

Merkblatt für Tandempiloten und Tandempilotinnen

Vorbereitung - Umgang mit den Tandems - Ablauf einer Tour

Vor der Tour

- Tandemwahl: Körpergrösse des Co-Piloten und Rahmengrösse des auszuwählenden Tandems vergleichen; lässt sich der hintere Sattel optimal einstellen? Tandem so wählen, dass die Sattelstangen nicht übermässig weit ausgezogen werden müssen. Stärkeres Ausziehen der Sattelstangen verringert die Stabilität des Tandems! Mit Co-Pilotin klären, ob er mit oder ohne Klickpedalen fährt. Wunsch der Co-Pilotin berücksichtigen.
- Kontrolle: Fahrtüchtigkeit des Tandems: Kontrollblick (alles gut befestigt?), Bremsen, Rundlauf der Räder, Schaltung, Pneu (Druck 4-4,5 bar, Zustand der Pneu), funktioniert Licht vorne und hinten (auch im Sommer wichtig: Pannen/Verspätungen!), trockene Ketten ein wenig ölen (Spray oder Öl im Kasten), kurze Probefahrt, Spiegel einstellen.
- Click-Pedale kontrollieren; es ist darauf zu achten, dass das Click-System nicht zu hart eingestellt ist und dadurch rasches Ausclicken erlaubt.
- Kilometerzähler auf null stellen.
- Mitnehmen: Ersatzschlauch und Leuchtwesten. Beides sollte in der Sacoche sein (kontrollieren). Sanitäts- und Reparaturset sowie eine Pumpe nimmt der Tourenleiter mit.
- Handy auf „laut“ schalten; die Telefonnummern der anderen Gruppenmitglieder sollten im Handy gespeichert sein.
- Vor oder nach der Tour Kontrollblatt zur Tandemverwendung ausfüllen.

Vorbereitung gemeinsam mit Co-Pilot / Co-Pilotin

- Sattelhöhe einstellen. Ideal: Fuss auf dem Pedal ist in dessen unterster Stellung nicht ganz durchgestreckt; rasches Abstehen muss möglich sein.
Achtung: Die Sattelhöhe der Pilotin hat unter Umständen Auswirkung auf die hintere Lenkerhöhe.
Nach dem Einstellen der Sättel Verschlüsse genügend, jedoch nicht übermässig festziehen.
Um jederzeit rasch abstehen zu können, sollte der Sattel des Piloten etwas tiefer eingestellt sein als auf dem Einzelvelo.
- Lenkerposition kontrollieren und allenfalls einstellen.
- Darauf achten, dass die Sacoche so weit hinten befestigt ist, dass die Co-Pilotin diese mit den Schuhen nicht streift.
- Abmachungen: Pilot und Co-Pilotin besprechen vor der Abfahrt, wer Zeichen gibt und welches die Abstiegsseite ist. Bei der Abstiegsseite wird der Wunsch des Co-Piloten berücksichtigt.
- Zeichen geben: Wenn die Abmachung lautet, dass der Co-Pilot Zeichen gibt, so informiert die Pilotin ihn immer, wann sie auf welcher Seite Zeichen geben muss und wann er die Hand wieder zurücknehmen kann (beim Einspuren kann der Co-Pilot nicht abschätzen, wann die definitive Fahrriechung erreicht ist). Die Pilotin achtet

darauf, beim Abbiegen nicht zu nahe am Strassenrand zufahren, damit der Co-Pilot mit der Hand nichts touchiert.

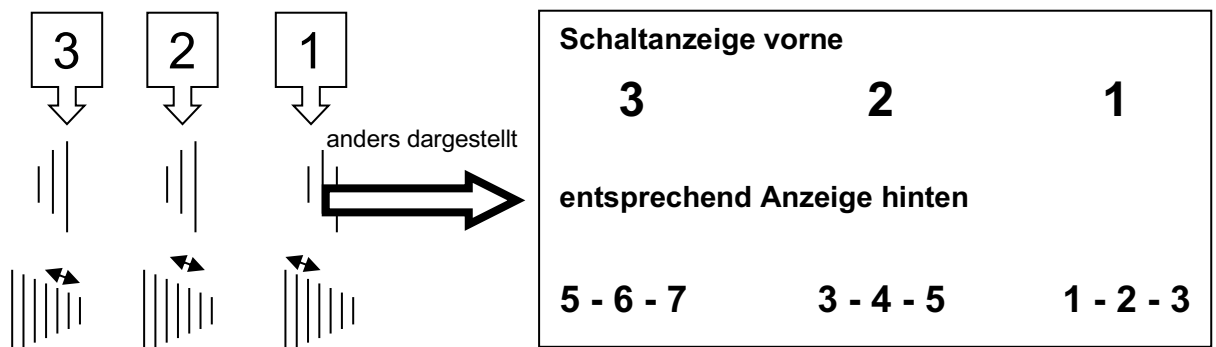
- Aufsteigen: Der Pilot steigt zuerst auf den Sattel und teilt der Co-Pilotin mit, wenn er parat ist. Die Pedale nicht nach hinten treten, solange die Co-Pilotin noch neben dem Tandem steht; das Pedal schlägt sonst gegen das Schienbein.
- Nachdem die Co-Pilotin aufgestiegen ist, Pedale in die richtige Abfahrposition bringen, dabei darauf achten, dass jenes Pedal höher steht, mit welchem nach vorheriger Abmachung zu treten begonnen wird.
- Absteigen: Pilotin und Co-Pilot klären vor dem Start, welcher Fuss beim Stoppen auf den Boden gestellt wird. Diese Abmachung immer einhalten oder Änderungen ansagen: Wenn bei Abmachung, links abzusteigen, die Pilotin bei einem Trottoirrand hält und rechts absteigt, muss sie dies dem Co-Piloten frühzeitig mitteilen, insbesondere auch, damit dieser rechtzeitig aus den Klicks steigen kann. Steigt die Pilot ab, muss sie dies dem Co-Piloten sagen. Vorzugsweise lässt sie den Co-Piloten zuerst absteigen.
- Vor Abfahrt noch einmal Kontrollblick: Gepäcktasche verschlossen, kann sich nichts verklemmen, z.B. herunterhängende Bänder, Sachen auf dem Gepäckträger. Ständer hochgeklappt?

Während der Tandemtour

- Wir halten uns in jedem Fall an die Verkehrsregeln und verhalten uns im Strassenverkehr so, dass wir weder uns noch jemand anderen gefährden! Das Tragen eines Velohelms und einer Leuchtweste beim Eindämmern ist für alle obligatorisch.
- Erst losfahren, nachdem der Co-Pilot gefragt wurde, ob er parat ist und dieser dies bejaht hat.
- Gefahren: Die Co-Pilotin unbedingt auf die Verkehrssituation und vor allem auf Gefahren aufmerksam machen: Ampeln, Engpässe, sehr enge Kurven, Senke oder Loch (wenn der Pilot nicht mehr ausweichen kann), Unebenheiten, Gleise, Absätze, Geäst (Kopf einziehen) etc. Achtung soll Achtung bedeuten und nicht für andere Zwecke missbraucht werden. Das Wort Achtung wird immer in Kombination mit einer Erklärung gebraucht, damit die sehbehinderte Person weiss, worauf sie zu achten hat.
- Bei Kurven darauf achten, dass das äussere Pedal unten steht und belastet wird. So wird vermieden, dass das innere Pedal am Boden streift und der Co-Pilot ist bereits über die weitere Fahrrichtung informiert.
- Defensiv und vorausschauend fahren – die Pilotin ist nicht nur für sich, sondern auch für seinen Co-Piloten verantwortlich! Brüske Manöver vermeiden. Richtungsänderungen, Stopps, Anstiege, Abfahrten etc. frühzeitig ankündigen. Kurven müssen nicht angesagt werden.
- Die Geschwindigkeit ist immer so zu wählen, dass mit der normalen Bremse auf den Stillstand abgebremst werden kann.
- Vor Ampeln, Verzweigungen etc. beim Bremsen die Übersetzung zum Anfahren oder Weiterfahren herunterschalten. Dabei die Pedale im Leerlauf vorwärts-bewegen.
- Nur geübte Piloten benutzen Click-Pedale! Im dichten städtischen Verkehr ist ausgeclicktes Fahren ratsam.
- Beim Bremsen mit beiden Bremsen relativ kräftig bremsen und dann wieder loslassen. Bei längeren Talfahrten kräftig bremsen, loslassen und wieder bremsen, allenfalls alternierend hinten/vorne bremsen.

- Nicht unter Last schalten. Der Co-Pilotin mitteilen, dass geschaltet wird. Schaltbereiche gemäss nachfolgendem Schema sollten eingehalten werden, damit die Kette nicht zu sehr seitlich verspannt wird.

Schaltschema



Fahren in der Gruppe

- Abstand zum vorderen Tandem einhalten und auf die anderen Teilnehmenden in der Gruppe achten, um Ausweichmanöver und Auffahrunfälle zu vermeiden.
- Als geplante Gruppe zusammenbleiben, nicht eigenmächtig davonfahren oder die Route ändern.
- Weisungen der Tourenleiterin befolgen und nicht eigene Routenvorschläge durchsetzen.
- Nicht vorne wegfahren, ausser in Absprache.
- Dem Tourenleiter mitteilen, wenn ein Tandem fehlt.
- Darauf achten, dass der Abstand zum hintersten Tandem nicht zu gross wird. Unbedingt warten!
- Nicht in der Strassenmitte fahren, ausser in Kreiseln.
- In Kreiseln und beim Überholen genügend Platz einrechnen und Handzeichen geben. Bei Einfahrt in einen Kreisel Handzeichen durch Co-Pilotin, bei Ausfahrt durch Piloten.
- Bei Ampeln immer Blickkontakt zu den Automobilisten und LKW- bzw. Buschauffeusen suchen. Rechts neben einem stehenden Lastwagen oder Bus befindet sich das Tandem im toten Winkel!
- Das Nebeneinanderfahren ist nur auf Radwegen bzw. signalisierten Velorouten und auf Nebenstrassen erlaubt, sofern der übrige Verkehr nicht behindert wird.

Nach der Tour

- Abklären, ob die sehbehinderte Person begleitet werden muss (z.B. zurück ins Blinden- und Behindertenzentrum, ins Restaurant oder zur Bushaltestelle).
- Allfälligen Abfall mitnehmen und entsorgen, Trinkflasche im Bidonhalter nicht vergessen.
- Mitgebrachte Gegenstände aus der Sacoche mitnehmen.
- Tandem abschliessen (Schloss nur ums Hinterrad, nicht um den Rahmen. Gefahr der Beschädigung der Beleuchtungsvorrichtung oder des Dynamos! Fahrradschlossschlüssel wieder ins Schlüsselkästchen versorgen.
- Bei Defekt am Tandem: Unbedingt Reparaturformular im Doppel ausfüllen! Die Formulare befinden sich im Schrank. Ein Exemplar kommt an das defekte Tandem, das andere zu Veloterra, Länggassstr. 74, in den Briefkasten bei der Eingangstüre. Du kannst das Formular auch tagsüber vorbeibringen (Montag geschlossen) oder mailen.
- Nach oder vor der Tour Kontrollblatt zur Tandemverwendung ausfüllen.
- Letzte Pilotin einer Gruppe schliesst Materialschränke und Schlüsselkästchen und deponiert den Badge im Kästchen aussen bei der Treppe zur Einstellhalle.

Unterwegs mit sehbehinderten und blinden Menschen

- Für ein angenehmes gemeinsames Unterwegssein ist der Dialog das A und O. Jeder Sehbehinderte ist ein Individuum und hat daher unterschiedliche Bedürfnisse.
- Frage die Co-Pilotin, ob sie Hilfe wünscht. Beispiel: beim Verstauen des Rucksacks in der Sacoche. Respektiere seine Antwort und bleibe geduldig, auch wenn es vielleicht etwas länger dauert, wenn der Sehbehinderte etwas selber macht.
- Es ist wichtig, die Sehbehinderte mit ihrem Namen anzusprechen, da sonst nicht klar ist, ob sie gemeint ist. Wenn du ihren Namen nicht kennst, berühre sie an der Schulter. Stelle dich mit deinem Namen vor.
- Hab keine Angst vor Berührungen oder Körperkontakt. Natürlich gibt es Grenzen!
- Wenn du dich vom Tandem oder dem Co-Piloten entfernst, teile ihm dies mit. Für den Sehbehinderten ist es äusserst unangenehm, wenn er merkt, dass er mit der Luft spricht. Teile es mit, wenn du wieder zurück bist.
- Interesse wird in der Regel nicht als Neugier verstanden. Frage die Sehbehinderte, wenn dich etwas interessiert, auch über ihre Sehbehinderung und ihren Alltag. Wenn du unsicher bist, frage sie, ob es okay ist, darüber zu sprechen.
- Viele Sehbehinderte freuen sich sehr, wenn du ihnen erzählst, was es in der Umgebung oder der Natur zu sehen gibt: Pflanzen, blühende Felder, Tiere, schöne Häuser, Lustiges, Verrücktes etc.
- Denk beim Sprechen auf dem Tandem daran, dass du nicht in die Richtung der Co-Pilotin sprichst und daher vielleicht etwas lauter sprechen musst, damit sie dich versteht.

Viel Spass und eine unfallfreie Fahrt!