EUROPEAN-NEWS-AGENCY.COM

EUROPEAN NEWS AGENCY

International Press Service

Ressort: Lokale Nachrichten

Radreisen mit Kindern

Göttingen, 25.01.2026 [Pressedienst-Fahrrad]

Für Familien ist das Verreisen mit dem Fahrrad eine praktische und günstige Urlaubsmöglichkeit, die allen Spaß macht. Wie man eine Reise plant, was die Kinder prägt und warum auch Jugendliche an einer Radreise Freude haben, hat der pressedienst-fahrrad mit zwei unterschiedlich radreisenden Eltern besprochen.
Wenn Lucia Rau ihr Vorhaben erklärte, mit ihrem kleinen Sohn eine mehrwöchige Radreise zu unternehmen,

bekam sie immer wieder den Satz zu hören: „Das ist aber mutig!“ Für die junge Mutter war Mut allerdings während der Reise das geringste Thema. „Die mutigste Stelle war die Entscheidung loszufahren. Aber wenn man beginnt, kommt eine Folge von logischen Schritten“, so Rau. Mittlerweile hat sie zwei mehrwöchige Touren absolviert: Eine führte sie 2024 von München zum Nordkap, 2025 fuhr sie von München nach Paris. Während ihr Sohn die erste Tour komplett im Anhänger mitfuhr, fuhr er auf der zweiten Reise bereits immer wieder ein paar Kilometer selbst. Für die Mutter, die eigentlich als Schauspielerin arbeitet, eine neue Herausforderung: „Ich konnte am Anfang nicht wissen: Wie viele Kilometer am Stück fährt er selbst? Wie lange hält er durch?

Wie oft macht er das mit?“ Fragen, die sich erst während einer Tour klären lassen. Deshalb war es für Rau wichtig, behutsam zu starten und selbst Erfahrungen zu sammeln.
Dass man mit der Zeit einen gewissen Erfahrungsschatz aufbaut, weiß Philipp Elsner-Krause. Er unternimmt seit Jahren mit seiner Familie unterschiedliche Radurlaube – seien es längere Wochenendtouren im Umland seiner Heimatstadt Berlin oder mehrwöchige Radreisen im Ausland. Mittlerweile sind seine Kinder im jugendlichen Alter und gehen sogar schon eigenständig auf Radreisen. „Man muss bereits früh den Kindern den Spaß an Bewegung vermitteln. Dann bleiben sie auch später dran“, erklärt der Geschäftsführer des Fahrrad-Accessoires-Anbieters Fahrer Berlin.

Wichtig ist aus seiner Sicht, dass die Strecken nicht zu lange sind und man sich selbst dabei nicht als Maßstab nimmt. Ebenfalls wichtig seien Pausentage, an denen man etwas abseits des Fahrrads unternimmt. „Es soll ja trotzdem ein Urlaub sein und die Kinder sollen keinen Druck verspüren, unbedingt jeden Tag Rad fahren zu müssen“, so der Familienvater.
Hinsichtlich der Übernachtungen sprechen sich die beiden Radreisenden für Campingplätze und Übernachtungsplätze bei privaten Anbietern aus, die man über diverse Apps finden und buchen kann.

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Alternativ gibt es auch zertifizierte Radreiseunterkünfte des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC).

Spontaneität ist aber ein wichtiger Faktor bei Familienreisen, denn oftmals weiß man am Morgen nicht, wie lang die tägliche Reiseroute wird. Gerade mit kleinen Kindern kann es immer wieder zu Überraschungen kommen, die Änderungen der Route und der Kilometerzahl zur Folge haben. Und dann ist es oft schwer, einen alternativen Übernachtungsplatz zur geplanten Unterkunft zu finden. Ein Zelt im Reisegepäck ist deshalb eine praktische Option, um einen alternativen Schlafplatz zu haben, falls einmal etwas dazwischenkommt. Ein Cargo- oder Kinderanhänger bietet sich zum Lastentransport an oder man greift zum Lastenrad als Reisefahrzeug.

Campingplätze sind im Vergleich zu Ferienwohnungen oder Hotels die günstigere Alternative, es gilt in dem Fall aber auch die Anschaffungskosten für Zelt, Schlafsäcke und Isomatten mit einzukalkulieren, so die erfahrenen Radreisenden. „Da muss man gegenrechnen und auch bedenken, dass man vielleicht mehrere Radreisen macht, was die Anschaffungskosten reduziert“, rät Elsner-Krause.
Wenn die Kinder schon selbst ein paar Kilometer auf einer Radreise fahren wollen, aber auch Ruhepausen brauchen, sind Kinderanhänger perfekte Begleiter. Der „Yuuna“ von Croozer ist besonders praktisch, da er sich mit wenigen Handgriffen in einen Cargo-Anhänger umbauen lässt.

So kann man den Anhänger auch noch nutzen, wenn die Kinder nicht mehr mitfahren, aber Platz für Gepäck auf Radreisen benötigt wird.
Bei der Verpflegung ist Minimalismus angesagt. Der Satz „Nudeln gehen immer“ ist für radreisende Familien gesetzt, da das Essen schnell gekocht ist, zur Not auf einem Campingkocher zubereitet wird und viele Kalorien liefert. Was man nicht vergessen darf: Kinder verbrauchen beim Radfahren verhältnismäßig viel Energie und müssen die leeren Speicher wieder füllen. Riegel, Nüsse und Obst gehören zum täglichen Proviant für eine Tour. „Ein gutes Frühstück mit Müsli ist ebenfalls wichtig“, weiß Elsner-Krause.

Ein Vorteil für Radreisende, wenn sie im Sommer unterwegs sind: Oft finden sich am Wegesrand Obstbäume oder Sträucher, deren reife Früchte man sich für den Proviant pflücken kann. Zudem sollte man bei der Streckenplanung auch auf Einkehrmöglichkeiten wie Eisdielen oder Cafés bzw. Supermärkte achten.
Die Streckenplanung ist generell kindgerecht zu gestalten. Das bedeutet möglichst auf Radwegen oder verkehrsberuhigten Nebenstraßen fahren. Bei den Rastplätzen gehören Spielplätze auf alle Fälle dazu – nicht nur, weil die Kinder sich dort abwechslungsreich bewegen können, sondern auch, weil sie den Kontakt zu anderen Kindern schätzen.

Wobei immer eine gewisse Flexibilität für spontane Erlebnisse sinnvoll ist, weil Kinder andere Interessen

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.



zeigen. „Wir kamen einmal ungeplant an einem Traktorfriedhof im Nirgendwo vorbei. Das war für meinen Sohn ein echtes Highlight und wir machten eine ungeplante lange Pause“, erzählt Rau. Als ein wesentlich größeres Problem bei der Radreiseplanung scheint sich die Rückreise herauszustellen. „Wenn man mit der Regionalbahn zurückreisen möchte, muss man sich auf alles gefasst machen“, weiß Elsner-Krause aus eigener Erfahrung. Reservierungen für Fahrräder gibt es keine und die Bahnen sind speziell an Wochenenden überlastet, was dazu führt, dass Radfahrende oftmals nicht mitgenommen werden.

Er rät deshalb zum antizyklischen Reisen, was allerdings mit schulpflichtigen Kindern schwierig wird. „Um die Problematik sollte man wissen und sie einplanen“, so Elsner-Krause.
Es sind nämlich leider solche negativen Erlebnisse, die den Kindern von einer Radreise lange im Gedächtnis bleiben. Auch schlechte Infrastruktur, gefährliche Verkehrssituationen oder Extremwetter wie Gegenwind prägen bei Kindern das Bild der Radreise. Für Eltern ist es deshalb wichtig, für positive Erlebnisse zu sorgen. Das können Mutmacher durch besondere Leistungen sein, aber auch Begegnungen mit anderen Kindern oder eine besondere Übernachtung.

Solche Erinnerungen können prägen. Manchmal bleiben auch Dinge im Gedächtnis, mit denen man als Erwachsener nicht rechnet“, sagt Rau.
Die beiden Radreisenden würden deshalb immer wieder eine Radreise mit ihren Kindern unternehmen und animieren andere Familien, ebenfalls diesen Schritt zu tun. „Es entsteht eine enge Bindung zu den Kindern. Das stärkt einen als Familie“, kann Elsner-Krause feststellen. Und Lucia Rau ergänzt: „Die Kinder wachsen über sich hinaus und trauen sich mehr zu – auch wenn sie sonst schüchtern sind.“

Es sollte aber auch klar sein, dass eine Radreise nicht immer nur positiv verläuft. „Mit Krisen während der Tour ist zu rechnen. Schlechte Laune gibt es immer. Es gilt, mit den Kindern zu kommunizieren und sie auch einmal abzulenken“, erklärt Elsner-Krause.

Bericht online lesen: https://tanja-reinhart.en-a.de/lokale_nachrichten/radreisen_mit_kindern-92920/

Redaktion und Verantwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Tanja Obermann

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.