

Donnerstag, 2.6.2010

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Sonntag, 5.6.2011

Rad & Bahn

Handwerkermarkt in der Feldsteinscheune Bollewick

Eine Tour an die Mecklenburger Seenplatte

Treff: 8:15 Uhr, Hbf. Rostock Nordseite, Blumenladen

Mit der Bahn nach Mirow, von dort über Vipperow, Priborn, Bollewick, Röbel, Klink nach Waren, zurück mit der Bahn nach Rostock

Streckenlänge: 58 km

Tempo: flott

Bahn: Rostock-Mirow, Waren-Rostock

Tourenleiter: Klaus-Peter Kühl, Tel.: 0172-382 19 91

Anmeldung bis 2 Tage vor Beginn der Tour, Teilnahmebegrenzung auf 10 Teilnehmer

Siehe auch: <http://de.wikipedia.org/wiki/Bollewick>, www.scheune-bollewick.de

Sonntag, 05.06.2011

Tour zum Leuchtturm Bastorf

Treff: 08:00 Uhr, S-Bahn Lütten Klein oberhalb der Unterführung Seite Marktkauf

Die Strecke führt von Rostock Lütten Klein über Rethwisch – Wittenbeck - Kühlungsborn durch die Endmoränen Landschaft westlich von Rostock. Ein Stück die Ostseeküste entlang bis dann endlich der Leuchtturm von Bastorf südlich von Kühlungsborn sichtbar wird. Nach kurzem Anstieg werden die Tourenteilnehmer mit einem herrlichen Ausblick auf die Ostsee, das Salzhaff und die Mecklenburger Endmoränen-Landschaft belohnt. Das Erlebnis wird durch

eine kleine Einkehr in das Café / Restaurant am Fuße des Leuchtturmes abgerundet. Nach ca. 1 Stunde Rast geht es dann zurück über die südliche Strecke Wichmannsdorf – Diedrichshagener Berg – Steffenshagen – Brodhagen - Bad Doberan – Bargeshagen – Admannshagen nach Lütten/Klein

Streckenlänge: 65 km, Ganztagestour

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiter: Reinhard Kunza, Tel: 0152-26 63 43 58 oder rkunza@t-online.de

Siehe auch: www.bastorf.de

Dienstag, 7.6.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 9.6.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Freitag, 10.6.2011

Rad & Zeesboot

Boddentour unter braunen Segeln

Feierabend-Radelspaß

Treff: 17:00 Uhr, Marktplatz Ribnitz am Bernsteinbrunnen

Die Tour startet ab Ribnitz. Entlang des Boddens geht es über Körkwitz und Dändorf, Richtung Dierhagen. Am Dierhäger Hafen wartet ein Abenteuer, denn nun soll der Bodden, auf zwei Zeesbooten, auch wasserseitig erkundet werden. 90 Minuten Spaß unter braunen Segeln ist garantiert, wenn die Segel lautlos im Wind die Zeese voran bringen. Ein maritimes Picknick wartet bei Ankunft im Hafen auf die Hungrigen, um dann Ribnitz noch vor dem Dunkel werden zu erreichen.

Streckenlänge: 25 km**Tempo:** gemächlich**Tourenleiterin:** Erlebnisradtouren Andrea Krüger, Tel: 03821-81 10 80 oder 0152 01 42 88 33
sonntags-radtouren@gmx.de**Information:** Spätestens 2 Tage vor der Tour, empfohlen wird frühzeitiger!

10 Mindestteilnehmer, Begrenzung auf max. 23 Teilnehmer, 20,- € inklusive Picknick

Siehe auch: www.ostseebad-dierhagen.de**Samstag, 11.6.2011**

Rad individuell

Auf zu den Störchen

Von Storchennest zu Storchennest

Treff: Storchenhof, Hauptstraße 3, 18337 Marlow-Kuhlrade

Sachkundige Radtour zur Storchenebeobachtung. Die Storchensaison verläuft etwa so: Ankunft und Paarung: April; Brut: Mai; Aufzucht und Fütterung: Mai, Juni, Juli; Flugversuche und Ausflug der Jungstörche: Juli, August. Die interessantesten Monate sind also: Juni, Juli, August.

Los geht's vom Bahnhof Ribnitz in Richtung Sanitz. Das erste Nest befindet sich in Petersdorf, von dort weiter in Richtung Tierheim durch den Windpark nach Kuhlrade zum STORCHENHOF. Bei Ankunft erhalten die Teilnehmer einen Belegungsplan der Nester. Daraus ergibt sich die weitere Route. Zum Beispiel nach Bookhorst bis zum Gutshaus, Richtung Brünkendorf; über Kloster-Wulfshagen nach Bartelshagen 1. Hier gibt es etwas Besonderes zu sehen: Die Agrargenossenschaft hat hier Brutmöglichkeiten für Uferschwalben künstlich geschaffen, die sehr gut angenommen werden. Eine gute Idee zum Bestandsschutz der Population in MV.

Durch den schönen Kuhlradler Forst zurück zum Storchenhof in Marlow-Kuhlrade, dort ergibt sich eventuell die Möglichkeit, in ein Nest zu schauen. Es wird ein kleiner Imbiss oder Kaffee und Kuchen angeboten, eine Spende kommt dem NABU zugute.

Streckenlänge: ca. 24-30 km, Radwege, Wirtschaftswege, wenig Landstraße

Bahn: Rostock - Ribnitz-Damgarten – Rostock (wahlweise)

Kontakt: Terminvereinbarung mit Helga Auerswald und Rainer Frerichmann, Tel.: 03821-39 01 80 oder info@storchenhof-ostsee.de

Informationen: Der Storchenhof liegt 4 km vom Ribnitzer Bahnhof entfernt und ist über gute Radwege zu erreichen. Für eine Führung ist eine Mindest-Teilnehmerzahl erforderlich, bei geringerer Teilnehmerzahl werden die Teilnehmer mit einer Liste der belegten Storchennester ausgestattet.

Empfehlung: Besuch des Vogelparks in Marlow, Info dazu auf dem STORCHENHOF
siehe auch: www.storchenhof-ostsee.de, www.vogelpark-marlow.de

Sonntag, 12.6.2011 Pfingsten

Rad & Bus



Nord-Ostsee-Kanal zwischen Rendsburg und Kiel

Entlang der Straße der Traumschiffe

Treff: 7:00 Uhr, Rostock ZOB

Technische Meisterwerke, Schiffe aus aller Welt sowie Kultur und Natur pur – der Radwanderweg entlang des Nord-Ostsee-Kanals hat viel zu bieten: stille Naturreservate, imposante Brückenbauwerke, malerische Dörfer und maritimes Flair. Prächtige Luxusliner und beeindruckende Hochseeschiffe kreuzen unseren Weg und kürzen über den knapp 100 km langen Kanal ihren Weg nach Übersee ab. Imposant sind die Schwebefähre unter der Rendsburger Eisenbahnhochbrücke und die große Schleusenanlage in Kiel-Holtenau. Das Land zwischen den Meeren ist flach – flacher geht es nicht.

Streckenlänge: Tour I: Länge 30 km, Sehestedt–Kiel-Holtenau

Tour II: Länge 55 km, Rendsburg- Sehestedt–Kiel-Holtenau

Bus: Rostock-Rendsburg, Kiel-Holtenau–Rostock

Tempo: gemächlich

Tourenleiter: Horst Winkelmann, Tel.: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de

Information: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung möglichst frühzeitig erforderlich, weil größere Nachfrage; mindestens 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.winkelmann-rostock.de, www.kofahl-reisen.de

Dienstag, 14.6.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile,

Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 16.6.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18.30 Uhr ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Sonntag, 19.6.2011

Rad

Kultur-Tour nach Schwaan

Treff: 9:00 Uhr, ADFC Büro, St.-Georg-Str. 60 / bei den Polizeigärten

Durch die wunderbare Endmoränen-Landschaft südlich von Rostock führt die Tour meist entlang Fluss- und Bach-Auen. Leichte Steigungen sind ebenfalls Merkmal der Landschaft. In Schwaan lädt die Kunstmühle zum Besuch und einer Führung durch die Mühle einschließlich einer Erläuterung zu den ausgestellten Bildern ein. Weiter auf dem Programm steht eine Tour zu einigen Standorten, an denen die Künstler sich inspirieren ließen. Wege- und Kunstbeschreibung erhalten die Tourenteilnehmer vor Ort. Wer dann einer Führung durch die Stadtkirche mit einer Turmbesteigung mächtig ist, wird sich zum Schluss vor der Rückfahrt noch stärken können.

Streckenlänge: 40 km

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder

martin.elshoff@adfc-rostock.de

Informationen: www.kunstmuseum-schwaan.de ; www.adfc-rostock.de

Dienstag, 21.6.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 23.6.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Samstag, 25.6.2011**Wir entdecken das sagenhafte Mecklenburger Parkland**

Auf den Spuren der Rübenbahn

Rad

Treff: 10:00 Uhr, Tessin Bahnhof

Wer von Rostock mit der Bahn anreisen möchte, kann um 9:01 Uhr vom Hauptbahnhof Rostock abfahren. Die Tour führt vorbei an der ehemaligen Zuckerfabrik von Tessin weiter

über Selpin. An einigen Stellen sieht man noch den Bahndamm der früheren Rübenbahn, mit der die Zuckerrüben in die Zuckerfabrik transportiert wurden. Einige Eigentümer ehemaliger Gutshäuser beteiligen sich an diesem Tag an der Aktion „Offene Gärten in MV—Wir richten unsere Tour danach aus. Gartenenthusiasten können zum Beispiel in Wesselstorf bei Gleichgesinnten zu Gast sein. Das Wossidlo-Museum und die Alte Ausspanne in Walkendorf bieten die Möglichkeit einer kleinen Pause. Wir nutzen naturbelassene Wege, aber teilweise auch gut ausgebaute Rad- und Wirtschaftswege. Spätestens bei der Gutsanlage Dalwitz kehren wir um und fahren über Stechow oder Pölchow und dem Rübenbahndamm zurück in Richtung Tessin.

Streckenlänge: 30 km bis 40 km je nach interessanten Umwegen

Bahn: Rostock – Tessin - Rostock

Tempo: gemächlich

Tourenleiter: Horst Winkelmann, Tel.: 0170-226 00 10 oder 0381-69 08 53 oder

horst@winkelmann-rostock.de

Information: Ganztagestour, wenn wir die Gutsanlagen und das Museum besuchen

siehe auch: www.plmv.de, www.offene-gaerten-mv.de, www.ausspanne-walkendorf.de, www.gutshauswesselstorf.de, Streckenkarte „grünes herz— utoer www.winkelmann-rostock.de

Sonntag, 26.6.2011

Tag der Architektur

Rad

Treff: 13:00 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Str. 60

Während der Radtour werden Bauprojekte besichtigt, die anlässlich des Tages der Architektur präsentiert werden. BauherrInnen oder ArchitektInnen stehen für Informationen zur Verfügung. Bei dieser Radtour steht die Architektur im Vordergrund, das Radfahren dient vor allem dem Erreichen der Objekte auf möglichst angenehmem Wege.

Streckenlänge: 20km bis 30 km

Tempo: gemächlich

Tourenleiter: Leo Dainat, Tel.: 0381-456 07 22 oder leodainat@web.de

Informationen: eventuelle Korrektur der Startzeit und zu besuchende Objekte bitte der Tagespresse entnehmen

siehe auch: www.adfc-rostock.de

Sonntag, 26.6.2011

Rad

AOK-Familien-Tour Ostseewellen

N

Treff: 10:00 Uhr, Warnemünde Hohe Düne, bei Käpt'n Blau Bär Erlebnisspielplatz

Der ADFC Rostock e.V. und die AOK Die Gesundheitskasse in Rostock haben dieses Jahr gemeinsame Touren erarbeitet, die für ADFC- und AOK-Mitglieder kostenlos sind. Diese Touren sind familienfreundlich ausgerichtet in ihrer gesamten Art und Weise und eine wunderbare Entdeckertour für Familien. Das Tempo ist angemessen, die Strecken in mehrere

Etappen eingeteilt, zwischendurch gibt es Spannendes zu entdecken oder zu erleben. Diese Tour führt über Markgrafenheide zur Mittagsrast mit einer Stärkung nach Graal-Müritz zu den Ostseewellen. Unterwegs wird das Hüttelmoor bestimmt ein paar Überraschungen bieten. Der Rückweg endet dann in Markgrafenheide, wo alle Tourenteilnehmer noch den Tag beenden können mit allerlei Unterhaltung wie Tretbootfahren, Paddeln, im Klettergarten seine Geschicklichkeit messen, sich stärken in den Lokalen am Zielort, mit dem MS Schnatermann durch den Moorgraben und über den Radelsee fahren, beim Schnatermann einkehren...

Streckenlänge: 30 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-252 46 10 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Informationen: gemeinsame Radtour des ADFC Rostock e.V. und der AOK

Siehe auch: www.aok.de/mecklenburg-vorpommern oder www.adfc-rostock.de

Dienstag, 28.6.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 30.6.2011

Rad & Schiff

Von Prerow durch den Darßer Wald und Prerowstrom 2

Mit dem Rad und Schiff auf dem Darß

Treff: 9:00 Uhr, Ostseebad Prerow, Strandstraße 24

Das Besondere dieser Tour sind die Erläuterungen zum Darßer Wald und die Kombination mit einer Schiffstour auf dem Prerowstrom. Der Prerowstrom führt durch das strenge Naturschutzgebiet und bietet mit seinen Mäandern immer wieder neue Einblicke in die herrliche Boddenlandschaft. Da die Landwege kaum Steigungen enthalten, werden Sie genügend Luft für Ihre Sinne haben – der Weg ist das Ziel. Von Prerow nach Born mit dem Rad durch viel Wald und Zeit für ein Picknick (Selbstversorger) am Weststrand und mit dem Schiff zurück nach Prerow – ein Tag voller Eindrücke und vieles, was Sie noch nicht wussten.

Streckenlänge: 21 km Land und ca. 2 Stunden mit dem Schiff

Tempo: gemächlich

Tourenleiterin: Ulrike Schuldt

Anmeldung: Küstenjournal, Tel.: 0163-714 91 33

Informationen: Kosten 15.-€ je Teilnehmer, Kind bis 12 Jahre 5.- € , 9.50 € je Teilnehmer für Schiffspassage (inkl. Fahrrad und 1 Kind frei); Fahrradverleih möglich; Parkplatz kostenlos, Mindestanzahl: 6 Teilnehmer

Siehe auch: www.kuestenjournal.de, www.adfc-rostock.de

Donnerstag, 30.6.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Samstag, 2.7.2011

Rad

Abenteuerliche Suche nach den „Spuren der Slawen“

Spannende und spaßige Mitmach-Zeitreise für Jung und Alt per Fahrrad zum geheimen Ziel

Treff: 10:00 Uhr, Ribnitz, Eingang Bernsteinmuseum

Die Slawin Marwina nimmt die Teilnehmer mit auf eine magische Zeitreise in ihr Dorf vor 1000 Jahren. Der Weg dorthin ist aber unbekannt. Es gilt Abenteuer und Aufgaben zu bestehen, die immer ein Stück weiter ans Ziel bringen und nebenbei das Volk der Slawen kennen lernen lassen. Am Ziel, wird in Marwinas Dorf ein slawisches Festmahl eingenommen und der Slawenfürst gekrönt. Unerschrockene Teilnehmer zwischen 8 und 88 sind willkommen.

Streckenlänge: 24 km

Tempo: gemächlich

Bahn: Rostock Hbf 9:01 Uhr/ an Ribnitz-Damgarten West 9:22 Uhr

Ribnitz-Damgarten West 16:33/ an Rostock Hbf 16:55 Uhr

Tourenleiterin: Erlebnisradtouren Andrea Krüger, Tel: 03821-81 10 80 oder 0152 01 42 88 33 oder sonntags-radtouren@gmx.de

Anmeldung: spätestens 2 Tage vor der Tour

Information: 18,00 € Erwachsene/ 12,00 € Kinder inklusive Picknick

Siehe auch: <http://radler-sehen-anders.jimdo.com/foto-impressionen-der-touren-2007-2009/>

Sonntag, 3.7.2011

Rad

Alte Heide

Treff: 9:15 Uhr, Bahnhof Gelbensande

Bei dieser Tour geht es nicht darum, viele km zu absolvieren, sondern darum, die Landschaft in aller Ruhe zu genießen. Wer von Rostock mit der Bahn anreisen möchte, kann um 9:01 Uhr vom Hauptbahnhof Rostock abfahren. Mit dem Rad über die B105 hinweg durch Gelbensande, Jagdschloss Gelbensande mit Schlosspark und Wehrmachtsfriedhof. Dann über den seit 1842 bestehenden alten Ostsee-Fernhandelsweg „Hanseatenweg— oder „Danziger Botenweg—vorbei am Bodendenkmal „Wallberg— oder „Störtebeker Berg— über den Wallbach, hier breitet sich im Frühjahr der Bärlauch aus. Gedenkstein an den Forstmann Adolf von Oertzen. Weiter über 2 Alternativstrecken: 1. Wir machen Pause und genießen frisch geräucherten Fisch. 2. Wir besuchen das Freilichtmuseum Klockenhagen. Weil wir Eintritt bezahlt haben, machen wir Pause in der Museumsgaststätte „Up de Däl—Dann weiter: Altheide – Forst „Alte Heide— Gretenschneise mit Gretenstein. – Rostocker Wulfshagen (Pause an der Kirche aus dem 15. Jahrhundert)— Museumshof Ehlers - zurück zur Bahnstation Gelbensande – mit dem Rad oder dem Zug nach Rostock.

Streckenlänge: kurze Tour: 24 km, lange Tour 30 km,

Bahn: Rostock – Gelbensande – Rostock (wahlweise)

Tempo: gemächlich

Tourenleiter: Horst Winkelmann, Tel.: 0170-226 00 10 oder 0381-69 08 53 oder

horst@winkelmann-rostock.de

Information: Ganztagestour, wenn wir die Museen besuchen

siehe auch: Streckenkarte „grünes herz— über www.winkelmann-rostock.de,

www.freilichtmuseum-klockenhagen.de

Dienstag, 5.7.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 7.7.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Samstag, 9.7.2011

Rad

Klingende Kirchenschätze

Von Orgel zu Orgel, von Dorf zu Dorf

Treff: 9:30 Uhr, Bahnhof Bentwisch ,

Die Tour führt zu 4 Kirchen mit ihren klingenden Orgeln. Prof. Birger Petersen von der Hochschule für Musik und Theater (HMT) Rostock radelt die Tour mit und wird mit einem weiteren Organisten herrliche Orgelstücke auf den vier Kirchenorgeln spielen. Die erste Orgel wird in Bentwisch erklingen. Dann geht es weiter zu den Kirchen und ihren Orgeln in Petschow und Cammin. Den Abschluss findet die Tour in Kavelstorf, wo Leib und Seele im Rahmen einer Soirée abendliche Klänge und ein schönes Abendbrot genießen können. Unterwegs und zum abendlichen Ausklang wird für das leibliche Wohl gesorgt und ist im Tourenpreis enthalten. Vom Bahnhof Kavelstorf ist die Heimreise mit dem Zug möglich.

Streckenlänge: 45 km

Bahn: Anreise um 9:01 Uhr vom Hauptbahnhof Rostock möglich

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung: Spätestens 7 Tage vor der Tour, empfohlen wird frühzeitiger!

Kosten: 17,- € Tourenführung, Konzert und für das leibliche Wohl

Information: mindestens 6 Tourenteilnehmer, Idee und Organisation: Peter Stein, CDU-WK-Büro, 0381-63 72 97 37 aktiv-in-mv@web.de

Siehe auch:

www.kirchenkreis-rostock.de, www.autobahnkirche-kavelstorf.de, www.dorfkirche-petschow.de

Montag, 11.7.2011

Rad & Bus

**Nord-Ostsee-Kanal zwischen Rendsburg und Kiel**

Entlang der Straße der Traumschiffe

Treff: 7:00 Uhr, Rostock ZOB

Technische Meisterwerke, Schiffe aus aller Welt sowie Kultur und Natur pur – der Radwanderweg entlang des Nord-Ostsee-Kanals hat viel zu bieten: stille Naturreservate, imposante Brückenbauwerke, malerische Dörfer und maritimes Flair. Prächtige Luxusliner und beeindruckende Hochseeschiffe kreuzen unseren Weg und kürzen über den knapp 100 km langen Kanal ihren Weg nach Übersee ab. Imposant sind die Schwebefähre unter der Rendsburger Eisenbahnhochbrücke und die große Schleusenanlage in Kiel-Holtenau. Das Land zwischen den Meeren ist flach – flacher geht es nicht.

Streckenlänge: Tour I: Länge 30 km, Sehestedt–Kiel-Holtenau

Tour II: Länge 55 km, Rendsburg- Sehestedt–Kiel-Holtenau

Bus: Rostock-Rendsburg, Kiel-Holtenau–Rostock**Tempo:** gemächlich**Tourenleiter:** Horst Winkelmann, Tel.: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de**Information:** Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 odermartin.elshoff@adfc-rostock.de**Anmeldung** möglichst frühzeitig erforderlich, weil größere Nachfrage; mindestens 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport**Siehe auch:** www.winkelmann-rostock.de, www.kofahl-reisen.de**Dienstag, 12.7.2011**

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow**Treff:** jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer**Tempo:** gemächlich bis flott**Bahn:** Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren**Kontakt:** Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 14.7.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour**Treff:** jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer**Tempo:** gemächlich bis flott**Bahn:** Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren**Kontakt:** Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de**Samstag 16.7.2011**

Rad

Storchentour West

Beobachtung des Vogels Adebar

Treff: 10:00 Uhr, Straßenbahndhaltestelle Neuer Friedhof

Die genaue Streckenführung richtet sich danach, welche Nester 2011 belegt sind. Der Tourenleiter wird zur Zeit der Ankunft und der Storchenhochzeiten mehrere Vorabtouren machen. Der Altstorchenvater, Hans-Heinrich Zöllick, wird entsprechende Informationen hinzufügen.

Streckenlänge: 25 bis 30 km je nach Nestbesatz**Tempo:** gemächlich**Tourenleiter:** Thomas Kalbe, Tel.: 0173-601 56 91 oder t.kalbe@web.de und Martin ElshoffTel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de**Siehe auch:** www.stoerche-doberan.de**Donnerstag, 21.7.2011**

Rad & Feierabend

After-Work-Tour**Treff:** jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile,

Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Donnerstag, 21.7.2011

Rad & Bahn

LiteraTour Uwe Johnson

zu seinem 77. Geburtstag

Treff: 9:00 Uhr, Parkplatz neben dem Trihotel am Schweizer Wald

Diese Radtour führt über Sanitz - Tessin – Rossewitz – Recknitz – nach Güstrow. Die Rückfahrt ist mit der Bahn vorgesehen. An den Haltepunkten erfolgt ein Austausch über Leben und Werk von Uwe Johnson. Persönliche Berührungen gab es mit den nachfolgend besuchten Schulen: Der Grundschule in Recknitz - Aufenthalt Uwe Johnson mit Mutter und Schwester 1946 - der John-Brinckman-Oberschule in Güstrow - Abitur von Uwe Johnson 1952. Erste Reflexionen im nicht zu Lebzeiten veröffentlichten Buch "Ingrid Babendererde". Am Schauplatz einer Literaturverfilmung der DEFA "Die Wahlverwandtschaften" um das Schloss Rosswitz gibt es weiterhin einen Austausch über die Wirksamkeit von Literaturunterricht und Aneignung der Werke Goethes und Brinckmans.

Streckenlänge: 75 km

Tempo: gemächlich

Bahn: Güstrow – Rostock

Tourenleiter: Siegfried Werner, Tel.: 0151-56 94 19 35 oder werner.sanitz@freenet.de

Sonntag, 24.7.2011

Rad individuell

Auf zu den Störchen

Von Storchennest zu Storchennest

Treff: Storchenhof, Hauptstraße 3, 18337 Marlow-Kuhlrade

Sachkundige Radtour zur Storchensaison. Die Storchensaison verläuft etwa so: Ankunft und Paarung: April; Brut: Mai; Aufzucht und Fütterung: Mai, Juni, Juli; Flugversuche und Ausflug der Jungstörche: Juli, August. Die interessantesten Monate sind also: Juni, Juli, August.

Los geht's vom Bahnhof Ribnitz in Richtung Sanitz. Das erste Nest befindet sich in Petersdorf, von dort weiter in Richtung Tierheim durch den Windpark nach Kuhlrade zum STORCHENHOF. Bei Ankunft erhalten die Teilnehmer einen Belegungsplan der Nester. Daraus ergibt sich die weitere Route. Zum Beispiel nach Bookhorst bis zum Gutshaus, Richtung Brünkendorf; über Kloster-Wulfshagen nach Bartelshagen 1. Hier gibt es etwas Besonderes zu sehen: Die Agrargenossenschaft hat hier Brutmöglichkeiten für Uferschwalben

künstlich geschaffen, die sehr gut angenommen werden. Eine gute Idee zum Bestandsschutz der Population in MV.

Durch den schönen Kuhlraeder Forst zurück zum Storchenhof in Marlow-Kuhlrade, dort ergibt sich eventuell die Möglichkeit, in ein Nest zu schauen. Es wird ein kleiner Imbiss oder Kaffee und Kuchen angeboten, eine Spende kommt dem NABU zugute.

Streckenlänge: ca. 24-30 km, Radwege, Wirtschaftswege, wenig Landstraße

Bahn: Rostock - Ribnitz-Damgarten – Rostock (wahlweise)

Kontakt: Terminvereinbarung mit Helga Auerswald und Rainer Frerichmann, Tel.: 03821-39 01 80 oder info@storchenhof-ostsee.de

Informationen: Der Storchenhof liegt 4 km vom Ribnitzer Bahnhof entfernt und ist über gute Radwege zu erreichen. Für eine Führung ist eine Mindest-Teilnehmerzahl erforderlich, bei geringerer Teilnehmerzahl werden die Teilnehmer mit einer Liste der belegten Storchennester ausgestattet.

Empfehlung: Besuch des Vogelparks in Marlow, Info dazu auf dem STORCHENHOF

siehe auch: www.storchenhof-ostsee.de, www.vogelpark-marlow.de

Donnerstag, 28.7.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Sonntag, 31.7.2011

Rad

Kräutertour Hütter Wohld

Kräuterwanderung durch Detlefsens Kräutergarten

Treff: 10:00 Uhr, ADFC Büro, St.-Georg-Str. 60 / bei den Polizeigärten

In 2010 der „Hit— der Touren überhaupt: eine Radtour mit Kräuterwanderung durch den Kräutergarten im Hütter Wohld. Die Tour führt über Klein Schwaß – Konow—Hastorf--Parkentin – Hütter Wohld zum Fischerhof Detlefsen. Zurück geht es über Parkentin – Kritzmow – Stadtweide nach Rostock. Die Chefin des Fischereihofs Detlefsen nennt einen schönen Kräutergarten ihr Eigen. Der ADFC Rostock hat eine Führung mit Frau Detlefsen durch diesen herrlichen Garten vereinbart. Hierbei erleben Sie die Kunde der Küchen- und Heilkräuter vor

Ort. Riechen und schmecken - frische Kräuterbutter auf Brot vielleicht? Natürlich steht dem Erwerb von Frisch- und Räucherfisch, selbstgemachten Gelees und Marmeladen, Likören und ähnlichem nichts im Wege.

Streckenlänge: 40 km

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Siehe auch: www.fischereihof.de, www.adfc-rostock.de

Donnerstag, 4.8.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Sonntag, 7.8. 2011

Rad

Boddentour hinter die Hintersten Berge

Tour am Boddenufer entlang zum Pfarrgarten nach Starkow

Treff: 11.00 Uhr, Marktplatz Barth Brunnen

Kurz aus Barth heraus, geht es zum idyllischen Zipfel der Hintersten Berge, von dem aus schöne Blicke auf Zingst, Barth und die Barther Oie zu erhaschen sind. Ein Fernglas ist empfehlenswert. Weiter geht es zum Barther Hafen, um im „Speicherhotel“ eine Ausstellung mit Textilfiguren und Delikatessen aus Stoff, zu besuchen. Diese macht Appetit auf ein Mittagspicknick (Selbstversorger), danach geht es weiter nach Starkow. Im Pfarrgarten ist Kaffeezeit. Zurück geht es über Kenz, mit seinem Wunderbrunnen.

Streckenlänge: 45 km

Tempo: gemächlich

Bahn: Rostock Hbf 9.01 Uhr/ an Barth 10.44 Uhr

ab Barth 17.09 oder Kenz 17.13 oder. Velgast 17.41 Uhr/ an Rostock Hbf 18.20 Uhr

Tourenleiterin: Erlebnisradtouren Andrea Krüger, Tel: 03821-81 10 80 oder 0152-01 42 88 33 oder sonntags-radtouren@gmx.de

Anmeldung: spätestens 2 Tage vor der Tour, 19,00 € inklusive Eintritt Ausstellung und Kaffeegedeck

Siehe auch: www.starkow.de, www.panoptikum-siebert.de

Sonntag, 7.8.2011

Rad

Familientour zum Sildemower See

Treff: 10:00 Uhr ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Eine kinder- und familienfreundliche Radtour in der Warnow-Niederung und bis zum Sildemower See. Unterwegs gibt es jede Menge zu entdecken: Tiere, Blumen, Kletterbäume, Eisenbahn, Barfußpfad Labyrinth, Badestellen und vieles mehr.

Streckenlänge: 20 km

Tempo: kinderfreundlich, wir lassen uns den ganzen Tag Zeit

Tourenleiter: Thomas Möller, Tel.: 0179-704 19 49 oder thomas.moeller@adfc.de

Information: bitte Näheres unter www.adfc-rostock.de entnehmen.

Montag, 8.8.2011

Rad & Bus



Wenn die Heide blüht

Lüneburger Heide erleben

Treff: 7:00 Uhr, Rostock ZOB

Die Lüneburger Heide beherbergt eines der größten und reizvollsten Naturschutzgebiete Deutschlands. Die unendliche Weite der Heide, ihre Wälder und Moore. Die reizvollen winzigen Dörfer und vor allem die Ruhe bieten dem Besucher die Möglichkeit Kraft zu Tanken und sich an der violett blühenden Heidelandschaft zu erfreuen. Wir besuchen das Heide-ErlebnisZentrum in Undeloh, das Heidedorf Wilsede, den Wilseder Berg und den Totengrund.

Streckenlänge: Tour I: Länge 25 km, Undeloh – Wilsede – Döhle

Tour II: Länge 40 km, Welle – Undeloh – Wilsede – Döhle

auch ab Schneverdingen möglich 60 km

Tempo: gemächlich

Bus: Rostock-Undeloh/Welle/Schneverdingen, Döhle Rostock

Tourenleiter: Horst Winkelmann, Tel: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de

Information: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder

martin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung möglichst frühzeitig erforderlich, weil größere Nachfrage; mindestens 10

Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.winkelmann-rostock.de, www.kofahl-reisen.de

Mittwoch, 10.8.2011

Rad & Feierabend

Tour zum Fischbrötchen

Radeln nordwestlich von Rostock

Treff: 18:00 Uhr, S-Bahnhof Lütten-Klein oberhalb der Unterführung Marktkauf
Die familienfreundliche Route führt uns zum Findlingsgarten in Lichtenhagen Dorf. Rund 600 Feldsteine und Findlinge wurden im Gemeindegebiet zusammengetragen und dort zu Steinbildern geformt. Weiter geht's zum Zielpunkt Jugendherberge in Warnemünde, wo uns an einem Imbiss leckere Fischbrötchen für die kleine und kurzweilige sportliche Aktivität entschädigen.

Streckenlänge: 13 km**Tempo:** familienfreundlich**Tourenleiter:** Reinhard Kunza, Tel: 0152-26 63 43 58 oder rkunza@t-online.de**Siehe auch:** www.elmenhorst-lichtenhagen.de/sehenswertes.php**Donnerstag, 11.8.2011**

Rad & Feierabend

After-Work-Tour**Treff:** jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18.30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer**Tempo:** gemächlich bis flott**Bahn:** Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren**Kontakt:** Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de**Sonntag, 14.8.2011**

Rad & Bus

**Rügen einmal anders**

Das südliche Rügen mit unberührter Natur

Treff: 9.00 Uhr, Rostock ZOB

Der Bus mit Fahrrad-Transport-Anhänger bringt die Teilnehmer bis Putbus bzw. nach Lancken/Granitz. In Putbus startet die Radtour. Am „Fünffingerweg“ kann dann die Gruppe aus Lancken dazu stoßen und die Tour führt weiter durch die Küstenlandschaft des Rügenschens

Boddens, zum Teil im leicht hügeligen Gelände und durch unberührte Natur mit malerischen Ausblicken über die Endmoränen der Halbinsel Mönchgut. Es werden die günstigsten naturbelassenen Wege je nach Wetter ausgewählt.

Streckenlänge: Tour I: 20 km, Lancken/Granitz–Seedorf-Moritzdorf-Baabe/Sellin

Tour II: 35 km, Putbus–Seedorf-Moritzdorf-Baabe/Sellin

Bus: Rostock–Putbus–Rostock

Tempo: gemächlich bis flott, es sind leichte Steigungen zu bewältigen

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder

martin.elshoff@adfc-rostock.de

Information: Horst Winkelmann, Tel.: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de

Anmeldung: erforderlich bis zum 30.7.2011, Mindestanzahl: 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.kofahl-reisen.de, www.adfc-rostock.de

Dienstag, 16.8.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 18.8.2011

Rad & Schiff

Von Prerow durch den Darßer Wald und Prerowstrom 3

Mit dem Rad und Schiff auf dem Darß

Treff: 9:00 Uhr, Ostseebad Prerow, Strandstraße 24

Das Besondere dieser Tour sind die Erläuterungen zum Darßer Wald und die Kombination mit einer Schiffstour auf dem Prerowstrom. Der Prerowstrom führt durch das strenge Naturschutzgebiet und bietet mit seinen Mäandern immer wieder neue Einblicke in die herrliche Boddenlandschaft. Da die Landwege kaum Steigungen enthalten, werden Sie genügend Luft für Ihre Sinne haben – der Weg ist das Ziel. Von Prerow nach Born mit dem Rad durch viel Wald und Zeit für ein Picknick (Selbstversorger) am Weststrand und mit dem Schiff zurück nach Prerow – ein Tag voller Eindrücke und vieles, was Sie noch nicht wussten.

Streckenlänge: 21 km Land und ca. 2 Stunden mit dem Schiff

Tempo: gemächlich

Tourenleiterin: Ulrike Schuldt

Anmeldung: Küstenjournal, Tel.: 0163-714 91 33

Informationen: Kosten 15.-€ je Teilnehmer, Kind bis 12 Jahre 5.-€, 9.50 € je Teilnehmer für Schiffspassage (inkl. Fahrrad und 1 Kind frei); Fahrradverleih möglich; Parkplatz kostenlos, Mindestanzahl: 6 Teilnehmer

Siehe auch: www.kuestenjournal.de, www.adfc-rostock.de

Donnerstag, 18.8.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Samstag, 20.8.2011

Rad & Bus



Wenn die Heide blüht

Lüneburger Heide erleben

Treff: 7:00 Uhr, Rostock ZOB

Die Lüneburger Heide beherbergt eines der größten und reizvollsten Naturschutzgebiete Deutschlands. Die unendliche Weite der Heide, ihre Wälder und Moore. Die reizvollen winzigen Dörfer und vor allem die Ruhe bieten dem Besucher die Möglichkeit Kraft zu Tanken und sich an der violett blühenden Heidelandschaft zu erfreuen. Wir besuchen das Heide-ErlebnisZentrum in Undeloh, das Heidedorf Wilsede, den Wilseder Berg und den Totengrund.

Streckenlänge: Tour I: Länge 25 km, Undeloh – Wilsede – Döhle

Tour II: Länge 40 km, Welle – Undeloh – Wilsede – Döhle

auch ab Schneverdingen möglich 60 km

Tempo: gemächlich

Bus: Rostock-Undeloh/Welle/Schneverdingen, Döhle-Rostock

Tourenleiter: Horst Winkelmann, Tel: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de

Information: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung möglichst frühzeitig erforderlich, weil größere Nachfrage; mindestens 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.winkelman-rostock.de, www.kofahl-reisen.de

Sonntag, 21.8.2011

Rad & Bus



Rügen einmal anders

Das südliche Rügen mit unberührter Natur

Treff: 9.00 Uhr, Rostock ZOB

Der Bus mit Fahrrad-Transport-Anhänger bringt die Teilnehmer bis Putbus bzw. nach Lancken/Granitz. In Putbus startet die Radtour. Am „Fünffingerweg“ kann dann die Gruppe aus Lancken dazu stoßen und die Tour führt weiter durch die Küstenlandschaft des Rügenschens Boddens, zum Teil im leicht hügeligen Gelände und durch unberührte Natur mit malerischen Ausblicken über die Endmoränen der Halbinsel Mönchgut. Es werden die günstigsten naturbelassenen Wege je nach Wetter ausgewählt.

Streckenlänge: Tour I: 20 km, Lancken/Granitz–Seedorf-Moritzdorf-Baabe/Sellin

Tour II: 35 km, Putbus–Seedorf-Moritzdorf-Baabe/Sellin

Bus: Rostock–Putbus–Rostock

Tempo: gemächlich bis flott, es sind leichte Steigungen zu bewältigen

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Information: Horst Winkelmann, Tel.: 0170-22 600 10 oder horst@winkelman-rostock.de

Anmeldung: erforderlich bis zum 6.8.2011, Mindestanzahl: 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.kofahl-reisen.de, www.adfc-rostock.de

Sonntag, 21.8.2011

Rad

AOK Familien-Entdecker-Tour zum Landschulheim in Niex

Treff: 10:00 Uhr, Rostock Stadthafen, gegenüber dem AOK Gebäude

Der ADFC Rostock e.V. und die AOK Die Gesundheitskasse in Rostock haben dieses Jahr gemeinsame Touren erarbeitet, die für ADFC- und AOK-Mitglieder kostenlos sind. Eine wunderbare Entdeckertour für Familien in die Auen-Landschaft des Warnowtals. Die Tour führt die Teilnehmer durch die wechselvolle Gegend. Unterwegs gibt es viel zu entdecken: Tiere, Blumen, Kletterbäume, Eisenbahn, Badestellen und vieles mehr. Vom Start über Gragetopshof mit seinen Zottelrindern, hier dürfen die Kinder schon mal richtig Landluft schnuppern, an Sildemow vorbei zur Niexer Eisenbahnbrücke. Hier überqueren wir die Warnow um anschließend zum Landschulheim nach Niex zu radeln. Es wird gerastet. Kletterwand und

Leckerer vom Grill lässt die Zeit schnell verfliegen. Frisch gestärkt geht es dann zurück über Kavelisdorf - Hohen Schwarfs mit seinem schönen Schlösschen - Kessin nach Rostock

Streckenlänge: 25 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-252 46 10 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Informationen: gemeinsame Radtour des ADFC Rostock e.V. und der AOK

Siehe auch: www.aok.de/mecklenburg-vorpommern oder www.adfc-rostock.de

Dienstag, 23.8.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 25.8.2011

Rad & Feierabend

After-Work-Tour

Treff: jeden Donnerstag im Juni, Juli, August, 18:30 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabendtouren kann man die Stadt jenseits der Hauptstraßen neu entdecken. Die besten Wege zum Strand, aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Sonntag, 28.8.2011

Rad

Fahrradtour zur BioErleben 2011

Natürliches unterm Leuchtturm

Treff 1: 09:00 Uhr Rostock Doberaner Platz**Treff 2:** ab 09:30 Uhr Rostock, Kunsthalle / Schwanenteich

Die Tour soll alle diejenigen zu der Bio-Erlebnismeile bringen, die mit dem ökologischen und gesunden Verkehrsmittel Bio erleben möchten. Auf der Warnemünder Promenade direkt unter dem Leuchtturm präsentieren die Bio-Anbieter, Hersteller Alternativer Energieversorgungsanlagen, gemeinnützige Vereine des Landes ihre Spezialitäten, Produkte und Dienstleistungen. Eine grandiose Kulisse, gute Unterhaltung und gesunde Köstlichkeiten: das alles bietet die „BioErleben— 201 ihren Besuchern am letzten Sonntag im August. Wie schon in den letzten Jahren führt die Tour auch diesmal wieder in bewährter Weise über ruhige Stadtstraßen und Radwege vom Doberaner Platz über Reutershagen nach Warnemünde

Streckenlänge: 15 km**Tempo:** gemächlich**Tourenleiter:** Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-252 46 10 odermartin.elshoff@adfc-rostock.de**Siehe auch:** www.landaktiv-mv.de und www.adfc-rostock.de**Montag, 29.8.2011**

Rad & Bus

**Nord-Ostsee-Kanal zwischen Rendsburg und Kiel**

Entlang der Straße der Traumschiffe

Treff: 7:00 Uhr, Rostock ZOB

Technische Meisterwerke, Schiffe aus aller Welt sowie Kultur und Natur pur – der Radwanderweg entlang des Nord-Ostsee-Kanals hat viel zu bieten: stille Naturreservate, imposante Brückenbauwerke, malerische Dörfer und maritimes Flair. Prächtige Luxusliner und beeindruckende Hochseeschiffe kreuzen unseren Weg und kürzen über den knapp 100 km langen Kanal ihren Weg nach Übersee ab. Imposant sind die Schwebefähre unter der Rendsburger Eisenbahnhochbrücke und die große Schleusenanlage in Kiel-Holtenau. Das Land zwischen den Meeren ist flach – flacher geht es nicht.

Streckenlänge: Tour I: Länge 30 km, Sehestedt–Kiel-Holtenau

Tour II: Länge 55 km, Rendsburg- Sehestedt–Kiel-Holtenau

Bus: Rostock-Rendsburg, Kiel-Holtenau–Rostock**Tempo:** gemächlich**Tourenleiter:** Horst Winkelmann, Tel.: 0170-22 600 10 oder horst@winkelmann-rostock.de**Information:** Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 odermartin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung möglichst frühzeitig erforderlich, weil größere Nachfrage; mindestens 10 Teilnehmer, 32.- € Hin- und Rückfahrt im Fahrradbus mit Fahrradtransport

Siehe auch: www.winkelmann-rostock.de, www.kofahl-reisen.de

Dienstag, 30.8.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Dienstag, 6.9.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Mittwoch, 7.9.2011

Rad & Feierabend

Tour zum Fischbrötchen

Radeln nordwestlich von Rostock

Treff: 18:00 Uhr, S-Bahnhof Lütten-Klein oberhalb der Unterführung Marktkauf

Die familienfreundliche Route führt uns zum Findlingsgarten in Lichtenhagen Dorf. Rund 600 Feldsteine und Findlinge wurden im Gemeindegebiet zusammengetragen und dort zu Steinbildern geformt. Weiter geht's zum Zielpunkt Jugendherberge in Warnemünde, wo uns an einem Imbiss leckere Fischbrötchen für die kleine und kurzweilige sportliche Aktivität entschädigen.

Streckenlänge: 13 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Reinhard Kunza, Tel: 0152-26 63 43 58 oder rkunza@t-online.de

Siehe auch: www.elmenhorst-lichtenhagen.de/sehenswertes.php

Samstag, 10.9.2011

Rad

Zour zum Zisterzienserinnenkloster Rühn

Treff: 9:00 Uhr, Güstrow, Rathaus

Die Tour führt zunächst entlang des Güstrow-Bützow Kanals bis nach Bützow. Nach einem kurzen Aufenthalt am Bützower See geht es zwischen Rühner- und Ladensee durch einen 300-jährigen Buchenbestand bis nach Rühn in das ehemalige Zisterzienserinnenkloster mit Führung und Besuch der Biomanufaktur. Nach einer kleinen Stärkung in der Klosterschänke geht es über Langensee nach Gülzow, wo wir anschließend wieder den Güstrow-Bützow Kanal erreichen.

Streckenlänge: 40 km

Tempo: gemächlich bis flott, Ende der Tour: voraussichtlich 16:00 Uhr

Tourenleiter: Dieter Brott, Tel.: 0174-343 48 82 oder Dbrott1302@aol.com

Dienstag, 13.9.2011

Rad & Feierabend

Feierabendtour rund um Güstrow

Treff: jeden Dienstag ab 7.6. bis 12.7. und vom 16.8. bis 13.9., 18:00 Uhr, Güstrow Hauptbahnhof vor der Radabstellanlage

Ob für Neubürger oder Alteingesessene: Mit unseren Feierabend-Touren kann man Güstrow und die Umgebung auf guten Radrouten neu entdecken. Die besten Wege aus der Stadt heraus oder einfach nur zur Entspannung durch die Stadt, ihre unterschiedlichen Stadtteile, Siedlungen und ländlichen Gebiete. Je nach Wetter, Temperatur und Windrichtung wird von den Tourenleitern eine dieser Touren ausgewählt und die Fahrtrichtung entschieden.

Streckenlänge: 20 bis 30 Kilometer

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Bitte eine mögliche Rückfahrt mit der Bahn einkalkulieren

Kontakt: Frank Claus, Tel.: 0171-833 85 94 oder claus-laage@t-online.de

Donnerstag, 15.9.2011

Rad & Schiff

Von Prerow durch den Darßer Wald und Prerowstrom 4

Mit dem Rad und Schiff auf dem Darß

Treff: 9:00 Uhr, Ostseebad Prerow, Strandstraße 24

Das Besondere dieser Tour sind die Erläuterungen zum Darßer Wald und die Kombination mit einer Schiffstour auf dem Prerowstrom. Der Prerowstrom führt durch das strenge Naturschutzgebiet und bietet mit seinen Mäandern immer wieder neue Einblicke in die herrliche Boddenlandschaft. Da die Landwege kaum Steigungen enthalten, werden Sie genügend Luft für Ihre Sinne haben – der Weg ist das Ziel. Von Prerow nach Born mit dem Rad durch viel Wald und Zeit für ein Picknick (Selbstversorger) am Weststrand und mit dem Schiff zurück nach Prerow – ein Tag voller Eindrücke und vieles, was Sie noch nicht wussten.

Streckenlänge: 21 km Land und ca. 2 Stunden mit dem Schiff

Tempo: gemächlich

Tourenleiterin: Ulrike Schuldt

Anmeldung: Küstenjournal, Tel.: 0163-714 91 33

Informationen: Kosten 15.-€ je Teilnehmer, Kind bis 12 Jahre 5.- €, 9.50 € je Teilnehmer für Schiffspassage (inkl. Fahrrad und 1 Kind frei); Fahrradverleih möglich; Parkplatz kostenlos, Mindestanzahl: 6 Teilnehmer

Siehe auch: www.kuestenjournal.de, www.adfc-rostock.de

Sonntag, 18.9.2011

Rad & Kanu

Kanu- und Rad- Tour Unteres Warnowtal

Rostock- Schwaan- Benitz- Rostock

Treff: 8:00 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Die Ganztagestour beginnt in Rostock mit dem Rad und führt bis zur anmutigen Künstlerstadt Schwaan. Nach einer Stärkung im Schwaanschen Café (mitgebrachtes kann auch verzehrt werden), geht die Tour ein paar Kilometer zurück nach Benitz. Von dort aus paddeln wir mit Kanadiern nach Rostock. Die Tour ist für jedermann/frau geeignet und machbar. Wir statten in Benitz die Tourenteilnehmer mit den Booten des Kanuverleihers WANDERER aus und übergeben Paddel, Schwimmwesten und Packtonnen (oder -säcke). Nach einer kleinen Einweisung zur Paddeltechnik und den Grundregeln von Sicherheit und Naturschutz beim Wasserwandern geht es auch schon los. Die etwa 16 km führen durch das Naturschutzgebiet "Unteres Warnowtal", das mit einer reichen Tier- und Pflanzenwelt aufwartet. Die Tour endet in Rostock am Mühlendamm, wo an der Kanu-Station neben dem Flussbad das Mietmaterial abgegeben wird. Der Fahrradtransport von Benitz nach Rostock ist garantiert, so dass die Räder an der Kanu Station dann wieder bereit stehen.

Streckenlänge: 26 km Rad, 16 km Kanadier

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiterin: Sabina Ilchmann, Tel.: 0176-23 58 55 96 oder s.ilchmann@adfc-rostock.de

Anmeldung: Bitte wegen der Bereitstellung der Boote spätestens 2 Tage vor Fahrtbeginn

Informationen: Kosten einschließlich der Miete für das Kanu oder den Kajak 28.- € je

Teilnehmer, Kinder bis 14 Jahre bitte nur in Begleitung Erwachsener

siehe auch: www.adfc-rostock.de oder www.wanderer-aktivtour.de

Sonntag, 18.9.2011

Rad

AOK Familien-Rad-Tour im Doberaner Land

Treff: 10:00 Uhr, Bad Doberan, Marktplatz

Der ADFC Rostock e.V. und die AOK Die Gesundheitskasse in Rostock haben dieses Jahr gemeinsame Touren erarbeitet, die für ADFC- und AOK-Mitglieder kostenlos sind. Eine wunderbare Entdeckertour für Familien in die leicht hügelige Endmoränen-Landschaft rund um Bad Doberan. Die Tour führt die Teilnehmer durch die wechselvolle Gegend. Vom Start über Retwisch zum Reiterhof nach Börgerende, wo bei einem Stopp alle mal die Nähe der Pferde finden können. Weiter geht es dann über den Heiligen Damm zur gleichnamigen Weißen Stadt am Meer, anschließend durch den Boltenhäger Bruch zur Rennbahn. Die Rückfahrt führt dann durch den Kellerwald nach Bad Doberan.

Streckenlänge: 25 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-252 46 10 oder

martin.elshoff@adfc-rostock.de

Informationen: gemeinsame Radtour des ADFC Rostock e.V. und der AOK

Siehe auch: www.aok.de/mecklenburg-vorpommern oder www.adfc-rostock.de

Sonntag, 25.9.2011

Rad & Kanu

Kanu- und Rad- Tour Unteres Warnowtal

Rostock-Schwaan-Benitz-Rostock

Treff: 8:00 Uhr, ADFC-Büro, St.-Georg-Straße 60

Die Ganztagestour beginnt in Rostock mit dem Rad und führt bis zur anmutigen Künstlerstadt Schwaan. Nach einer Stärkung im Schwaanschen Café (mitgebrachtes kann auch verzehrt werden), geht die Tour ein paar Kilometer zurück nach Benitz. Von dort aus paddeln wir mit Kanadiern nach Rostock. Die Tour ist für jedermann/frau geeignet und machbar.

Wir statten in Benitz die Tourenteilnehmer mit den Booten des Kanuverleihers WANDERER aus und übergeben Paddel, Schwimmwesten und Packtonnen (oder -säcke). Nach einer kleinen Einweisung zur Paddeltechnik und den Grundregeln von Sicherheit und Naturschutz beim Wasserwandern geht es auch schon los. Die etwa 16 km führen durch das

Naturschutzgebiet "Unteres Warnowtal", das mit einer reichen Tier- und Pflanzenwelt aufwartet. Die Tour endet in Rostock am Mühlendamm, wo an der Kanu-Station neben dem Flussbad das Mietmaterial abgegeben wird. Der Fahrradtransport von Benitz nach Rostock ist garantiert, so dass die Räder an der Kanu Station dann wieder bereit stehen.

Streckenlänge: 26 km Rad, 16 km Kanadier

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder martin.elshoff@adfc-rostock.de

Anmeldung: Bitte wegen der Bereitstellung der Boote spätestens 2 Tage vor Fahrtbeginn

Informationen: Kosten einschließlich der Miete für das Kanu oder den Kajak 28.- € je Teilnehmer, Kinder bis 14 Jahre bitte nur in Begleitung Erwachsener

siehe auch: www.adfc-rostock.de oder www.wanderer-aktivtour.de

Mittwoch, 28.9.2011

Rad & Feierabend

Radeln im Nordwesten

entspannter Radausflug in die Natur

Treff: 18:00 Uhr, S-Bahnhof Lütten-Klein oberhalb der Unterführung Marktkauf

Erster Höhepunkt ist der Findlingsgarten in Lichtenhagen Dorf, wo aus rund 600 Feldsteinen und Findlingen Steinbilder geformt wurden. Weiter radeln wir durch den "Hägerort", so genannt nach den "Hagenorten": Bartenshagen, Bargeshagen, Lambrechtshagen, Sievershagen u.a.. Dieses Grundmoränenland mit fruchtbaren Feldern war einst Waldland und wurde erst von den Doberaner Mönchen und von Siedlern gerodet. An der Steilküste angekommen, ist eine kleine Rast in der Ausflugsstätte "Ostseeland" vorgesehen.

Streckenlänge: 23 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Reinhard Kunza, Tel.: 0152-26 63 43 58 oder rkunza@t-online.de

Siehe auch: www.elmenhorst-lichtenhagen.de/sehenswertes.php

Sonntag, 2.10.2011

Rad & Bahn

Pilztour zum Großen Stechlinsee

Durch den Naturpark Stechlin-Ruppiner Land

Treff: 8:15 Uhr, Hauptbahnhof Rostock Nordseite, Blumenladen

Mit der Bahn nach Neustrelitz, weiter über Klein-Quassow, Wesenberg, Wustrow, Großer Stechlinsee, Neuglobsow, Fürstenberg, zurück mit der Bahn nach Rostock

Streckenlänge: 51 km

Tempo: flott

Bahn: Rostock-Neustrelitz, Fürstenberg-Rostock

Tourenleiter: Klaus-Peter Kühl, Tel.: 0172-382 19 91

Anmeldung bis 2 Tage vor Beginn der Tour, Teilnahmebegrenzung auf 10 Teilnehmer

Siehe auch: http://de.wikipedia.org/wiki/Gro%C3%9Fer_Stechlinsee

Samstag, 15.10.2011

Rad

Fotostopp: Bunter Herbst

Eine Fototour mit dem Rad

Treff: 10:00 Uhr, Parkplatz neben dem Trihotel am Schweizer Wald

Leuchtende Farben spiegeln sich im Groß Lüsewitzer See, es hängt vom Wind ab und der Stelle, die Sie sich für ein stimmungsvolles Foto suchen. Park und Schloss bieten weiter reichlich Motive für analoge und digitale Kameras. Auf dem Wege werden wir einen Zwischenaufenthalt im Cafe Kuhstall einlegen. Das ist zugleich eine günstige Gelegenheit, sich mit den Landschaftsmotiven von Caspar David Friedrich vorbildliche Lösungen für Vordergrund, Mittelgrund und Horizont abzusehen. Zweiter fotografischer Arbeitsplatz ist Teutendorf: Hier steht ein farblich hervorragendes Gutshaus; Sichtachsen des gepflegten Parks, ein reicher Baumbestand und seine planmäßige Verjüngung sind bemerkenswert.

Streckenlänge: 40 km

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: bei Westwind ist die Rückfahrt mit der Bahn ab Sanitz empfehlenswert

Tourenleiter: Siegfried Werner, Tel.: 0151-56 94 19 35 oder werner.sanitz@freenet.de

Sonntag, 16.10.2011

Rad

Apfeltour Hütter Wohld

Tour zur Apfelernte der besonderen Art

Treff: 10:00 Uhr, ADFC Büro, St.- Georg- Str.60 / bei den Polizeigärten

Ein weiterer „Hit—der Touren in 2010 war die Radtour zur Apfelernte im Hütter Wohld. Auch dieses Jahr dann wieder. Die Tour führt über Klein Schwaß – Konow—Hastorf-- Parkentin – Hütter Wohld zum „Fischerhof Detlefsen—. Zurück geht es über Parkentin – Kritzmow – Stadtweide nach Rostock.

Zu dieser Tour lädt der Fischereihof Detlefsen zu der Veranstaltung rund um die Apfelernte ein. Auch können sie einen Blick in den Kräutergarten der Familie Detlefsen werfen. Beim Apfelfest können alle bei der Apfelsaftherstellung zusehen und auch die herrlichen Apfel- und Fischspezialitäten (gebraten, geräuchert und gekocht) kosten. Auch wird man schon fast vergessene Apfelsorten sehen und riechen können. Die Tourenteilnehmer sollten sich überraschen lassen auf ein Herbstfest der besonderen Art: haben sie schon mal eine Apfelwurst gegessen?

Streckenlänge: 40 km

Tempo: gemächlich bis flott

Tourenleiter: Martin Elshoff, Tel.: 0171-221 28 67 oder 0381-20 35 48 21 oder

martin.elshoff@adfc-rostock.de

Informationen: www.fischereihof.de; www.adfc-rostock.de

Mittwoch, 19.10.2011

Rad & Feierabend

Radeln im Nordwesten

entspannter Radausflug in die Natur

Treff: 18:00 Uhr, S-Bahnhof Lütten-Klein oberhalb der Unterführung Marktkauf

Erster Höhepunkt ist der Findlingsgarten in Lichtenhagen Dorf, wo aus rund 600 Feldsteinen und Findlingen Steinbilder geformt wurden. Weiter radeln wir durch den "Hägerort", so genannt nach den "Hagenorten": Bartenshagen, Bargeshagen, Lambrechtshagen, Sievershagen u.a.. Dieses Grundmoränenland mit fruchtbaren Feldern war einst Waldland und wurde erst von den Doberaner Mönchen und von Siedlern gerodet. An der Steilküste angekommen, ist eine kleine Rast in der Ausflugsstätte "Ostseeland" vorgesehen.

Streckenlänge: 23 km

Tempo: familienfreundlich

Tourenleiter: Reinhard Kunza, Tel: 0152-26 63 43 58 oder rkunza@t-online.de

Siehe auch: www.elmenhorst-lichtenhagen.de/sehenswertes.php

Donnerstag, 20.10.2011

Rad & Bahn

LiteraTour Haus „Uwe Johnson“

Treff: 8:00 Uhr, Rostock Hauptbahnhof, DB-Reisezentrum

Wir nutzen hin und zurück die Bahn. Von Wismar radeln wir auf dem Ostsee-Fernradweg. Eine Rast gibt es in der Jugendherberge Beckerwitz, eine weitere auf Schloss Bothmer bei Klütz. Wenig später ist das Literaturhaus "Uwe Johnson" mit Stadtbücherei erreicht. Hier gibt es einen Aufenthalt von 2 Stunden, um die zahlreichen Vitrinen - modern aufbereitete Inhalte auch in Video und als Hörbeispiele - zu Leben und Werk einzusehen. Herausragend sind die Zeitbezüge dargestellt, die zu seinem Hauptwerk „Jahrestage“ Hintergründe vermitteln. Wenig bekannt ist: Uwe Johnson hat Rezensionen zum DDR-Fernsehprogramm geschrieben. Gediegen liegt im Verkauf ein breites Angebot an Werken von Uwe Johnson vor, womit in jeder Preislage Erinnerungen erworben werden können. Wer den Fotoapparat mitnimmt, den erwarten viele Motive schon um die Wismarer Bucht, die Wohlenberger Wiek und auch im Park von Bothmer.

Streckenlänge: 50 km

Tempo: gemächlich bis flott

Bahn: Rostock – Wismar - Rostock

Tourenleiter: Siegfried Werner, Tel.: 0151-56 94 19 35 oder werner.sanitz@freenet.de