



Christine Rhodes

- moveo ergo sum-Radfahrlehrerin
- DOSB-Übungsleiterin C-Lizenz
- „Breitensport Erwachsene/Ältere“
- Dipl. Kauffrau

Seit 25 Jahren im ADFC (Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club) aktiv und bei Themen rund ums Fahrrad immer auf dem aktuellen Wissenstand.

2007 und 2008 Ausbildung zur zertifizierten moveo ergo sum-Radfahrlehrerin, Gründungsmitglied des VdR Verband der Radfahrlehrer – moveo ergo sum (www.radfahrlehrer.de), regelmäßiger Erfahrungsaustausch und Weiterbildung zur Qualitätssicherung in der Leitung der Radfahrkurse.

2009 Ausbildung zur DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) Übungsleiterin mit bundesweit gültiger C-Lizenz im Bereich „Breitensport Erwachsene/Ältere“.

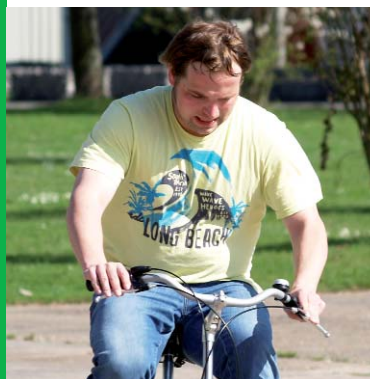
Seit 2009 Leitung von Anfängerkursen für Erwachsene und Aufbaukursen für mehr Verkehrskompetenz. Inzwischen mehrere hundert Teilnehmer aus fast 20 verschiedenen Herkunftsländern.

Start des Unternehmens FahrRad! Christine Rhodes im Juli 2011 – mit folgenden Angeboten im Rhein-Main-Gebiet, Mittelhessen und Rheinland-Pfalz:

- **Radfahrschule**
- **Verkehrskompetenzkurse** (Stufe 1 und Stufe 2)
- **Sportkurse mit und ohne Fahrrad**
- **Dienstleistungen und Verkauf rund ums Rad**



Christine Rhodes, Am Bruchborn 24, 65589 Hadamar
Telefon: 0 64 33 / 9 47 64 16, Mobil: 01 51 / 50 17 82 13
E-Mail: info@fahrrad-cr.de, www.fahrrad-cr.de



Kommen Sie mit in Tritt?

Radfahrschule,
Verkehrskompetenzkurse,
Sportkurse und
Dienstleistungen/Verkauf
rund ums Rad



Radfahrschule Anfängerkurse

Wer nie Gelegenheit hatte, Rad fahren zu lernen oder ganz unsicher ist, findet hier die Chance, dies nachzuholen: entweder in Gruppenkursen mit Gleichgesinnten oder im Einzelunterricht. Lernen wie die Kinder ist dabei die Devise. Durch vielfältige Übungen schaffen wir erst mit dem Roller, dann mit Laufrad und schließlich dem Fahrrad die Grundlagen für sicheres und kompetentes Radfahren. Roller und Fahrräder stehen zur Verfügung – schließlich muss man zur Autofahrschule auch kein Auto mitbringen!

Institutionen, Kommunen oder Vereine können zum rabattierten Preis auch einen Kurs für eine geschlossene Gruppe buchen. Informationen zu Terminen, Orten und Konditionen für diese und die anderen Kursangebote finden Sie auf der Webseite www.fahrrad-cr.de

Verkehrskompetenzkurse

Stufe 1 und Stufe 2

„Im Urlaub fahre ich ja gerne, da gibt es so viele autofreie Wege – aber hier zuhause traue ich mich das nicht...“ – wenn Ihnen dieser Ausspruch sehr vertraut vorkommt und Sie daran etwas ändern möchten, sind die Verkehrskompetenzkurse bestimmt das Richtige für Sie!

In Stufe 1 stehen Verbesserungen der Fahrtechnik und das richtige Fahrverhalten in der Praxis gleichermaßen im Mittelpunkt. Ziel ist es, durch Schwerpunktübungen im autofreien Raum, Regelkunde und anschließende Umsetzung im Straßenverkehr zu mehr Kompetenz und sicherem Verhalten in leichten bis mittelschweren Verkehrssituationen zu kommen. Für Stufe 1 gibt es Gruppen- und Einzelangebote sowie rabattierte Angebote für geschlossene Gruppen.

Stufe 2 beinhaltet Einzelangebote nach Vereinbarung: hier geht es darum, hochkomplexe Verkehrssituationen z. B. an stark ausgelasteten Kreuzungen gemeinsam zu analysieren und eine sichere, regelgerechte Lösung zu finden.

Sportkurse mit und ohne Fahrrad

Wir leben in einer alternden Gesellschaft, die gleichzeitig immer weniger Bewegungsmöglichkeiten im Beruf und Alltag bietet. Ärzte empfehlen zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen, Bluthochdruck und zur Schonung von Knochen und Gelenken Ausdauersportarten wie Wandern, Schwimmen oder Radfahren. Da Radfahren oft in die Alltagswege eingebaut werden kann, bieten die Sportkurse die Möglichkeit, das Fahrrad als „Gesundheitsmaschine“ kennen- und einsetzen zu lernen. Sport hilft aber auch dabei, die Ausdauer für das Radfahren über den ungemütlichen Winter zu retten.

Diese Kurse bietet Christine Rhodes in Sportvereinen oder im Auftrag von Unternehmen an.

Dienstleistungen und Verkauf rund ums Rad

Christine Rhodes hat im Laufe ihrer langjährigen Tätigkeit für den ADFC vielfältige Erfahrungen gesammelt und umfassende Kompetenzen aufgebaut. Dazu gehören Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsorganisation ebenso wie das Wissen über Fahrradkomponenten und Ausstattung.

FahrRad! Christine Rhodes bietet Radfahr-Anfängern durch ein Bestellangebot mit ausgewählten Komponenten die Chance, sich rasch auf das eigentliche Radfahren zu konzentrieren. Erfahrenere Radler und Wiedereinsteiger kommen mit diesem Angebotsbaustein schnell zu mehr Spaß am Radfahren: etwa durch hochwertige Komponenten oder neue Kenntnisse wie einer GPS-Schulung oder einem Einführungsstraining für das neue Pedelec.

Vereine und Unternehmen können Dienstleistungen mit einem klaren Bezug zum Fahrrad in Anspruch nehmen – sei es die Organisation eines Fahrrad-Aktionstages oder eines Betriebsausflugs.

FahrRad! Christine Rhodes: www.fahrrad-cr.de