

## KLEINES LASTENRAD-GLOSSAR

### DREIRÄDRIGES LASTENRAD



Geeignet für: **flache, eher kurze Strecken**  
Ausstattung: **Kiste, meist mit Kinder-Sitzbank**  
Hinweis: **Kurvenverhalten anfangs unter Umständen ungewohnt**  
Zuladung: **100 kg**

### ZWEIRÄDRIGES LASTENRAD



Geeignet für: **längere, bergigere Strecken**  
Ausstattung: **Kiste, Kindersitz oder Ladefläche**  
Hinweis: **fährt sich fast wie ein normales Rad**  
Zuladung: **70 kg bis 125 kg (je nach Modell)**

### E-LASTENRAD



Geeignet für: **längere Transporte und Ausflüge sowie hügelige Strecken**  
Ausstattung: **Kiste, Kindersitz oder Ladefläche**  
Hinweis: **Motorunterstützung mit Vorsicht nutzen**

### ANHÄNGER



Geeignet für: **Transporte je nach Kondition mit Kiste, Aufbau oder Ladefläche**  
Ausstattung: **häufig nur mit passendem Zugfahrzeug ausleihbar**  
Hinweis:  
Zuladung: **150 kg**

Alles Wissenswerte zu Transportfahrrädern, spezifischen Rechtsfragen, Förderprogrammen u. v. m. finden Sie auf [www.cargobike.jetzt](http://www.cargobike.jetzt).

## LASTEN AUF DIE RÄDER!

Das ist das Motto von Frieda & Friedrich, dem Lastenradprojekt des ADFC Dresden. Wenn wir mehr Dinge mit Fahrrädern und etwas weniger mit dem Auto transportieren, wären unsere Städte sauberer, sicherer und angenehmer. Unsere Welt könnte ein klein wenig besser sein. Frische Luft, Bewegung, Transport bis vor die Haustür und dabei noch Fahrspaß: Überall kann das Lastenrad punkten.

Im Sommer 2016 startete Frieda & Friedrich. Inzwischen kann man ca. 25 Lastenräder und Fahrrad-Anhänger des ADFC und anderer Akteure kostenfrei ausleihen.

Frieda & Friedrich ist ein Projekt, welches ADFC-Mitglieder in ihrer Freizeit organisieren. Ohne Spenden würde es die Lastenräder nicht geben und auch für Reparaturen und Ersatzteile sind der ADFC und die Projektpartner auf Spenden angewiesen.

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit für fahrradfreundliche Städte und eine andere Verkehrspolitik, vielleicht ja auch mit Ihrer Mitgliedschaft im ADFC!

✉ [fragen@friedafriedrich.de](mailto:fragen@friedafriedrich.de)

🌐 [www.friedafriedrich.de](http://www.friedafriedrich.de)

🌐 [www.adfc-dresden.de](http://www.adfc-dresden.de)

📘 [facebook.com/ADFC.Dresden](https://facebook.com/ADFC.Dresden)

🐦 [twitter.com/ADFC\\_Dresden](https://twitter.com/ADFC_Dresden)

📷 [instagram.com/ADFC.Dresden](https://instagram.com/ADFC.Dresden)

## IMPRESSUM

Herausgeber: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Dresden e. V., Bautzner Str. 25, 01099 Dresden, vertreten durch das Vorstandsmitglied Nils Larsen. 1. Auflage März 2023.

Titelfoto: Uwe Einhorn, Fotos innen: ADFC Dresden.



Die Lastenrad-Verleihplattform des ADFC

Frieda & Friedrich  
Freie Lastenräder



Freie Lastenräder sind saubere Mobilität, kommen ohne fossile Energie aus und machen keinen Lärm.

Auf vielen Strecken ist das Fahrrad die praktischste, preiswerteste und schnellere Wahl. Spritkosten? Parkplatzsuche? Parkgebühren? Alles kein Thema.

Für viele Transporte sind Lastenräder die kostengünstigste Alternative

Doch was, wenn ein größerer Transport ansteht? Ein spontaner Ausflug mit den Kindern zur Eisdielen? Bretter kaufen im Baumarkt? Zwei Bierkisten und der Rest der Grillpartyausstattung? Für all diese Zwecke gibt es ein vielfältiges Angebot von Transportfahrrädern.

Nicht für jeden lohnt es sich gleich, ein eigenes Lastenrad anzuschaffen. In mehr als 150 Städten haben sich deshalb in den letzten Jahren „freie Lastenräder“ etabliert, die man kostenfrei, auf Spendenbasis ausleihen kann.

## DIE LASTENRADPLATTFORM DES ADFC DRESDEN

Hinter der Buchungsplattform Frieda & Friedrich steht eine Arbeitsgruppe des ADFC Dresden. Hier engagieren sich etwa 20 ehrenamtliche Fahrradbegeisterte. Sie kümmern sich um das Buchungssystem, halten die Lastenräder des ADFC instand und bauen das Netzwerk der Partner aus, die ebenfalls Lastenräder anbieten oder als Verleihstation agieren.

In Dresden werden die Lastenräder nicht nur vom ADFC angeboten. Im Laufe der Jahre sind viele Anbieter hinzugekommen: Biomärkte, Kirchengemeinden und andere Organisationen.



### SO FUNKTIONIERT'S

- 1 **Registrieren** auf [www.friedafriedrich.de](http://www.friedafriedrich.de)
- 2 Lastenrad **aussuchen** und bis zu 3 Tage buchen
- 3 Lastenrad bei Verleihstation **abholen**
- 4 Lastenrad während der Öffnungszeit **zurückbringen**
- 5 Für Frieda & Friedrich **spenden**

### WIE MIT JEDEM RAD AM STAU VORBEI

Wie jedes normale Fahrrad fährt auch das Lastenrad auf dem Radweg rechts am Stau vorbei, kommt meist näher ans gewünschte Ziel als ein Auto und garantiert allen Beteiligten eine Menge Spaß.

Wichtig: Auch für Lastenräder gilt natürlich die StVO. Prüfen Sie bitte vor jeder Fahrt, dass Licht und Bremsen funktionieren und wichtige Bauteile kein Spiel haben. Auch wenn das Lastenrad Ihnen nicht selbst gehört: Die Verantwortung für das Rad liegt bei Ihnen.

## BITTE UNTERSTÜTZEN SIE UNSERE ARBEIT

Frieda & Friedrich wird vom ADFC ehrenamtlich organisiert. Die Nutzung der Lastenräder ist kostenfrei. Dennoch entstehen uns durch Wartung, Betrieb und Organisation hohe Ausgaben.

Um diese Kosten zu decken, ist der ADFC und die anderen Anbieter auf Spenden angewiesen. Jede Verleihstation ist mit einer Spendendose ausgestattet.

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit, vielleicht ja auch mit Ihrer Mitgliedschaft im ADFC.



### ADFC-SPENDENKONTO

Kontoinhaber: ADFC Dresden e. V.  
IBAN: DE68 3506 0190 1624 7800 15  
Verwendungszweck: Frieda und Friedrich



Ein Lastenrad ist flexibel, steht selten im Stau und auch die Suche nach dem Parkplatz ist kein Thema.

**25 LASTENRÄDER 2.302 AUSLEIHEN 35.451 GEFAHRENE KM 25 VERLEIHSTATIONEN 2.424 REGISTRIERTE NUTZER\***

\* Daten Stand 31.12.2022.