

# **Verkehrsprojekt „Rund ums Fahrrad“**

im Studium für das Lehramt an Grundschulen

Technische Universität Dresden  
Fachrichtung Psychologie

Projektleiter:

Maren Lerp, Ulrike Harnoth,  
Stefanie Dreher, geb. Reichel

Dozentin:

Dr. Susann Richter

Ort und Datum der Abgabe:

Dresden, den 09. 07. 2008

## Inhaltsverzeichnis:

1.	Einleitung	3
2.	Planung des Unterrichtsprojekts	4
2.1	Lehrplanbezug	4
2.2	Lernvoraussetzungen	4
2.3	Lernziele	4
2.4	Rahmenbedingungen zur Durchführung	5
2.5	Material	5
2.6	Erstellen eines Ablaufplans	7
3.	Durchführung des Unterrichtsprojekts	8
	Anlagenverzeichnis	15
	Literaturverzeichnis	25

## **1. Einleitung**

Das Verkehrsprojekt „Rund ums Fahrrad“ wurde im Rahmen der Lehrveranstaltung „Unterrichtsprojekte Verkehr“ durchgeführt.

Die Zielgruppen des Projekts waren zwei 3. Klassen mit jeweils einer Klassenstärke von ca. 24 Schülern und unterschiedlichen Lernvoraussetzungen.

Im Folgenden soll die Planung sowie Durchführung des Projekts genau aufgezeigt werden, um auch anderen Studenten oder Verkehrserziehern einen Einblick sowie Anregungen für eigene Projekte zu geben.

## **2. Planung des Unterrichtsprojekts**

### **2.1 Lehrplanbezug (Lehrplan Klasse 3)**

LB 4: Begegnung mit Phänomenen der unbelebten Natur

- Anwenden von Regeln zur Verkehrssicherheit
- Vorschriften, Zeichen, Regeln
- Verkehrssicheres Fahrrad
- Fahrpraktische Fähigkeiten als Radfahrer / Helmbenutzung

WP 4: Mit dem Fahrrad im Straßenverkehr

- Anwenden von Verkehrsregeln in der Fahrpraxis mit dem Fahrrad
- Fahren und Bremsen unter erschwerten Bedingungen

### **2.2 Lernvoraussetzungen**

Die Schüler...

- kennen bereits Regeln zur Verkehrssicherheit als Radfahrer (Radwegbenutzung, best. Verkehrsschilder);
- wissen, dass der Helm wichtig für die eigene Sicherheit im Straßenverkehr ist;
- kennen einzelne Teile, die zu einem verkehrssicheren Fahrrad gehören (z.B. Glocke);
- beherrschen das Fahren mit dem Rad im nichtöffentlichen Verkehrsraum: sie können sicher auf- und absteigen, Gleichgewicht und gerade Spur halten sowie Kurven fahren.

### **2.3 Lernziele**

Die Schüler...

- lernen die Geschichte des Fahrrads kennen;
- wissen um die Bedeutung des Begriffs „verkehrssicher“;

- können die Anbauteile, die zu einem verkehrssicheren Fahrrad gehören benennen und durchschauen ihre Funktion;
- können ihr eigenes Fahrrad auf den Aspekt „Verkehrssicherheit“ anhand eines Fahrrad TÜVs überprüfen;
- wiederholen und festigen einzelne Verkehrszeichen (Vorfahrtsstraße, Vorfahrt gewähren...);
- erkennen anhand des Helmtests wie wichtig die Helmbenutzung ist;
- üben das Fahren unter erschwerten Bedingungen (Hindernisse umfahren, rechtzeitiges Bremsen vor Hindernissen);
- lernen den Unterschied zwischen „Bremsen auf nasser Fahrbahn“ und „Bremsen auf trockener Fahrbahn“ kennen;
- schulen durch den Praxistest ihre Verkehrssicherheit und durchschauen das Problem des Bremsens unter erschwerten Bedingungen.

## **2.4 Rahmenbedingungen zur Durchführung**

Im Voraus ist den Eltern bereits mitzuteilen, dass an dem besagten Termin die Fahrräder sowie Helme der Kinder benötigt werden. Dies kann zum Beispiel durch die Klassenlehrerin erfolgen (Eintrag ins Hausaufgabenheft).

Des Weiteren sollte der Schulhof an diesem Tag frei zur Verfügung stehen und genügend Raum für die Fahrpraxis bieten.

## **2.5 Material**

- Bildmaterial zur Geschichte des Fahrrads (siehe Anlage 01)
- Plakat (Fahrrad)
- acht Schilder mit Namen der Fahrradteile
- Kasette und Liedtext „An meinem Fahrrad ist alles dran“ von Rolf Zuckowski (siehe Anlage 03)
- Arbeitsblätter: Das verkehrssichere Fahrrad (siehe Anlage 02)

Fahrrad TÜV (siehe Anlage 04)

Der Bremsweg (siehe Anlage 05)

Fahrrad – Quiz (siehe Anlage 06)

- Pylonen
- Maßband und Kreide
- Helm
- Melone

## 2.6 Erstellen eines Ablaufplans

Zeit	Inhalt
10.00 Uhr	1. Theorieteil I Begrüßung im Sitzkreis Geschichte des Fahrrads mit Bildmaterial
10.10 Uhr	Tafelarbeit. Gemeinsames Beschriften der Teile eines verkehrssicheren Fahrrads
10.20 Uhr	Selbständiges Beschriften der Teile auf dem Arbeitsblatt
10.30 Uhr	Lied: „An meinem Fahrrad ist alles dran“ von Rolf Zuckowski
10.40 Uhr	2. Praxisteil Fahrrad – TÜV: Schüler kontrollieren mit Hilfe eines Arbeitsblattes das eigene Fahrrad auf Verkehrssicherheit Helmtest mit Melone
11.00 Uhr	Gruppenarbeit: 1. Gruppe – Bremswegtest (Vergleich: Bremsen auf trockener und auf nasser Fahrbahn) 2. Gruppe – Slalomfahren mit rechtzeitigem Bremsen vor dem letzten Kegel
11.20 Uhr	3. Theorieteil II Nonsens – Geschichte „Rudi Sorglos auf dem Weg zur Schule“ (Schüler sollen Fehler in der Geschichte erkennen)
11.30 Uhr	Fahrrad – Quiz als Zusammenfassung / Abschluss

### 3. Durchführung des Unterrichtsprojekts

Der Einstieg beginnt mit einer Begrüßung im Sitzkreis. Nachdem sich die Projektleiter kurz vorgestellt und den Ablauf der Doppelstunde erklärt haben, wird zunächst die Geschichte bzw. Entwicklung des Fahrrads erzählt. Dies wird zusätzlich durch Bildmaterial (siehe Anlage 01) veranschaulicht. Die Frage am Ende „Was ist das beste am Fahrrad fahren?“ darf natürlich nicht fehlen (kein Benzin benötigt).

Anschließend wird die Verkehrssicherheit des Rades thematisiert. Im Sitzkreis wird zusammengetragen, welche Anbauteile ein Fahrrad besitzen muss, damit es verkehrssicher ist. Zur Visualisierung heftet die Projektleiterin ein Plakat an die Tafel, mit der Abbildung eines Fahrrades.



Die wichtigsten Anbauteile hat die Projektleiterin mit Pfeilen markiert und rot gekennzeichnet, damit sie für die Kinder deutlich zu erkennen sind. Die neben

dem Plakat befestigten Schilder, auf denen die Namen der Anbauteile stehen, sollen nun von den Schülern den richtigen Teilen zugeordnet werden.

Scheinwerfer	Vorderradbremse
Schlussleuchte	Rückstrahler
Speichenrückstrahler	Hinterradbremse
Pedalrückstrahler	Glocke

Nachdem die Projektleiterin den Kindern den Arbeitsauftrag erklärt hat, fordert sie die Schüler auf, abwechselnd nach vorn an die Tafel zu kommen, um die Anbauteile mit den Schildern zu markieren. Dabei achtet die Projektleiterin auf eine fehlerfreie Zuordnung und hilft bei Problemen. Diese Unterrichtsphase findet weiterhin im Sitzkreis statt.

Nachdem alle Anbauteile von den Kindern gekennzeichnet wurden, bittet die Projektleiterin die Schüler zurück auf ihre Plätze, um das Arbeitsblatt „Das verkehrssichere Fahrrad“ (siehe Anlage 02) zu bearbeiten. Zur Erkenntnissicherung sollen die Schüler auf diesem noch einmal die Anbauteile beschriften, die sie dann an der Tafel auf ihre Richtigkeit hin überprüfen können.

Haben die Schüler ihr Arbeitsblatt in ihre Mappen geheftet, wird ihnen der Liedtext „An meinem Fahrrad ist alles dran“ von Rolf Zuckowski (siehe Anlage 03) ausgeteilt. Das Lied singen sie mit Begleitung einer Kassette.



Im Anschluss daran sollen die Schüler ihre mitgebrachten Fahrräder auf ihre Verkehrssicherheit hin überprüfen. Dafür bietet sich ein Fahrrad TÜV in Form eines Arbeitsblattes (siehe Anlage 04) gut an, auf dem die Kinder selber die Funktionstüchtigkeit ihres Rades überprüfen. Bevor die Projektleiterin zusammen mit ihrer Klasse auf den Pausenhof geht, erinnert sie die Schüler daran, an ihre Fahrradhelme und an einen Stift zu denken.

Nachdem die Schüler ihre Fahrräder auf ihre Verkehrssicherheit hin überprüft und ihre Beobachtungen auf dem Arbeitsblatt festgehalten haben, erfolgt ein weiterer Test zur Verkehrssicherheit – der Helmtest. Dazu wird eine Melone im Helm festgeschnallt und fallen gelassen (siehe Abb. 1). Die Kinder sollten sich vorstellen, dass das ein Kopf ist. Sie erkennen, dass der Helm die Melone geschützt hat, da die Melone unversehrt geblieben ist. Im Anschluss wird die Melone ohne Helm fallen gelassen und sie zerbricht (siehe Abb. 2, Abb. 3). Für die Schüler war dies sehr eindrucksvoll. Der Test hat den Schülern verdeutlicht, wie wichtig es ist einen Helm zu tragen.

Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3



Nach diesem sehr einprägsamen Erlebnis wird überprüft, ob der Helm bei den einzelnen Schülern richtig sitzt. Dazu wird der Helm an der Stirnseite mit der Hand kurz „hochgeschlagen“. Klappt der Helm nach hinten, sitzt er nicht fest genug.

Im Anschluss schulen die Kinder ihre Fahrsicherheit. Die Projektleiter haben die Stationen bereits aufgebaut und teilen die Klasse nun in zwei Gruppen. Während die erste Gruppe den Bremsweg auf trockener Fahrbahn testet und diesen dann mit dem Bremsweg auf nasser Straße vergleicht, schult die zweite Gruppe mittels eines Slalomparcours ihre Fahrsicherheit. An der ersten Station sollen die Schüler zu der Erkenntnis kommen, dass der Bremsweg auf nasser Fahrbahn viel länger ist, als der auf trockener. Diese Beobachtungen sollen sie auf einem Arbeitsblatt (siehe Anlage 05) festhalten.

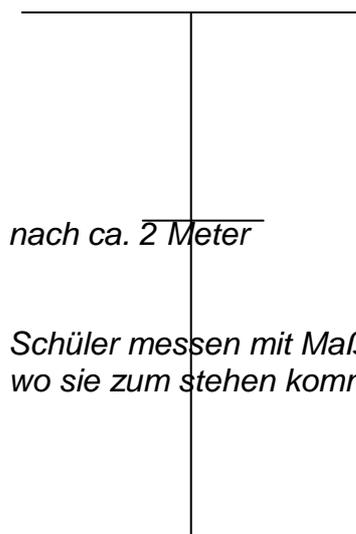
### 1) Station: Bremsweg

#### Bremsen auf trockener Fahrbahn

Schüler fahren mit Fahrrad an  
(Markierungen vorgezeichnet)



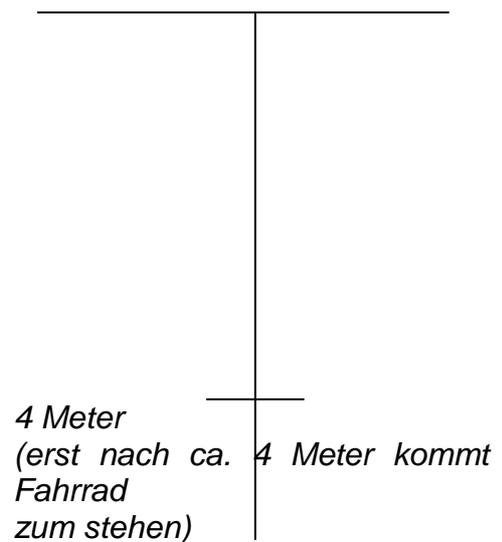
Bremsen ab Linie



#### Bremsen auf nasser Fahrbahn

(dient nur der Visualisierung,  
Markierung vorgezeichnet)

Bremsen ab Linie



## 2) Station: Slalom

Schüler fahren mit Fahrrad an



Schüler fahren um die Pylonen herum



Pylonen werden immer enger hintereinander aufgestellt, um das



Anforderungsniveau zu steigern

Vor der letzten Pylone versuchen die Schüler mit dem Rad zum Stehen zu kommen



(ohne die Pylone zu berühren)

Nach diesem praktischen Teil folgt noch ein kurzer Theorieteil, der einer Zusammenfassung dienen soll. Die Schüler finden sich wieder im Klassenzimmer ein und hören die Nonsens – Geschichte „Rudi Sorglos auf dem Weg zur Schule“. Die Geschichte erzählt von dem Jungen Rudi, der auf seinem Weg zur Schule einige Fehler macht:

Rudi wird morgens von seiner Mutter geweckt und trödelt beim Anziehen. Während des Frühstücks stellt er mit Erschrecken fest, dass bereits in 15 Minuten Schulbeginn ist. Im Stress vergisst er seinen Fahrradhelm aufzusetzen, hängt seine Schultasche an den Lenker des Fahrrads und fährt los.

Nun kommt es zu mehreren Situationen, in denen Rudi durch sein falsches Verhalten im Straßenverkehr, beinahe in Unfälle verwickelt wird:

Er beachtet ein „Vorfahrt gewähren“ – Zeichen nicht, überquert eine Kreuzung ohne vorher nach links und rechts geschaut zu haben, schlängelt mit seinem Fahrrad zwischen parkenden Autos entlang und fährt in eine Einfahrt, ohne vorher nachgesehen zu haben, ob ein Auto kommt. Schließlich vergisst er sein Fahrrad anzuschließen. Das einzige, was Rudi richtig macht, ist: er hält bei einer Vorfahrtsstraße an und vergewissert sich, ob ein Auto kommt.

Durch diese negativen Beispiele lernen Kinder oft mehr. Sie können Rudi kritisieren, was ihnen Spaß macht und Interesse weckt. Durch die lebensnahen Erfahrungen (u. a.: zu spät zur Schule kommen) werden die Schüler mit in den Inhalt der Geschichte einbezogen und können sich in die Situation hineinversetzen. Die Schüler stellen fest, dass es viele Gefahrenquellen im Straßenverkehr gibt und man immer gut aufpassen und vorsichtig sein muss.

Zum Abschluss erhalten die Schüler ein Fahrrad – Quiz (siehe Anlage 06), welches das Gelernte zusammenfasst.

## Anlagenverzeichnis:

Anlage 01	Bildmaterial „Die Geschichte des Fahrrads“	16
Anlage 02	Arbeitsblatt „Das verkehrssichere Fahrrad“	20
Anlage 03	Liedtext „An meinem Fahrrad ist alles dran“	21
Anlage 04	Arbeitsblatt „Fahrrad – TÜV“	22
Anlage 05	Arbeitsblatt „Bremsweg“	23
Anlage 06	Arbeitsblatt „Fahrrad – Quiz“	24

## Anlage 01

Bildmaterial „Die Geschichte des Fahrrads“

Das Laufrad



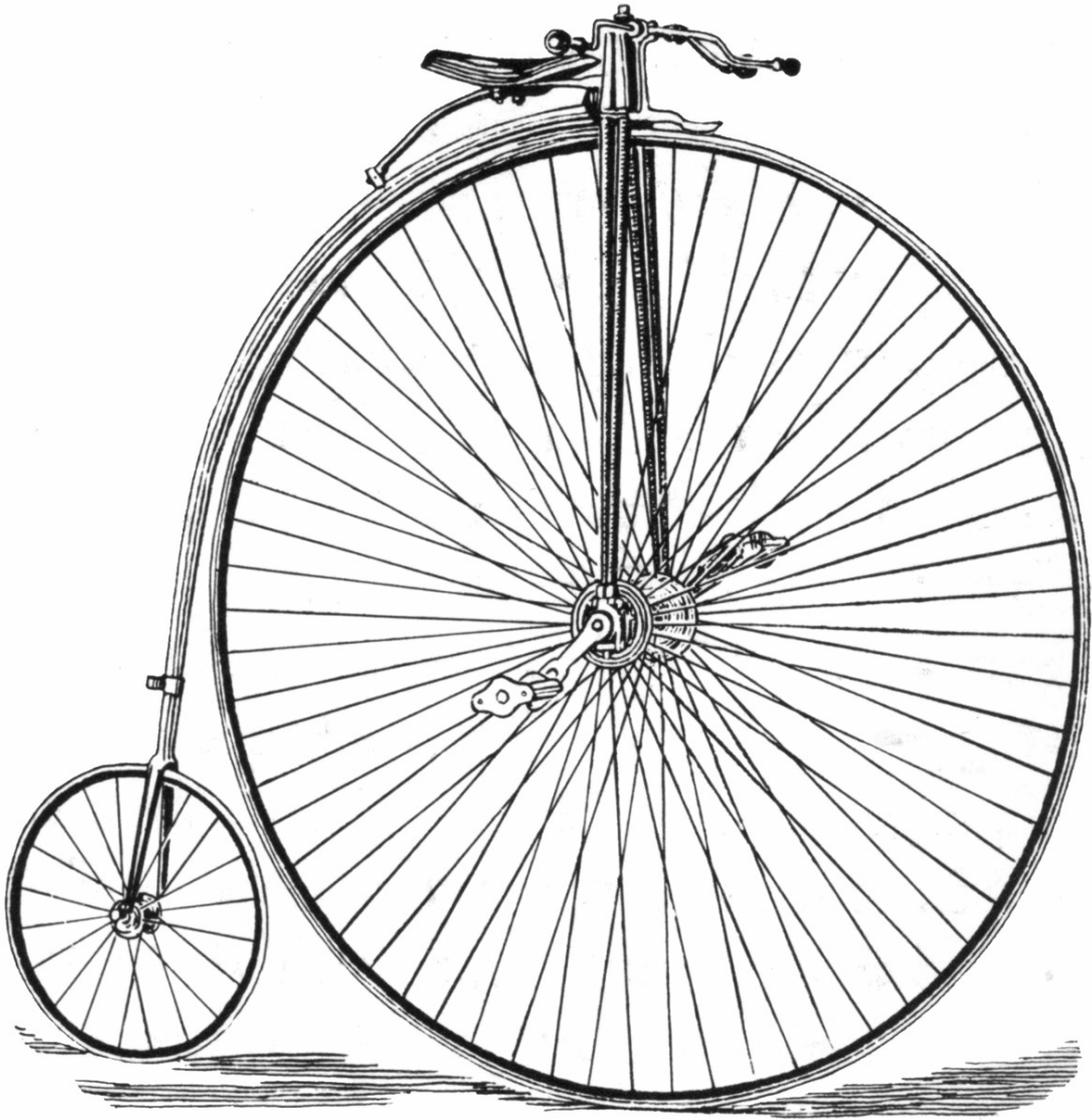
Quelle: Artikel Fahrrad: <http://de.wikipedia.org/wiki/Fahrrad>. Letzter Zugriff: 02. 07. 08.

## Das Fahrrad mit Pedalantrieb



Quelle: Geschichte des Fahrrads in Bildern:  
[http://www.fahrradtouren-muensterland.de/img/velociped\\_archiv.jpg](http://www.fahrradtouren-muensterland.de/img/velociped_archiv.jpg)  
Letzter Zugriff: 30. 05. 08.

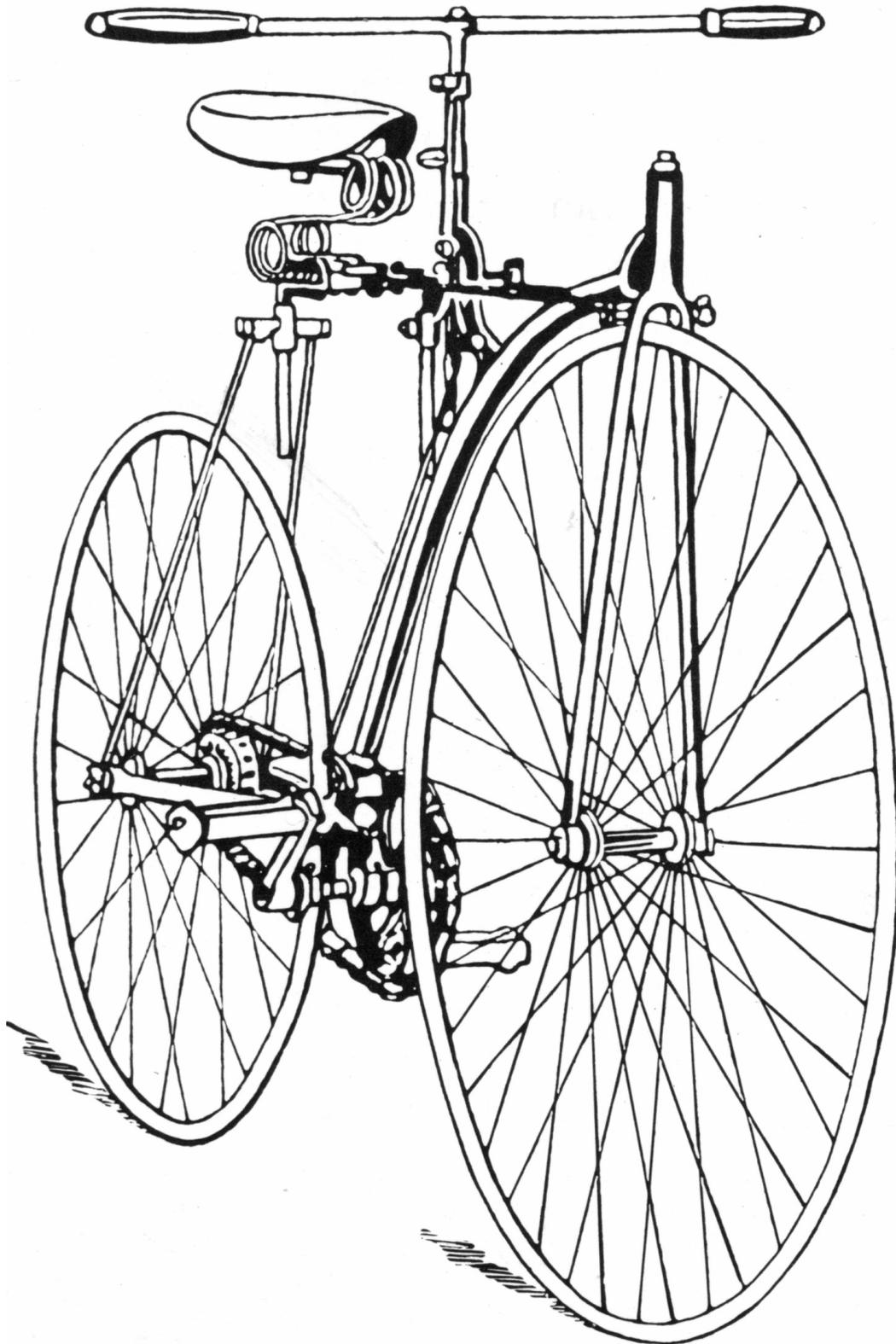
## Das Hochrad



Quelle: [http://www.miniatur-deutschland.de/xtc\\_304\\_sp21/media/content/180px-Hochrad.jpg](http://www.miniatur-deutschland.de/xtc_304_sp21/media/content/180px-Hochrad.jpg)

Letzter Zugriff: 30. 05. 08.

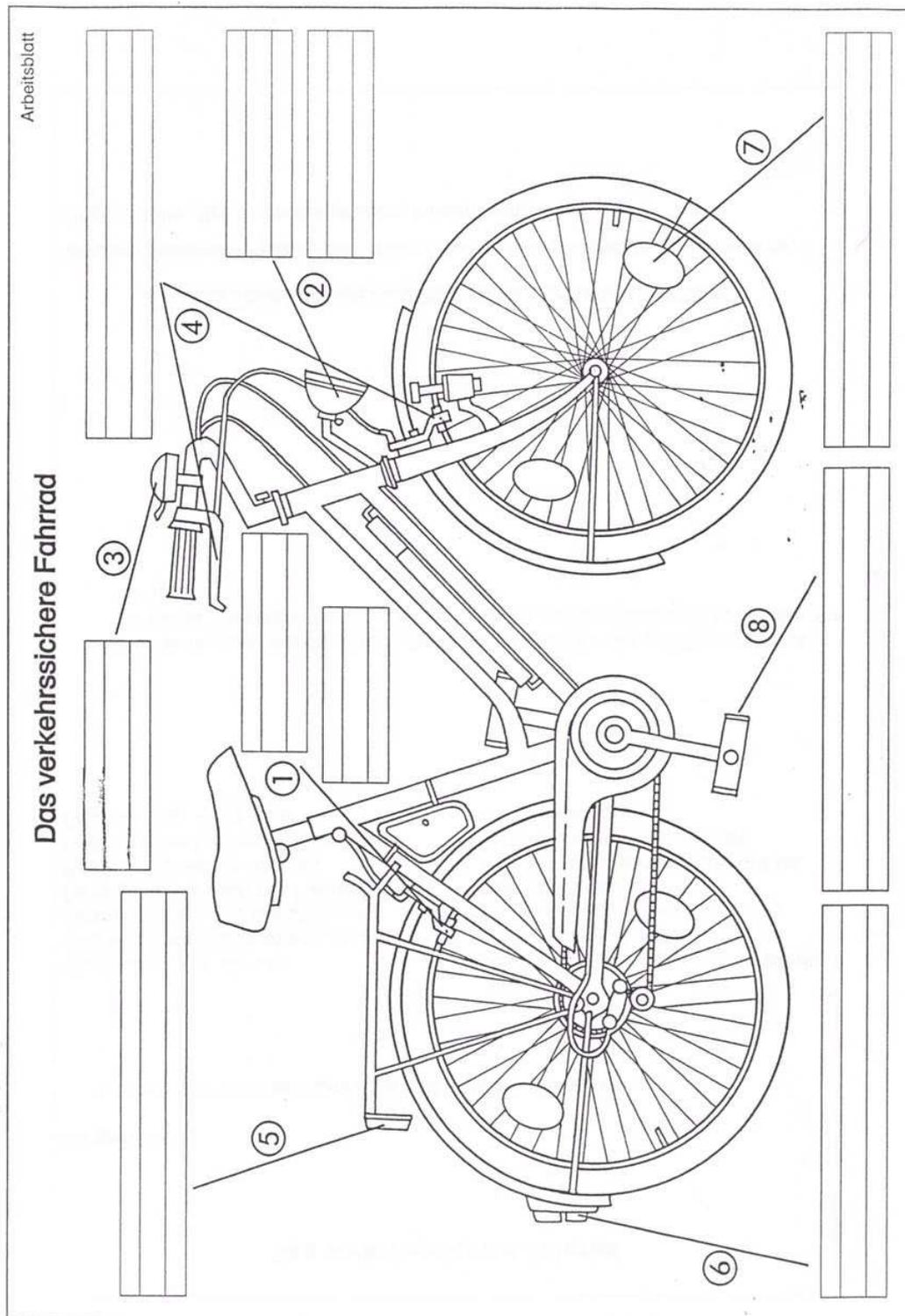
## Das Niederrad oder Sicherheitsrad



Quelle: : Artikel Fahrrad: <http://de.wikipedia.org/wiki/Fahrrad>. Letzter Zugriff: 02. 07. 08.

## Anlage 02

Arbeitsblatt: „Das verkehrssichere Fahrrad“



Quelle: Auner, K.; Löffelmeier, G: Verkehrserziehung im 3. und 4. Schuljahr, München 2005.

## **Anlage 03**

Liedtext „An meinem Fahrrad ist alles dran“  
Musik und Text: Rolf Zuckowski

**An meinem Fahrrad ist alles dran  
damit so leicht nichts passieren kann.  
Wenn ich mich auf meinen Sattel schwing  
ist so ein Fahrrad ein starkes Ding.**

**Ich hab' 'ne Klingel am Lenker vorn  
und nebenan ist meine Handbremse  
und die bremst enorm.**

**An meinem Fahrrad ist alles dran  
damit so leicht nichts passieren kann.  
Wenn ich mich auf meinen Sattel schwing  
ist so ein Fahrrad ein starkes Ding.**

**Ich hab' 'ne Lampe  
die scheint voran  
und mit dem roten Rücklicht hinten  
sieht mich sicher jedermann.**

**An meinem Fahrrad ist alles dran  
damit so leicht nichts passieren kann.  
Wenn ich mich auf meinen Sattel schwing  
ist so ein Fahrrad ein starkes Ding.**

**Mein Katzenauge  
das strahlt zurück  
auch an den Füßen die Pedale  
leuchten auf beim ersten Blick.**

**An meinem Fahrrad ist alles dran  
damit so leicht nichts passieren kann.  
Wenn ich mich auf meinen Sattel schwing  
ist so ein Fahrrad ein starkes Ding.**

**Der Polizist  
der dieses Lied hört  
denkt bestimmt  
da fehlt noch was  
doch wenn ich mit dem Rücktritt bremse  
bleib' ich steh'n - und er wird blaß.**

**An meinem Fahrrad ist alles dran  
damit so leicht nichts passieren kann.  
Wenn ich mich auf meinen Sattel schwing  
ist so ein Fahrrad ein starkes Ding.**

# Anlage 04

## Fahrrad – TÜV

Name: \_\_\_\_\_

### Fahrrad-TÜV

Prüfe selbst die Sicherheit deines Fahrrades.  
Kontrolliere dein Fahrrad und kreuze an.

	+	-		+	-
Der <b>Lenker</b> ist gerade und sitzt fest.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Fahrradklingel</b> ist gut erreichbar und funktioniert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der <b>Sattel</b> wackelt nicht und ist in der richtigen Höhe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Bremsbeläge</b> sind ausreichend und gleichmäßig dick.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alle <b>Schutzbleche</b> sind vorhanden, fest verschraubt und nicht verbogen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Bremshebel</b> sind fest am Lenker angebracht und leicht erreichbar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der <b>Dynamo</b> lässt sich gut ein- und ausschalten und funktioniert einwandfrei.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Vorder- und Rückbremsen</b> reagieren sofort und einwandfrei.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die <b>Vorder- und Rückleuchten</b> sind richtig befestigt und eingestellt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Das <b>Reifenprofil</b> ist ausreichend.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die <b>Glühlämpchen</b> sind nicht defekt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Reifen</b> haben genügend Luft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
An beiden Pedalseiten sind <b>gelbe Tretrahler</b> vorhanden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Beide <b>Ventile</b> sind dicht und haben eine Schutzkappe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es befinden sich an Vorder- und Rückrad je zwei <b>Speichenreflektoren</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Speichen</b> sind vollzählig und fest.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ein roter <b>Großflächenrückstrahler</b> ist zusätzlich am hinteren Fahrradteil befestigt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Alle <b>Radmuttern</b> sind fest angezogen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Am Vorderteil des Fahrrades ist ein weißer <b>Frontreflektor</b> befestigt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Die <b>Kette</b> ist geölt und weder zu straff noch zu locker.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kein <b>Kabel</b> ist gerissen. Die Kabelisolierungen sind unbeschädigt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Zu deiner eigenen Sicherheit solltest du diesen Fahrrad-TÜV von Zeit zu Zeit wiederholen.

Quelle: Behrens, U.: Sicherheit rund um die Schule. Hannover 1997.

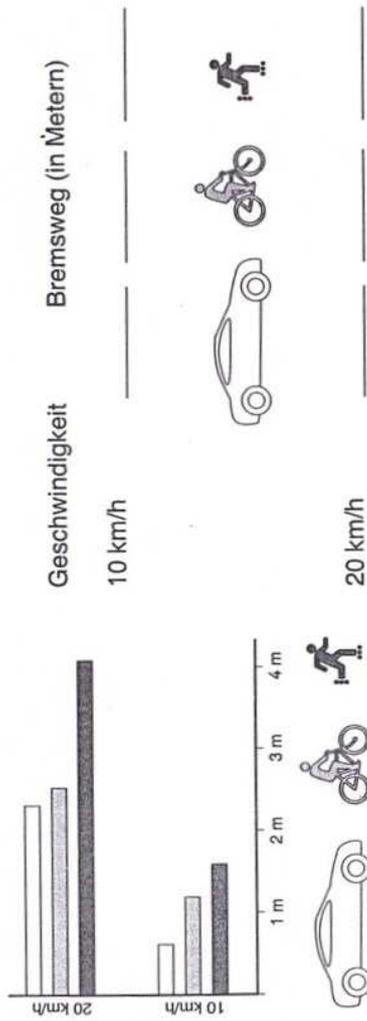
# Anlage 05

## Arbeitsblatt „Bremsweg“

Name: \_\_\_\_\_

### Der Bremsweg

Vergleiche die Bremswege im Schaubild und schreibe sie zu den verschiedenen Verkehrsteilnehmern.



Teste nun den Bremsweg mit deinem Fahrrad!

Geschwindigkeit eines Fahrradfahrers 10 km/h:  
Bremsweg

- bei nasser Fahrbahn (in Meter): \_\_\_\_\_
- bei trockener Fahrbahn (in Meter): \_\_\_\_\_

Quelle: Schauner, E.: Verkehrserziehung 1./2. Schuljahr, Braunschweig 1997.

# Anlage 06

## Arbeitsblatt „Fahrrad – Quiz“

**Sicherheit im Straßenverkehr!** 

Fährst du mit deinem Fahrrad  
a) auf der Straße?  
b) auf dem Fußweg?  
c) auf dem Fahrradweg?

Worauf solltest du achten, wenn du mit deinem Fahrrad bei Dunkelheit fährst?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Woran musst du denken, bevor du mit deinem Fahrrad losfährst?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Wie schließt du dein Fahrrad richtig an?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Schreibe 3 Dinge auf, die du über die Geschichte des Fahrrades weißt!

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Nenne 5 Dinge die an einem Fahrrad angebracht sein müssen, damit es verkehrssicher ist?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Auf welchen Spruch hätte Rudi hören sollen?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Quelle: Harnoth, Ulrike

## Literaturverzeichnis:

- Auner, K.; Löffelmeier, G: Verkehrserziehung im 3. und 4. Schuljahr, München 2005, S. 10,12+51.
- Bartnitzky, Horst: Kunter Bunt. Lesebuch 4, Stuttgart 2007, S. 26f.
- Behrens, U.: Sicherheit rund um die Schule. Schulhof und Schulbau, Pausengestaltung, Sicherheits- und Verkehrserziehung, Unfall und Prävention, Hannover 1997, S. 79-81.
- Menzel, Wolfgang: Pustebblume. Das Lesebuch 4, Hannover 1997, S. 110-112.
- Paturi, Felix R.: Die Geschichte des Fahrrads. Stuttgart 1988.
- Schauner, E.: Verkehrserziehung 1./2. Schuljahr, Braunschweig 1997, 47-48.
- Zuckowski, Rolf: Rolfs neue Schulweg- Hitparade, Mehr Lieder, mehr Spaß, mehr Verkehrssicherheit, Musikverlag Hans Sikorski „Musik für dich“. Hamburg 1992.

## Internetadressen

- Artikel Fahrrad: <http://de.wikipedia.org/wiki/Fahrrad>. Letzter Zugriff: 02. 07. 08.
- [http://www.miniatur-deutschland.de/xtc\\_304\\_sp21/media/content/180px-Hochrad.jpg](http://www.miniatur-deutschland.de/xtc_304_sp21/media/content/180px-Hochrad.jpg). Letzter Zugriff: 30. 05. 08.
- Geschichte des Fahrrads in Bildern:  
[http://www.fahrradtouren-muensterland.de/img/velociped\\_archiv.jpg](http://www.fahrradtouren-muensterland.de/img/velociped_archiv.jpg)  
Letzter Zugriff: 30. 05. 08.
- Liedtext „An meinem Fahrrad ist alles dran“:  
<http://www.musik-fuer-dich.de/liedtexte/311-13-25.pdf>.  
Letzter Zugriff: 30. 05. 08.