

sind nur solche Fälle bekannt, in denen Fahrerinnen ohne oder gar gegen den Rat des Arztes das Fahren begonnen, forciert und dadurch bestehende Uebel verschlimmert hatten. Dass wir hier noch bedeutend vorsichtiger sein müssen wie die Herren, versteht sich von selbst. Das wird der ärztliche Herr Mitarbeiter im übernächsten Kapitel übrigens viel schöner und sachgemässer ausführen, wie ich es je könnte. Aber einen guten Rat will ich hier den angehenden Sportsjüngerinnen geben: Fragt in Radfahrangelegenheiten um ärztlichen Rat nur einen Arzt, der selbst Radfahrer ist. Selbst der allergeheimste Herr Medizinalrat, und wenn er von medizinischer Weisheit trieft, — das Radfahren und dessen Wirkungen kann er nur beurteilen, wenn er selbst Radfahrer ist. Welche Urteile der nicht radfahrende Arzt (übrigens wohl eine aussterbende Menschenklasse) unter Umständen loslässt, ist schier unglaublich. Hat doch vor noch gar nicht langer Zeit eine unserer grössten Berliner Autoritäten Radfahren und Treppensteigen auf die gleiche Stufe gestellt.

Also: Fahren darf nur der, dem sein Gesundheitszustand das gestattet. Das ist aber auch die einzige Grenze. Weiter erkenne ich keine an, weder nach unten noch nach oben. Ueber Kinderstrampeln will ich am Schluss einige hoffentlich die Mütter unter uns interessierende Ausführungen geben. Hier von der Grenze nach oben. Aeltere Damen sind bis jetzt wenig auf dem Rade zu sehen. Ja, warum? Je älter man wird, je schwerfälliger stellt man sich natürlich beim Lernen an. Ich merke das leider an mir selbst. Ich bin gute Dauerfahrerinnen und unter allen Umständen Herrin meiner Maschine. Aber schon leichte Kunstfährübungen, die ein junges Mädchen bequem nachmacht, bereiten mir unübersteigliche Schwierigkeiten. Dass also eine ältere Dame längere Zeit zum Lernen braucht wie ein junges Mädchen, versteht sich von selbst. Sie wird um so mehr bedacht sein müssen, einen tüchtigen Lehrer zu finden, dann geht's schon. Was allerdings unter der Firma Radfahrlehrer in der Welt herumläuft, ist oft wunderbar! Kann sie erst fahren, so bekommt es der alten Dame so gut wie der jungen. Das weisse Haar braucht niemanden zu hindern. Als die ersten weisshaarigen alten Herren auf dem Rade erschienen, sah man sich auch erstaunt nach ihnen um. Jetzt findet man das selbstverständlich. Und so kommt es mit uns auch. Hier im Grunewald ist schon jetzt eine der beliebtesten Erscheinungen eine Gruppe von drei Fahrerinnen, zwei Damen und einem kleinen Mädchen, Grossmutter, Mutter und Kind. Und die alte Dame fährt trotz des Schnees auf ihrem Haupte so brav, dass sie manche viel jüngere in den Schatten stellt. Gewiss, für eine ältere Dame ist der Entschluss, aufs Rad zu steigen, noch schwerer wie für eine junge. In der Zukunft, wie ich sie mir denke, werden die alten Damen nicht mehr nötig haben, das Fahren zu erlernen, denn sie werden als Radfahrerinnen alt werden. Schon ich, die ich doch erst mit 25 Jahren das Fahren angefangen habe, kann mir nicht denken,

dass ich je dem Rade entsagen könnte. Und die Kinder, die jetzt auf dem Rade gross werden, die noch ganz anders mit der Maschine verwachsen wie wir, die werden sie erst recht als ein unentbehrliches Werkzeug, fast als einen Teil ihres Leibes betrachten und sich nimmermehr von ihr trennen mögen.

Hier dürften einige Ratschläge für Anfängerinnen am Platze sein, die Leserinnen, denen ein radfahrender Gatte, Bruder oder sonstiger Berater zur Seite steht, überschlagen mögen. Die Schülerin wende sich vor allen Dingen nur an einen erprobten Lehrer. Selbst ein guter Fahrer kann noch lange nicht unterrichten. Der ehrenwerte Stand der Fahrradhändler, die ja zugleich die geborenen Radfahrlehrer sind, wird mehr und mehr von allerhand zweifelhaften Existenzen überflutet. So mancher radfahrende junge Kaufmann, der Gelegenheit hat, viel mit Radfahrern zusammenzukommen, verkauft zunächst unter der Hand ein paar Maschinen, natürlich möglichst billigen Schund möglichst teuer. Er verdient dabei bequem ein hübsches Geld, manchmal in einem Tage mehr, wie sonst in einem Monat hinter dem Heringsfass oder auf dem Kontorbock. Gelingt ihm das Geschäft öfter, so ist der Pfuschhändler fertig. Natürlich muss er nun auch unterrichten und er unterrichtet los und wie! Die paar Dutzend blauen Flecke, die die Schülerin bei ihm mehr einheimst, wie bei sachgemäßem Unterricht, sind noch nicht das Schlimmste. Balancieren lernt man zur Not auch ohne Lehrer. Aber treten! Ist ein schwerfälliger, plumper Tritt erst angewöhnt, so ist er sehr schwer wieder los zu werden, er strengt gewaltig an und sieht — und darauf müssen wir doch noch mehr sehen wie die Herren — ganz abscheulich aus. Zum Unterrichten gehört meisterhafte Beherrschung des Rades und grosse Körperkraft und Ausdauer. Wer nicht von der fahrenden Maschine aus den Schüler führen kann, wird nicht viel leisten.

Dann übe man nicht etwa auf der eigenen Maschine, sondern lasse sich vom Lehrer ein Uebungsrade stellen. Die eigene Maschine besteige man erst, wenn man einigermaßen fahren kann.

Die Kleidung sei so leicht, wie sie die Jahreszeit irgend erlaubt, immer aber versehe man sich mit einer wärmenden Hülle, die man in den Pausen (und aus diesen besteht natürlich der grösste Teil der Uebungsstunden) umlegt. Denn dem Erwachsenen kostet das Lernen gar manchen Schweisstropfen. Es giebt ja gottbegnadete Naturen, die, wenigstens ihrer Behauptung nach, «sofort fahren konnten», oder «es in einer halben Stunde gelernt haben»; ich habe solche praktisch allerdings noch nicht kennen gelernt. Will die Schülerin die einzig praktische Radfahrerinnenkleidung, die Hose, nicht anlegen, so lasse sie wenigstens alle überflüssigen Unterkleider weg. Mit einem halben Dutzend Unterröcken kommt selbst eine tüchtige Fahrerinnen kaum vom Fleck. Die Schülerin erschwert durch unpraktische Kleidung sich und dem Lehrer die Arbeit aufs äusserste. So, nun wären die Anfangsgründe überwunden! Die Schülerin kann auf- und absteigen, sie fährt, wenn auch noch mit etlichen