

meiner jetzt ebenfalls radelnden Frau in dieser Beziehung zu weiser Mässigung nöthigt.

Nun also schnell aufs Rad! Der Anzug sei möglichst einfach: er besteht bei mir ausser der Fussbekleidung und der Kopfbedeckung, die ich nur beim Passiren von Ortschaften aufzusetzen pflege, um den lieben Mitmenschen allzu grosses Staunen und Entsetzen (namentlich im Winter!) zu ersparen, aus langen Beinkleidern ohne Hosenträger, aus Sportshemd und Lodenjoppe. Ein Reservebeinkleid ruht in Wachstuch auf der Lenkstange, die Reservewäsche und sonstiger Reisebedarf füllt den grössten Theil der Rahmentasche, die obenauf noch mit Lebensmitteln, besonders Brot, Obst, Chokolade, und einer Flasche Citronensaft, vollends gefüllt wird.

Möglichst früh breche ich auf. Vorher nehme ich, wenn ich es im Sommer bequem und ohne grossen Zeitverlust haben kann, noch ein kurzes Fluss- oder Seebad; sonst begnüge ich mich mit einer gründlichen Abwaschung und Abreibung des ganzen Körpers im Zimmer, in dem ich, wie sich für einen Luftfreund von selbst versteht, bei offenem Fenster geschlafen habe. Nun noch schnell einige Schlucke frischen Wassers, dann ohne Frühstück aufgesessen! Wie fährt es sich so leicht dahin mit nüchternem Magen durch die kühle würzige Morgenluft. Doch bald wird beim Steigen der Sonne die Joppe zu warm: also ausziehen und auf die Lenkstange mit ihr! Nach mehrstündigem Fahren regt sich energisch der Appetit; nun gut, also Frühstückspause! Ob im Wirthshaus, ob im Wald, mir gilt's gleich; darüber müssen die jeweiligen besonderen Umstände entscheiden. Kaffee verachte ich, und wegen meiner vorsorglich mitgenommenen Nahrungsmittel, die für den ganzen Tag reichen, bin ich vom Gasthaus vollkommen unabhängig.

Nach vielleicht halb- oder auch einstündiger Ruhe geht es weiter bis in die Mittagshitze hinein, bis zwölf oder ein Uhr, in folgender Fahrordnung. Nach Zurücklegung von etwa 10—20 km, je nach dem Wege, nach Wind und Wetter, also nach jedesmal etwa einstündiger Fahrt heisst es bei mir: „Abgesessen und das Rösslein 5—10 Minuten fein geduldig im Schritt geführt!“ Dies