



Radtouren Oldenburg

Juli bis Dezember 2026

Nicht nur für Mitglieder ...

- Touren von ca. 20 bis ca. 100 km
- Vormittags- und Feierabendtouren

Kontakt

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club
Kreisverband Oldenburg e.V.
Infoladen
Ziegelhofstraße 97, 26121 Oldenburg
Koordinaten: 53.149217, 8.202218

Öffnungszeiten

Montag — Mittwoch 10:00 — 13:00 Uhr
Donnerstag — Freitag 15:00 — 18:00 Uhr
(1. und 3. Do. im Monat auch von 18 — 20 Uhr)
Samstag 10:00 — 13:00 Uhr
(außer an gesetzlichen Feiertagen)
(Im Winter teilweise reduzierte Öffnungszeiten, bitte Internetseite beachten!)

Telefon (0441) 1 37 81
Email: infoladen@adfc-oldenburg.de
Internet: <https://oldenburg.adfc.de>
Tourenportal: <https://touren-termeine.adfc.de>

Allgemeine Hinweise

Jede/r Teilnehmer*in an den Touren ist für die **Verkehrssicherheit** seines/ihrer Fahrrades und die Einhaltung der **Straßenverkehrsordnung** (StVO) selbst verantwortlich. Der ADFC übernimmt **keine Haftung** für unterwegs auftretende Schäden, Pannen oder Unfälle. Jede/r Teilnehmer*in fährt auf eigenes Risiko.

Wir appellieren an die Eigenverantwortung der Teilnehmer*innen. Darüber hinaus empfehlen wir aber für Kinder und ältere Teilnehmende das Tragen eines passenden Fahrradhelms.

Kinder/Jugendliche (bis 14 Jahre) nehmen wir aus Haftungsgründen nur in Begleitung Erwachsener mit.

Für größere Fahrradgruppen gibt es Sonderregeln im Straßenverkehr. Orientieren Sie sich bitte an dem/der Tourenleiter*in und beachten Sie, dass ein reibungsloser Tourenverlauf in einer größeren Gruppe von allen etwas Disziplin erfordert. Übrigens sind ADFC-Mitglieder als Radfahrende rechtsschutzversichert.

Denken Sie bitte an Flickzeug und Proviant!

Sonstiges

Teilnahmegebühren: Für unsere Touren erheben wir keine Teilnahmegebühren. Der ADFC Oldenburg ist ein gemeinnütziger Verein, der Spenden gut gebrauchen kann — wir freuen uns über finanzielle Unterstützung. Daher lassen wir auf jeder Tour eine Spendendose herumgehen. Wir empfehlen Nicht-Mitgliedern eine Spende von 5 €, Mitgliedern eine Spende von 2 €.

Kosten bei besonderen Veranstaltungen, wie z. B. Bahnfahrten, sind bei den Touren vermerkt.

Unsere Touren finden ab einer Mindestteilnehmer*innenzahl von 3 Personen statt (4 Personen inkl. Tourenleiter*in). Bei geringerer Beteiligung liegt es im Ermessen der Tourenleiter*in / des Tourenleiters, die Durchführung der Tour abzusagen.

Achten Sie bitte bei den Touren auf den Abfahrtsort!

Selber Radtouren leiten ...

... ist gar nicht so schwer. Wir bieten allen Interessierten gerne unsere Unterstützung an. Was alles dazu gehört, können Sie auch bei einem TourGuide-Seminar des ADFC erfahren. Diese werden jährlich u.a. vom ADFC Niedersachsen veranstaltet. Weitere Informationen darüber bei ewald.schuette@adfc-oldenburg.de oder unter www.adfc-niedersachsen.de.

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen, auf unserer Website <https://oldenburg.adfc.de> ➔ Radtouren und im Tourenportal <https://touren-termeine.adfc.de> bekannt gegeben.
Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.



Auch zusätzliche spontane Touren finden Sie hier.

Einstufung der Touren:

- Sehr gemütlich – Tempo ca. 12 bis 15 km/h.
- Gemütlich – Tempo ca. 14 bis 18 km/h, für regelmäßige Alltagsradelnde geeignet.
- Flotte Tour – Tempo ca. 17 bis 21 km/h. Übung und Kondition erforderlich.
- Schnelle Tour – Tempo ca. 20 bis 24 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.
- Sportliche Tour – Tempo ab ca. 22 km/h. Gute Fahrräder, Übung und Kondition erforderlich.

Die Tempoangaben sind Fahrgeschwindigkeit, nicht Durchschnittsgeschwindigkeit.

Vormittags- und Feierabendtouren

Montags, einmal im Monat — flott



Flotte Frauen Fahrt: Einmal im Monat bieten wir eine flotte Feierabendtour an für alle, die Bewegung, frische Luft und nette Gesellschaft suchen. Damit bieten wir erstmals eine Tour am Montag. Dauer ca. 2,5 Stunden über etwa 40 km.

Dienstags, alle 14 Tage — Gemütliche Vormittagstour



Wer sich dienstags zum Mittagessen den richtigen Appetit holen will, ist bei dieser Tour goldrichtig: es geht im gemütlichem Tempo von 14 – 18 km/h in etwa 2 bis 2 ½ Stunden ca. 30 km durch das schöne Umland – und vielleicht haben die wechselnden TourGuides ja noch eine kleine Überraschung in petto ...

Dienstags alle 14 Tage — gemütlich



Donnerstags alle 14 Tage — gemütlich



Auf dem Fahrrad in gemütlichem Tempo (14–18 km/h) den Feierabend einläuten, frische Luft schnappen und dabei die Stadt und die nahe Umgebung besser kennenlernen. Wechselnde TourGuides führen die Teilnehmer in 2 bis 2,5 Stunden auf Touren von ca. 30 km. Während der Tour gibt es 1 bis 2 kurze Pausen.

Mittwochs — Feierabendsport 20 — 25 km/h



Oldenburgs wunderschöne Umgebung genießen, nette Gespräche mit Gleichgesinnten führen, sich an der eigenen körperlichen Fitness erfreuen, bei dieser Mixtur lassen sich Glücksgefühle kaum vermeiden. Wer über ausreichende Fitness verfügt und sein Fahrrad sicher beherrscht ist bei der schnellen Feierabendtour des ADCF Oldenburg genau richtig. Wir TourGuides freuen uns über ihre Teilnahme.

Donnerstags, alle 14 Tage — flott



Wer gerne nach Feierabend etwas flotter (17–21 km/h) auf dem Fahrrad unterwegs sein möchte, ist herzlich zu diesen Touren willkommen. Wechselnde TourGuides führen die Teilnehmer in 2,5 Stunden etwa 40 km in die nähere Umgebung und zurück. Während der Tour sind 1 bis 2 kurze Pausen eingeplant.

Freitags, einmal im Monat — gemütlich



Start ins Wochenende! Den Kopf frei bekommen, die zu Ende gehende Woche abschließen und Appetit holen für eine weitere Ausfahrt am Wochenende? Die 35 Km langen Touren führen uns ins nähere Umland von Oldenburg. Kleine Kaffeepausen sind nicht ausgeschlossen; ein Picknick oder eine Einkehr sind immer geplant. Ende ca. 17:30 Uhr.

Freitags, einmal im Monat — flott



„Radeln & mehr“: Radfahren hält fit, entspannt und ist gesund; was können wir uns zusätzlich noch Gutes tun? In themenbezogenen Pausen an besonderen Orten möchten wir euch Tipps geben. Achtsamkeit, Dehnung, Ernährung und vieles mehr – lasst euch überraschen. Dauer ca. 2,5 Stunden über etwa 30 km.

Kalender Vormittags- und Feierabendtouren

Wochentag	Tempo	Juli	August	September	Oktober
Montag 17:30 Uhr Infoladen Ziegelhofstr. 97	Flotte Frauen flott 17–21 km/h	06.07.26	17.08.26	07.09.26	---
Dienstag 10:00 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	vormittags gemütlich 14–18 km/h	vormittags 14.07.26 28.07.26	vormittags 11.08.26 25.08.26	vormittags 08.09.26 22.09.26	vormittags 06.10.26
Dienstag 18:00 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	abends gemütlich 14–18 km/h	07.07.26 21.07.26	04.08.26 18.08.26	01.09.26 15.09.26 29.09.26	
Mittwoch 17:30 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	<i>schnell</i> 20–25 km/h	01.07.26 08.07.26 15.07.26 22.07.26 29.07.26	05.08.26 12.08.26 19.08.26 26.08.26	02.09.26 09.09.26 16.09.26 23.09.26 30.09.26	07.10.26 14.10.26 21.10.26 (17:00 Uhr)
Donnerstag 18:00 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	abends gemütlich 14–18 km/h	09.07.26 23.07.26	06.08.26 20.08.26	03.09.26 17.09.26	
Donnerstag 18:00 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	abends flott 17–21 km/h	02.07.26 16.07.26 30.07.26	13.08.26 27.08.26	10.09.26 24.09.26	
Freitag 14:00 Uhr Stautorkreisel Hafenseite	nachmittags gemütlich 14–18 km/h	17.07.26	14.08.26	05.09.26	02.10.26
Freitag 17:00 Uhr Infoladen Ziegelhofstr. 97	Radeln & mehr flott 17–21 km/h	10.07.26	21.08.26	18.09.26	09.10.26 (16:30 Uhr)

Anmeldung zu Touren bevorzugt über das ADFC-Tourenportal

<https://touren-termine.adfc.de> (ggf. über Suchmaschine *Touren Termine adfc* eingeben).

Anmeldeschritte über das Tourenportal (Buttons kursiv)

1. Danach *Touren* – Ortseingabe *Oldenburg* – gewünschte Tour anklicken – *anmelden* – Formular ausfüllen – *anmelden*.
2. Sie erhalten eine *Mail*, dass Ihre Anmeldung beim ADFC angekommen ist.
3. **Bestätigen** Sie ohne Zeitverzug diese Mitteilung. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung.– erst mit dieser Bestätigung sind Sie angemeldet.

Alle unsere Touren, auch zusätzliche spontane Touren,

finden Sie sowohl auf unserer Internetseite:

<https://oldenburg.adfc.de> ➔ Radtouren

als auch im Tourenportal:

<https://touren-termine.adfc.de>



TourGuides im ADFC KV Oldenburg

AH – Axel Hellmann	GBe – Gerd Behrens	MN – Markus Nindel
AS – Almut Siems	HB – Heinrich Book	MS – Mario Sieghold
AWJ – A. Weisgerber-Johannes	HK – Heino Küpker	RK – Regina Kruse
BB – Birgit Burkhardt	HL – Hubertus Lobers	RS – Rolf Schumacher
CD – Christine Dannhauer	HM – Heinz Meyer	SK – Stephan Kabasci
CG – Christoph Gerhard	HP – Helmut Pawliszak	TR – Traute Rosenbusch
DA – Dierk Ahnepohl	IM – Ingrid Marciniak	UD – Uwe Dannhauer
DG – Doris Grote-Westrich	JG – Jens Glave	UH – Uwe Hellmers
EB – Eckard Blaese	JS – Jürgen Scheumer	US – Uwe Schmid
ES – Ewald Schütte	KF – Klaus Fuhrken	UW – Uwe Wehmeyer
FC – Friedrich Cordes	KW – Klaus Wloka	WB – Wilke Brüning
GB – Gerd Brüning	MB – Maria Behrens	



ADFC
Altenburg-Dienstadt
Fahrradclub



FREIE FAHRT FÜR kleine BÜRGER

Wir wollen, dass Groß und Klein überall
sicher Rad fahren können.

Ein Preis für die ganze Familie:
www.adfc.de/mitgliedschaft

**JETZT
MITGLIED
WERDEN!**

Touren am Wochenende

Änderungen, die sich gegenüber diesem Programm ergeben, werden in den lokalen Zeitungen, auf unserer Website <https://oldenburg.adfc.de> ➔ Radtouren und im Tourenportal <https://touren-termine.adfc.de> bekannt gegeben.

Achten Sie daher bitte auf die aktuellen Veranstaltungshinweise.

Auch zusätzliche spontane Touren finden Sie hier

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

SA 18.07. 09:00 72 km ●●● (GBe)

WasserMühlen-Tour

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Kosten Bahn ca. 8 €
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Wassermühlen waren lange Zeit die Basis für die Energiegewinnung in der Wildeshäuser Geest. Die historischen Wassermühlen führen uns bei dieser Radtour über Moorbeck, Heinefelde, Lohmühle nach Wildeshausen. Über Dötlingen und Sandkrug gelangen wir wieder nach Oldenburg.

SO 19.07. 10:30 70 km ●●● (IM/GB)

Gummibahn

Treffpunkt Oldenburg Hbf Südseite
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung bis 17.07., <https://touren-termine.adfc.de/>

Die Fahrradtour führt uns an der Hunte entlang Richtung Elsfleth. Von dort aus genießen wir die Weserluft bis Brake, um nach einer Café-Einkehr durch die Moorlandschaften über die „Gummibahn“ zurück nach Oldenburg zu radeln.

SA 25.07. 10:30 60 km ●● (HM)

Ammerlandtour

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemächlich
Anmeldung <https://touren-termine.adfc.de/>

Auf wenig befahrenen Nebenstrecken fahren wir über Ofen, Neuenkrug und Mansholter Büsche nach Wiefelstede (Mittagspause). Die Rückfahrt führt uns über Rastede (Kaffeepause) zurück nach Oldenburg.

SO 26.07. 08:00 75 km ●●● (HP)

Quakenbrück– Oldenburg

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott
Kosten Bahn
Anmeldung bis 23.07., 0441 885137 oder <https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen und Feldwegen von Quakenbrück nach Oldenburg. Zunächst ein Stück auf dem Hase-Radweg, dann weiter Richtung Ahlhorner Fischteiche. An der Lethe entlang weiter nach Oldenburg. Kaffeepause ist vorgesehen (Selbstverpflegung).

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

SA 01.08. 14:00 25 km ● (HK)

Richtung Rastede nach Leuchtenburg

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Wir fahren im langsamen Tempo auf Nebenwegen Richtung Rastede. In Leuchtenburg machen wir eine Pause und fahren über Etzhorn wieder zurück.

SO 02.08. 10:00 60 km ●● (TR)

Kreuz und quer bis ans Meer

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>



im Kreyen-Centrum
Harreweg 153b
26133 Oldenburg

Tel.: 0441 - 770 637 70

info@radwerk-oldenburg.de

Im Zick-Zack-Kurs zum Zwischenahner Meer und in weitem Bogen drumherum. Eine Pause in einem Café ist eingeplant.

SA 08.08. 08:00 50 km ●● (ES)

Hamburger Hafenrundfahrt mit Rad

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 20:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Mit der Bahn nach Harburg, wo die Radtour startet. Per Fähre in Finkenwerder über die Elbe und entlang Elbchaussee, Fischmarkt, St. Pauli, Speicherstadt und Hafencity zur Umrundung der Außenalster. Rückfahrt vom Hbf Hamburg per Zug.

Tour aktuell ausgebucht, Warteliste.

SO 09.08. 09:30 90 km ●●●(SK/BB)

Fischessen in Varel

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott
Anmeldung bis 08.08.,
<https://touren-terme.adfc.de/>

Eine schöne Tour zum Vareler Hafen erwartet Euch. Dort pausieren wir länger und stärken uns bei Fisch Wilters. Der Weg zurück führt uns über Rastede, wo wir noch einmal in einem Hofcafé einkehren.

SA 15.08. 10:00 50 km ●● (JG)

Achtsam Radeln Oldenburger Land

Treffpunkt Bahnhof Augustfehn
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Abwechslung gesucht? Tauschen Sie die Oldenburger Standard-Runden gegen die Idylle zwischen Augustfehn und Barßel! Perfekt für Berufstätige (50–65), die neue Wege radeln wollen. Startpunkt: Augustfehn.

SO 16.08. 10:00 45 km ●● (WB)

Route um Oldenburg

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 15:00 Uhr
Tempo gemütlich

Ein Stück Torte abfahren: Tatsächlich gibt es bei dieser Tour die Möglichkeit, das Stück Kuchen bei der Kaffeeeinkuhr später wieder abzuradeln. Wir fahren auf einer „Speiche“ aus der Stadt heraus und auf einer anderen Speiche wieder in die Stadt hinein, so haben wir ein Tortenstück der Route um Oldenburg abgefahren.

SO 16.08. 10:30 65 km ●●●(JS)

Tour durch den Landkreis Oldenburg

Treffpunkt Wardenburg, Huntebrücke
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo flott

Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>
Auf schönen Wegen führt uns diese Tour durch den Landkreis Oldenburg. Eine Kaffeepause ist vorgesehen.

SA 22.08. 14:00 25 km ● (HK)

Ins Ammerland zur Kaffeepause

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Unser Weg führt uns nach Neuenkrug ins Ammerland. Hier machen wir eine Pause. Durch Wechloy fahren wir wieder zurück.

SO 23.08. 09:00 70 km ●●●(HP)

Gräberfelder und Hügelgräber

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 16:30 Uhr
Tempo flott
Kosten für Bahn
Anmeldung bis 27.08., 0441 885137 oder
<https://touren-terme.adfc.de/>

Wir fahren nach Ahlhorn mit der Bahn und dann mit dem Rad über Wildeshausen, Döttingen und Sandhatten nach Oldenburg

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

zurück. Pestruper Gräberfeld und Kleinenknetener Steine liegen auf unserem Weg. Eine Pause in einem Café in Ostritrum ist vorgesehen.

SA 29.08. 08:00 50 km ●● (ES)

Hamburger Hafenrundfahrt mit Rad

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 20:30 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terminen.adfc.de/>

Mit der Bahn nach Harburg, wo die Radtour startet. Per Fähre in Finkenwerder über die Elbe und entlang Elbchaussee, Fischmarkt, St. Pauli, Speicherstadt und Hafencity zur Umrundung der Außenalster. Rückfahrt vom Hbf Hamburg per Zug.

Tour aktuell ausgebucht, Warteliste.

SO 30.08. 10:30 60 km ●● (HM/BC)

Kulinarisches Käsepicknick

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten 10 € - Vorauszahlung!
Anmeldung bis 14. 08. 0172 3039 186 (Birgitt Capaldi)

Während einer Fahrt ins Blaue, gönnen wir uns eine längere Mittagspause, in der wir es uns bei einem reichhaltigen Picknick im Grünen so richtig gut gehen lassen. Außer Käse und Brot gibt es noch andere Köstlichkeiten, es wird für jeden Geschmack etwas dabei sein.

(Reihenfolge der Anmeldungen und Eingang der Vorauszahlung entscheiden über die Teilnahme)

SO 06.09. 12:00 40 km ●● (FC/ES)

Bauernhof Oeltjen in Aschhausen

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Wir fahren mit dem Ernährungsrat nach Aschhausen zu einem Bauernhof, der sich auf die Zucht seltener Nutztierassen spezialisiert hat. Es gibt eine Hofführung mit Kaffee und Kuchen.

SA 12.09. 09:30 80 km ●●● (SK)

Historische Orte im LK Diepholz

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 17:30 Uhr
Tempo flott
Kosten ca. 14 € (Bahn)
Anmeldung bis 11.09.,
<https://touren-terminen.adfc.de/>

Wir fahren mit der Bahn nach Schierbrok und radeln in den Landkreis Diepholz. Unterwegs werden wir ein Hügelgrab, das Kloster Heiligenrode und das Mahnmal Oberneide besuchen. Auf dem „Hohen Berg“ bei Syke wird Rast gemacht. Rückkehr wieder mit Bahn ab Schierbrok.

SA 12.09. 14:00 25 km ● (HK)

Durchs Moor nach Wardenburg

Treffpunkt Stautorkreisel
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo sehr gemütlich

Wir fahren durch Hundsmühlen und Achternholt nach Wardenburg. Nach einer Pause führt uns der Weg über den Hunteich zurück nach Oldenburg.

Fahrradvollkasko –
**Wir versichern
E-Bikes / Pedelecs
und Fahrräder.**



Fahrrad-Vollkaskoversicherung:

Maximaler Schutz für
minimale Sorgen.

ammerlaender-versicherung.de

AV Ammerländer
Versicherung
Versicherungsverein auf Gegenseitigkeit VVaG

Tag	Beschreibung	km		Leitung	Treff	Anm.	Zeit
Juli							
SA 18.	WasserMühlen-Tour	72	●●●	GBe	Oldenburg Hbf Südseite	ja	09:00
SO 19.	Gummibahn	70	●●●	IM/GB	Oldenburg Hbf Südseite	ja	10:30
SA 25.	Ammerlandtour	60	●●	HM	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:30
SO 26.	Quakenbrück- Oldenburg	75	●●●	GBe	Oldenburg Hbf Südseite	ja	08:00
August							
SA 01.	Richtung Rastede nach Leuchtenburg	25	●	HK	Stautorkreisel	ja	14:00
SO 02.	Kreuz und quer bis ans Meer	60	●●	TR	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:00
SA 08.	Hamburger Hafenrundfahrt mit Rad	50	●●	ES	Oldenburg Hbf Südseite	ja	08:00
SO 09.	Fischessen in Varel	90	●●●	SK/BB	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	09:30
SA 15.	Achtsam Radeln Oldenburger Land	50	●●	JG	Bahnhof Augustfehn	ja	10:00
SO 16.	Route um Oldenburg	45	●●	WB	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:00
SO 16.	Tour durch den Landkreis Oldenburg	65	●●●	JS	Wardenburg, Huntebrücke	ja	10:30
SA 22.	Ins Ammerland zur Kaffeepause	25	●	HK	Stautorkreisel	ja	14:00
SO 23.	Gräberfelder und Hügelgräber	70	●●●	HP	Oldenburg Hbf Südseite	ja	09:00
SA 29.	Hamburger Hafenrundfahrt mit Rad	50	●●	ES	Oldenburg Hbf Südseite	ja	08:00
SO 30.	Kulinarisches Käsepicknick	60	●●	HM/BC	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	18:30
September							
SO 06.	Bauernhof Oeltjen in Aschhausen	40	●●	FC/ES	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	12:00
SA 12.	Historische Orte im LK Diepholz	80	●●●	SK	Oldenburg Hbf Südseite	ja	09:30
SA 12.	Durchs Moor nach Wardenburg	25	●	HK	Stautorkreisel	ja	14:00
SO 13.	Achtsam Radeln Oldenburger Land	50	●●	JG	Bahnhof Augustfehn	ja	10:00
SO 13.	Tour de Ammerland	65	●●	JS	Marktplatz Eversten	ja	10:00
SA 19.	Wümmeniederung von Rotenburg bis Bremen	65	●●	ES	Oldenburg Hbf Südseite	ja	09:30
SO 20.	WildeWälder-Tour von Oldenburg	71	●●●	GBe	LzO Osterburg	ja	09:00
SA 26.	Alpaka Hof Martens	50	●●●	DG	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	11:00
Oktober							
DO 01.	Kaffeerösterei – Zum Tag des Kaffees	40	●●●	DG	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	11:00
SA 03.	Großenkneten und umzu	60	●●	TR	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:00
SO 11.	Nach Rastede	50	●●	HP	PFL	ja	09:30
SO 18.	Natureindrücke im Herbst	65	●●	ES	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:00
SA 24.	Bio-Bäckerei Barkemeyer	50	●●	CG/ES	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	11:00
November							
SO 29.	Nach Halsbek zum traditionellen Klövermarkt	60	●●	TR	Infoladen Ziegelhofstr.97	ja	10:00
Dezember							
SO 13.	Weihnachtsmarkt in Neuenburg	85	●●●	HP	PFL	ja	09:15

Vorankündigung 2027

SO	10.01.	Neujahrswanderung ums Zwischenahner Meer	13	HP	Oldenburg Hbf Südseite	ja	10:30
----	--------	--	----	----	------------------------	----	-------

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

SO 13.09. 10:00 50 km ●● (JG)

Achtsam Radeln Oldenburger Land

Treffpunkt Bahnhof Augustfehn
Rückkehr gemütlich ca. 16:00 Uhr
Tempo
Anmeldung <https://touren-termin.e.adfc.de/>

Abwechslung gesucht? Tauschen Sie die Oldenburger Standard-Runden gegen die Idylle zwischen Augustfehn und Barßel! Perfekt für Berufstätige (50–65), die neue Wege radeln wollen. Startpunkt: Augustfehn.

SO 13.09. 10:00 65 km ●● (JS)

Tour de Ammerland

Treffpunkt Marktplatz Eversten
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termin.e.adfc.de/>

Auf ruhigen Nebenstrecken im gemütlichen Tempo durchstreifen wir das schöne Ammerland. Zwischendurch machen wir eine Kaffeepause.

SA 19.09. 09:30 65 km ●● (ES)

Wümmeniederung von Rotenburg bis Bremen

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 19:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-termin.e.adfc.de/>

Zugfahrt nach Rotenburg / Wümme, Fahrradtour durch die Wümmeniederung bis Bremen, mit dem Zug zurück nach Oldenburg. Picknick und Cafébesuch sind geplant. Maximal 12 Personen.

SO 20.09. 09:00 71 km ●●● (GBE)

Wildwälder-Tour von Oldenburg

Treffpunkt LzO Osternburg
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung <https://touren-termin.e.adfc.de/>

Auf verwünschten Wegen führt uns der Weg durchs Barneführer und Hatter Holz. Von dort durch den Hasbruch nach Hude. Am Reiherholz verlassen wir dann die Wälder und kehren nach Osternburg zurück. Einkehrmöglichkeiten sind vorgesehen.

SA 26.09. 11:00 50 km ●●● (DG)

Alpaka Hof Martens

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung <https://touren-termin.e.adfc.de/>

Besuch bei Familie Martens in Oberlethe mit ihren Alpakas: Spannende Einblicke in Haltung & Verhalten. Hofladen mit schönen Produkten. Unterwegs Kaffee / Kuchen (Selbstzahler). Anmeldung erforderlich!



E-Rezept & DigiTaler®

Alles in einer App. Einfach Dranhalten



BILD & GESTALTUNG CALQUEART



Einfach. HANKENS ApoAPP auf's Handy laden und 10 DigiTaler® als Willkommensgruß sichern



Apotheken

IMMER IN DER NÄHE

Wir bitten generell bei allen Touren um Anmeldung, um besser planen zu können.

DO 01.10. 11:00 40 km ●●● (DG)

Kaffeerösterei – Zum Tag des Kaffees

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Tempo flott
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Wir besuchen die Käthe Kaffeerösterei GmbH. Im Workshopraum erhalten wir Einblicke in Herkunft und Röstung des Kaffees. Gelegenheit zum Probieren und Austausch. Anmeldung erforderlich!

SA 03.10. 10:00 60 km ●●● (TR)

Großenkneten und umzu

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97

Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Auf ruhigen Wegen durch die herbstliche Natur nach Großenkneten radeln, die Umgebung erkunden und auf anderen Wegen wieder den Heimweg antreten. Eine Pause in einem Café ist eingeplant.

SO 11.10. 09:30 50 km ●●● (HP)

Nach Rastede

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 14:30 Uhr
Tempo gemütlich

Wir fahren auf ruhigen Nebenstraßen und Feldwegen Richtung Rastede. Kaffeepause ist vorgesehen (Selbstverpflegung). Anschließend zurück nach Oldenburg.

SO 18.10. 10:00 65 km ●●● (ES)

Natureindrücke im Herbst

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich

Im Umland von Oldenburg suchen wir die Schönheit des Spätherbstes. Wir finden schöne Ecken, gemütliche Picknickplätze und vielleicht auch ein Café - ideal für einen Plausch.

SA 24.10. 11:00 50 km ●●● (CG/ES)

Bio-Bäckerei Barkemeyer

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Kosten: 14,50 €

Wir fahren mit dem Ernährungsrat zur Bio-Bäckerei Barkemeyer nach Kirchhatten. Dort erhalten wir eine Betriebsführung mit anschließender Kaffeetafel.

SO 29.11. 10:00 60 km ●●● (TR)

Nach Halsbek zum traditionellen Klövermarkt

Treffpunkt Infoladen Ziegelhofstr. 97
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo gemütlich
Anmeldung <https://touren-terme.adfc.de/>

Der adventliche Klövermarkt verbindet den Zauber eines Weihnachtsmarkts mit der Vielfalt einer liebevoll gestalteten Hobbykünstlerausstellung. Für das leibliche Wohl werden winterliche Marktgerichte, herzhaft Kostlichkeiten und wärmende Getränke angeboten. Unterwegs machen wir zwei Pausen zum Aufwärmen.

SO 13.12. 09:15 85 km ●●● (HP)

Weihnachtsmarkt in Neuenburg

Treffpunkt PFL
Rückkehr ca. 17:00 Uhr
Tempo flott
Kosten Eintritt ca. 5 €

Wir hoffen auf gutes Fahrradwetter und akzeptable Temperaturen. Da die Tage jetzt schon recht kurz sind, sollte die Lichtanlage am Fahrrad für die Rückfahrt auf jeden Fall in Ordnung sein! Überwiegend ruhige Nebenstraßen. Teepause im Heimatmuseum ist vorgesehen (Selbstverpflegung).

Sausewind



- Sorgloser Fahrraddurlaub in Europa, in kleinen Gruppen, umweltfreundlich und aktiv
- Ausgesucht schöne Kultur- und Gartenreisen in Deutschland und Europa
- Tagesfahrten



Gleich den aktuellen Katalog anfordern!

Besuchen Sie unsere Homepage, rufen Sie an oder schreiben Sie uns – wir freuen uns auf Sie!



Meeschweg 9 • 26127 Oldenburg
• Telefon: 0441/93565-0
info@sausewind.de • www.sausewind.de

Gut gerüstet für dein Abenteuer



BIWAK Outdoor Equipment

Lange Str. 91 | 26122 Oldenburg | www.biwak.de
Email: info@biwak.de | Telefon: 0441-26422

Vorankündigung 2027

SO 10.01.27 10:30 13 km (HP)

Neujahrswanderung ums Zwischenahner Meer

Treffpunkt Bahnhof OL Südseite
Rückkehr ca. 16:00 Uhr
Anmeldung bis 08.01.,
<https://touren-termine.adfc.de/>

Wir fahren mit dem Zug nach Bad Zwischenahn und zurück. Unsere Wanderung ums Zwischenahner Meer ist ca. 13 km lang. Unterwegs gönnen wir uns eine Pause im Landcafé Neumann. Wer will, kann direkt am Bahnhof Bad Zwischenahn zu uns stoßen (Zugankunft: 11.10 Uhr).



Foto: Anke Lüken

Der Fahrradspezialist
PROFIL
Zweirad Bunjes

Hundsmühler Str. 48
DE-26131 Oldenburg
Telefon: 0441 503 135

info@zweiradbunjes.de | www.zweiradbunjes.de

Flotte-Frauen-Fahrt

Neue Feierabendtour erfolgreich gestartet



Warum nicht einfach mal eine speziell für Frauen gestaltete Feierabendtour anbieten? Einfach mal ausprobieren und gucken, ob es dafür Interessierte in Oldenburg gibt! Das war das Fazit, als Regina Kruse und ich uns im Herbst 2025 am Rande eines gemeinsamen Frühstücks ganz zufällig über ADFC-Themen austauschten.

In jedem Fall wollten wir Konkurrenz zu bereits bestehenden Formaten am Feierabend vermeiden und damit stand der Montag als Wochentag schnell fest. Ein Wochentag, an dem es bisher kein ADFC-Tourenangebot gab. Gemütlich und schnell war auch bereits vorhanden, also soll sie flott werden, die Tour nur für Frauen. Es war für uns schnell klar, dass ein monatliches Angebot für den Start ausreicht – wer weiß denn, ob überhaupt jemand kommt, wenn wir uns um 17:30 Uhr am ADFC Infoladen treffen.

Kaum war die Sattelfest 01/2026 in der Verteilung, ging es schon mit den ersten Anmeldungen los. Je näher der Termin rückte,

wurde uns klar: Das Angebot findet Freundinnen, die in netter Gesellschaft an frischer Luft den Feierabend einläuten wollen – egal, ob mit Bio- oder E-Bike.

Im April ging es mit einer Gruppe von insgesamt 11 Frauen auf unsere erste Flotte-Frauen-Fahrt, zwei Sesselrad-Fahrerinnen inklusive. 40 km lang hat sich die Gruppe darüber gefreut, dass der andauernde Regen sich an diesem Tag pünktlich zum Start in einen strahlend blauen Himmel verwandelte. Zufriedene Gesichter und die Zusagen, beim nächsten Mal wieder dabei zu sein, machen Mut, weiter flott mit Frauen zu fahren. Wir freuen uns auf weitere Mitradelnde!

Text und Foto: Almut Siems

MADE FOR YOU

BROMPTON

Die Speiche
Faszination Fahrrad

Nadorster Str. 60
26123 Oldenburg
Tel. 0441 / 84123
www.speiche-ol.de