



Team Icehouse e. V. Rennrad Gruppencredo

Die Team Icehouse e. V. Gruppenfahrten sind Ausfahrten mit sozialem und sportlichem Charakter.

Die Organisation der Runde obliegt den Guides, Verantwortung und Teilhabe wird jedoch von allen Mitfahrern erwartet und ist ausdrücklich erwünscht.

Teilnahme erfolgt ausdrücklich auf eigenen Wunsch und eigene Haftung.

In der Regel fahren wir in zwei Gruppen.

Zur Orientierung: stelle dich für ca. 2 Stunden in der entspannten Gruppe auf einen Fahrschnitt von 25-27 km/h und in der sportlichen Gruppe auf 27-30 km/h ein (je nach HM).

Wir starten gemeinsam und kommen gemeinsam an.

Die Guides geben Tempo und Strecke vor. Je nach Situation (z.B. längere Anstiege) gibt der Guide die Gruppe frei.

Bei längeren Anstiegen wird oben gewartet und bei Defekten wartet die ganze Gruppe.

Ausrüstung und Ausstattung

- Es wird ein Rennrad / Gravelbike vorausgesetzt.
- Helmpflicht und Radsportbekleidung für alle.
- Check den technischen Zustand deines Rades vor der Ausfahrt.
- Triathlonaufbauten, Aerobars und Kopfhörer/In Ears werden in Gruppenfahrten nicht benutzt.
- Das Tragen des Vereinstrikots ist sehr erwünscht.
Das hilft uns und den Sponsoren.

Verhalten in der Gruppe

- Achte auf Handzeichen/Signale (siehe unten) der Guides und gib sie weiter.
- Ab 6 Mitfahrer*innen geschlossene Zweierreihe. Wir benutzen die Straße als Verband auf einer konkreten Fahrspur, Radwege nach Hinweis der Guides, keine Fußwege.
- Halte konstanten und sicheren Abstand zum Vordermann, um Windschatten der Gruppe zu nutzen.
- Schwächere fahren möglichst nicht in letzter Reihe.
- Reißt die Gruppe vor dir ab oder bemerkst du einen Defekt oder Drop off, signalisiere das deutlich.
- Überholt wird links.



Immer bremsbereit

- Mindestens eine Hand bleibt am Lenker – immer. Verzichte auf unnötige Manöver.
- Wer freihändig etwas zu erledigen hat, geht ans Ende der Gruppe oder zeigt / sagt einen Stopp an.

Immer konzentriert und rücksichtsvoll

- Achte auf deine Umgebung und deine Mitfahrer*innen und fahre vorausschauend.
- Verzichte auf Beschimpfungen und Diskussionen, besonders gegenüber Autofahrer*innen.

Kommunikation und Signale

- Achte auf Handzeichen / Signale der Guides und gib sie weiter.
- Bei Bedarf rufe und gib Handzeichen / Signale:

Stopp / Langsamer:	Handzeichen ausgestreckt nach oben
Gegenverkehr / Einengungen:	Handzeichen hinter dem Rücken links oder rechts
Abbiegen:	Handzeichen ausgestreckt nach links oder rechts
Gefahrenstelle:	Handzeichen nach unten links oder rechts

Habt Spaß, alle sind willkommen.

Ausnahmen sind Menschen mit verquerten rassistischen, fremdenfeindlichen, sexistischen oder sonstigen schwachsinnigen Meinungen.