

Seniorenradfahren 2026

Wann: **jeden 2. Dienstag im Monat**

Treffpunkt um 13:00 Uhr am Ortsplatz in Arnreit



Wir starten unsere Radsaison **vorwiegend auf Asphaltstraßen** am:

- **DI. 14. April:** ca. 40Km 803Hm- Lämmersdorf-Götzendorf-St.Wolfgang
- **DI. 12. Mai:** ca. 49Km 840Hm-Mühltahl-Baumgartsau-Schwarzühle-Pressleiten-Auberg
- **MO. 18. – FR 22. Mai:** Radreise ALPE-ADRIA RADTOUR mit **WIR aktiv REISEN** des OÖSB
- **SA. 23. Mai: Bezirksradtag** in Neustift i. M. → Ausführliche Infos folgen
- **FR. 29. Mai: Landesradtag** in Pattigham Bz. Ried. → Ausführliche Infos folgen
- **DI. 09.Juni:** ca. 55Km 1189Hm-Tannberghof-Ameisberg-Sarleinsb.-Sprinzenstein-Eisdelphin
- **DO. 25. bis SO 28. Juni: Radtage der OG Arnreit** im Raum Gmünd

4 Radrouten von ca. 70 - 90 Km in **Tschechien & Waldviertel**

- **DI. 14. Juli:** ca. 57Km 1208Hm-St. Peter-Penning-Ahorn-Pieberschlag-R5-Mosthütte
- **DI. 11. August:** ca. 57Km 913Hm-Stausee-R1.08-Allersdorf-Niederwaldkirchen-Etzerreit
- **DI. 01. September:** ca. 57Km 1146Hm-Sexling-Rosenhügel-StTomas-Hörleinsöd-Etzerreit
- **DI. 06. Oktober:** ca. 50Km 950Hm-Lembach-Pfarrkirchen-Amesed-Azesberg-Hörbich
- **DI. 13 Oktober:** Radabschlussprämierung in Aspach. → Ausführliche Infos folgen
- **MI. 14. Oktober:** 13:00h Abschlusstreffen der „**Arnreiter Radfreunde**“ im GH Stöbich Etzerreit

- ❖ Für Sport und Bewegung ist es nie zu spät – auch als Senior lohnt es sich noch mit Sport zu beginnen.
- ❖ Bewegung ist aber nicht nur für den Körper, sondern auch für das Gehirn wichtig.
- ❖ Regelmäßige Bewegung wirkt positiv auf das Herz-Kreislaufsystem, senkt den Blutdruck, stärkt Knochen und Gelenke, baut Muskelmasse auf.

„Das Leben ist wie Radfahren. Du fällst nicht, solange du in die Pedale trittst.“
(Claude Pepper)

Unfall- und plattenfreie Radausfahrten wünscht Euch **GUIDE Hans**

Tel.: +43 664 73554659 Mail: johann.woegerbauer@aon.at



