

Bitte unbedingt anmelden unter: Radtouren60+@gmx.de
Infos unter: 0157 52 66 75 56

Immer heiter,
immer weiter und weiter,
fahren wir ohne Panne und Radau.

Den Himmel mögen wir am liebsten blau,
den Weg am liebsten grün und bergab,
nur zur Pause steigen wir herab.

Dann schmeckt auch Kaffee oder ein Bier,
und abends sind wir hoffentlich wieder wohlbehalten hier.

Genügend Kraft im Akku und in den Waden,
kann für das nächste Programm nicht schaden.

STADT
ESSEN



Evangelische Kirchengemeinde
Altenessen-Karnap

Zentrum 60plus im Essener Norden

Hövelstr. 71 · 45326 Essen
Antje Behnsen, Tel. 0178 87 28 943 (Mo – Do),
E-Mail: antje.behnsen@ekir.de

Träger: Ev. Kirchengemeinde Altenessen-Karnap
Gefördert von der Stadt Essen

Zentrum
60plus⁺

Anlaufstelle für alle ab 60 die
• Begegnung • Impulse • Beratung
• Vernetzung • Gemeinsamkeit
suchen oder anbieten möchten

Ich fahr' da mal hin – willst du mit mir fahren?

Montags-Fahrradtouren
für Jedermann/Jedefrau ab April 2022

Besonders die Kurzstrecken, aber auch manche Mittelstrecke sind für „Wiedereinsteige*innen“ und auch für normale Fahrräder (ohne Motor) geeignet. Wir fahren bei diesen Touren gemütlich und richten uns nach den schwächsten Teilnehmer*innen. Ich würde mich sehr freuen, wenn ich bei diesen Terminen mehr Frauen auf dem Rad begrüßen könnte. Wälder, Wiesen und Felder, Parks und Gewässer, aber auch besondere Gebäude oder Plätze gehören zu unseren Zielen.

Ab April fahren wir jeden Montag, Treffpunkt ist immer der Parkplatz Zeche Carl. Die Abfahrzeiten sind bei der Kurzstrecke 13:00 Uhr, bei der Mittelstrecke 11:00 Uhr und bei der Langstrecke 10:00 Uhr.

Wir fahren nach der Straßenverkehrsordnung, jede/r Teilnehmende ist für sein Fahrrad und seine Fahrweise selbst verantwortlich. Die Teilnehmer*innenzahl ist immer auf ca. 15 begrenzt.

Die Touren:

**11.04.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 13:00 Uhr, Kurzstrecke
Bottroper Stadtgarten**

Zeche Carl, Karnaper Wäldchen, Motel Gladbeck, GL Ellinghorst,
Prosperpark, Bot Stadtgarten, Volkspark, Tetraeder, Wehlheim,
Rhein-Herne-Kanal, Zeche Carl.

Leicht, einige kleine Rampen, ca. 28 km, reine Fahrzeit: ca. 2,3 Std.

25.04.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 11:00 Uhr, Mittelstrecke

Wasserburg Lüttinghoff - irgendwo im nirgendwo

Zeche Carl, Rhein-Herne-Kanal, Hugotrasse, Hülser Heide, Wasserburg Lüttinghof, Kraftwerk Scholven, Gladbeck Zweckel, GL Nordpark, Wittringen, Essen Karnap, Zeche Carl. Verlängerung ab Lüttinghoff über Polsum, Dorsten Feldmark, Schloss Beck, Wittringen möglich.

Leicht, wenige Steigungen, ca. 42 km, reine Fahrzeit: ca. 3,9 Std., mit Verlängerung ca. 57 km, reine Fahrzeit: ca. 3,8 Std.

02.05.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 10:00 Uhr, Langstrecke

Rotbach – Hiesfeld – Walsum

Zeche Carl, Wehlheim, Tetraeder, Stadtgarten BOT, Grafenmühle, Rotbach-See, Hiesfeld, Walsum, kleine Emscher, Rhein-Herne-Kanal, Zeche Carl.

Mittel, wenig Steigungen, ca. 70 km, reine Fahrzeit: ca. 5 Std.

09.05.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 13:00 Uhr, Kurzstrecke

Mechtenberg & Co

Zeche Carl, Kaiserpark, Graitengraben, Zollverein, Kray-Wanner-Bahn, Mechtenberg, Rheinelbepark, GE Neustadt, Stadtgarten, Maritim, GE Hessler, Gravenhof-Siedlung, Nordsternpark, Schurenbachhalde, Zeche Carl.

Leicht, Steigung am Mechtenberg, ca. 24 km, reine Fahrzeit: ca. 2 Std.

16.05.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 11:00 Uhr, Mittelstrecke

Nichts ist so schön wie der Mond von Wanne-Eickel

Zeche Carl, Rhein-Herne-Kanal, Künstlerzeche Fritz, Mondpalast Wanne-Eickel, Röhlinghausen, Zeche Hannover, Kruppwald GÜnningsfeld, RS1, Himmelstreppe, Kray Wanner Bahn, Zollverein, Kaiserpark, Zeche Carl

Leicht, nur wenige Rampen, ca. 40 km, reine Fahrzeit: ca. 2,8 Std.

23.05.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 10:00 Uhr, Langstrecke

Henrichenburg: Wo die Schiffe in einer großen ‚Badewanne‘ gehoben wurden

Zeche Carl, Rhein Herne Kanal, Emscherweg, Bahntrasse König Ludwig, Henrichenburg, Rhein Herne Kanal, Schiffshebewerk, Dortmund Ems Kanal, Ickern, Emscher Weg, Bahntrasse König Ludwig, Rhein Herne Kanal, Schurenbachhalde, Zeche Carl

Mittel, nur einige Rampen, ca. 76 km, reine Fahrzeit: ca. 5,6 Std.

30.05.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 13:00 Uhr, Kurzstrecke

Nördliche Wasserroute

Zeche Carl, Kaiserpark, Berneroute, Uni RS1, Wasserroute, Emscherweg, Zeche Carl.

Leicht, einige Rampen, ca. 26 km, reine Fahrzeit: ca. 2 Std.

13.06.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 11:00 Uhr, Mittelstrecke

Tetraeder: Die große Aussicht

Zeche Carl, Naturroute, Van de Valk Motel Gladbeck, Ellinghorst, Uferweg Haarbach, Prosper Park, Volkspark, Teraeder, Gartenstadt Wehlheim, Rhein Herne Kanal, Zeche Carl.

Mittel, Aufstieg zum Tetraeder, sonst nur einige Rampen, ca. 33 km, reine Fahrzeit: ca. 2,5 Std.

20.06.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 10:00 Uhr, Langstrecke

Industriekultur: Chemiapark Marl

Zeche Carl, Emscher Weg, Schloss Herten, Flugplatz Loemühle, Lenkerbeck, Chemiapark Marl, Frentropfer Mark, Wesel Dattelkanal, Dorsten, Movie Park, Feldhausen, Schultendorf, Musikschule Gladbeck, Motel Gladbeck, GL Brauk, Karnaper Wäldchen, Emscher Weg, Zeche Carl.

Leicht, nur leichte Steigungen, ca. 78 km, reine Fahrzeit: ca. 6,2 Std.

27.06.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 13:00 Uhr, Kurzstrecke

Für Genießer: Schloss Berge

Zeche Carl, Rhein-Herne-Kanal, Schleuse Gelsenkirchen, Hugo-Trasse, Berger See, Schloss Berge (Schlosspark), Nordufer Berger See, Schloss Berge, Zechensiedlung Hugostr., Ehemalige Zeche Hugo, Friedhof Gladbeck, Uferweg Hahnenbach (renaturiert), GL Brauck, Naturroute, Zeche Carl.

Leicht, einige kleinere Steigungen, ca. 30 km, reine Fahrzeit: ca. 2,5 Std.

04.07.2022 Treffpunkt Zeche Carl, 11:00 Uhr, Mittelstrecke

Kanal und Fluss

Zeche Carl, Emscher Weg, Rhein-Herne-Kanal, Ruhrtalweg aufwärts bis Mühlheim, RS1, Berne Weg, Kaiserpark, Zeche Carl,

Leicht, nur einige Rampen, ca. 48 km, reine Fahrzeit: ca. 3,5 Std.