

Spiegel online (www.spiegel.de) vom 25.08.2011

Radfahrkurse für Erwachsene

Mathe im Sattel

Von Andrea Reidl



Fotos ▶

Asja Caspari

Mit ungewöhnlichen Methoden bringt ein Hamburger Sportwissenschaftler Erwachsenen das Radfahren bei. Christian Burmeister lässt die Teilnehmer einen Roller schieben, später im Sattel Rechenaufgaben lösen - und nutzt Shakespeare, Goethe und Kant für sein Konzept.

"Als Studentin durfte ich Autofahren, aber nicht Radfahren", sagt Shahnaz Rezapur. Die Ärztin aus Kabul sitzt auf einem schwarzen Rad und wippt sachte von einem Fuß auf den anderen. Gerade hat sie den Sportplatz umrundet. "Ich kann fahren", sagt sie und lacht befreit. In ihrer Heimat hatten die Taliban Frauen verboten, sich aufs Fahrrad zu setzen, angeblich aus Sorge um ihre Jungfräulichkeit. Mit dem Radfahrkursus für Erwachsene hat sich die 46-Jährige einen lange gehegten Wunsch erfüllt.

Zwei Wochen zuvor: Ein Montag, auf einem Sportplatz im Hamburger Norden. Acht Frauen auf dunkelblauen Plastikstühlen, die Handtaschen, wie Schutzmauern auf ihrem Schoß, bilden einen Halbkreis um Christian Burmeister. Der Sportwissenschaftler gibt seit 25 Jahren Radfahrkurse für Erwachsene. Nach seinen Schätzungen können mehrere hunderttausend Erwachsene in Deutschland nicht Radfahren. Burmeister hat ein Konzept entwickelt, mit dem Anfänger es in kleinen Schritten lernen. Seine Übungen finden auch bei anderen Verkehrserziehern großen Anklang. Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) orientiert sich daran, die Hamburger Verkehrspolizei und das Land Luxemburg.

Gegenüber der Gruppe holt Burmeister erst einmal weit aus: "Ihr könnt hier nachholen, was ihr in eurer Kindheit verpasst habt", erklärt er und meint damit zunächst die Beschäftigung mit dem eigenen Körper. Viele müssen überhaupt erst ein Gefühl für Bewegung entwickeln. Und nach Überzeugung von Burmeister ist ein Roller dafür das beste Hilfsmittel. Skeptisch schieben die Teilnehmerinnen das hüfthohe Gefährt auf den Sportplatz. Ich will Radfahren lernen, nicht Roller schieben, meint man in ihren Gesichtern zu lesen. "Nein", widerspricht Burmeister, "das ist kein Widerwille, das ist Angst".

Philosophische Weisheiten als Fundament

Er führt die erste Übung vor: Bremsen ziehen, Lenker gerade, einen Fuß seitlich aufs Trittbrett stellen und mit dem anderen durchsteigen. Von links nach rechts und umgekehrt. Immer wieder. Das schaffen die Anfängerinnen. Eine Frau atmet hörbar auf, die ersten lächeln. Weiter: Rechten Fuß aufs Trittbrett, nach links kippen und sich mit dem leicht abgespreizten linken Fuß auffangen. Zwei Frauen versuchen zu balancieren. Burmeister schreitet ein: "Wartet. Shakespeare hat sinngemäß gesagt, 'die Welt will etwas von mir'. Ihr müsst spüren, was der Roller von euch will, auf welche Seite er sich neigt - auf diese Seite neigt ihr euch dann auch."

Shakespeare, Goethe und Kant zitiert der Sportwissenschaftler gerne auf dem Übungsplatz. Spätestens nach dem fünften Zitat dämmert den Anfängern, dass die zunächst albern anmutenden Übungen einem Konzept folgen - Burmeisters Konzept. Er nennt es "moveo ergo sum" - ich bewege mich, also bin ich - in Anlehnung an "cogito ergo sum" - ich denke, also bin ich - des französischen Philosophen René Descartes. Bereits mit der ersten Rollerübung bilden die Teilnehmer das Fundament für ihr späteres Radfahren. Sie verankern Bewegungsabläufe, die ihr Gehirn zukünftig in Gefahrensituationen, in Bruchteilen von Sekunden abrufft. "Beherrschen sie diese Abläufe nicht, können sie nie sicher vom Rad absteigen oder Kurven fahren", sagt der Sportwissenschaftler.

Vertrauen zum Rad entwickeln, *mit* dem Gefährt in Bewegung sein, statt dagegen zu halten - das ist Burmeisters Botschaft an die Anfänger. Nach dem Kurs sollen die Frauen ihre Fähigkeiten einschätzen können und entsprechend handeln. Dafür nutzt er Umwege.

Manchmal behindert Denken das Lernen

"Erwachsene lernen ergebnisorientiert", sagt er. Manchmal behindern ihre Gedanken ihr Lernen. Das kann man sehen. Dann sitzen die Anfänger verkrampft und gebückt im Sattel, unfähig zu experimentieren. In diesen Momenten stellt Burmeister ihnen Rechenaufgaben oder lässt sie beim Spurhalten laut ja oder nein rufen, je nachdem ob sie glauben, sie können die Spur halten oder nicht.

Rund 200 Erwachsene bringt Burmeister persönlich mit dieser Methode pro Jahr aufs Rad; beim ADFC lernen nach Burmeisters Konzept rund 400 weitere jährlich das Radfahren, die Integrationskurse für Frauen aus anderen Kulturkreisen nicht mitgerechnet. Rund 80 Prozent der Gruppen bestehen aus Frauen. "Männer üben lieber alleine im Wald, außerdem werden sie in ihrer zweiten Lebenshälfte eher träge", sagt Burmeister.

Doch so plausibel die Lernmethoden des Sportwissenschaftlers auch klingen - nicht alle Teilnehmer sitzen nach zwanzig Stunden souverän im Sattel. "In jedem zweiten Kursus ist einer, der es nicht schafft", räumt Burmeister ein. Das sei aber eher eine Frage des Wollens, nicht des Könnens. Das Handwerkszeug liefere er, umsetzen müssten es aber die Teilnehmer selbst.

So wie Shahnaz Rezapur, die sich in den zehn Tagen ihren Traum erfüllt hat. Sie wälzt schon Prospekte und freut sich auf ihr erstes eigenes Fahrrad. Damit will sie dann gemeinsam mit ihrer Nachbarin Hamburg erfahren.