

Beitritt
zum



Niederbergischer
Fahrrad-Club
Heiligenhaus
nfc-heiligenhaus.de
nfc-heiligenhaus@web.de

Bitte einsenden an:
NFC-Heiligenhaus e. V. Röntgenstraße 35 42579 Heiligenhaus

Pflichtangaben:

Name:

Vorname:

Geburtsdatum:

Straße/Nr.:

PLZ/Ort:

Freiwillige Angaben:

E-Mail:

Telefon:

Ja, ich habe die Satzung* anerkannt und möchte dem NFCH beitreten und werde damit gleichzeitig Mitglied im Radsportverband NRW (Bund Deutscher Radfahrer / LSB-NRW).

Im Beitrag enthalten ist eine Private Tretradversicherung*.

* Können im Internet eingesehen werden oder werden auf Anfrage zugesandt. (zutreffendes bitte ankreuzen):

Mitglied ab 27 Jahre (Jahresbeitrag 36 EUR)

Mitglied 18-27 Jahre (Jahresbeitrag 24 EUR)

Jugendmitglied unter 18 Jahren (Jahresbeitrag 20 EUR)

Sozialbeitrag (reduzierter Beitrag / Genehmigung durch den Vorstand) (Jahresbeitrag 10 EURO)

Kinder (unter 14 Jahren (Jahresbeitrag 10 EUR)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der Mitgliedschaft im NFCH voraus. Der Jahresbeitrag gilt für das jeweilige Kalenderjahr, ist in einer Summe zu entrichten und wird nicht erstattet.

Datum

Unterschrift

Samstag, 27. April 2024 AM RHEIN ENTLANG

ca. 65 km / Überwiegend flach

Über Hösel und Schloß Heltorf nach Wittlaer zum Rhein. Den Rhein entlang bis Golzheim. Durch Unterrath und Volkardey zurück nach Heiligenhaus.

Treffpunkt: 10 Uhr PRN Alter Bhf. Heiligenhaus

Tourenleitung: Andreas Piorek

Anmeldung: Tel. 02056-6235 oder pio@nfc-heiligenhaus.de

Sonntag, 05. Mai 2024 LOCHBACHTAL

ca 63 km hügelig / 800hm

Von Heiligenhaus über Wülfrath und Schöller zur Korkenziehertrasse. In Solingen verlassen wir die Trasse und gelangen ins Lochbachtal. Wir folgen dem Lochbach durch viel Wald bis zur Mündung in die Itter. Über Hilden, Haan, Gruiten und Mettmann radeln wir nach Heiligenhaus zurück.

Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld 1, Heiligenhaus

2. Treffpunkt: Wülfrath, PRN / Bahnhofstraße auf Anfrage

Tourenleitung: Lothar Nuthmann

Anmeldung: Tel. 0152 345 29 465 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Sonntag, 19. Mai 2024 BURG BLANKENSTEIN + BURGRUINE ALTENDORF

Ca. 75 km / 720 hm hügelig

Auf dem PRN radeln wir über Nierenhof ins Wodantal und über einen kurzen Anstieg auf die Kohlentrasse. Hinter dem Schulenbergtunnel geht es auf verschlungenen Wegen zur Burg Blankenstein. Von dort radeln wir runter zur Ruhr und folgen dem Ruhrtalradweg mit einem Abstecher zur Burgruine Altendorf. Hier können wir einkehren und die Burgruine bestaunen. Der Rückweg erfolgt über das Hespertal, den Hefel und den PRN.

Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus

2. Treffpunkt: Velbert, PRN Spielplatz Höferpark auf Anfrage

Tourenleitung: Beate-Marion Hoffmann

Anmeldung: Tel. 0152 045 66 881 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Samstag, 25. Mai 2024 DAS GELEUCHT auf Halde Rheinpreussen

ca. 85 km / teilweise bergig

Den Ruhrtalradweg bis DU-Meidereich, in Beekerwerth über den Rhein zur Halde. Rückweg über DU-Neuenkamp und Kaßlerfeld nach DU-Neudorf. Über Mülheim nach Heiligenhaus.

Treffpunkt: 10 Uhr PRN Alter Bhf. Heiligenhaus

Tourenleitung: Andreas Piorek

Anmeldung: Tel. 02056-6235 oder pio@nfc-heiligenhaus.de

Samstag, 01. Juni 2024 TAL DER ITTER

ca. 78 km bergig ca. 710 hm

Von Heiligenhaus über Wülfrath und Vohwinkel nach Solingen. Durch das Tal der Itter zur Mündung in den Rhein in Düsseldorf-Benrath. Rückweg über den Unterbacher See und Ratingen.

Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus

2. Treffpunkt: Zeittunnel auf Anfrage

Tourenleitung: Beate-Marion Hoffmann

Anmeldung: Tel. 0152 045 66 881 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Sonntag, 09. Juni 2024 NORDBAHNTRASSE

Ca. 70 km hügelig / 800hm bergig

Von Heiligenhaus nach Wülfrath über Dönberg zum Bhf. Schee. Auf der Nordbahntrasse bis Vohwinkel und über den PRN zurück. Einkehr ist vorgesehen.

Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld 1, Heiligenhaus

2. Treffpunkt: PRN Zeittunnel in Wülfrath auf Anfrage

Tourenleitung: Lothar Nuthmann

Anmeldung: Tel. 0152 345 29 465 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Samstag, 15. Juni 2024 TETRAEDER.

ca. 80 km / Überwiegend flach

Über Kettwig nach MH-Broich auf den RS1 bis E.-Borbeck. Zum BOT-Bernepark weiter zur Halde Beckstraße auf den Tetraeder. Am Rhein-Herne-Kanal entlang zum Centro und über MH zurück nach Heiligenhaus.

Treffpunkt: 10 Uhr PRN Alter Bhf. Heiligenhaus

Tourenleitung: Andreas Piorek

Anmeldung: Tel. 02056-6235 oder pio@nfc-heiligenhaus.de

DALBECK
Fruchtsäfte aus der Region
SÜSSMOSTEREI DALBECK GBR
Mühlenweg 18 • 42579 Heiligenhaus • ☎ 02056 69219
www.dalbeck-fruchtsaft.de
DHL
PAKETSHOP

Sonntag, 23. Juni 2024

MÜNGSTENER BRÜCKENPARK ÜBER BERGISCHE BAHNTRASSENRADWEGE
ca. 76 km bergig / ca. 910 hm

Über Flandersbach und Aprath erreichen wir Schloss Lüntenbeck. Weiter zur Sambatrasse, die wir bis zum Ende in Cronenberg befahren. Zum Tal der Wupper radeln wir bergab und gelangen bald zur Müngstener Brücke. Anschließend berghoch über die Bergbahntrasse zum Aussichtspunkt und nach Solingen. Dort wartet die Korkenziehertrasse, die wir bis zu ihrem Ende in Vohwinkel befahren. Über Schöller und Düssel kommen wir zum PanoramaRadwegNiederbergbahn, auf dem wir nach Heiligenhaus zurückkehren.

Treffpunkt: 10 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus

2. Treffpunkt Zeittunnel auf Anfrage

Tourenleitung: Beate-Marion Hoffmann

Anmeldung: Tel. 0152 045 66 881 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Sonntag, 30. Juni 2024

MÜGA*CENTRO*LANDSCHAFTSPARK
DU-NORD*RHEINPARK*TIGER & TURTLE

ca 85 km / 380 hm hügelig

Von Heiligenhaus radeln wir über Hösel nach Mülheim vorbei an den Schlössern Broich und Styrum sowie dem Aquarius Wasserturm zum Centro in Oberhausen. Weiter geht es am Rhein-Herne-Kanal zum Landschaftspark DU-Nord und bis zum Rhein. Bei Ruhrort überqueren wir die Ruhrmündung und gelangen nach DU-Hochfeld zum neuen Rheinpark und nach Angerhausen zur Landmarke Tiger & Turtle. Über DU-Großenbaum und Breitscheid fahren wir zurück nach Heiligenhaus. Die Tour führt durch überwiegend flaches Gelände und meist auf autofreien Routen durch grüne Landschaften.

Treffpunkt: 10 Uhr PRN Am Sportfeld 1, Heiligenhaus

Tourenleitung: Lothar Nuthmann

Anmeldung: Tel. 0152 345 29 465 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Sonntag, 07. Juli 2024 ANGER- UND DÜSSELTAL

ca 72 km / 750 hm hügelig

Durch das Angerbachtal radeln wir nach Ratingen-Schwarzbach. Weiter geht es nach Süden und bei Gerresheim gelangen wir an die Düssel. Wir folgen ihrem Lauf durch Erkrath und das Neanderthal und erreichen Gruiten. Auch in Schöller und Düssel treffen wir wieder auf das Flüsschen. In Aprath können wir über den PRN nach Heiligenhaus zurückfahren.

Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus

Tourenleitung: Beate-Marion Hoffmann

Anmeldung: Tel. 0152 045 66 881 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Informationen

Die Fahrradtouren werden im Auftrag des NFC Heiligenhaus durchgeführt. Dieser wird vertreten durch die Tourenleitung. Den Anweisungen hinsichtlich des Tourenablaufs ist Folge zu leisten.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Kinder und Jugendliche können ohne schriftliche Einverständniserklärung der Eltern leider nicht mitfahren. Ansonsten kann Jede/r an unseren Touren teilnehmen. Auch Pedelec-FahrerInnen sind selbstverständlich willkommen.

Kosten

Wenn nicht anders angegeben, sind die Touren kostenlos. Über eine Spende zur Unterstützung der Vereinsarbeit freut sich der NFC-Heiligenhaus. Manchmal entstehen weitere Kosten für S-Bahn + DB, Fähre, etc., darum sollte immer ausreichend Kleingeld mitgenommen werden. Kosten der Tourenleitung (wie z.B. Fahrtkosten) werden umgelegt.

Wichtige Hinweise

Die Teilnahme ist nur nach Anmeldung möglich !!!

Der/Die jeweils angegebene Tourenleitung/in ist Ansprechpartner/in. Mitgenommen werden sollte immer Flickzeug für das Rad und sicherheitshalber Regenzeug. Tagesverpflegung wird dringend empfohlen, denn nicht immer besteht die Möglichkeit einzukehren. Das Fahrrad sollte unbedingt verkehrstüchtig sein. Besonders auf Bremsen, Bereifung und Beleuchtung ist zu achten. Als Radler/innen verhalten wir uns verkehrsgerecht, denn für evtl. entstehende Schäden ist der/die Verursacher/in haftbar. Wer sich von der Gruppe trennen will, sollte sich bitte bei der Tourenleitung abmelden. Für alle Touren wird das Tragen eines Fahrradhelms empfohlen.

Treffpunkte

PRN = PanoramaRadwegNiederbergbahn in Heiligenhaus
Am Sportfeld 1 (PRN-Rastplatz gegenüber dem Sportplatzeingang)
Alter Bahnhof (PRN-Rastplatz vor den Silos Westfalenstraße 14)

Radtouren und Veranstaltungen, Wie:

- ◆ Abend-Radtouren
 - ◆ Spontane Touren
 - ◆ Kurzfristig neu angesetzte Touren
- Findet man nur auf unserer Internetseite bzw. im Newsletter

Radlertreff

Unser Radlertreff findet unregelmäßig statt
Bei Interesse Newsletter per Mail anfordern

Impressum / Kontakt

V.i.S.d.P. Niederbergischer Fahrrad-Club Heiligenhaus e.V. / Auflage: 2.500
NFC Heiligenhaus, Röntgenstraße 35, 42579 Heiligenhaus
www.nfc-heiligenhaus.de
nfc-heiligenhaus@web.de

Starke Energie aus der Natur:

Unser NeanderStrom

Zurück zur Natur und die Vorzüge der Zivilisation genießen: Mit **NeanderStrom** holen Sie sich 100% Naturkraft zum fairen Preis ins Haus.

Entwickeln Sie sich weiter: Wechseln Sie jetzt zu www.neander-energie.de.

EIN UNTERNEHMEN DER
STADTWERKE
WÜLFRAETH, HEILIGENHAUS, ERKRATH



 neander
energie

Sonntag, 14. Juli 2024 BOCHUM JAHRHUNDERTHALLE
ca. 82 km / ca.740 hm hügelig
Über den PRN bis Nierenhof. Dort durch das Balkhauser Tal zur Ruhr und bis Dahlhausen. Beginn der **Springorumtrasse**, der wir bis zum Ende folgen. Das nächste Ziel ist die Jahrhunderthalle. Über die Erzbahntrasse, Leithe zur Freisenbruchtrasse und anschließend zum Ruhrradweg, den wir bis zum Beginn der Grugatrasse befahren. Von hier bis Margarethenhöhe über Haarzopf, den Flughafen E-MH, Kettwig und den PRN zurück Heiligenhaus.
Einkehr ist vorgesehen.
Treffpunkt: 10 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus
2. Treffpunkt: Velbert, Spielplatz Höferpark auf Anfrage
Tourenleitung: Lothar Nuthmann
Anmeldung: Tel. 0152 345 29 465 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Sonntag, 21. Juli 2024 BERGERHOF
ca. 60 km bergig ca. 720 hm
Durch Flandersbach kommen wir zum PRN nach Wülfrath. Ab Oberdüssel fahren wir über die Bergische Diakonie ins Windrather Tal. Das Deilbachtal fahren wir hoch und machen dann den Abstecher zum Bergerhof, wo wir uns eine Pause gönnen. Der Rückweg führt über **Langenberg** und **Velbert** zum PRN, dem wir bis **Heiligenhaus** folgen.
Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld Heiligenhaus
2. Treffpunkt: PRN Wülfrath Zeittunnel auf Anfrage
Tourenleitung: Beate-Marion Hoffmann
Anmeldung: Tel. 0152 045 66 881 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Samstag, 27. Juli 2024 ESSENER SÜDEN
ca. 75 km / Teilweise bergig
Über Kettwig nach MH-Broich auf den RS1 bis Rheinischer Platz. Über Frillendorf bis zum Mechtenbergpark. Zurück über Kray und Steele die Ruhr entlang.
Treffpunkt: 10 Uhr PRN Alter Bhf. Heiligenhaus
Tourenleitung: Andreas Piorek
Anmeldung: Tel. 02056-6235 oder pio@nfc-heiligenhaus.de

Sonntag, 04. August 2024 UNTERBACHER SEE, D-RHEINPROMENADE
ca. 85 km / ca 370hm
Von Heiligenhaus radeln wir zum Unterbacher See. Über Schloss Eller und den Volkspark gelangen wir zum Rhein. Diesem folgen wir durch Kappes Hamm und die Altstadt (Fischmarkt) bis zum Nordpark. Von dort geht es über Ratingen und Hösel zurück nach Heiligenhaus.
Treffpunkt: 11 Uhr PRN Am Sportfeld 1, Heiligenhaus
Tourenleitung: Lothar Nuthmann
Anmeldung: Tel. 0152 345 29 465 oder nfc-heiligenhaus@web.de

Samstag, 24. August 2024 HALDE PROSPER-HANIEL
ca. 80 km / Überwiegend flach
Über MH-Broich durch Oberhausen zum Centro. Durch Osterfeld auf die Jacobi-Trasse auf dem Kreuzweg die Halde hoch. Über Fuhlenbrock zum Rhein-Herne-Kanal. Vom Centro aus wieder zurück nach Heiligenhaus.
Treffpunkt: 10 Uhr PRN Alter Bhf. Heiligenhaus
Tourenleitung: Andreas Piorek
Anmeldung: Tel. 02056-6235 oder pio@nfc-heiligenhaus.de

Wir codieren Fahrräder als Diebstahlschutz
Nach Terminvereinbarung und an festen Terminen
INFOs dazu unter
<http://nfc-heiligenhaus.de/fahrradcodierung-als-diebstahlschutz/>



Beate-M. Hoffmann
02056-24503

Bei Fragen zu den einzelnen Touren kontaktiert man am besten immer die jeweiligen Tourenleitungen



Lothar Nuthmann
02056-24503

Die Tourenleitungen des NFC Heiligenhaus



Andreas Piorek
02056-6235



Joachim Steffen
0177-8052702



Dieter Statz
verstorben

Ihre Region sagt Danke!

Sparen, gewinnen und Gutes tun. Mit PS - der Lotterie der Sparkassen.

Wenn Sie PS-Lose spielen, sichern Sie sich nicht nur die Chance auf monatliche Gewinne von bis zu 250.000 Euro. Vielmehr unterstützen Sie auch die Vereine in Erkrath, Heiligenhaus, Mettmann und Wülfrath, denn: Die Gewinne, die nicht ausgezahlt werden, fließen an viele Institutionen und Einrichtungen zurück. So können Sie mit einem Los für fünf Euro jede Menge Gutes tun.

Jetzt PS-Dauerauftrag einrichten – online oder in Ihrer Filiale!

Weil's um mehr als Geld geht.


Kreissparkasse
Düsseldorf

Fahrradaktivreisen + Fahrradtouren 2024

mit dem NFC Heiligenhaus



**Niederbergischer
Fahrrad-Club
Heiligenhaus**

nfc-heiligenhaus.de
nfc-heiligenhaus@web.de

**Kettwig
Heiligenhaus
Ratingen Velbert
Mettmann Wülfrath**