

VELO PASS

— *sammle* — →

DEINE VELOABZEICHEN!



Dieser Velopass gehört: _____

Velofahrkurse für die ganze Familie

In den Velofahrkursen von Pro Velo lernst du Grundlagen, um mit dem Velo sicher durch den Verkehr zu kurven: vom geschützten Terrain über verkehrsarme Strassen bis zum Stadtverkehr.

Hast du erstmal mehr als die Lenkstange im Griff, macht Velofahren so richtig Spass!

Mitglieder von Swiss Cycling und Pro Velo profitieren von einer Kursgeldermässigung von 20 Franken.



Kurskalender und Anmeldung unter:
www.velokurs.ch

Faszination Radsport

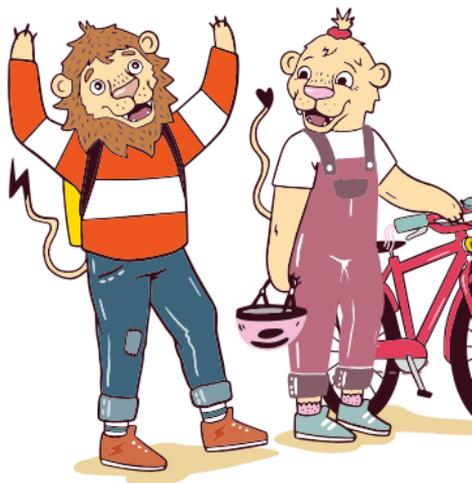
Hat dich das Velofieber gepackt? Willst du mehr über den Radsport erfahren? Herausfinden, welche Radsportart am besten zu dir passt, oder bereits erste Wettkämpfe bestreiten?

Hier kannst du die grosse Welt des Radsports entdecken:

www.swiss-cycling.ch/de/nachwuchs



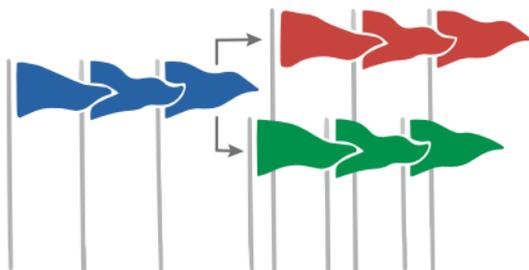
www.velo-pass.ch



Liebe Kinder, Eltern, Leiterinnen und Leiter

Herzlich willkommen in der Velowelt mit dem ersten «Velopass – Sammele deine Veloabzeichen!», den wir für Kinder von ca. 6–12 Jahren entwickelt haben.

Ziel dieses Abzeichensammelprogramms ist es, dass Kinder die verschiedenen Aspekte des Velofahrens kennenlernen. Der Spass steht dabei im Vordergrund. Die beiden Löwen Isa und Leo führen durch die verschiedenen Niveaus. Für jede Stufe innerhalb eines Niveaus kann ein Abzeichen gesammelt werden. Die Lernziele werden von Stufe zu Stufe herausfordernder.



Das Programm entstand in Zusammenarbeit von Pro Velo und Swiss Cycling mit der Absicht, dass Kinder Freude am Velofahren haben und sicher durch den Alltag kurven. Im Rahmen des Velopasses können Kurse von unterschiedlichen Organisationen besucht und dort Abzeichen gesammelt werden; unter anderem in Pro Velo Fahrkursen, Trainings von Swiss Cycling Vereinen oder Bikeschulen. Alle Anbieter sind auf www.velo-pass.ch aufgeführt.

Viel Spass beim Entdecken und Sammeln – es gibt viel Spannendes in der Velowelt!



Isa, was machen wir heute?

Lass uns Velofahren lernen,
das macht total viel Spass! Ist
ganz leicht, wenn wir es
richtig machen und zusammen
üben! Machst du mit?



1

Hmmm,
ich weiss nicht...

2

Es ist echt toll! Wir können
Abzeichen sammeln, richtig viel
Spass haben und neue Freunde
finden! Komm schon Leo,
probier's einfach aus!



3

Gut, ich bin
dabei!



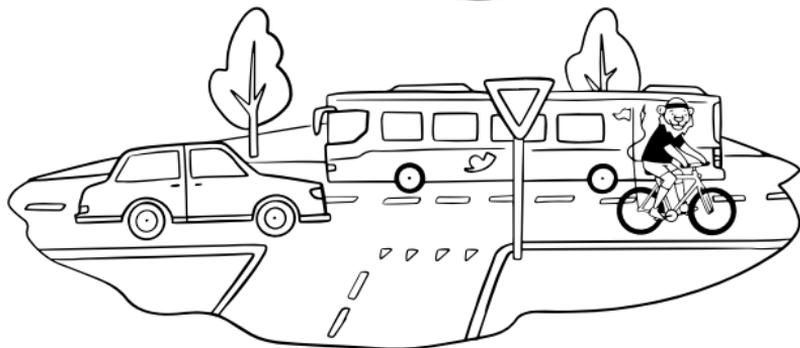
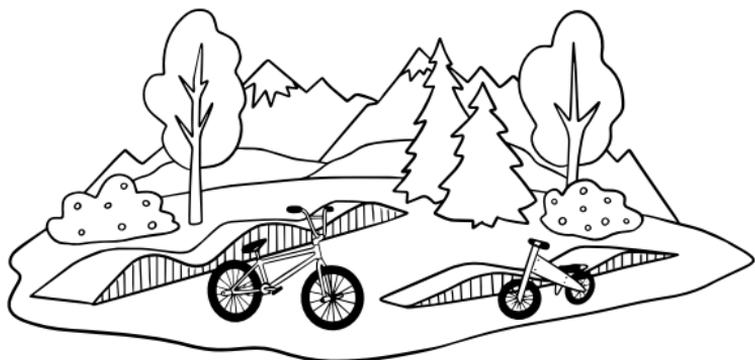
4

**Hier kannst du deine Velogedanken aufschreiben
oder etwas malen!**



Immer wenn du
uns siehst, kannst
du selber etwas
machen.

Mal uns aus!





Du kannst ...

- auf dein Velo aufsteigen.
- auf deinem Velo losfahren/treten.
- mit deinem Velo bremsen.
- von deinem Velo absteigen.





Du kannst ...

- stehend auf deinem Velo fahren.
- mit deinem Velo geradeaus fahren.
- auf deinem Velo durch einen Slalom steuern.



Du kannst ...

- beim Geradeausfahren ein deutliches Armzeichen geben.
- beim Geradeausfahren einen Schulterblick machen und Zeichen hinter dir erkennen.
- mit deinem Velo einhändig bremsen.
- mit deinem Velo Hindernisse überrollen.

Kannst du ...

- ... auf deinem Velo rollen und balancieren?
- ... beim Velofahren aufstehen?

Weisst du ...

- ... was ein Pumptrack ist? Bist du schon mal auf einem gefahren?
- ... was du beim Velofahren für Material und Bekleidung brauchst?

Hier kannst du deine Velogedanken aufschreiben oder etwas malen!



Hast du schon mal ausprobiert, ...

- ... möglichst langsam Velo zu fahren?
- ... in verschiedenen Positionen und auf verschiedenen Untergründen zu fahren?

Willst du noch mehr lernen?

Hier ein paar Challenges:

- Wer muss während einer Runde auf dem Pumptrack am wenigsten treten?
- Wer kann einhändig Slalom fahren?
- Wer kann am besten kleine Stufen hinunterfahren?





Im nahen Verkehrsraum (Quartier, verkehrsarme Strassen) kannst du ...

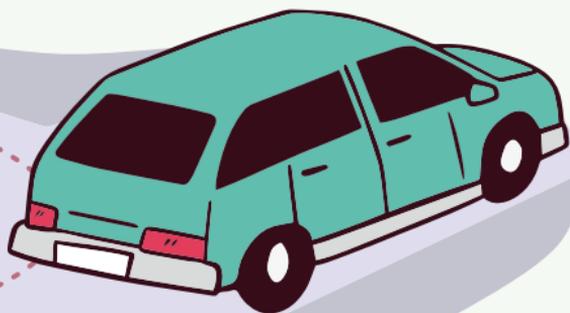
- Vortritt gewähren beim Auf-die-Strasse-einbiegen.
- beim Fahren auf der Strasse die Spur halten, mit genügend sicherem Abstand vom Strassenrand.
- deutliche Armzeichen links und rechts vor dem Abbiegen geben.
- die wichtigsten Signale nennen und befolgen (wo fahren, wo nicht).





Im weiteren Verkehrsraum (Quartiere und Strassen mit teil- weise starkem Verkehr) kannst du ...

- die Vortrittsregeln nennen und befolgen (Rechtsvortritt, kein Vortritt, Stopp, Ampel).
- genügend Abstand von parkierten Autos halten und nicht in Parklücken eintauchen.
- korrekt links abbiegen mit Einspuren.
- deine Geschwindigkeit den Verhältnissen anpassen; beschleunigen, bremsen und anhalten.





In der Theorie kennst du ...

- die zwingenden Fahrradbestandteile.
- die allgemeinen Regeln für das Velofahren (am rechten Strassenrand fahren, beide Hände an den Lenker, Handzeichen geben, hintereinander fahren etc.).
- alle Signale zum Velofahren sowie die Vortrittssignale (Stopp, kein Vortritt, Hauptstrasse) und deren Bedeutung.
- die Abläufe bei einem Kreisel und beim Linksabbiegen.



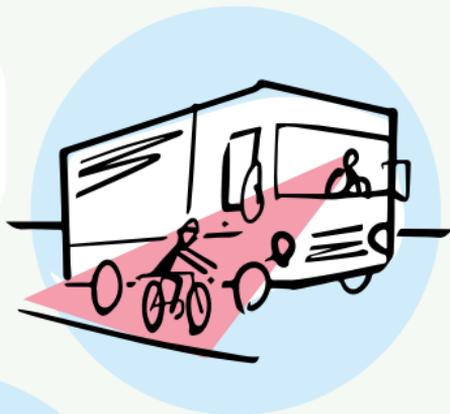
Praktisch im Strassenverkehr kannst du ...

- die Signalisationen und Vortrittsregeln befolgen.
- selbständig korrekt links abbiegen mit und ohne Einspuren.
- einen Kreislauf korrekt befahren (d.h. den gesamten Ablauf beherrschen).
- auf andere Verkehrsteilnehmende achten und Gefahren frühzeitig erkennen.



Toter Winkel

Alle Fahrzeuge (egal ob Bus, Lastwagen, Auto) haben einen toten Winkel.



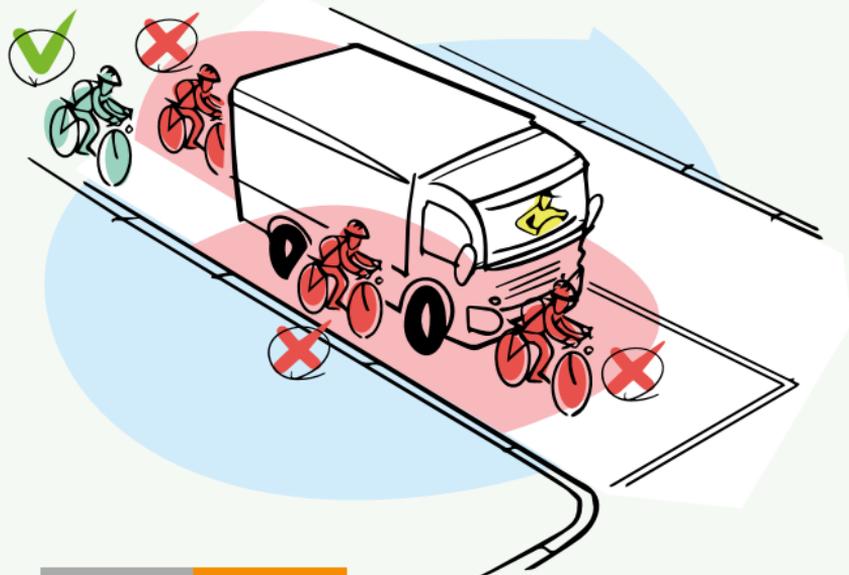
Erfahre mehr ...



Immer Blickkontakt zu Fahrzeuglenker:in suchen und haben.



Mit dem Fahrrad hinter dem Lastwagen bleiben.



Ihre **POLIZEI**

Votre **POLICE**

La vostra **POLIZIA**

Kantonale und Städtische Polizeikorps
Corps de police cantonaux et municipaux
Corpi di polizia cantonali e comunali





Du kannst ...

- schnell durch einen Slalom fahren (Velo in die Kurve legen).
- das Vorderrad anheben.
- das Hinterrad anheben.
- 10 Sekunden auf deinem Velo stillstehen.







Du kannst ...

- freihändig geradeaus fahren.
- mit deinem Velo 3× hüpfen.
- in der Fahrt auf- und absteigen mit Anheben des Velos.
- einen Stoppie machen.







Du kannst ...

- einen Bunny Hop machen.
- 30 Sekunden auf deinem Velo stillstehen.
- 10 Sekunden hüpfen ohne Pause.
- das Hinterrad deines Velos seitlich versetzen.



Kannst du ...

- ... mit deinem Velo mehrere Stufen runterfahren?
- ... eine Pumptrackrunde machen ohne zu treten?
- ... eine Stufe hinauffahren?

**Hier kannst du deine Velogedanken aufschreiben
oder etwas malen!**



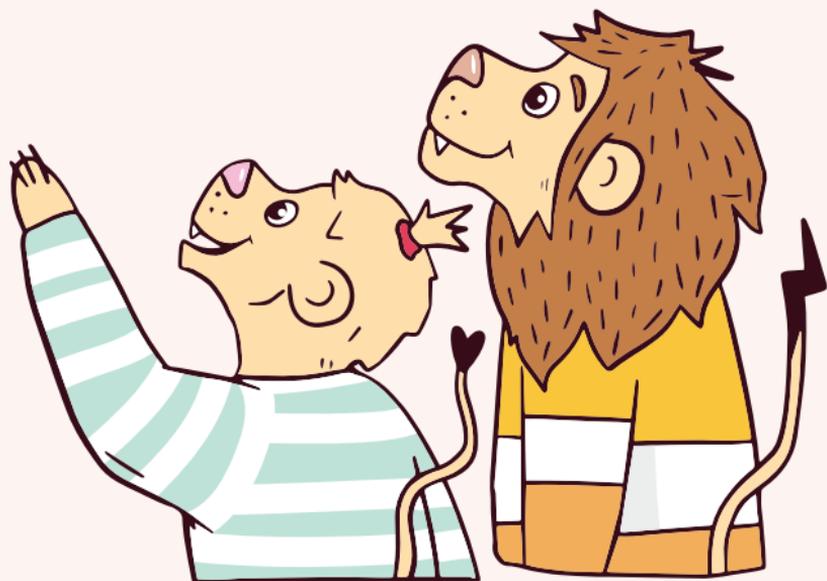
Hast du schon mal ausprobiert, ...

- ... verschiedene Hindernisvariationen zu um- und überrollen?
- ... die ideale Linie beim Pumptrack zu finden?

Willst du noch mehr lernen?

Hier ein paar Challenges:

- Wer schafft die schnellste Runde auf dem Pumptrack?
- Wer schafft es, das Vorderrad während dem Treten anzuheben?



Kennst du die verschiedenen Velos?



1. BMX, 2. Hollenrad, 3. Strassenrad, 4. Para-Cycling, 5. Mountainbike, 6. Trial, 7. Bohrrad, 8. Querrad



-  BMX
-  Hallenrad
-  Strassenrad
-  Para-Cycling
-  Mountainbike
-  Trial
-  Bahnrad
-  Querrad

Kannst du die Veloteile zuordnen?

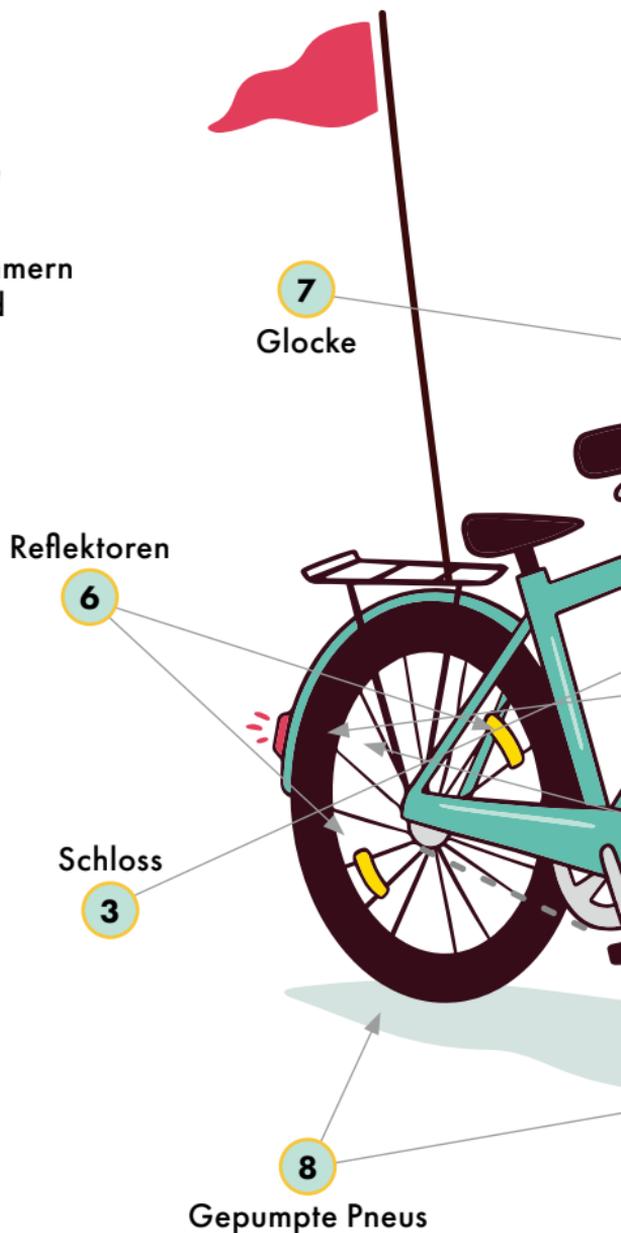
Notiere die richtigen Nummern unter «Obligatorisch» und unter «Empfohlen».

Empfohlen sind

Nr. _____

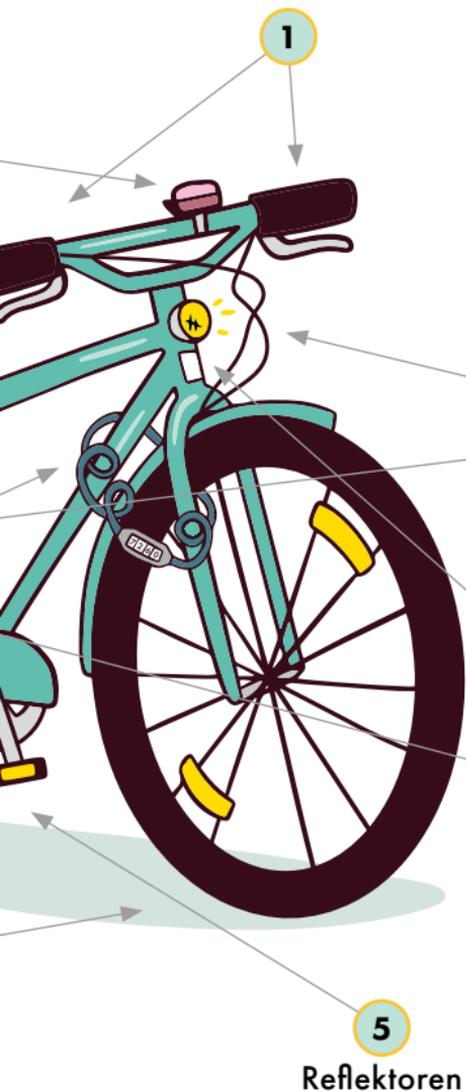
Nr. _____

Nr. _____



Empfohlen sind: 3, 6, 7 Obligatorisch sind: 1, 2, 4, 5, 8

Zwei wirksame Bremsen



1

Obligatorisch sind

Nr. _____

Nr. _____

Nr. _____

Nr. _____

Nr. _____

2

Licht, nachts und in
der Dämmerung
(vorne weiss, hinten rot)

4

Reflektoren
(vorne weiss, hinten rot)

5

Reflektoren

www.swiss-cycling.ch



#swisscyclingfamily

Projekte

Swiss Cycling Academy



[www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/
swiss-cycling-academy](http://www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/swiss-cycling-academy)

#fastandfemaleSUI



**#FAST
AND
FEMALE^{SUI}**

www.fastandfemale.ch/de



Bild: Maxime Schmid



Wir bei Swiss Cycling fahren leidenschaftlich gerne Velo. Bekannt als erfolgreichster olympischer Sommersportverband, setzen wir uns fernab des Scheinwerferlichts mit demselben Engagement wie im Leistungssport für die Interessen aller Velofahrenden ein – unabhängig von Herkunft und finanziellen Möglichkeiten. Unser Aktionsradius reicht von der Grundschule bis ins Bundeshaus. Je grösser unsere Bewegung wird, desto mehr Aufmerksamkeit wird dem Velofahren geschenkt.

In unserem Schulprojekt bikecontrol lernen die Jüngsten während des obligatorischen Unterrichts, sich auf dem Velo im Strassenverkehr sicher zu bewegen. In der Swiss Cycling Academy wird Kindern und Jugendlichen auf spielerische Weise beigebracht, das klimafreundlichste Verkehrsmittel zu beherrschen. Der Nachwuchs wird regional gefördert, das Stützpunktnetz umspannt das ganze Land. Für die Eltern besteht die Gelegenheit, an einem der über zehn Top Tour-Events teilzunehmen oder sich mit einem Swiss Cycling Guide ein einmaliges Bike-Erlebnis zu gönnen. Die harmonische Verbindung von Radsport und Natur wird in beiden Fällen in Erinnerung bleiben.



In der Swiss Cycling Family sind alle Velofahrenden willkommen – bei uns ist für jede und jeden etwas dabei.

RADSCHLÄGE

Die 10 goldenen Tipps
für sicheres Velofahren



PRO VELO
SCHWEIZ

Illustrationen: blitzartgrafik

Für Könnerrinnen und Könnerr

Mit unseren Radschlägen wirst du im Nu zum Profi. Die 10 goldenen Tipps für sicheres Velofahren helfen dir: vom Beachten der korrekten Abstände über die Ausrüstung bis zu den Königsdisziplinen wie Linksabbiegen und Kreiselfahren.

Zeig dein Können und hol dir deine coole Veloglockel!

Und so geht's:

- auf www.velokurs.ch drei Fragen aus unseren Radschlägen beantworten
- deine Wunschglocke auswählen
- per E-Mail einsenden
- wenn du gewinnst,* schicken wir dir die Glocke per Post



*Wir verlosen jeweils Ende Monat fünf coole Veloglocken



PRO VELO SCHWEIZ

Liebe Kinder, Eltern, Leiterinnen und Leiter

Pro Velo, der nationale Verband mit 39 Regionalverbänden, fördert die Sicherheit und Freude am Velofahren.

Gemeinsam setzen wir uns für die Interessen der Velofahrerinnen und -fahrer in der Schweiz ein.

Wir bewirken mit diversen Massnahmen wie Sicherheitskampagnen, Veloaktionen, Velokursen, Velobörsen und politischen Aktivitäten etc., dass sich mehr Personen im Alltag auf den Sattel schwingen, sich sicher auf der Strasse fühlen und Freude am Velofahren haben.

Mitglieder von Pro Velo unterstützen durch ihre Mitgliedschaft unsere Tätigkeiten und erhalten attraktive Rabatte und Vergünstigungen für Veloreisen und -artikel. Ausserdem erhalten sie das Velojournal kostenlos sechsmal pro Jahr nach Hause geschickt.

Jetzt Mitglied bei Pro Velo werden und Sicherheit und Freude am Velofahren fördern:

www.pro-velo.ch/de/mitglied-werden/



Veloförderangebote

bikecontrol



bikecontrol

www.swiss-cycling.ch/de/infocenter/bikecontrol/

Bike2school



www.bike2school.ch

Schule+Velo





www.schule-velo.ch

Dieser Velopass gehört:

Name

Strasse

PLZ/Ort

Kontakt-Nr.



In Zusammenarbeit mit

Ihre	POLIZEI
Votre	POLICE
La vostra	POLIZIA

Kantonale und Städtische Polizeikörpers
Corps de police cantonaux et municipaux
Corpi di polizia cantonali e comunali

Impressum

Redaktion Swiss Cycling und Pro Velo Schweiz

Illustrationen Lorena Paterlini

Layout Urs Breitenmoser

Druck Merkur Druck AG, Langenthal

1. Auflage 2021

Herausgeber

Swiss Cycling, Sportstrasse 44, CH-2540 Grenchen, www.swiss-cycling.ch

Pro Velo Schweiz, Birkenweg 61, CH-3013 Bern, www.pro-velo.ch

Preis 5 Franken

Alle Rechte vorbehalten. © Nachdruck, Vervielfältigung jeder Art oder Verbreitung – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung von Swiss Cycling.

Mit Unterstützung von



ISBN 978-3-9525448-0-8

www.velo-pass.ch