



Gemeinsam für die Vision Zero

Landesverkehrsamt Niedersachsen



Über uns...



- Wir sind als gemeinnützige Organisation und große Gemeinschaft seit 75 Jahren ehrenamtlich für eine sichere, individuell selbstbestimmte und nachhaltige Mobilität der Menschen in Niedersachsen aktiv
- Wir unterstützen und begleiten mit Kampagnen, Präventionsprogrammen und Trainings - für jedes Alter und alle Mobilitätsformen
- Wir setzen uns für eine Verbesserung der Verkehrssicherheit auf allen Ebenen und für alle ein
- Wir arbeiten mit dem Land Niedersachsen, den Landkreisen, Kommunen und vielen renommierten Unternehmen und Verbänden eng zusammen
- Wir verfolgen die Vision Zero; gleichzeitig tragen wir mit unserem Handeln zur Förderung einer nachhaltigen Mobilität, zu lebenswerten Städten und zu einer verbesserten individuellen Gesundheit bei



- Unser Handeln ist an fünf Zielthemen ausgerichtet, über die wir die Hauptunfallursachen, das Miteinander und individuelles Fehlverhalten aufgreifen. Die Zielthemen sind:
 - Geschwindigkeit
 - Ablenkung
 - Rücksichtnahme
 - Regelkenntnis und
 - Fahrtüchtigkeit
- Ein besonderes Augenmerk legen wir auf vier Zielgruppen:
 - Kinder
 - Senioren und Seniorinnen
 - junge Fahrende und
 - Radfahrende
- Unsere Arbeit und unser Angebot sind vielfältig, wie unsere Kampagnen...



Trends im Radverkehr

- Steigende Anteile des Radverkehrs und höhere Fahrleistung
- Höhere Geschwindigkeiten im Radverkehr
- Immer mehr ältere Verkehrsteilnehmer, auch mit schnelleren Rädern (Pedelecs)
- 2023 wurden in Deutschland mit 53 % erstmals mehr elektrisch angetriebene Fahrräder als klassische Fahrräder (47 %) verkauft
- Anteil der Pedelecs am Gesamtunfallgeschehen im Radverkehr von 2020 bis 2024 mehr als verdoppelt

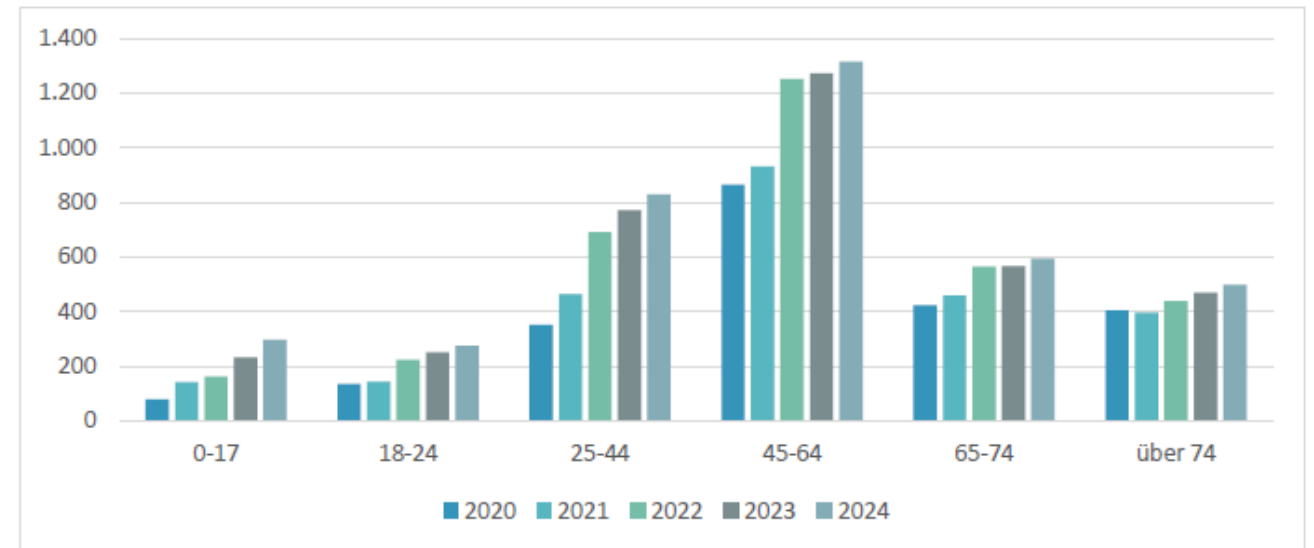
(Quelle: Vgl. ZIV-Pressemitteilung am 13.03.2024)

(Quelle: Vgl. Landeslagebild Radverkehr 2024; S.1,11,19)

Folge der Trends im Radverkehr

- Zunehmend hohe Unfallzahlen mit Pedelecs
- Größer Anteil an Gesamtunfallgeschehen:
- Altersgruppe von 45 – 64

Abbildung 18 - Anzahl von Pedelecfahrenden bei Verkehrsunfällen nach Altersklassen



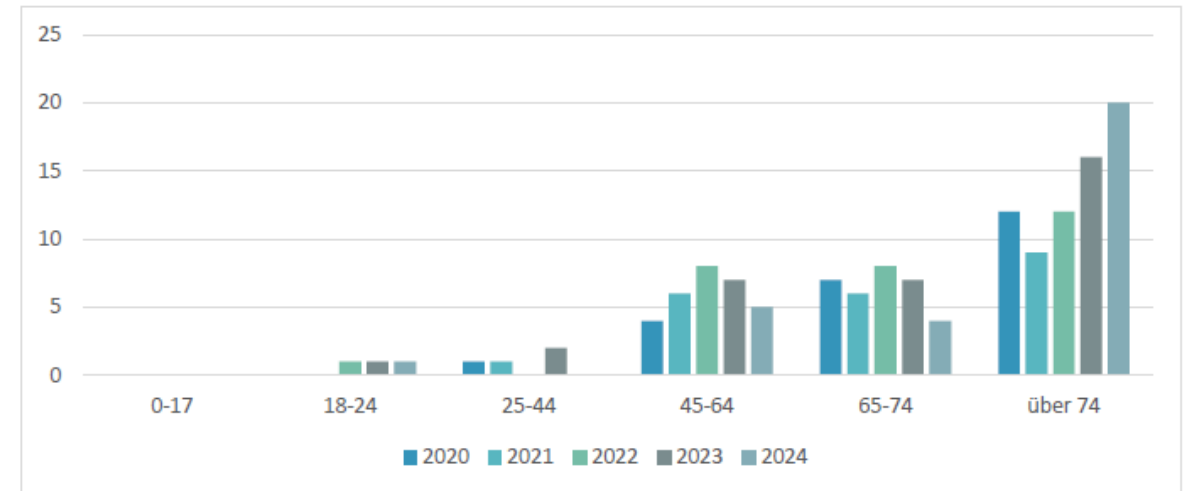
(Quelle: Landeslagebild Radverkehr 2024; S.13)

(Quelle: Vgl. Landeslagebild Radverkehr 2024; S.1,13,19)

Folge der Trends im Radverkehr

- Auffällig ist Altersklasse 75+
- **Grund:** Wenn Altersgruppe 75+ an Unfällen beteiligt, stellt diese den Großteil der verstorbenen Pedelecfahrer dar
- Doppelt so viele Pedelecfahrer der Altersklasse 75+ tödlich verunglückt, als in allen anderen Altersklassen zusammen
- 5,5 % der tödlich Verletzten sind unter 45 Jahren alt

Abbildung 19 – Anzahl von Pedelec-fahrenden bei Verkehrsunfällen mit Personenschaden nach Altersklassen - tödlich verletzt



(Quelle: Landeslagebild Radverkehr 2024; S.13)

(Quelle: Vgl. Landeslagebild Radverkehr 2024; S.13)

Physiologische Grundsätze - Mögliche Beeinträchtigungen

- Das Nachlassen der Muskelkräfte
- Das Nachlassen der Beweglichkeit und Gelenkigkeit
- Die Instabilität des Herz-Kreislauf-Systems
- Die schnellere Erschöpfung von Kraftreserven
- Die verringerte Regenerationsfähigkeit
- **Aber:** Das kalendarische Alter ist heute kein guter Indikator zur Bewertung der Belastbarkeit, der Leistungsfähigkeit oder des Aktivitätspotenzials mehr. Die Altersgruppe 65+ ist zu uneinheitlich.

(Quelle: Vgl. Denksport hilft Unfälle zu vermeiden, Unfallforschung der Versicherer 10/ 2015; S.4, 12-15)

(Quelle: Vgl. mobil & aktiv, Deutsche Verkehrswacht 2023; S.3ff.)

Hintergrund Entwicklung Fit mit dem Pedelec

- Situation 2018: 84% der getöteten Pedelec-Nutzenden in Niedersachsen waren älter als 65 Jahre
- Folge: Forderung des Nds. Ministerium für Inneres, Sport und Digitalisierung nach Gegenmaßnahmen aufgrund der stark zunehmender Unfallzahlen
- Ziel: Abhilfe schaffen durch ein Trainingsprogramm für Pedelecfahrende
- Basis für Umsetzung des Programms 2019: Erlass des Innenministeriums für „Fit mit dem Pedelec“
- Ab dem Jahr 2019: Landesweite Umsetzung des Programms „Fit mit dem Pedelec“

Vergleich Pedelec und E-Bike

	Pedelec (Pedal Electric Cycle)	E-Bike
Motorleistung	250 Watt	4.000 Watt
Unterstützung bis	Unterstützung nur während des Tretens bis 25 km/h	Tretunabhängiger Antrieb bis 45 km/h
Fahrzeugtyp	Fahrrad	Kleinkraftrad
Führerschein	Nein	Ja (mind.Mofa-Prüfbescheinigung)
Helm	Empfohlen	Verpflichtend
Versicherung	Nein	Ja
Nutzung der Radverkehrsanlagen	Ja	Nein

(Quelle: Vgl. Verkehrssicherheit von Elektrofahrrädern - 2017; S.5)

Fit mit dem Pedelec – das Training für sichere Mobilität

Fit mit dem Pedelec Einsteigerkurs

Vorstellungsrunde – Erfahrungsaustausch

- Grundsätze Fahren mit dem Pedelec
- Rechtliche Grundsätze – StVO
- Helmnutzung

Technische Merkmale Pedelec

- Modellvarianten
- Antriebsarten
- Schaltungen
- Bremsen
- Zubehör
- Transport

Kleine Pause

Übungsplatz

- Einweisung Technik
- Auf- & Absteigen
- Handhabung Pedelec
- Slalom fahren
- Bremsübungen
- Leichten Parcours fahren

Erfahrungsaustausch

- Was hat mir der Kurs gebracht?
- Kann ich jetzt die richtige Wahl treffen?
- Kenn ich die Gefahren des Pedelec-Fahrens?

Fit mit dem Pedelec Fortgeschrittenenkurs

Vorstellungsrunde – Erfahrungsaustausch

- Grundsätze Fahren mit dem Pedelec
- Rechtliche Grundsätze – StVO
- Helmnutzung

Kleine Pause

Übungsplatz

- Erfahrungsaustausch
(was habe ich für eine Technik?)
- Auf- & Absteigen
- Handhabung Pedelec
- Slalom fahren
- Bremsübungen (Gefahrenbremsung)
- Parcours fahren

Erfahrungsaustausch

- Was hat mir der Kurs gebracht?
- Habe ich jetzt mehr Sicherheit?
- Kenn ich die Gefahren des Pedelec-Fahrens?

90 min

15 min.

135 min.

30 min.

60 min.

15 min.

165 min.

30 min.

Weitere Informationen

- Webseite Landesverkehrswacht Niedersachsen: [Fit mit dem Pedelec | Landesverkehrswacht Niedersachsen e.V.](#)

- App der Landesverkehrswacht Niedersachsen: App Download:



- Youtube: [Landesverkehrswacht Niedersachsen e.V. – YouTube](#)

- Facebook: <https://www.facebook.com/Landesverkehrswacht.Niedersachsen/>

- Instagram: Am.Pel



- Denksport hilft Unfälle zu vermeiden, Unfallforschung der Versicherer 10/ 2015
- Verkehrssicherheit von Elektrofahrrädern 2017
- Erlass Niedersächsisches Ministerium für Inneres und Sport -Landespolizeipräsidium- 2019
- mobil & aktiv, Deutsche Verkehrswacht 2023
- ZIV-Pressemitteilung am 13.03.2024
- Landeslagebild Radverkehr 2024

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit.

