

DINAMo-Radtouren zu spannenden Zielen
und durch herrliche Landschaften & andere Rad-Aktivitäten

Fit mit dem Fahrrad!

Rad fahren hat sich zum Ausdauersport für jedes Alter entwickelt. Gelenke sowie der ganze Stützapparat werden beim Rad fahren weniger belastet als beim Laufen.

Auch für Menschen, die längere Zeit keinen Sport ausgeübt haben, ist das Rad fahren der ideale Einstieg.

Rad fahren verbessert die Kreislauffunktionen: Der Blutdruck sinkt und das Herzinfarktrisiko wird um 50 Prozent gesenkt. Und es stärkt das Immunsystem: Phagozyten (Fresszellen) werden mobilisiert, die Bakterien und sogar Tumorzellen zerstören.

DINAMo-Stammtisch

Mittwoch, 5. Mai 2010 · 19.00 Uhr
Der dynamische Treffpunkt
im Stüberl des Restaurant Einhorn,
Singergasse 15, Wiener Neustadt.



Critical Mass Wiener Neustadt

Die Stadt-Radtour zur Hauptverkehrszeit!!!
Freitag, 21. Mai 2010
Treffpunkt 16.00 Uhr Bahnhof
Abfahrt 16.30 Uhr



Rad-Tagestour

Burg Seebenstein Türkensturz

Sonntag, 30. Mai 2010 · 8.45 Uhr
Treffpunkt Katzelsdorf Radinfopunkt.
Fahrt nach Seebenstein. Wanderung
zum Türkensturz. Retourfahrt wieder
ab Seebenstein [Radtour ca. 40 km]
Details nach Anmeldung bei:
Gottfried Velechovsky, 0676/7391750



DINAMo-Stammtisch

Mittwoch, 2. Juni 2010 · 19.00 Uhr
Der dynamische Treffpunkt
im Stüberl des Restaurant Einhorn,
Singergasse 15, Wiener Neustadt.



Tipp:

Zur Begrüßung erhalten
neue DINAMo-Mitglieder
einen Weltladen-Warengutschein*
im Wert von 6,- €

DINAMo-Mitgliedsbeitrag: 24,-
Ermäßigter Beitrag: 18,-
Anschlussmitglieder: 12,-
Kinder-Anschlussmitgl.: 0,-



* Gutschein für ordentliche
DINAMo-Mitglieder

Wind-Rad-Tour zum Windrad Lichtenegg in der Buckligen Welt

Sonntag, 6. Juni 2010 · 9.00 Uhr
Mit dem Bus (mit Radtransporter) ab
Bahnhof Wiener Neustadt nach Lichtenegg.
Aussichtsplattform im Windrad und
Wind-Energie-Vortrag im GH Neumüller.
Kleines Geschenk für alle TeilnehmerInnen.
Rückfahrt per Fahrrad durch das Pittental
[leichte Radtour ca. 48 km].
Rückfahrt ist auch mit dem Bus möglich!
Details nach Anmeldung bei: Karl Zauner,
02622 / 21265 oder dinamo@radlobby.at



Weinviertel Radtour zum NONSEUM Herrnbaumgarten

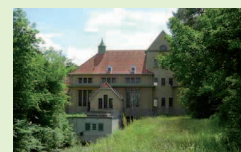
Sonntag, 20. Juni 2010 · 9.00 Uhr
Bahnhof Wr. Neustadt.
Mit ÖBB nach Bernhardsthal.
Radtour nach Herrnbaumgarten.
Nonseum-Besuch. Weiter mit dem
Rad nach Mistelbach.
[Radtour ca. 48 km].
Rückfahrt mit ÖBB.



Details nach Anmeldung bei: Karl Zauner,
02622 / 21265 oder dinamo@radlobby.at

Kehrbach Radtour & EVN-Kraftwerk-Besichtigung

Sonntag, 18. Juli 2010 · 9.00 Uhr
Treffpunkt Bahnhof Wr. Neustadt.
Bahnhof - Ungarviertel - Akademie-
park - Föhrenwald-Kraftwerk -
Breitenau - Peisching Schwarza-Wehr.
Vortrag „Der Kehrbach und seine Geschichte“
beim Dorfwirt in Peisching. Zurück
durch den Föhrenwald [Radtour ca. 38 km].
Details nach Anmeldung bei: Karl Zauner,
02622 / 21265 oder dinamo@radlobby.at



**Burgenland-Runde
Wiesen - Mattersburg**

Sonntag, 22. Aug. 2010 · 9.00 Uhr
Treffpunkt Bhf. Wr. Neustadt.

Wr. Neustadt - Neudörfel -
Bad Sauerbrunn - Wiesen -
Forchtenstein - Mattersburg -
Siegleß - Pötttsching -
Lichtenwörth - Wiener Neustadt [Radtour ca. 49 km].

Details nach Anmeldung bei:
Gottfried Velechovsky, 0676/7391750
oder dinamo@radlobby.at



Critical Mass Wiener Neustadt

Die Stadt-Radtour zur Hauptverkehrszeit!!!
Freitag, 24. Sept. 2010
Treffpunkt 16.00 Uhr Bahnhof
Abfahrt 16.30 Uhr



DINAMO-Stammtisch

Mittwoch, 6. Okt. 2010 · 19.00 Uhr
Der dynamische Treffpunkt
im Stüberl des Restaurant Einhorn,
Singergasse 15, Wiener Neustadt.



DINAMO-Stammtisch

Mittwoch, 1. Sept. 2010 · 19.00 Uhr
Der dynamische Treffpunkt
im Stüberl des Restaurant Einhorn,
Singergasse 15, Wiener Neustadt.



**Föhrenwald-Tour zum
Sturmonifest in Katzelsdorf**

Sonntag, 10. Okt. 2010 · 12.00 Uhr
Treffpunkt Bhf. Wr. Neustadt.

Wr. Neustadt - Föhrenwald - St. Egyden -
Schwarzau - Föhrenau -
Katzelsdorf (~14.00 Uhr)
[Radtour ca. 25 km].

Details nach Anmeldung bei:
Karl Zauner, 02622/21265
oder dinamo@radlobby.at



**4-Flüsse-Radtour
Leitha - Pitten - Feistritz - Schwarzau**

Sonntag, 5. Sept. 2010 · 8.00 Uhr
Treffpunkt Bhf. Wr. Neustadt.

Wr. Neustadt - Katzelsdorf -
Pitten - Grimmenstein -
Kirchberg/Wechsel - Otterthal -
Raach - Sonnleiten - Enzenreith -
Gloggnitz - Ternitz - Neunkirchen -
Föhrenwald - Wr. Neustadt
[Radtour ca. 85 km].



Wer nicht so weit fahren möchte:
Teilstrecke: Grimmenstein - Gloggnitz!
Bis Grimmenstein mit ÖBB und ab
Gloggnitz zurück auch mit ÖBB.

Details nach Anmeldung bei:
Gottfried Velechovsky, 0676/7391750
oder dinamo@radlobby.at

*Tipp:
Sehr schöne
Strecke!*



*Die Tour führt am
Filmdrehort von
„Der Knochenmann“
vorbei. Vielleicht
gibt's dort Grillhendl ...*

DINAMO-Stammtisch

Mittwoch, 3. Nov. 2010 · 19.00 Uhr
Der dynamische Treffpunkt
im Stüberl des Restaurant Einhorn,
Singergasse 15, Wiener Neustadt.



Die Teilnahme an allen Radtouren ist kostenlos. Eventuelle Fahrtkosten, Eintritte und Verpflegung müssen selbst bezahlt werden. Es ist sinnvoll, unter den Mitfahrenden Gruppenreisen zu buchen. DINAMO bemüht sich um Koordination, damit möglichst günstige Fahrtkosten zustande kommen. Von DINAMO wird keine Haftung jeder Art übernommen. Die Teilnahme ist freiwillig und erfolgt in Selbstverantwortung. Verkehrstaugliche Fahrräder sind Voraussetzung. Ein Pannendienst wird nicht extra angeboten. Freiwillige Hilfe und Unterstützung ist bei Bedarf natürlich gerne vorhanden. DINAMO-Mitgliedschaft ist für die Teilnahme nicht nötig. Über weitere DINAMO-Aktivitäten, wie Fahrradkurse für MigrantInnen, Fahrrad-Checks, Infostände bei Weltladen oder in Katzelsdorf erfahren Sie mehr über unseren E-Mail-Newsletter.



Unter allen TeilnehmerInnen an den hier genannten **DINAMO-Aktivitäten & Critical Mass** verlosen wir am Jahresende 2010

2 x Essen im Einhorn
für je 2 Personen im Wert von 12,- €/Person

Die Gewinne können nicht in bar abgelöst werden.
Keine Teilnahme von DINAMO-Vorstandsmitgliedern.

Restaurant Einhorn

Wiener Neustadt · Singergasse 15 · <http://www.einhorn.at>
Reservierungen: restaurant@einhorn.at · Bitte Tel.-Nr. angeben!

Kneipp Wiener Neustadt Radtouren 2010

Mo 7. Juni 2010 · 8:00 Uhr · Hauptschule West
Runde durch das Steinfeld ca. 55 km
G. Velechovsky, 0676 73 917 50

Mo 14. Juni 2010 · 8:00 Uhr · Billa Parkplatz, Puchberger Straße
Krumbach – Lockenhaus ca. 60 km
A. und E. Roth, 02622 28154
Anmeldung wegen Radtransport unbedingt notwendig!

Mo 21. Juni 2010 · 8:00 Uhr · Hauptschule West
Laxenburg ca. 80 km
Franz Krenn, 0650 50 197 07

Mo 28. Juni 2010 · 8:00 Uhr · Billa Parkplatz, Neudörfler Straße
Neusiedlersee (Rust) ca. 80 km
Franz Krenn, 0650 50 197 07
Anmeldung wegen Radtransport unbedingt notwendig!

Herbstadtouren in Vorbereitung:
<http://wienerneustadt.kneippbund.at>