



## Radfahrlernkurse für Erwachsene Une vélo-école pour adultes

**S**ie können (noch) nicht Fahrrad fahren? Sie möchten endlich Rad fahren lernen?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Die LVI (Lëtzebuenger Vëlos-Initiativ) und die Stadt Luxemburg organisieren Radfahrkurse für Erwachsene.

**V**ous ne savez pas (encore) rouler à vélo? Vous voulez enfin apprendre à faire du vélo? Dans ce cas-là, nous vous aiderons à résoudre votre problème!

La LVI (Lëtzebuenger Vëlos-Initiativ) et la Ville de Luxembourg organisent des cours d'apprentissage de vélo destinés aux adultes.



Fotos: Burmeister

Mit der Unterstützung der Aktion / avec le soutien de l'action:  
«Meter fir Meter», Département Ministériel des Sports  
[www.sports.lu](http://www.sports.lu)



---

**R**adfahren erfreut sich zunehmender Beliebtheit - die aktive Mobilität auf zwei Rädern liegt im Trend. Dabei zeigt sich, dass Radfahren nicht selbstverständlich ist: Viele Mitmenschen - von jung bis alt - sind von diesem Trend ausgeschlossen. Sei es, weil sie nie Gelegenheit bekamen, sich die Kunst des Radelns anzueignen, weil sie aus unterschiedlichen Gründen unsicher im Umgang mit einem Fahrrad sind oder weil sie sich - durch verschiedenste Ursachen bedingt - überfordert fühlen, am Radverkehr teilzunehmen.

Für viele ist das Radfahren anfangs mit schlechten Erfahrungen, Angst und Unsicherheit verbunden. In einer Atmosphäre des Vertrauens, in der Ängste ernstgenommen werden, werden wir uns das Radfahren ganz neu erschließen. Übungsroller und -fahräder werden zur Verfügung gestellt.

**L**e cyclisme est de plus en plus populaire – la mobilité active sur deux roues est au goût du jour. Mais on constate que le cyclisme ne va pas de soi. Bien de nos concitoyens – des jeunes comme des moins jeunes – se retrouvent exclus de cette activité. Soit parce qu'ils n'ont jamais eu l'occasion d'apprendre à faire du vélo, soit parce qu'ils se sentent mal à l'aise sur un deux-roues, soit parce qu'ils pensent être incapables de participer à la circulation cycliste pour quelque raison que ce soit.

Pour beaucoup, les débuts sur un vélo sont synonymes de mauvaises expériences, de peur et d'insécurité. Nous aborderons le vélo dans une atmosphère empreinte de confiance, où les peurs sont prises au sérieux. L'apprentissage se fait sur des vélos qui sont mis à disposition.



---

An einem ruhigen Ort lernen Sie das Radfahren Schritt für Schritt, in Ihrem Tempo, in einer kleinen Gruppe.

Der Kurs besteht aus 10 Einheiten zu je zweieinhalb Stunden.

**D**arüber hinaus besteht bei vielen Radfahrerinnen und Radfahrern, die Bereitschaft, sich im Hinblick auf ihre Fahrkompetenz weiter zu entwickeln - ein Gewinn an Souveränität im Umgang mit dem Rad bedeutet auch ein Plus an Fahrvergnügen und nicht zuletzt ein Plus an Sicherheit.

Daher werden ebenfalls Sicherheitskurse angeboten für Personen welche sich nicht sicher genug fühlen im Umgang mit ihrem Rad.

Diese Kurse finden an 2 Tagen während jeweils zweieinhalb Stunden statt.

C'est dans un endroit tranquille que vous apprendrez à faire du vélo, à votre rythme, en petit groupe.

Le cours comporte 10 unités d'apprentissage de deux heures et demie chacune.

**M**ais il y a également bien des adeptes du deux-roues qui veulent développer leurs compétences de cycliste. Car en améliorant sa technique on se sent plus à l'aise sur le vélo, et la sécurité y gagne également.

C'est pour cette raison qu'un cours spécial est proposé aux personnes qui ne se sentent pas tout à fait sûres sur leur vélo.

Ces cours se tiennent pendant 2 jours et durent à chaque fois deux heures et demie.



---

**D**ie Kurse werden gehalten von Christian Burmeister aus Hamburg. Christian Burmeister ist Pionier was Radfahrkurse in Deutschland betrifft und bietet diese Kurse seit 1988 an - nach einem umfassenden Konzept, psychologisch, didaktisch und sportwissenschaftlich fundiert.

Die Kurssprache ist deutsch, allerdings ist immer eine luxemburgisch- und französischsprachige Person vor Ort.

Ort der Kurse: Luxemburg-Stadt, im geschützten Raum im Freien.

Zeitraum der Kurse: Montag, den 2. Juni bis Freitag, den 13. Juni 2008.

Teilnahmekosten:

Radfahrlernkurs: 120,- € / Person

Sicherheitskurs: 50,- € / Person

**L**es cours sont donnés par Christian Burmeister de Hambourg. Depuis 1988, ce pionnier des cours de cyclisme propose des cours de vélo pour adultes en Allemagne. Ses cours sont basés sur la psychologie, la didactique et les sciences des activités sportives.

Les cours se tiennent en langue allemande, mais une personne parlant le luxembourgeois et le français sera sur place pendant toute la durée des cours.

Les cours se tiennent à Luxembourg-Ville, en plein air, dans un espace sécurisé.

Dates: du lundi 2 juin au vendredi 13 juin 2008.

Frais de participation:

cours de base: 120,- € / personne

cours de sécurité: 50,- € / personne

---

## Infos und Anmeldung / Infos et inscription

LVI - Lëtzebuenger Vëlos-Initiativ asbl  
6 rue Vauban, L-2663 Luxembourg

Tél: 439030-29 (zögern Sie nicht eine Nachricht auf unserem Anrufbeantworter zu hinterlassen, wir rufen Sie schnellstmöglichst zurück / **n'hésitez pas à laisser vos coordonnées sur notre répondeur, nous vous recontacterons aussi vite que possible**)

Fax: 204030-29 / email: [lvi@velo.lu](mailto:lvi@velo.lu) / [www.lvi.lu](http://www.lvi.lu)

Tirage: 3000 exemplaires

Edition: avril 2008

Editeur: LVI asbl, 6 rue Vauban, L-2663 Luxembourg  
Ville de Luxembourg, L-2090 Luxembourg

Impression: Imprimerie Linden

---