

# RADtouren

Das Radreise-Magazin

3|21

Mai/Juni  
D: 5,60 €  
A: 7,40 €  
CH: 10,40 CHF  
BeNeLux: 7,40 €  
I/SPA: 7,40 €

Radurlaub 2021: Das sind die Trends

Alle  
Touren  
mit GPS-  
Daten

## TOUR DE THÜRINGEN

Wald, Wein und  
Weimar

## VON INSEL ZU INSEL

Frische Brise in  
Nordfriesland

## ENDSTATION EIFFELTURM

Genusstour durchs Elsaß  
und die Champagne

## OSTSCHWEIZ

Auf den Spuren von  
Heidi und Almöhi

## DAS RAD VERSICHERN

Lohnt sich das?

## UNFÄLLE BEIM RADFAHREN

Gut, wenn man weiß,  
was zu tun ist

# Geheimtipp Madeira

Radtouren auf der Insel des ewigen Frühlings

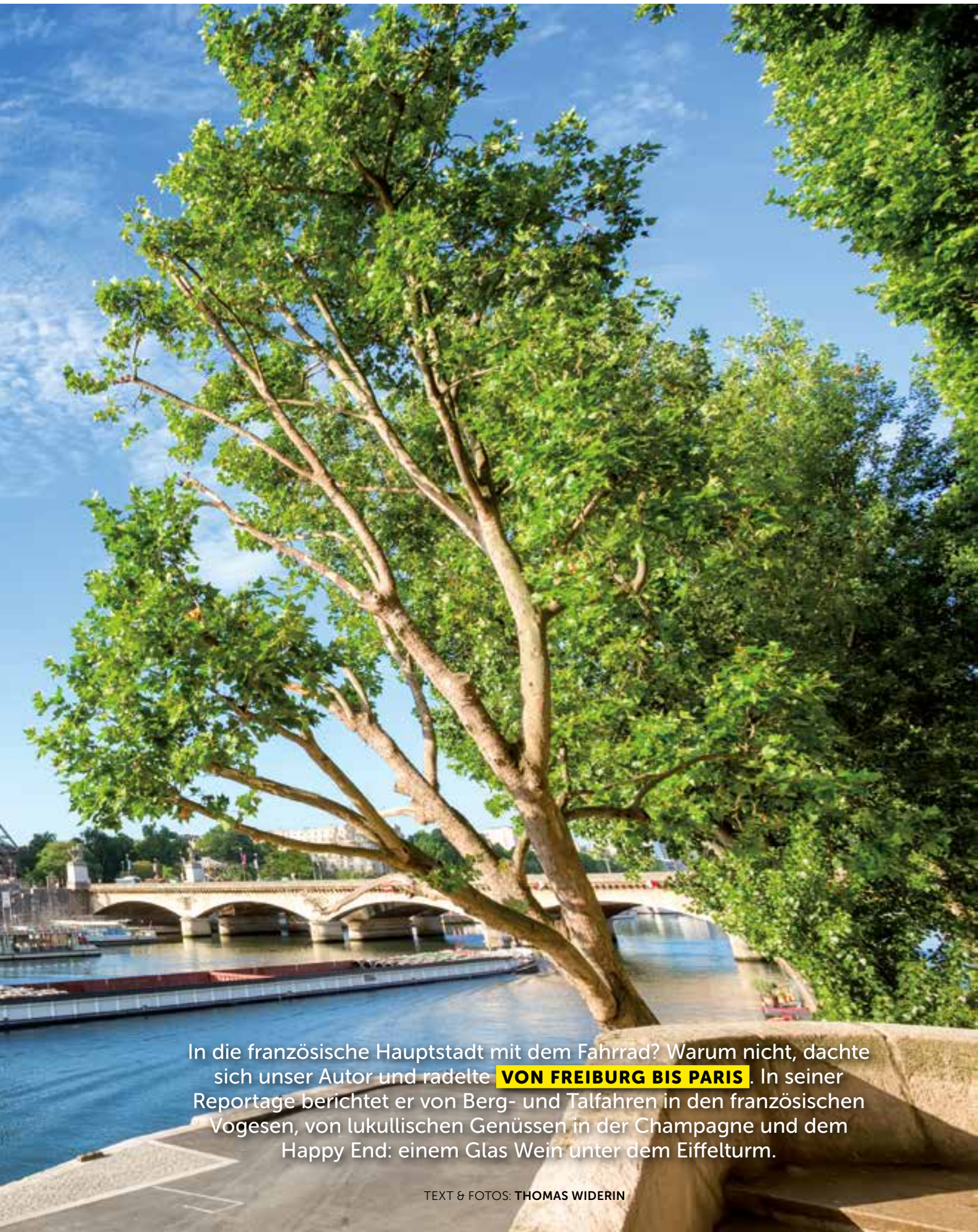
**GROSSER TEST:** Leichte Trekkingräder



# ENDSTATION EIFFELTURM

Foto: Zhukova Valenyna/Shutterstock.com

Seit mehr als 125 Jahren das  
Wahrzeichen von Paris: der  
Eisenturm von Gustave Eiffel



In die französische Hauptstadt mit dem Fahrrad? Warum nicht, dachte sich unser Autor und radelte **VON FREIBURG BIS PARIS**. In seiner Reportage berichtet er von Berg- und Talfahren in den französischen Vogesen, von lukullischen Genüssen in der Champagne und dem Happy End: einem Glas Wein unter dem Eiffelturm.

TEXT & FOTOS: THOMAS WIDERIN



**G**leich zu Beginn dieser Reise wird mein voll bepacktes Fahrrad auf seine Belastbarkeit getestet. Holpernd fahre ich durch das mittelalterliche Stadtzentrum von Freiburg im Breisgau, dessen Gassen durchgehend mit Kopfsteinen gepflastert sind. Es rüttelt mich und meinen treuen Drahtesel gehörig durch. Bereit habe ich es trotzdem nicht. Denn die Altstadt von Freiburg mit ihren Wahrzeichen – dem Münster und den „Bächle“ (das sind künstlich angelegte Wasserläufe, die die meisten Straßen und Gassen im historischen Zentrum zieren) – sollte man sich nicht entgehen lassen.

Freiburg gehört zu Baden-Württemberg und ist die am südlichsten gelegene Großstadt Deutschlands. In einem Dokument aus dem Jahr 1008 wird eine Siedlung im Bereich des heutigen Freiburg erstmals erwähnt. Um 1091 baut der Zähringer-Herzog Bertold II. eine Burg, das „Castrum de Friburch“, auf dem Schlossberg. Bertolds Sohn Konrad verleiht der Siedlung der Dienstleute und Handwerker am Fuße des Schlossbergs im Jahre 1120 das Markt- und Stadtrecht. Nach einem ständigen Wechsel über die Herrschaft Freiburgs wurde die Stadt 1827 Sitz des Erzbistums Freiburg. Freiburgs Geschichte ist auch heute noch in den historischen Bauwerken und

Westlich von Freiburg: Weite Landschaften und Getreidefelder so weit das Auge reicht

pittoresken „Gässle“ präsent. Ganz besonders gut gefallen mir die kleinen, urig wirkenden Lokale und Biergärten, die Gäste mit badischem Gaumenschmaus vom Feinsten verwöhnen.

### R(h)ein nach Frankreich

Es ist also nicht leicht, sich von Freiburg loszureißen. Den Weg hinaus aus der Stadt finde ich trotzdem problemlos, denn er ist gut ausgeschildert. In Breisach bildet der Rhein die natürliche Grenze zwischen Deutschland und Frankreich. Von der Rheinbrücke aus sieht man die Schleusen der Seitenkanäle. Flaggen in typischem blau-weiß-rot heißen mich in Frankreich willkommen: „Bienvenue en France“. Ich habe den Eindruck, dass ich das besondere Flair, das dieses Land ausstrahlt, spüren kann. Nicht umsonst heißt es: Leben wie Gott in Frankreich. Der Radweg bis in elsässische Colmar ist gut ausgebaut und schlängelt sich sanft durch die grüne Landschaft. Mir begegnen viele selig lächelnde Radfahrer, in deren Gesichtern ich ablesen kann, dass sie „das Leben in Frankreich“ genauso genießen wie ich.

Die Altstadt von Colmar mit ihren pittoresken Fachwerkbauten aus dem Mittelalter und der Renaissance ist zum Verlieben hübsch. Ich muss schmunzeln, als ich ein



Gebäude entdecke, das jemand mit unzähligen Gießkan-  
nen in allen Farben und Formen geschmückt hat. Was  
er sich dabei wohl gedacht hat? Das Martinsmünster aus  
dem 13. Jahrhundert ist eines der schönsten Beispiele  
gotischer Kunst am Oberrhein und der beherrschende  
Sakralbau der Stadt. Besonders auffallend sind zudem  
die bunt glasierten Ziegel auf dem Dach. Ähnlich wie  
in Venedig durchziehen Kanäle und Wasserstraßen den  
Stadtkern. In den mit Blumenkästen und Topf-Palmen  
geschmückten Gastgärten gibt es Köstlichkeiten aus  
der elsässischen Küche, die für ihre Raffinesse über die  
Grenzen Frankreichs hinaus bekannt ist. „Französische  
Qualität und deutsche Portionen“, mit diesen Worten hat  
der elsässische Karikaturist und Künstler Tomi Ungerer  
die Vorzüge der Küche seiner Heimat auf den Punkt ge-  
bracht.

### Wald, soweit das Auge reicht

Mit Wein kenne ich mich nicht besonders gut aus. Zu  
dumm aber auch, denn die Gegend hier an der Elsässer  
Weinstraße ist berühmt für ihren speziellen Riesling und  
Gewürztraminer. Das ist auch nicht zu übersehen: Die  
Flanken der Hügel links und rechts der Straße sind bis  
an den Rand voller Rebstöcke, die einen betörenden Duft

Colmar im Elsass  
entzückt mit einer  
historischen Altstadt,  
farbenfrohen Fach-  
werkhäusern und  
vielen Wasserstraßen

verströmen. Es ist leicht hügelig und vor mir erblicke ich  
bereits die Ausläufer der Vogesen. Sie gehören gemein-  
sam mit dem Pfälzerwald, der sich anschließt, zu einem  
etwa 8.000 Quadratkilometer großen Mittelgebirge im  
Osten Frankreichs.

Aus meiner Straßenkarte kann ich herauslesen, dass  
mir die nächsten fünfzig Kilometer zwischen Ribeauville  
und Saint-Dié-des-Vosges ganz schön auf die Schenkel  
gehen werden. Zunächst schlängelt sich die verkehrsarme  
Straße leicht ansteigend hinein in ein immer dichter wer-  
dendes Waldgebiet. Dann wird sie kurvenreicher, steiler  
und holpriger. Denn die Kehren der Straße hinauf auf  
den 750 Meter hohen Pass Col du Haut de Ribeauville  
sind nicht geteert, sondern gepflastert. Sie lassen sich mit  
meinem Fahrrad aber gut bewältigen. Es ist schattig und  
duftet nach Holz und nach Moos. Ich fühle mich in eine  
Art Märchenwald versetzt. Anders, als auf den Pässen in  
den Alpen, wo vorrangig das Grau der Felsen herrscht,  
überwiegt hier die Farbe Grün. Wald, so weit das Auge  
reicht.

Der kühle Wind bei der Abfahrt vom Pass tut gut.  
Auf der Weiterfahrt wechseln sich Steigungen und Sen-  
kungen ab. Es folgen noch einige kleinere Pässe bis Saint-  
Dié-des-Vosges. Dann wird es ein wenig flacher, aber die

Vogesen bleiben bis Nancy hügelig. Immer wieder tauchen zwischen diesen Hügeln beschauliche kleine Dörfer auf, deren Ortsschilder ganz in Weiß gehalten sind. Mein nächstes Etappenziel, die Stadt Nancy, ist mir als einer der Höhepunkt der Tour in Erinnerung geblieben. Bis Mitte des 18. Jahrhunderts war Nancy die Hauptstadt des Herzogtums Lothringen. Ihr architektonisches und historisches Kulturerbe ist außergewöhnlich. Die Altstadt ist geprägt von Bauten aus dem Mittelalter, der Renaissance und der Barockzeit. Schließlich entstand in den 1900er-Jahren die berühmte Kunstbewegung der Schule von Nancy, die heute durch eine große Anzahl an Jugendstilbauwerken repräsentiert wird. Das 18. Jahrhundert finden Besucher dagegen in drei herrlichen, im UNESCO-Weltkulturerbe eingetragenen Plätzen wieder: dem Platz Carrière, dem Platz Alliance und dem Platz Stanislas, der nach dem im 17. Jahrhundert nach Nancy geflüchteten König von Polen benannt wurde. Vor allem letzterer hat es mir angetan. Mit seinen vielen vergoldeten Toren aus Schmiedeeisen wirkt der Place Stanislas derart prunkvoll, dass mir erstmal die Kinnlade runterfällt. Ich setze mich neben den Rokoko-Brunnen und genieße das rege Treiben um mich herum.

### Vernarbte Landschaft um Verdun

Entlang der Mosel (franz. Moselle) fahre ich weiter in Richtung Nordwesten. Riesige Felder mit Sonnenblumen leuchten grell-gelb und immer wieder bieten mir lange Alleen wohlthuenden Schatten. Die Strecke zwischen Saint-Mihiel und Verdun verläuft parallel zum Flüsschen Maas, zweigt aber immer wieder zu kleinen Dörfern ab, die über dem Tal auf den vielen Hügeln liegen. Am Stadtrand von Verdun begrüßen mich riesige, furchterregende Mauern. Aus meinem Geschichtsunterricht weiß ich noch: Hier hat im ersten Weltkrieg eine Schlacht gewütet, bei der mehr als 100.000 deutsche und französische Soldaten ihr Leben verloren haben. Ich setze mich inmitten des ehemaligen Schlachtfelds auf die Wiese und lasse



Eines der vielen reich verzierten Tore und Brunnen am Place Stanislas im Zentrum der Stadt Nancy

die eigentümliche Stimmung dieses Landstrichs, der geprägt ist von Gedenkstätten, Museen und Friedhöfen, auf mich wirken. Bis heute kann man gut erkennen, was mehr als 50 Millionen Artilleriegranaten und Wurfminen angerichtet haben: eine vernarbte Landschaft, die von moosbewachsenen Ruinen und Trümmern, rostigem Stacheldraht, zerborstenem Beton und unzähligen Bunkerbauten übersät ist.

### Marie-Antoinette zur Ehre

Was für ein Kontrast zur sanften und liebevollen Landschaft der Champagne, durch die ich im Anschluss radeln darf. Als Tiroler bin ich die rauen Berge in den Alpen gewöhnt, die Champagne hat daher für mich einen ganz besonderen Reiz. Radfahren macht hier richtig Spaß. Nach langgezogenen Getreidefeldern folgen immer wieder Flächen mit hoch aufragenden Sonnenblumen. Es ist leicht hügelig, selten verläuft die Nebenstraße flach. In nahezu jedem kleinen Ort auf der Strecke bis Châlons-en-Champagne entdecke ich ein historisches Gebäude, eine nette Kirche oder Kapelle und es begegnen mir viele freundliche Menschen. Mehrere Bioläden und Delikatessengeschäfte bieten Köstlichkeiten aus der Region an.

Eine Gedenktafel am Stadttor Porte Saint-Paul in Verdun erinnert an die längsten und verlustreichsten Schlachten des Ersten Weltkrieges





Weltbekannt ist die Champagner natürlich für den Champagner, ein Schaumwein, der hier nach streng festgelegten Regeln angebaut und gekeltert wird. Wer kosten möchte, findet in Châlons-en-Champagne eine große Auswahl an Restaurants und Weinstuben. Die Stadt, die von den Römern gegründet wurde, erlebte im Mittelalter eine erste Blütezeit. Aus dieser Epoche stammen einige der heute noch gut erhaltenen Bauten, wie die Kathedrale Saint-Étienne und Notre-Dame-en-Vaux. Der schöne Triumphbogen Porte Sainte-Croix wurde dagegen erst ab 1769 zu Ehren der späteren französischen Königin Marie-Antoinette erbaut. Die Österreicherin hielt 1770 anlässlich ihrer Brautfahrt von Wien nach Paris in Châlons-en-Champagne.

Nordwestlich der Stadt beginnt ein Radweg, der wie alle bisherigen Radwege in Frankreich toll angelegt ist und offensichtlich gut gepflegt wird. Er verläuft entlang des Flusses Marne, der immer wieder durch kleine Schleusen unterbrochen wird. Die Getreide- und Sonnenblumenfelder werden im weiteren Verlauf der Strecke immer weniger, dafür sind wieder sehr häufig Weingärten rechts und links der Straße zu sehen. Der Ort Épernay liegt mitten in diesem Weinbaugebiet und ist eines der Hauptzentren der Champagner-Produkti-

on. Sehenswert sind die in die Kalkfelsen getriebenen Stollen, die den großen Handelshäusern der Champagne als Weinkeller dienen. Allein das bekannte Haus Moët & Chandon besitzt ca. 110 Kilometer dieser Stollen.

on. Sehenswert sind die in die Kalkfelsen getriebenen Stollen, die den großen Handelshäusern der Champagne als Weinkeller dienen. Allein das bekannte Haus Moët & Chandon besitzt ca. 110 Kilometer dieser Stollen.

### Brie-Käse und Micky Mouse

Je näher ich an Paris herankomme, umso dichter wird der Verkehr – auch auf den Nebenstraßen: Vorboten der Großstadt. Doch mir fällt auf, dass die Franzosen offenbar ein Herz für Radfahrer haben. Niemand hupt oder schneidet mir den Weg ab. Aus Meaux, einer Stadt etwa 40 Kilometer östlich von Paris, pendeln viele Arbeiter in die Hauptstadt von Frankreich. Die Region selbst werden vor allem Milchprodukte produziert. An einem kleinen Stand außerhalb von Meaux probiere ich ein Stück Brie de Meaux, eine Käsesorte aus dieser Gegend, deren Marke seit 1980 weltweit geschützt ist. Die nette Frau hinter dem hölzernen Verkaufstisch fragt mich gar nicht, wohin ich möchte, sondern reicht mir lächelnd einen Prospekt von Disneyland Paris. Zwanzig Minuten später stehe ich vor dem Eingangstor der Märchenwelt. Der „kleine Bruder“ des Originals in Florida wurde 1992 eröffnet und ist 2.200 Hektar groß. Hier gibt es alles, was die Herzen von



Disneyfans höherschlagen lässt, meins übrigens auch. Paris muss warten.


### Bienvenue à Paris

Die französische Großstadt entpuppt sich zu meiner Überraschung als Radler-Paradies. Auf keiner meiner bisherigen Radreisen bin ich in einer Stadt gewesen, die ein derart großes Angebot an speziellen Radwegen und Radfahrstreifen hat. Die für Radfahrer reservierten Streifen sind meist in auffälligen Farben gehalten und werden offenbar von allen Verkehrsteilnehmern respektiert. Niemals muss ich einem Fußgänger oder parkendem Fahrzeug ausweichen. Außerdem, so erfahre ich, gibt es in Paris weit über 1.000 Leih-Stationen mit mehr als 20.000 Fahrrädern! Beeindruckende Zahlen, die von keiner anderen Stadt der Welt erreicht werden.

Paris entwickelte sich ab dem 3. Jahrhundert v. Chr. aus einer keltischen Siedlung zu einer Metropole. Seine erste Blütezeit erlebte die Stadt im 16. und 17. Jahrhundert. Viele Prachtstraßen und Barockgebäude zeugen bis heute von dieser Zeit. Im 19. Jahrhundert wuchs die Bevölkerungszahl wegen der Industrialisierung drastisch an. Heute gibt es in Europa keine Stadt, die so dicht besiedelt ist und eine so gute Infrastruktur hat wie Paris. Davon profitieren auch die Touristen. Neben London und Bangkok gehört die französische Hauptstadt zu den

Die im Stil des Neobarocks errichtete Brücke Pont Alexandre III in Paris gilt als „die wohl eindrucksvollste Bogenbrücke ihrer Epoche“

populärsten Städtereisezielen der Welt. Kein Wunder, denn die Auswahl an historisch wertvollen und weltweit berühmten Bauwerken ist gigantisch: 200 Kunstgalerien, 100 Theater, 160 Museen, 600 Kinos und 10.000 Restaurants. Wer nur einen Bruchteil sehen möchte, sollte viel Zeit mitbringen.

Mich begeistert vor allem das Flair dieser Stadt. Entlang des Seineufers, das zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört, erlebe ich hautnah mit, wie fröhlich und ausgelassen hier gefeiert wird. Viele Grünanlagen und Parks mit schattigen Baumalleen laden zum Verweilen ein. Nahezu an jeder Ecke wird irgendein kulinarischer Leckerbissen angeboten. Und dann ist soweit: Staunend stehe ich vor dem 300 Meter hohen Eiffelturm. Ich setze mich in das warme Gras. Kurz zuvor habe ich mir eine kleine Flasche teuren Rotwein gekauft und ein Weinglas. Ich habe schon immer davon geträumt, einmal mit dem Fahrrad nach Paris zu fahren, um unterhalb dieses Wahrzeichens ein Glas Wein zu trinken. Hier bin ich also. 



Autor Thomas Widerin: „Ich liebe das Radfahren in den Bergen. Aber das sanfte Auf und Ab auf dem Weg nach Paris hat mich ebenso fasziniert.“



# Der Sattel mit dämpfendem Kern. Gegen Sitzschmerz.



## Die Sattelrevolution: SC Core Prime

Der Komfort-Tourensattel überzeugt durch die patentierte 3D-Bewegungsunterstützung und die überlegenen Dämpfungseigenschaften des ergonomischen Kerns aus Infinergy®. Zwei spezielle anatomische Sitzflächen für Frauen und Männer verhindern wirksam Taubheitsgefühle und Sitzbeschwerden. Ergon Core – ein ganz neues Fahrgefühl.

[ergonbike.com](http://ergonbike.com)

### Geprüft rückenfreundlich

In einem intensiven Prüfungsverfahren durch ein interdisziplinäres Expertengremium aus Medizinern, Orthopäden und Physiotherapeuten wurde die rückschonende Wirkung des Core-Sattelprinzips offiziell bestätigt.



Geprüft und empfohlen vom Forum:  
Gesunder Rücken – besser leben e.V.  
und dem Bundesverband deutscher  
Rückenschulen (BdR) e.V.  
[www.agr-ev.de](http://www.agr-ev.de)