

# Länger Freude am eigenen (E-)Fahrrad – so repariere und pflege ich richtig!

„Einfach Machen“ Workshop für Mitarbeiter\*innen von Unternehmen

Fahrräder und E-Bikes sind für viele Mitarbeiter\*innen täglich genutztes Verkehrsmittel. Fahrräder sind dabei längst keine billigen Drahtesel mehr. Vielmehr überzeugen sie mit moderner Technik, mit Design und nicht zuletzt auch mit beachtlichen Preisen.

Das Rad gut zu pflegen, Abnützungen rechtzeitig zu entdecken und auch mal selber Hand anzulegen spart Kosten und verlängert zudem die Lebensdauer des Zweirads. Sich besser mit den Komponenten des eigenen Fahrrads oder E-Bikes auszukennen, das kann aber auch Spaß machen.

Techniker des ÖAMTC zeigen in einem 4-stündigen Workshop, wie Sie länger Freude an Ihrem Fahrrad und E-Bike haben - mit praktischen Übungen und der Vermittlung von technischem Know-how.

## Zielgruppe

Mitarbeiter\*innen von Unternehmen, die ihr Rad oder E-Bike auf dem Weg zur Arbeit nutzen.

## Ziele des Workshops

- Grundlegende Kenntnisse der Fahrrad- und E-Biketechnik vermitteln
- Teilnehmer\*innen befähigen, Mängel am Rad rechtzeitig zu erkennen und einfache Wartungs- und Reparaturarbeiten selbstständig durchzuführen
- fachgerechte Pflege von Fahrrädern und E-Bikes vermitteln

- Sicherheit im Umgang mit Werkzeugen steigern und Mut machen, auch selbst Hand anzulegen

## Kooperationspartner

ÖAMTC Vorarlberg

## Dauer, Gruppengröße und Zeitpunkt

3-4 Stunden

Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen

- 2025 werden 4 Workshops im Zeitraum Mai bis Juni angeboten
- Die Workshops finden vor Ort im Unternehmen statt
- Zeitpunkt: am späten Nachmittag (Vorschlag: 2 h Arbeitszeit, 2 h Freizeit)

## Benötigte Materialien

### Durch Mitarbeiter\*innen gestellt:

- Eigenes Fahrrad mitbringen, um Mängel zu erkennen und ggf. auch zu beheben

### Durch ÖAMTC gestellt:

- Demonstrationsobjekte
- Werkzeuge und Radständer zur Überprüfung der Räder
- Werkzeugsets
- Reinigungs- und Schmiermittel, Lappen

### Durch das Unternehmen zu stellen:

- Seminarraum für theoretische Ausführungen
- Überdachter Platz oder Raum für den Praxisteil des Workshops
- Empfehlung: Pausenverpflegung

# Workshop-Ablauf

1. **Theoretischer Input** – ca. 60 min

kurze Pause

2. **Praxisteil** – ca. 120 min

## Kurskosten

Für Unternehmen, die ÖAMTC Mitglied sind: 250 Euro (enthält keine MwSt.)

Für Unternehmen, die nicht Mitglied sind: 450 Euro (enthält keine MwSt.)

(sb/09.04.2025)