

Radfahren - vom Traum zur Wirklichkeit

Im August 2013 habe ich einen Radfahrkurs absolviert, der mein Leben sehr positiv verändert hat. Darüber möchte ich gerne berichten.

Als ich klein war, habe ich nicht die Möglichkeit gehabt, in meiner Heimat Nigeria die Kunst des Radfahrens zu erlernen. Es gab kein Dreirad, kein Kinderrad, unsere Spielsachen haben wir selbst gebastelt. Radfahren war und ist für Frauen immer noch tabu. Nur sehr wenige Menschen können sich ein Fahrrad leisten, Ein Fahrrad ist in Nigeria eben keine Standardausstattung.

Im Alter von 20 Jahren bin ich nach Deutschland ausgewandert. Vor circa 40 Jahren habe ich zum ersten Mal versucht, mithilfe meines Mannes auf ein Fahrrad zu steigen. Es war schwer, ging überhaupt nicht. Meine Kinder haben auch später versucht, mir das Radfahren beizubringen, aber leider ohne Erfolg. Die Angst zu fallen war einfach zu groß. Im Jahr 2009 habe ich dann mit dem Spruch "im Leben muss man nicht alles können, dann sollte es nicht sein", aufgegeben.

Im Sommer 2013 erzählte mir meiner Tochter, dass in Leer ein Radfahrkurs für Erwachsene stattfinden soll. Ich habe die Telefonnummer sofort herausgesucht, mich angemeldet, und damit kam die Wende! Eine ganze Woche Übung zuerst mit dem Roller, dann Laufrad, dann mit dem Übungsrad. Zwischendurch war ich auch mal verzweifelt, weil es nicht zu klappen schien, aber dann kam der Tag X !!!

Ich bin die ersten Meter auf dem Fahrrad gefahren, und das zum ersten Mal mit 60 plus! Ich habe mich wie ein kleines Kind gefreut. Die Übungsstunden haben wir mit einer Fahrradtour durch die Stadt Leer mit dem ADFC abgeschlossen. Seitdem steige ich fast täglich mit viel Vergnügen auf mein Fahrrad.



Meine Familie, Nachbarn und Freunde waren erstaunt, mich als Radfahrerin wahrzunehmen. Ich habe natürlich viel Lob bekommen, was mich auch immer noch mehr motiviert, daran zu bleiben.

Mit dieser Lernmethode, die basiert auf kleine spielerische Schritte, habe ich die Angst vor dem Radfahren überwunden.

Mein Rat an alle, die noch nicht Radfahren können und noch davon träumen: Traut Euch, versuche es einfach. Es ist im Leben nie zu spät, noch etwas dazu zu lernen. Über diese Bereicherung bin ich **ÜBERGLÜCKLICH**.

Adelayo Adesokan

Großefehn, im Februar 2014

