13:00	Eröffnungstour mit Kaffeetrinken (lt. Einl.)
19.	12:00	Ostereier-Suchtour mit Kaffeetrinken

<u>Mai</u>		
03.	12:00	Verbandsfahrt RG Kiel ab Harrislee -40km
04.	10:00	Verbandsfahrt RG Kiel ab Tarp - 55 km
		Anmeldung für beide VF bis 29.04.
18.		Deutschlandcup / Tine-RTF RSV Husum
31.	10:30	Tagestour zum "Höker" in Vollstedt - ca. 60 km - Anmeldung bis 27.05.

<u>Juni</u>		
11.	18:00	Abnahme Sport- und Radsport-Abzeichen Mildstedt/Lagedeich
13.	13:00	Grilltour ins Blaue - Anmeldung bis 07.06.
21.	12:00	Verbandsfahrten Post Heide
22.	10:00	- Anmeldung bis 17.06.
23.	09:30	Tagestour über Blocksberg bis Klanxbüll - ca. 55 km - Rückfahrt mit der Bahn.
23.-27.		Mehrtagestour „Insel-Hopping“ mit DK - 5 Tagestouren bis ca. 60 km - Standorthotels in Neukirchen u. Midlum

Sonderveranstaltungen

<u>Juli</u>		
05.	10:30	Tagestour mit RV SL ab Dreisdorf - ca. 55 km - Anmeldung bis 02.07.
11.	13:30	Ausfahrt Flotte Radwanderer ab Rehm-Flehde-Bargen
12.	11:00	Tagestour zur Neu-Eröffnung von "Café 14" - Anmeldung bis 08.07.
19.	10:30	Tagestour Dithmarschen - ca. 65 km - Anmeldung bis 15.07.
23.-27.		Bundesradsporttreffen in Kellinghusen
26.	10:00	Verbandsfahrten ab Kellinghusen
27.	10:00	- 55 km - Anmeldung bis 19.07.

<u>August</u>		
02.	10:30	Tagestour mit RV SL - ca. 55 km - Anmeldung bis 29.07.
12.	14:00	Halbtagestour Trendermarsch mit Baden u. Picknick im "Café Marie"
16.	10:30	Tagestour mit Post H. ab Bordelum Kirche - ca. 55 km - Anmeldung bis 12.08.
21.	18:00	Abnahme Sport- und Radsport-Abzeichen Mildstedt/Lagedeich
30.	12:00	Verbandsfahrten RG Kiel ab Neumünster
31.	10:00	- 40 / 55 km - Anmeldung bis 23.08.

<u>September</u>		
01.-05.	10:00	Mehrtagestour „Von Meer zu Meer“ - 5 Tagestouren bis ca. 60 km - 3 Etappenhotels
13.	10:30	Tagestour Eiderstedt ab Tetenbüll - ca. 55 km - Anmeldung bis 09.09.

<u>Oktober bis Dezember</u>		
04.10.	10:30	Abschlusstour mit Imbiss (s. Einladung)
11.11.	11:11	Grünkohltour - Anmeldung bis 04.11.
05.12.	18:30	Weihnachtsfeier (lt. Einladung)