AUSPROBIERT

Rückspiegel sind im Alltag Schutz und Lebensversicherung

Unterstützung für den Schulterblick

Nimm Rücksicht!

„Don‘t Look Back In Anger“ sangen einst Oasis. Frei nach den Brit-Poppern aus Manchester ist das für Radfahrer aber gefährlich. Denn Ärger droht vor allem, wenn wir uns nicht umsehen. Der Schulterblick ist dabei obligatorisch. Noch sicherer wird es mit einem Rückspiegel.

Vor allem Unfälle zwischen Radfahrern nehmen immer mehr zu. Das schreibt das Statistische Bundesamt. Kunststück, nimmt die Zahl der Radfahrer doch ebenfalls stetig zu. Der Platz wird also knapper, denn die Radinfrastruktur wächst nicht annähernd so rasant. Wenn sich nun aber auf engem Raum immer mehr Radler treffen, sind Umsicht und Rücksicht enorm wichtig. Autos und Lastwagen könnten wir hören, wenn sie von hinten heranrauschen. Fahrräder und E-Bikes aber nähern sich fast lautlos – und inzwischen immer mehr E-Autos.

SCHULTERBLICK RETTET LEBEN

Spiegel, Blinker, Schulterblick. So lernen Fahrschüler das Abbiegen und den Spurwechsel mit dem Auto. Dort sind Spiegel Pflicht. Beim Radfahren entfällt einer dieser Schritte normalerweise. Es bleiben Handzeichen und Schulterblick. Der Blick zurück ist die Lebensversicherung des Radfahrers. Ihn wegzulassen ist fahrlässig. Um beim Blick über die Schulter nicht überrascht zu werden, montieren immer mehr Radfahrer gerade für die Stadt und für Fahrradtouren Rückspiegel. Sie unterscheiden sich inzwischen sehr von den alten, klobigen, meist noch vom Motorrad oder Mofa übernommenen Spiegeln von anno dazumal. Moderne Materialien, geringes Gewicht und stabile Befestigung sorgen dafür, dass die Helfer ihren Dienst gut verrichten. Vor allem im dichten Verkehr sind Spiegel sehr hilfreich. Denn wenn die anderen Verkehrsteilnehmer von allen Seiten kommen, verlieren Radfahrer schnell den Überblick. Hier hilft der Spiegel: Richtig eingestellt (siehe Seite 143) behalten Radler mit ihnen gleich mehrere Dimensionen im Sichtfeld. Zumindest im Augenwinkel erkennen sie Gefahren von hinten sofort – und nicht erst, wenn es zu spät ist. Moderne Spiegel müssen inzwischen nicht einmal mehr direkt am Rad montiert werden. Rückspiegelbrillen gibt es ebenso wie Helmspiegel. Letztere sind vor allem bei Liegeradfahrern sehr beliebt. Helmspiegel wie Brille eignen sich auch für Nutzer mehrerer Fahrräder.

EINFACH DOPPELT SICHER

Ganz klar: Der Spiegel ersetzt nicht den Schulterblick. Aber gerade für bewegungseingeschränkte Fahrer bietet er eine Hilfe, die für sie das Radfahren auch subjektiv sicherer macht. Älteren Radfahrern bedeutet diese Sicherheit die Freiheit, noch lange individuell mobil zu sein. Pendlern empfiehlt sich gar der beidseitige Spiegel. Denn viele Modelle gibt es für links und rechts. Gerade auf breiten Radwegen herrscht – leider – nicht die Disziplin wie auf der Autobahn mit ihrem strikten Rechtsfahrgebot und der Überholspur links. Und nicht jeder Tourenfahrer kennt Ansagen wie „Achtung, links“ und „Achtung, rechts“, die es beim Überholen im Rennradsport gibt.

Wir haben neun Rückspiegel ausprobiert. Die Endpunktzahl basiert auf 40 Prozent Sichtfeld, 40 Prozent Stabilität und 20 Prozent Montage. Die vollen 100 Punkte erreicht kein Spiegel. Gewisse Abstriche muss man bei jedem in Kauf nehmen. Ab 50 Punkten ist ein Spiegel „gut“, ab 75 „sehr gut“.

Von Stephan Kümmel

Fotos: Ralf Glaser (6) / Gideon Heede (5) / Stephan Kümmel

Inzwischen gibt es nicht mehr nur den klassischen Rückspiegel am Lenker. Helmspiegel etwa werden immer beliebter.

KRAMPE KF SPORT

Der Krampe KF Sport ist für alle Fahrräder mit geradem Lenker, insbesondere Trekking- und Crossräder. Der Rückspiegel aus echtem Glas hat ein breites Sichtfeld, die Spiegelung ist frei von Verzerrungen. Beim Fahren auf Schotter und Pflaster wackelt er etwas, auf Asphalt aber ist er sehr stabil. Wegen des recht langen Arms sitzt der Spiegel deutlich über dem Lenker, der Kopf muss kaum gedreht werden, um einen genauen Blick auf den rückwärtigen Verkehr zu werfen. Der KF Sport ist komplett vormontiert, muss nur noch mit einer einzigen Inbus-Schraube (2,5 mm) am Lenker befestigt werden. Die Montage dauerte gerade einmal zwei Minuten. Zum leichteren Transport des Rads lässt sich der Spiegel einklappen.

Preis: 34,90 Euro
Gewicht: 160 Gramm
Hersteller: Krampe Werkzeuge
www.krampe-werkzeuge.de

Sichtfeld:	★★★★☆	
Stabilität:	★★★☆☆	
Montage:	★★★★☆	
Gesamt:	72 Punkte	**Gut**

KRAMPE KF1

Mit einem großen, kreisrunden Spiegel aus echtem Glas kommt der Krampe KF1 daher. Durch seine Aufhängung ist er sowohl rechts als auch links, an geraden und gekröpften Lenkern verwendbar. Der schwerste Spiegel im Test lässt sich leicht einklappen, was den Radtransport erleichtert. Durch den langen Arm lässt sich der Spiegel sehr individuell einstellen, hängt hoch über dem Lenker und gibt so schnell und ohne den Kopf zu drehen den Blick auf den rückwärtigen Verkehr frei. Das Glas ist verzerrungsfrei. Auf Asphalt ist er sehr stabil, auf Pflaster und Schotter leicht verwackelt. Die Montage ist recht kompliziert mit zwei Inbus-Schrauben (3 mm) für das Befestigungsstück und zwei weiteren dieser Schrauben, um den Spiegel nach der Montage auszurichten. Die Erstmontage dauert acht Minuten.

Preis: 29,90 Euro
Gewicht: 248 Gramm
Hersteller: Krampe Werkzeuge
www.krampe-werkzeuge.de

Sichtfeld:	★★★★★	
Stabilität:	★★★☆☆	
Montage:	★★☆☆☆	
Gesamt:	72 Punkte	**Gut**

ZÉFAL ESPION Z56

Sehr leicht ist der Zéfal Espion Z56. Er besteht komplett aus Kunststoff. Deshalb ist das große Sichtfeld bruchsicher, die Spiegelfolie verzerrt aber. Wegen des recht langen Arms ist der Spiegel gut im Blick, der Kopf muss kaum gedreht werden. Da der Espion aber sogar auf Asphalt stark wackelt, muss der Fahrer genau hinsehen, um im Spiegel den rückwärtigen Verkehr gut zu erkennen. Für die Montage sind zwei unterschiedliche Innensechskant-Schlüssel (2,5 mm und 3 mm) erforderlich. Das macht das Anbringen etwas umständlich. Zuerst wird der Kunststoffarm, an dem der Spiegel vormontiert ist, an der Lenkerbefestigung angebracht, anschließend die gesamte Konstruktion am Lenker verschraubt. Das Ganze geht trotzdem noch recht schnell, wir brauchten vier Minuten.

Preis: 19,95 Euro
Gewicht: 72 Gramm
Hersteller: Zéfal SA
www.zefal.com

Sichtfeld:	★★★☆☆	
Stabilität:	★☆☆☆☆	
Montage:	★★★☆☆	
Gesamt:	44 Punkte	**Befriedigend**

Immer mehr Verkehr, der noch dazu immer leiser wird. Instinkt und gutes Gehör beim Radfahren reichen nicht. Der Schulterblick wird zur Lebensversicherung, Spiegel unterstützen.

SPRINTECH CITY

Der Sprintech City ist ein kleiner, unscheinbarer Rückspiegel, der direkt am Lenkerende montiert wird. Geeignet ist er für alle geraden Lenker. Das Sichtfeld ist recht klein und liegt sehr weit unten, sodass der Fahrer seinen Kopf weit drehen muss. Dadurch wendet er seinen Blick etwas vom vorausfahrenden Verkehr ab. Durch die lenkernahe Montage ist der Spiegel sehr stabil, fast völlig wackelfrei. Wegen der gewölbten Spiegelfläche bietet der City ein breites Sichtfeld, das die geringe Fläche etwas kompensiert. Die Montage ist aufwändig: Spiegel, ein zweiteiliger Halter sowie Schrauben und ein Gegengewinde müssen vormontiert, dann in das Lenkerende eingefädelt werden. Als Werkzeug ist ein Kreuzschraubendreher nötig. Wir brauchen für die Montage lange acht Minuten.

Preis: 22 Euro
Gewicht: 74 Gramm
Hersteller: CD Project Sarl
www.sprintech.eu

Sichtfeld:	★ ★ ☆ ☆ ☆	
Stabilität:	★ ★ ★ ★ ★	
Montage:	★ ★ ☆ ☆ ☆	
Gesamt:	64 Punkte	**Gut**

SPRINTECH RACING

Sprintechs Racing ist ein Spiegel speziell für Rennrad-Lenker. Das Sichtfeld ist recht klein, der Spiegel liegt zudem tief, fast auf Kniehöhe. Um so einen Blick nach hinten werfen zu können, muss der Kopf weit nach unten gedreht werden. Der vorausfahrende Verkehr ist dann kaum noch im eigenen Blickfeld. Durch die Wölbung des Spiegels ergibt sich dann aber eine breite Spiegelung. Der Racing ist fast vollkommen wackelfrei, selbst auf grobem Schotter. Dabei ist der Kompaktspiegel die mit Abstand leichteste „Sehhilfe“ für die Montage am Lenker im Test. Die Montage ist simpel, gelingt in einer Minute: Die Spiegel-Aufnahme wird einfach wie ein Stopfen ins nach hinten zeigende Lenkerende geschoben, anschließend der Spiegel mit dem Kugelkopf eingeklickt. Fertig.

Preis: 21 Euro
Gewicht: 34 Gramm
Hersteller: CD Project Sarl
www.sprintech.eu

Sichtfeld:	★ ★ ☆ ☆ ☆	
Stabilität:	★ ★ ★ ★ ★	
Montage:	★ ★ ★ ★ ★	
Gesamt:	76 Punkte	**Sehr gut**

ZÉFAL Z-EYE

22 Gramm leicht ist der Zéfal Z-Eye, der direkt am Helm befestigt wird. Dadurch bleibt er immer perfekt im Sichtfeld. Nur ein kleiner Augenblinzler ist nötig, um einen Blick auf den rückwärtigen Verkehr zu erhaschen. Da er sehr nah am Auge angebracht ist, genügt der kleine Spiegel, um trotzdem ausreichend viel zu erkennen. Die Sicht nach vorn wird dabei nicht beeinträchtigt. Der stabile Schaft aus Metall macht den Z-Eye vergleichsweise stabil, etwas Verwackeln aber lässt sich gerade auf holprigem Untergrund aber nicht ganz vermeiden. Der Helmspiegel lässt sich sehr schnell und ohne Werkzeug mithilfe eines selbstklebenden Klettstreifens befestigen. So ist er auch binnen Sekunden abgenommen, wenn der Fahrer einmal ohne Spiegel unterwegs sein will. Das richtige Ausrichten aber erfordert etwas Übung.

Preis: 11,95 Euro
Gewicht: 22 Gramm
Hersteller: Zéfal SA
www.zefal.com

Sichtfeld:	★ ★ ★ ☆ ☆	
Stabilität:	★ ★ ★ ☆ ☆	
Montage:	★ ★ ★ ★ ★	
Gesamt:	68 Punkte	**Gut**

SPRINTECH COMPACT

Sprintechs „Compact“ ist – anders als sein Name vermuten lässt – der große Bruder des „City“. Er hat ein größeres Sichtfeld und lässt sich etwas weiter schwenken. Da der Spiegel nah am Lenker angebracht ist und keinen langen Arm hat, verwackelt er sehr wenig; selbst bei etwas ruppigerer Fahrt, wie etwa auf Kopfsteinpflaster. Dafür muss der Fahrer seinen Blick etwas nach unten richten, er verliert dabei den vor ihm liegenden Verkehr kurzzeitig aus den Augen. Wegen der recht großen Spiegelfläche aber reicht wahrlich ein Augenblick, um den rückwärtigen Verkehr gut zu erkennen. In anderthalb Minuten ist der Compact am Lenkerende montiert, dazu braucht man lediglich einen Kreuz-Schraubenzieher.

Preis: 39 Euro
Gewicht: 100 Gramm
Hersteller: CD Project Sarl
www.sprintech.eu

Sichtfeld:	★★★★☆	
Stabilität:	★★★★☆	
Montage:	★★★★★	
Gesamt:	84 Punkte	**Sehr gut**

M-WAVE SPY SPACE

Der M-Wave Spy Space ist schnittig designt und robust. Das fünfeckige Glas ist laut M-Wave bruchsicher, blendfrei und entspiegelt. Trotz des Montagearms ist der Spiegel auf Asphalt wackelfrei. Auch auf Pflaster und Schotter wird das Spiegelbild kaum verzerrt. Denn nach dem korrekten Ausrichten lässt sich der Spiegel mithilfe einer 5-Millimeter-Innensechskantschraube feststellen. Das Auge wandert beim Beobachten des rückwärtigen Verkehrs leicht nach unten, der Spiegel ist eng am Lenker angebracht. Das beeinträchtigt die Sicht nach vorn aber nur minimal. Die Montage gelingt einfach mit dem gleichen Innensechskantschlüssel wie beim Fixieren. Sie dauert inklusive Einstellen gut sechs Minuten. Mit 134 Gramm ist der Spy Space trotz seiner robusten Bauweise sehr leicht.

Preis: 21,90 Euro
Gewicht: 134 Gramm
Hersteller: Messingschlager
www.messingsschlager.com

Sichtfeld:	★★★★☆	
Stabilität:	★★★★☆	
Montage:	★★★☆☆	
Gesamt:	76 Punkte	**Sehr gut**

TRIEYE EYEWEAR

Trieye – das dritte Auge – nennt das norwegische Start-up seine Rückspiegelbrille. Im Brillenglas ist ein fingernagelgroßer, schwenkbarer Spiegel angebracht, der trotz der winzigen Dimensionen einen brauchbaren Blick nach hinten zulässt. Der Spiegel ist an einem Kugelgelenk angebracht, lässt sich so individuell ausrichten. Das Benutzen erfordert viel Übung, denn nicht der gesamte Kopf, sondern nur die Augen bewegen sich zum Spiegel hin. Nach einer kurzen Eingewöhnung funktioniert das System aber erstaunlich gut und intuitiv. Leider ist die Sportbrille nicht für Brillenträger geeignet. Sie funktionieren nur in Verbindung mit Kontaktlinsen. Die Brille hält Wind gut ab. Es gibt sie in unterschiedlicher Tönung und in mehreren Farben. Eine Montage entfällt. Aufsetzen und los geht's!

Preis: 99 Euro
Gewicht: 34 Gramm
Hersteller: www. trieye.com
sales@trieye.com

Sichtfeld:	★★★☆☆	
Stabilität:	★★★★☆	
Montage:	★★★★★	
Gesamt:	76 Punkte	**Sehr gut**

So stellen Sie Ihren Spiegel richtig ein

Ein Rückspiegel bietet nur dann ein Plus an Sicherheit, wenn er auch korrekt eingestellt ist. Das ist gar nicht so einfach. Denn ob auch alles stimmt, erkennt der Fahrer erst beim Fahren.

Schon bei der Montage sollten Sie darauf achten, dass der Spiegel möglichst im richtigen Winkel angebracht ist. Dann nämlich genügt eine kurze Nachjustage, die manchmal sogar während der Fahrt vorgenommen werden kann. Suchen Sie sich dazu eine möglichst wenig befahrene Straße oder einen kaum frequentierten Parkplatz. Um schon während des Anbaus auf die Ausrichtung zu achten, empfehlen wir, auch diesen schon im Freien vorzunehmen. Fahren Sie eine Runde und prägen sich grob ein, wo in etwa der Spiegel hängen sollte. Montieren Sie ihn anschließend locker, aber so fest, dass er nicht schon beim Anfahren verrutscht. Justieren Sie ihn nun während einer kurzen Fahrt so, dass das Sichtfeld möglichst passt. Ziehen Sie anschließend die Montageschrauben fest. Durch Bewegen am Gelenk des Spiegels lässt sich die exakte Position einstellen. Fahren Sie dazu erneut eine kleine Runde auf gerader Strecke. Schauen Sie in den Spiegel, ob Sie den gesamten Straßenverlauf erkennen können. Ist dies der Fall, haben Sie die richtige Position gefunden. Bei einigen Rückspiegeln – etwa beim M-Wave Spy Space – lässt sich diese Position zusätzlich durch eine Schraube fixieren. Überprüfen Sie nun noch einmal, ob Ihnen der Blickwinkel auch während einer „normalen" Fahrt passt – also nicht während des bewussten und langen Blicks in den Spiegel, sondern dann, wenn Sie nur kurz und flüchtig hineinschauen.

Der rückwärtige Verkehr soll im Spiegel weit und klar erkennbar sein.

Hol Dir die beliebten ADFC-Regionalkarten digital für iPhone, iPad und Android-Geräte!

- Kostenlose App „ADFC Karten" im Appstore bzw. Playstore herunterladen
- Auf Wunsch kostenlose Regionen „Bodensee", „Oberlausitz" oder „Trier" herunterladen.
- Auf Wunsch weitere Regionen für 3,99€ (iOS) bzw. 1,99€ (Android) erwerben.
- Eine Region entspricht einer ADFC-Regionalkarte und beinhaltet die digitalisierte Kartengrundlage plus ein Trackpaket aus ADFC-Tourenvorschlägen und beschilderten Radfernwegen und Themenrouten.

JETZT NEU! Zusammenhängende Anzeige aller erworbenen Regionen!* (auch der regionenübergreifenden Radfernwege-Tracks)

*Android ab sofort, iOS ab Mai 2020

BVA BikeMedia GmbH
Niederwall 53
33602 Bielefeld
karten@bva-bikemedia.de
www.fahrrad-buecher-karten.de