

LANDKREIS GÜNZBURG



DIE FAMILIEN- UND  
KINDERREGION

# Günzbike

Radeln im Landkreis  
Günzburg von KRU bis GZ



Bei keiner anderen Erfindung ist das Nützliche mit dem Angenehmen so innig verbunden wie beim Fahrrad.

*Adam Opel, 1837 - 1895*







# Die 6 wichtigsten Tipps

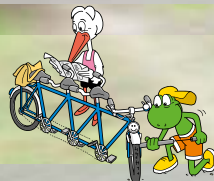
für einen ungetrübten Radwanderausflug

## Die Kleidung



Die richtige Kleidung bei der Ausstattung für Fahrradtouren ist für das sichere Vergnügen entscheidend. Neben Regenjacke und Regenhose ist es empfehlenswert sich nach dem „Zwiebelprinzip“ zu kleiden, also mehrere Lagen anziehen, die Sie je nach Witterung beliebig aus- oder überziehen können. Ihre Regenkleidung sollte unbedingt atmungsaktiv sein, um unangenehmes Schwitzen zu vermeiden. Eine helle und farbige Kleiderwahl ist vor allem mit Kindern Pflicht, um die Sicherheit zu erhöhen. Auch reflektierende Bänder sind empfehlenswert und können im Dunkeln Leben retten.

## Das Reparaturset



Folgende Teile sollten Sie auf alle Fälle in einer kleinen Satteltasche mitnehmen, um die wundervolle Radtour nicht bereits durch einen kleinen Defekt vorzeitig beenden zu müssen. Ersatzschlauch für jede Radgröße, Flickzeug, Handy, drei Reifenheber und eine Luftpumpe sind unverzichtbar. Zudem empfehlen wir ein kleines Multitool Werkzeug mit Inbus und auch ein Mini-Kettennietler kann wertvolle Dienste leisten. Mit diesen Tipps ist man fast für jeden Fall gerüstet und kann sich selbst helfen. Und wer einen Schlauchwechsel zu Hause schon einmal geübt hat, den wird ein Platten nur kurz aufhalten können.

## Die Wahl der Tour



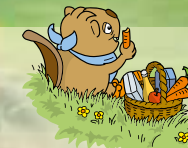
Wichtig bei der Wahl der Radtour ist immer, dass man die Tour nie an den eigenen Leistungsgrenzen plant. Wer mit genügend Reserven plant, kann auch einen Umweg noch meistern, wenn man doch einmal den richtigen Abzweig verpasst haben sollte. Natürlich misst man die Leistungsfähigkeit immer am schwächsten Teilnehmer, was bei Familien meist die Kinder sind. Gerade für die Kinder sollte auch für genügend Abwechslung in kurzen Abständen gesorgt werden, was im Landkreis Günzburg aber sowieso nahezu immer gegeben ist.

## Das Training



Vor allem für Wiedereinsteiger wichtig ist das richtige Training. Um sich mit dem Rad vertraut zu machen, ist es von Vorteil, dass man zuerst verkehrsarme flache Strecken wählt. Die Belastungs-Intensität sollte dabei stets so sein, dass eine Unterhaltung problemlos möglich ist. Nur dann ist der Puls und die Trainingsintensität gut. Wichtig ist auch, dass man dem Körper Zeit zur Regeneration gibt. Also niemals am Anfang täglich an die eigenen Grenzen gehen, sondern immer wieder ausreichend Pausen einlegen. Wer dieses einhält, wird schnell und ohne große Anstrengungen Fortschritte in der eigenen Kondition feststellen.

## Die Verpflegung



Zu einem guten Start der Tagesetappe gehört ein reichhaltiges Frühstück – nicht ohne Grund ist es ein Kriterium, die ein fahrradfreundlicher Gastbetrieb erfüllen muss. Zudem sollte man nicht direkt nach dem Essen losfahren und dem Körper etwas Zeit zum Verdauen gönnen. Zwischendurch lässt sich der Energiebedarf am besten mit Obst, belegten Broten, Joghurt oder mittags mit einem Salat oder anderer leichter Kost decken. Viel wichtiger ist es jedoch regelmäßig zu trinken und auch darauf zu achten, dass Kinder genügend Flüssigkeit zu sich nehmen. 2 - 3 Liter sind da je nach Wetter durchaus realistisch.

## Der richtige Gang



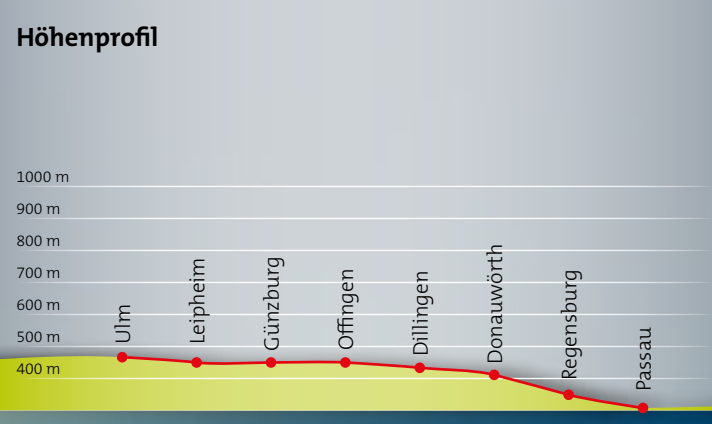
Als Faustregel soll beim Fahrradfahren auf eine gleichmäßige Trittfrequenz geachtet werden. Das heißt, bereits bei kleinen Steigungen einen oder zwei Gänge herunterschalten und natürlich umgekehrt, wenn es leicht bergab geht, ein paar Gänge hochschalten. Zudem sollte man bei Schaltungen mit mehreren Zahnkränzen vorne und hinten die Gänge so wählen, dass die Kette nicht schräg, sondern möglichst in einer geraden Linie verläuft. Dies spart Kraft und vermindert den Verschleiß erheblich.



# Unsere schönsten Radwanderwege

## Donau-Radweg

für einen ungetrübten Radwandrausflug



Der Donau-Radwanderweg ist wohl der bekannteste und einer der schönsten Radwege Europas. Die rund 900 Kilometer lange Strecke führt an der Donau entlang von Donaueschingen über die bayerische Dreiflüssestadt Passau weiter nach Wien. Dabei durchquert der Radwanderweg auch den Landkreis Günzburg. Von Ulm über Günzburg bis nach Dillingen geht's durch wundervolle Auwälder Bayerisch-Schwabens. Hier empfehlen wir allen Donau Radlern der Region rund um Günzburg ein wenig Zeit zu schenken. Mit dem praktischen Radkartenset „Schwäbisches Donautal“ kann man die besondere Region sicher geplant und ganz einfach erradeln. Ob die Wasserspuren-Tour (ab Elchingen/Leipheim), ob die Runde durch das Donaumoos (ab Leipheim/Günzburg) oder durch die Holzwinkel (ab Offingen) – es ist bestimmt für jeden ein ganz besonderes Raderlebnis dabei.



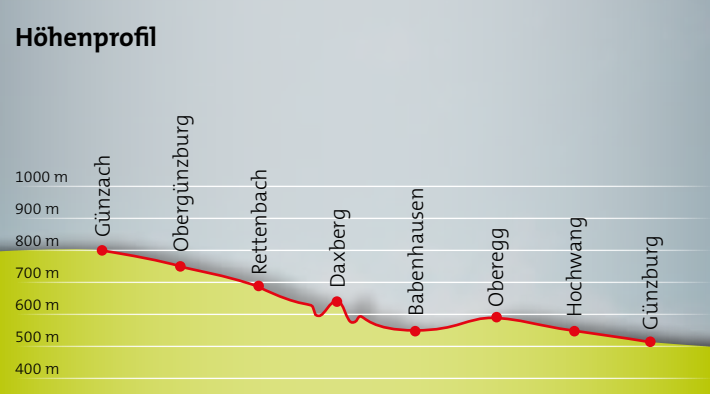
Donau

## Günzta-Radweg



Günz von oben

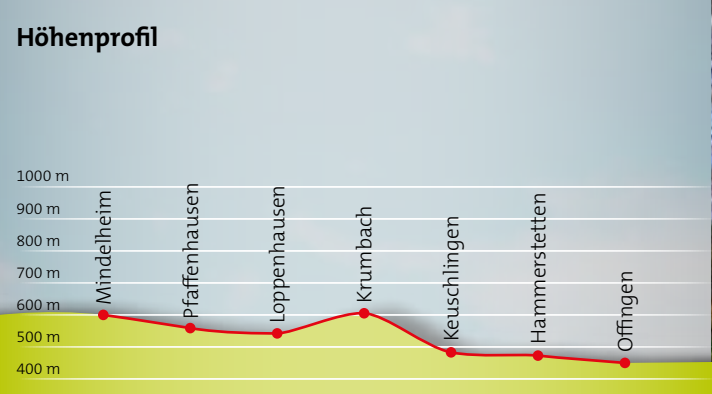
Oberrieder Weiher (Breitenthal)



Die Günz ist ein etwa 55 km langer rechter Nebenfluss der Donau im bayerischen Voralpenland. Wie alle Radwege im Landkreis Günzburg ist auch der Günzta-Radweg perfekt ausgeschildert und einfach zu finden. Start ist in Günzach. Der landschaftlich reizvolle Radweg führt rund 95 Kilometer entlang der herrlichen Flusslandschaft der Günz über Markt Rettenbach, Babenhausen und Ichenhausen schließlich bis nach Günzburg. Gerade für Familien sind viele Teilschnitte fahrbar und besonders attraktiv. Der Günzta-Radweg eignet sich auch perfekt für die Kombination mit anderen weiterführenden und einheitlich ausgeschilderten Radwegen entlang der übrigen schwäbischen Flusstäler. In Günzburg besteht zudem die unmittelbare Verbindung zum Donau-Radwanderweg.

## Kammelta-Radweg

Die Kammel, bis Krumbach auch Kammlach, ist ein rund 57 km langer, linker Nebenfluss der Mindel. Somit ein indirekter rechter Nebenfluss der Donau in Bayerisch-Schwaben. Der perfekt ausgeschilderte Kammelta-Radweg ist Teil des „Bayernnetz für Radler“ und verbindet das ursprüngliche Allgäu mit der belebten Donauregion. Die insgesamt 60 km lange Strecke führt mit vielen malerischen Eindrücken von Mindelheim nach Offingen. Der Kammelta-Radweg ist für sportliche Fahrer als Tagestour geeignet, kann aber auch in mehreren Etappen, z. B. mit Übernachtung im wunderschönen mittelschwäbischen Krumbach, gefahren werden. Die Straßen und Wege entlang des Kammelta-Radweges sind innerhalb des Landkreises Günzburg weitgehend ohne Steigungen und somit perfekt für Einsteiger oder für Familien geeignet.



Baumhotel Behlingen

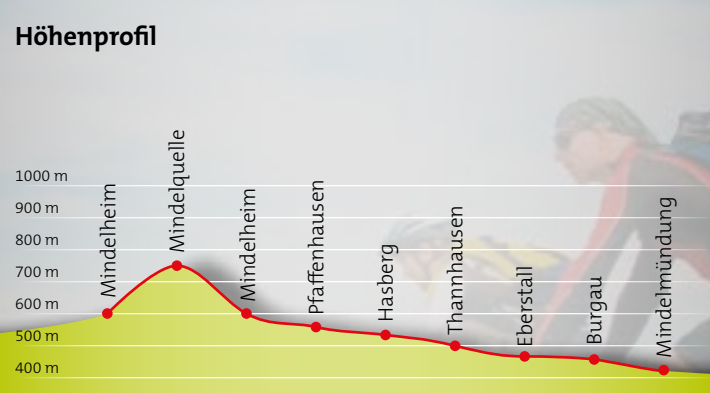


Silbersee Remshart (Rettenbach)

## Mindelta-Radweg



Die Mindel ist ein herrlich gelegener 78 km langer, rechter Nebenfluss der Donau in Bayerisch-Schwaben. Der gut ausgeschilderte Mindelta-Radwanderweg führt an der wunderschönen Mindel entlang von der Quelle bei Mindelheim bis hin zur Donau bei Offingen. Die einmalige 90 Kilometer lange Radtour lässt sich perfekt in zwei Tagestouren oder in viele kleinere Etappen aufteilen und ist somit nahezu für jeden individualisierbar. Der Mindelta-Radweg führt durch eine abwechslungsreiche Landschaft, meist über herrlich naturbelassene Wege. Da es im Quellgebiet einige größere Steigungen gibt empfiehlt es sich für Radler, die es etwas gemütlicher angehen lassen wollen, erst später einzusteigen. Der Radweg eignet sich ab Mindelheim dann auch vor allem für Familien. Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Radwegen gibt es entlang des Mindelta-Radweges in Offingen (Donau-Radwanderweg), außerdem in Jettingen-Scheppach (Glöttal-Radweg) und in Dirlwang (Kneipp-Radweg).



Blick auf Ursberg vom Flugplatz Thannhausen

## Zusam-Radweg



Schwäbische Kartoffelwirte

Pilgerweg Maria Vesperbild

Am gleichnamigen Fluss entlang führt der Zusam-Radweg vom Ursprung im Naturpark Augsburg bis in die Donau bei Donauwörth. Im Süd-Osten der Familien- und Kinderregion führt der Zusam-Radweg von Thannhausen über Lauterbach nach Ziemetshausen. Naturbelassene Wiesen, Moore und Wälder säumen den sehr naturnahen Radweg. In Ziemetshausen kann man eine Pause an der Wallfahrtskirche Maria Vesperbild einlegen.





# Unsere praktische Radwanderkarte

für einen ungetrübten Radwanderausflug



- Information
- Besondere Bauwerke
- Fahrradgeschäfte

- Bahn
  - Bundesstraße
  - Hauptstraße
  - Autobahn
  - Gewässer
  - Wald
  - Siedlung
- 0 1 5 km  
1 : 100.000



**Gastronomie**  
Unter [www.familien-und-kinderregion.de](http://www.familien-und-kinderregion.de) finden Sie unter dem Menüpunkt „Übermachten und Gastronomie“ eine Übersicht an Gastronomiebetrieben unserer schönen Region!

- Donauradweg
- Flusstalradwege
- Themenradwege
- Alles rund ums Radfahren

**Donau-Radweg**  
Ulm - Leipheim - Günzburg - Offingen - Dillingen - Donauwörth - Regensburg - Passau

**Länge** ca. 600 km (Dt. Donau), davon ca. 18 km im Lkr. Günzburg  
**Wege** in der Regel geschotterte, befestigte Wege  
**Schwierigkeitsgrad** leicht

**Günztal-Radweg**  
Obergünzburg - Markt Rettenbach - Erkheim - Babenhausen - Breitenenthal - Ichenhausen - Günzburg

**Länge** insgesamt 95 km, davon ca. 32 km im Lkr. Günzburg  
**Wege** in der Regel asphaltierte, aber auch geschotterte Wege  
**Schwierigkeitsgrad** leicht  
**Anbindung** an DB Günzburg - Ichenhausen; parallel zur Mittelschwabenbahn; Sontheim.

**Kammeltal-Radweg**  
Mindelheim - Pfaffenhausen - Krumbach - Neuburg - Burgau - Offingen

**Länge** insgesamt 60 km, davon ca. 40 km im Lkr. Günzburg  
**Wege** in der Regel asphaltierte Wege  
**Schwierigkeitsgrad** leicht  
**Anbindung** an DB Offingen, ab Neuburg; parallel zur Mittelschwabenbahn

**Mindeltaal-Radweg**  
Mindelquelle - Mindelheim - Pfaffenhausen - Kirchheim - Thannhausen - Jettingen-Scheppach - Burgau - Offingen - Gundremmingen

**Länge** insgesamt 90 km, davon ca. 45 km im Lkr. Günzburg  
**Wege** teils asphaltierte, teils geschotterte Wege  
**Schwierigkeitsgrad** leicht  
**Anbindung** an DB Offingen, Burgau, Jettingen-Scheppach, Mindelheim

**Zusam-Radweg**  
Thannhausen - Ziemetshausen - Dinkelscherben - Zusmarshausen - Wertingen - Donauwörth

**Länge** ca. 143 km, davon ca. 25 km im Lkr. Günzburg  
**Wege** teils asphaltierte, teils geschotterte Wege  
**Schwierigkeitsgrad** leicht

**Fahrradhändler in der Familien- und Kinderregion**

AFS - Auto & Fahrrad Service GmbH Messerschmittstraße 2 89343 Jettingen-Scheppach Tel.: 08221 / 35640 www.afs-guenzburg.de	Edehrad Bahnhofstr. 8 86470 Thannhausen Tel.: 08284 / 8193 www.edehrad.de	Fahrrad Stadler Ledererstraße 1 86473 Ziemetshausen Tel.: 08284 / 8193 www.fahrradstadler.de	Johann Stötter Augsburger Straße 21 86470 Thannhausen Tel.: 08281 / 6616 www.radsport-dresp.de	Radl Weilbach Klosterhof 9 86513 Ursberg Tel.: 08281 / 5223 www.radl-weilbach.de	Radsport Michael Dresp Augsburger Straße 20 a 86470 Thannhausen Tel.: 08281 / 6616 www.radsport-dresp.de	Uwe's Radlshoppen Lurchenweg 8 86381 Krumbach-Niedertraunau Tel.: 08282 / 826631 www.radlshoppen.de
--	---	--	--	--	--	---

Der Fahrradladen GmbH  
Messerschmittstraße 2  
89343 Jettingen-Scheppach  
Tel.: 08225 / 1310  
www.fahrradladen-suess.de

Fahrradservice Schulz  
Messerschmittstraße 2  
86489 Detsenhausen  
Tel.: 08282 / 7116  
www.fs-schulz.de

Glaß, Feine Räder  
Josef-Zech-Straße 2  
89331 Burgau / OT Unterkörningen  
Tel.: 08222 / 4136533  
www.fahrrad-glass.de

Rathaus Burtenbach

Saiko's Velo  
Schleichhausstraße 37  
89312 Günzburg  
Tel.: 08221 / 2049800  
www.saikos-velo.de

Radsport Michael Dresp  
Brühlstraße 9  
86381 Krumbach  
Tel.: 08282 / 5830  
www.radsport-dresp.de

Zweirad Schlosserer  
Biedenbach  
Güssenstraße 25  
89340 Leipheim  
Telefon: 08221 7555



**Regionalmarketing Günzburg GbR -  
Wirtschaft und Tourismus**

An der Kapuzinermauer 1, 89312 Günzburg

Tel.: 08221/95-140, Fax: 08221/95-145

service@landkreis-guenzburg.de

www.familien-und-kinderregion.de



**Impressum**

***Konzeption und Gestaltung***

burkert gestaltung gmbh, ulm

***Druck***

Reichhardt Druck, Jettingen-Scheppach

***Fotografie***

Wolfgang Strobl, Axel Weiss, Henning Tatje, privat

***Maskottchen***

Klaus Prüfer, Grafik-Design

***Kartografie***

geodressing.de

***Kartendaten***

© GeoBasis - DE / BKG 2014