

FAHR RAD!

Rückblick auf 2016 und das neue Programm für 2017

Von Jens Tamcke

Nach unseren beiden Ausflügen Ende April und Anfang Juni, über die ich in der letzten Ausgabe berichtet habe, waren wir noch zweimal mit dem Rad unterwegs, und zwar am 20. August von Harburg nach Lüneburg und am 8. Oktober kreuz und quer durch Wilhelmsburg.

Die Fahrt nach Lüneburg war mit ca. 60 km unsere längste, wurde aber von allen TeilnehmerInnen mit Bravour gemeistert. Zur Belohnung gab es im Garten des Klosters Lüne leckeren Kuchen oder etwas „Handfestes“ und die passenden Getränke. Bis dorthin war es zwar ein langer Weg, in mehreren Verschnaufpausen konnte aber immer wieder neue Kraft für den nächsten Abschnitt gesammelt werden.

Harburg haben wir am Seevekanal entlang verlassen, den See im Großen Moor, in dem niemand baden wollte, links liegen gelassen und sind über Stelle durch die Felder und über den Stöckter Deich nach Winsen gekommen. Im dortigen Schlosspark vor der Kulisse des Schlosses und in Gesellschaft zahlreicher Boule-SpielerInnen konnten wir unseren Proviant verzehren, und die HamburgerInnen durften sich ein wenig wundern, was es in unmittelbarer Nachbarschaft ihrer Weltstadt an ungeahnten Kleinoden zu



sehen gibt.

Gut gelaunt und mit neuem Tandrang sind wir durch die Winsener Elbmarsch auf einsamen Wegen, durch kleine Dörfer und an stillen Gewässern entlang gerdelt, und nachdem wir die Kirche in St. Dionys umrundet und den Dom von Bardowick begrüßt hatten, waren wir auch schon bald an unserem Ziel. Es gibt immer wieder ein Aha-Erlebnis, wenn man kurz vor Lüneburg durch einen dunklen Wald, dem Lüner Gehölz, fährt und dann plötzlich vor

einer Tankstelle an einer vielbefahrenen Straße steht, wo die eigentliche Stadt beginnt.

Den Rückweg haben wir natürlich mit dem Zug bewältigt.

Auf unserer letzten Tour Anfang Oktober durften sich die HamburgerInnen dann wundern, welche Kleinode es innerhalb ihrer Stadtgrenzen zu entdecken gibt. Dafür war es allerdings unausweichlich, zunächst die auch an einem Sonnabend verkehrsumtosten Elbbrücken zu passieren und das Gewühl aus Abfahrten,





Idylle an der Wilhelmsburger Dove-Elbe

Zufahrten, Baustellen, Umleitungen, Unterführungen, Überführungen, Tunnels und Treppen zu überstehen. Der erste Eindruck auf dem Weg zur Elbinsel ist nicht nur positiv. Nach einem engen Tunnel unter der A 255 dann das Gefühl von Weite und Freiraum am Müggenburger Zollhafen mit der Ballinstadt am gegenüberliegenden Ufer und vor allem am Berliner Ufer entlang des Sprehafens mit herrlichem Blick auf das Panorama der Stadt.

Der Markt am Stübenplatz im Reiherstiegviertel glich einem südländischen Basar, während wir nur wenig später auf einer kleinen Brücke über die Wilhelmsburger Dove Elbe in idyllischer Umgebung unsere erste Pause einlegten. Es folgten die Kirchdorfer Wind-

wühle, Strohdachhäuser, Gemüsefelder und die Bunthäuser Spitze,



Auf der Brücke über die Wilhelmsburger Dove-Elbe

wo sich das Elbwasser entscheiden muss, ob es die Norder- oder



Vor dem Algen-Haus am Wilhelmsburger Bahnhof

Süderelbe durchfließen will.

Nach einem Aufenthalt an einem Elbstrand (wo wieder niemand baden wollte) und auf der alten Harburger Elbbrücke kurvten wir durch Kirchdorf, über das IGS-Gelände, sahen ein bedauerndes Haus am Reiherstieg und kehrten zum Stübenplatz zurück, wo wir neue Energie tankten und dann den alten Elbtunnel durchquerten.

Fazit: Ich denke, mit 35 TeilnehmerInnen auf 4 Fahrten kann unser neues Angebot als erfolg-

reich bezeichnet werden. Leider war die Patientenseite nur mit Transplantierten vertreten. Ob das Radfahren in dieser Form für DialysepatientInnen zu anstrengend ist? Aus meiner Dialysezeit, die nun schon sehr weit zurückliegt, kenne ich noch Hb-Werte von 7,0 oder darunter, was körperliche Anstrengung nahezu unmöglich machte. Aber damals mussten die Werte noch mit monatlichen Erythrozyten-Konzentrat-Gaben notdürftig aufgepäppelt werden, und ich dachte, mit EPO wären die DialysepatientInnen heutzutage viel fitter. Aber der Hb allein ist es natürlich auch nicht.



Auf der alten Süderelbbrücke nach Harburg

Mir hat es viel Freude gemacht, neue Menschen und von bekannten Neues kennenzulernen, in Gemeinschaft zu radeln und zu reden, manchmal auch über unser gesundheitliches Schicksal, es aber angesichts der interessanten und schönen Umgebung meist zu vergessen.

Es war deshalb keine Frage, dass wir unser Radtourenprogramm 2017 fortsetzen wollen. Das Programm finden Sie auf der übernächsten Seite. Es berücksichtigt die Erfahrungen aus den vergangenen vier Touren, so dass ich, mit einer Ausnahme, die Streckenlänge auf 30 - 35 km begrenzt habe. Außerdem wollen wir uns nicht nur im südlichen Hamburg oder seinem südlichen Umland bewegen. Ferner haben wir den Beginn des Tourenprogramms auf Anfang Mai verschoben und das Ende in den September vorgezogen in der Hoffnung, dass dann die Temperaturen etwas freundlicher sein werden.

Es beginnt mit einer Fahrt durchs Alte Land und, wenn alles gut geht, auch durch blühende



Mühlenbetrieb am Reiherstieg

Obstbauplantagen. Ich habe mich zu einem wegen der Blüte für diese Strecke südlich der Elbe entschieden, zum anderen wegen der im Bau befindlichen Autobahn nach Cuxhaven. Die Baustelle werden wir auf unserem Weg passieren. Und wenn der Verkehr dort rauscht, ist es mit der Beschaulichkeit und Ruhe vorbei. Der Start ist in Neu Wulmstorf vorgesehen, sollte es aber starken Westwind geben, können wir auch einfach mit der S-Bahn nach Stade weiterfahren und mit Rückenwind-Turbo zurückrollen. Sollte der - einvernehmliche - Wunsch nach Einkehr bestehen, gibt es genug Möglichkeiten unterwegs bzw. am Zielort. Grundsätzlich aber habe ich auch für das nächste Jahr ein Halbzeitpicknick vorgesehen.

Im Juni wollen wir wieder für Organspende werben. Die dafür nötigen „Trikots“ liegen am Start parat bzw. sollten, wenn schon vorhanden, mitgebracht werden. Für diesen Zweck bietet sich natürlich eine Tour quer durch die Stadt an, auch wenn sie weitgehend im Grünen verlaufen wird. Aber der Rad- und Fußweg an der Wandse ist sehr frequentiert, was ein wenig mehr Konzentration als auf dem Lande erfordert. Der Untergrund ist über weite Strecken nicht befestigt, aber problemlos zu befahren. Lediglich

im NSG Höltingbaum muss über kurze Strecken mit Sand und Geröll gerechnet werden und dort gibt es auch einige Hügel zu überwinden. Wir können aber gern das Rad schieben. Auf unserem Weg kommen wir auch an der Altrahlstedter Feldsteinkirche vorbei, eines der ältesten Kirchengebäude im norddeutschen Raum. Nicht vorbei komme jedenfalls ich an einem Tortentempel, der ebenfalls in Rahlstedt steht. Und wenn das alle so sehen wie ich, können wir dort einkehren.

Mitte August werden wir westlich von Hamburg unterwegs sein, und zwar zunächst geradewegs zur Pinnau. Der Schlosspark von Haseldorf bietet sich für eine längere Pause an, gleiches können wir an den Holmer Sandbergen, dem größten Binnendünengebiet Schleswig-Holsteins, wiederholen.

Ende September werden wir ein Stück des Radweges Nr. 11 befahren, der Hamburg kreisfö-



rig umschließt und insgesamt rd. 100 km lang ist. Wir werden ungefähr ein Drittel davon kennenlernen. Da ich viele Teilabschnitte selbst noch nicht kenne, kann ich zurzeit keine Detailangaben machen. Der Eichbaumsee und/oder der Öjendorfer See bieten sich als Rastmöglichkeit mit Picknick an.

Ich freue mich auf den nächsten Sommer und auf zahlreiche Mitradlerinnen und Mitradler ☺

Radtouren 2017



Tour 5: Sonnabend, 6. Mai - Obstblütentour

●**Treffpunkt:** S-Bahnhof Neu Wulmstorf ●**Start:** 11.00 Uhr

●**Route:** Durch das Rübker Moor und Rübke zur Este, weiter über Estebrügge und Königreich. An der Elbe zunächst hinterm Deich über Borstel, dann davor, überqueren wir die Lühe bei Grünendeich, lassen Twielenfleth hinter uns, und fahren dort, wo das ehemalige Kernkraftwerk Stade grüßt, an die Schwinge und sind unserem Ziel schon recht nahe. Einkehr nach Absprache - rd. 43 km - keine Steigungen - gute Wege

●**Ziel:** Bahnhof Stade ●**Ende:** ca. zwischen 16.00 und 17.00 Uhr

●**Fahrtkosten:** Hin 3,20, zurück 8,70 oder Tageskarte Gesamtbereich 16,40 oder Gruppenkarte 26,00 für 5 Personen



Tour 6: Sonnabend, 10. Juni - Immer an der Wandse lang

●**Treffpunkt:** Hauptbahnhof, vor dem Ohnsorg-Theater ●**Start:** 13.00 Uhr

●**Route:** Wir durchqueren St. Georg auf der Straße Koppel und stoßen schon an der Armgartstraße auf die Wandse. Immer im Grünen folgen wir ihr über Eichtalpark, am Botanischen Sondergarten vorbei bis zur Alt-Rahlstedter Feldsteinkirche. Stärkung im Tortentempel „Caféhaus“ für die restliche Strecke durchs Naturschutzgebiet Höltingbaum - ca. 30 km - kleine Steigungen im NSG - vielfach unbefestigte, aber gut zu befahrende Wege

●**Ziel:** U-Bahn Ahrensburg-West ●**Ende:** ca. 18.00 Uhr

●**Fahrtkosten:** Rückfahrt 3,20



Tour 7: Sonnabend, 12. August - Nach Haseldorf Marsch, Marsch

●**Treffpunkt:** S-Bahnhof Wedel ●**Start:** 11.00 Uhr

●**Route:** Am Elbdeich entlang bis zum Pinnau-Sperrwerk. Weiter über Hohenhorst nach Haseldorf (dort Pause und ggf. Picknick im Schlosspark). Über Heist und Holm kommen wir zu den Holmer Sandbergen mit Pause an einem kleinen See und anschließend auf verschlungenen Wegen zurück zum Ausgangspunkt - ca. 33 km - kaum Steigungen - meist gute Wege

●**Ziel:** S-Bahnhof Wedel ●**Ende:** ca. zwischen 16.00 und 17.00 Uhr

●**Fahrtkosten:** Hin- und zurück je 3,20 oder Tageskarte Großbereich 6,20



Tour 8: Sonnabend, 23. September - Radweg Nummer 11

●**Treffpunkt:** Zwischen den beiden Deichtorhallen ●**Start:** 11.00 Uhr

●**Route:** Wir fahren wieder Richtung Osten durch den Entenwerder Park, umrunden den Holzhafen diesmal östlich und kommen auf den Radweg Nr. 11, dem wir nun folgen entlang der Dove Elbe, dem Eichbaumsee und durch die Boberger Niederung. Am Schleemer Bach entlang kommen wir zum Öfendorfer See, kreuzen die Wandse und sind nach 35 km am Ziel.

●**Ziel:** U-Bahn Trabrennbahn ●**Ende:** ca. zwischen 17.00 und 18.00 Uhr

●**Fahrtkosten:** Rückfahrt 3,20