

„Radfahren macht mich glücklich“

Frank Winkelkötter fährt nicht nur täglich mit dem Fahrrad zur Arbeit, sondern sogar bis nach Rom

Von Sophie Beckmann

Lendringsen. Frank Winkelkötter hat eigentlich sogar zwei Autos vor der Tür seines Hauses in Unna stehen. Doch genutzt werden diese kaum noch. Denn seit knapp anderthalb Jahren erledigt er so gut wie alles mit dem Fahrrad. Auch seinen Weg zur Arbeit, zur Behindertenhilfe nach Lendringsen, wo Winkelkötter bereits seit 26 Jahren aktiv ist. Regen, Schnee, Minusgrade oder praller Sonnenschein – das spielt quasi keine Rolle, der ambitionierte Radfahrer erledigt so gut wie alles mit dem Bike. Um Einkäufe zu erledigen, hat er nun auch ein Lastenfahrrad. Und mit dem normalen Bike ist Frank Winkelkötter sogar schon bis nach Rom geradelt.



Hallo Herr Winkelkötter, jetzt erzählen Sie doch mal, waren Sie schon immer so ein begeisterter Radfahrer?

Frank Winkelkötter: (lacht) Ich bin wirklich schon immer gerne Fahrrad gefahren. Aber eigentlich nur in meiner Freizeit, das Auto habe ich früher definitiv viel, viel häufiger genutzt als heute. Fahrradfahren macht mir einfach den Kopf frei, es schüttet regelrecht Glückshormone bei mir aus. Man kann wirklich sagen, Radfahren macht mich glücklich. Und bei den aktuellen Spritpreisen ist das natürlich ein doppelter Vorteil.

Das stimmt wohl. Wie kam es denn dazu, dass Sie nun so gut wie alles mit dem Rad erledigen?

Das geht auf die Corona-Pandemie zurück. Damals, im ersten Herbst der Pandemie, haben sich zwei Leute bei uns auf der Arbeit mit Corona infiziert. Und da war es noch so, dass alles Kontaktpersonen in eine sogenannte Arbeitsquarantäne mussten. Da ich sowieso ein Frischluft-Fan bin, habe ich dann mit dem Gesundheitsamt abgesprochen, ob ich nicht mit dem Rad zur Arbeit kommen kann. Das ging alles und dann dachte ich mir anfangs eigentlich, dass ich das nur 14 Tage, also für die Dauer der Arbeitsquarantäne beibehalten möchte. Doch nach den zwei Wochen habe ich gemerkt, wie gut mir das tut und dann bin ich irgendwie dabei geblieben.

KURZ & KNAPP

Frank Winkelkötter

Kaffee oder Tee?

Kaffee

Winterurlaub oder Sommerurlaub?

Sommerurlaub

Klassisches Fahrrad oder E-Bike?

Klassisches Fahrrad

Berge oder Meer?

Berge



Perfekt für Einkäufe oder die Saunatasche: die neueste Anschaffung von Frank Winkelkötter ist ein Lastenfahrrad.

FOTO: SOPHIE BECKMANN

Arbeit nach Lendringsen gefahren.

Wahnsinn. Aber Sie erledigen ja nicht nur Ihren Arbeitsweg mit dem Fahrrad, richtig?

Genau. Mittlerweile mache ich fast alles mit dem Fahrrad. Ich habe seit einiger Zeit auch ein E-Bike und jetzt relativ neu über das Dienstrad-Leasing auch ein Lastenfahrrad. Das ist echt praktisch, weil da super viel reinpasst. Da kann ich ohne Probleme Einkäufe erledigen und meiner Routine nachgehen. Denn ich gehe nach der Arbeit oft in die Sauna und die Saunatasche ist schon ziemlich groß, aber mit dem Lastenfahrrad funktioniert das echt super.

„Im Winter hätte ich eigentlich immer das Auto genommen, um in die Sauna zu fahren, aber seit ich das neue Rad habe, geht’s eben auch so.“

Frank Winkelkötter, ambitionierter Radfahrer, über sein neues Lastenfahrrad

Das haben Sie sonst mit dem Auto gemacht?

Richtig. Ich konnte mir das Lastenrad im vergangenen September über die Firma leasen. Die sind nämlich echt teuer, teils kosten die mehrere tausend Euro. Im Winter hätte ich nach der Nachtbereitschaft eigentlich immer das Auto ge-

nommen, um in die Sauna zu fahren, aber seit ich das neue Rad habe, geht’s eben auch so und das macht mir echt viel Spaß.

Sind Ihre Arbeitskollegen denn auch schon zu solch ambitionierten Radfans geworden?

(lacht) Im vergangenen Frühjahr gab es bei uns zum ersten Mal das Angebot, dass man sich ein Dienstrad leasen konnte. Und das war echt für viele ein total interessantes Angebot, allein sechs Mitarbeiter aus meiner Gruppe haben das gemacht und eine richtige Fahrradbegeisterung entwickelt.

Sie haben als Team Behindertenhilfe Menden auch beim Stadtradeln teilgenommen.

Das hat echt total viel Spaß gemacht. Und wir haben wirklich gut abgeschnitten. Ich dachte mir einfach, als ich von der Veranstaltung hörte, dass ich ein Team gründe. Und dann haben wir in der Kategorie Betriebe und Unternehmen sogar den ersten Platz gemacht, das war echt toll.

Das glaube ich. Und Sie fahren mit dem Rad ja sogar in Urlaube.

Genau. Ich mache immer sogenannte Fahrradreisen, darüber berichte ich im Moment sogar hier an der Volkshochschule. Meine weiteste Reise war bis nach Rom. Allerdings muss ich dazu sagen, dass ich erst mit dem Zug bis nach Innsbruck gefahren bin, aber von da bin ich dann durchgeradelt und das war wirklich kaum zu glauben, als ich dann in Rom auf dem Petersplatz stand.

Klingt wahnsinnig toll, aber auch

STECKBRIEF

Frank Winkelkötter

■ Frank Winkelkötter wohnt in Unna und arbeitet bei der Behindertenhilfe Menden am Standort Lendringsen.

■ Geboren ist der ambitionierte Radfahrer 1960 und arbeitet bereits seit 1996 bei der Behindertenhilfe.

■ An der Volkshochschule hält Winkelkötter Vorträge über seine verschiedenen Fahrradreisen.

■ Zudem ist er Bewegungslehrer und gibt Yoga- und Bewegungskurse.

sehr anstrengend, bereiten Sie sich da denn irgendwie drauf vor?

Nein, eigentlich tatsächlich nicht. Ich fahre ja jeden Tag Fahrrad und das war auch nicht meine erste Reise. Ich bin mit dem Rad auch schon am Rhein entlang gefahren, von Bonn bis nach Freiburg, dann habe ich im Allgäu eine Alpenüberquerung gemacht und bin auch schon vom Rhein zur Donau, also einmal quer durch Deutschland gefahren. Nach Norderney ging es auch schon und eine Fahrradtour einmal durch Irland habe ich auch schon gemacht, das war allerdings mit einer Freundin zusammen.

Sonst machen Sie alle Reisen alleine?

Ja, meistens schon. Das mache ich aber auch am liebsten so. So kann ich mir alles selbst einteilen und so machen und planen, wie es für mich am besten passt. Ich fotografiere zum Beispiel auch super viel und gerne und ich glaube, wenn ich dann immer wieder anhalte, um Fotos zu machen, würde das andere irgendwann nerven.

„Fahrradfahren macht mir einfach den Kopf frei, es schüttet regelrecht Glückshormone bei mir aus.“

Frank Winkelkötter, Mitarbeiter bei der Behindertenhilfe in Menden

Und was steht in diesem Jahr noch auf Ihrer Liste?

Ursprünglich wollte ich eigentlich mit dem Fahrrad bis nach Israel fahren, aber das ist im Moment aufgrund der aktuellen Situation erst einmal vom Tisch. Ich überlege, ob ich vielleicht Schottland mal in Angriff nehme. Aber erst mal abwarten.

Aber jetzt sind Sie doch mal ehrlich, brauchen Sie dann überhaupt noch Ihre Autos? Oder haben Sie mal daran gedacht, die zu verkaufen?

Natürlich nutze ich beide Autos nicht häufig, aber verkaufen würde ich sie trotzdem nicht. Es gibt auch heute immer noch die ein oder andere Situation, in der ich auf ein Auto angewiesen bin, es ist schon gut eins zu haben. Ich fahre ja auch Motorrad, das mache ich zwar selten, aber ab und zu mache ich dann auch mal eine Motorrad-Tour. Aber es ist schon richtig: meistens entscheide ich mich fürs Fahrrad.

Baustart für beleuchtete Laufstrecke

LEDs leuchten insektenfreundlich

Menden. Menden bekommt eine beleuchtete Sportstrecke mit Sportinseln. Dazu soll der Radweg vom Bahnhof Menden bis zum Bahnhof Böisperde ausgebaut werden. In der kommenden Woche wird der erste Bauabschnitt beginnen, in dem ein bislang unbeleuchteter Teil des Weges im Bereich der Max-Eyth-Straße mit modernen LED-Straßenlaternen ausgestattet wird.

Das Besondere daran: Die LEDs leuchten gedimmt, sind somit insektenfreundlich und werden nur dann heller, wenn der Weg durch Läufer, Radler, Skater oder Spaziergänger benutzt wird. Dazu sind die Lampen mit Bewegungssensoren ausgestattet. Jede einzelne Lampe meldet außerdem der nächsten, dass sie eine Bewegung wahrgenommen hat. So entsteht ein „fortlaufendes Licht“, das die Nutzerinnen und Nutzer auf dem Weg begleitet. Weitere dieser Leuchten folgen in einem nächsten Bauabschnitt, so dass künftig die gesamte circa 3,6 Kilometer lange Strecke ausgeleuchtet sein wird.

Später werden dann noch zwei „Sportinseln“ gebaut. Diese sind mit unterschiedlichen Outdoor-Sportgeräten ausgestattet, die multifunktional für verschiedene Übungen genutzt werden können.

Stärkere Nutzung

„Durch diese durchgängig beleuchtete Sportstrecke bauen wir einen beliebten Weg aus, der dann noch deutlich stärker genutzt werden kann. So schaffen wir ein jahreszeitenunabhängiges, modernes und niederschwelliges Freizeitsportangebot für alle Generationen“, freut sich die Erste Beigeordnete, Henni Krabbe, die unter anderem auch für die Bereiche Schule und Sport zuständig ist.

Beantragt wurde die Schaffung einer beleuchteten Laufstrecke durch den Stadtsportverband Menden e.V. als Interessensverband für die Mendener Sportvereine. Ein entsprechender Beschluss wurde durch den Sportausschuss getroffen. Entwickelt wurde die Idee, den bestehenden Radweg zwischen den beiden Bahnhöfen zu beleuchten und als Sportstrecke auszubauen in enger Zusammenarbeit mit dem MCM Marathon-Club Menden e.V. als mitgliederstärkstem Verein für den Laufsport. Der Ausbau der Sportstrecke wird über das Programm „Investitionspakt zur Förderung von Sportstätten“ mit 90 % gefördert.

Die Kosten für das Projekt belaufen sich insgesamt auf rund 450.000 Euro. Der Eigenanteil der Stadt Menden liegt somit bei circa 45.000 Euro.

Starkstromkabel und Gas gestohlen

Menden. Von einer Baustelle an der Balver Straße wurde in der Nacht von Mittwoch auf Donnerstag ein circa 60 Meter langes Starkstromkabel entwendet, das zwischen einem Verteilerkasten und einem Krahn lag. Täterhinweise liegen nicht vor.

In der Straße Hönnenwerth brachen unbekannte Täter ebenfalls in der Nacht von Mittwoch auf Donnerstag in einen umzäunten Außenbereich eines Baumarktes ein. Den Tätern gelang es offenbar eine Tür gewaltsam aufzurücken. Vom Gelände wurden nach ersten Erkenntnissen diverse Gasflaschen entwendet.