



# Mit:Rad

Auf zwei Rädern zu mehr

Selbstständigkeit und Teilhabe

**VCD-Anleitung „Organisation einer Kidical-  
und/oder Senior Mass“**



# Organisation einer Kidical- und/oder Senior Mass

**Fahrradinfrastruktur, auf der ein achtjähriges Mädchen auf dem Fahrrad sicher unterwegs ist, ist auch für einen 80-jährigen Mann auf dem E-Dreirad optimal.**

Wenn wir Städte so bauen, dass die verletzlichsten Verkehrsteilnehmenden – Kinder und Ältere – selbstständig und ohne Angst von A nach B kommen, bauen wir Städte, die für alle lebenswerter sind. Die Kidical Mass (für die Jüngsten) und die Senior Mass (für die ältere Generation) verfolgen genau dasselbe Ziel: Sichtbarkeit im Straßenraum, das Einfordern eines durchgängigen, dichten und sicheren Radwegenetzes und Barrierefreiheit. Warum also nicht die Kräfte bündeln? Beide Aktionen können wunderbar am selben Tag starten – vielleicht auf unterschiedlichen Routen, die an das jeweilige Fahrtempo angepasst sind – und an einem gemeinsamen Endpunkt zusammengeführt werden. Ein großes, generationenübergreifendes Picknick oder eine Abschlusskundgebung auf einem temporär gesperrten Platz setzen ein unübersehbares Zeichen für kinder- und seniorengerechte Radinfrastruktur.

Hier ist deine **Schritt-für-Schritt-Anleitung**, wie du ein solches Event erfolgreich auf die Beine stellst.

## Schritt 1 - Konzept & Termin festlegen

Zeitplan: 10 - 12 Wochen vorher

Bestimme das Datum (Wochenenden eignen sich am besten) und entscheide, ob es eine Kidical-, eine Senior Mass oder beides werden soll und ob es getrennte Routen gibt.

**Route:** Für die Kidical Mass reichen oft 4–6 km in sehr langsamem Tempo; für die Senior Mass können es 6–8 km sein. Die Route sollte möglichst eben sein (keine Steigung, kein grobes Pflaster, keine Baustellen oder Gleise), bestenfalls zentral liegen und nach Möglichkeit Stellen mit Anpassungsbedarf sichtbar machen. Teste die Route am besten vorab selbst. Wichtig ist zudem eine gute Erreichbarkeit von Start- und Endpunkt. Ein Bahnhof in der Nähe und der gleiche Start- und Endpunkt machen es einfacher. Wähle einen attraktiven, barrierefreien und ggf. gemeinsamen Endpunkt, damit ihr mit einem Abschlussfest oder -kundgebung enden könnt.

## Schritt 2 – Die Aktion als Demo anmelden

Zeitplan: spätestens 4 Wochen vorher

Eine Kidical- oder Senior Mass ist rechtlich eine Demonstration (Versammlung) und muss bei der zuständigen Versammlungsbehörde (meist Ordnungsamt oder Polizei) angemeldet werden. Je nachdem, ob du in einer kreisfreien Stadt, einer Kleinstadt oder einem Dorf wohnst, sind die Ansprechpartner unterschiedliche Behörden: Das können die Stadtverwaltung, die Polizei oder die Kreisverwaltung sein. Gib die Route, Start- und Endpunkt, geschätzte Teilnehmendenzahl und das Thema ("Sichere Verkehrsinfrastruktur für alle Generationen") an. Auch technische Hilfsmittel, wie Mikros und Lautsprecher, damit alle gut die Reden verstehen können, müssen bei der Anmeldung angegeben werden.

**Wichtig:** Die Demo ggf. inklusive Zwischenkundgebung muss angemeldet sein, bevor der Aufruf dazu öffentlich beworben wird.

Nachdem die Aktion als Demo erfolgreich angemeldet worden ist, sichert die Polizei die Fahrt am Veranstaltungstag vorne und hinten ab.

### Schritt 3 – Ordner:innen und Helfer:innen mobilisieren

Zeitplan: 2–3 Wochen vorher

Neben der Polizei sichern eigene Ordner:innen die Kreuzungen ab, damit die Teilnehmenden sicher vorbeifahren können. Armbinden oder Warnwesten sind wichtig, damit man die Ordner:innen erkennt. Pro 50 Teilnehmende sind ein:e Ordner:in üblich. Vorher solltest du jedoch die Auflagen prüfen, da mehr Personen verlangt werden können.

### Schritt 4 - Mobilisierung und Werbung

Zeitplan: Bis zum Event-Tag

Erreiche deine Zielgruppe(n) dort, wo sie ist. Verteile Flyer bspw. in Kitas, Schulen und Familienzentren (für die Kidical Mass) sowie in Seniorentreffs, Nachbarschaftsläden und bei lokalen Vereinen (für die Senior Mass). Rufe auch auf Social Media auf und verschicke eine kurze Pressemitteilung mit allen Infos an die lokalen Medien. Unterstützende Lokalpolitiker:innen als Gäste geben der Aktion zusätzliches Gewicht. Für eine hohe Sichtbarkeit lohnt es sich zudem Schilder vorzubereiten, die auf die Aktion mitgenommen und an die Fahrräder angebracht werden können.

### Schritt 5 - Der Aktionstag

**Vor dem Start:** Briefe die Ordner:innen, stelle dich der Polizei als Ansprechperson vor und denke daran, das Anmeldeformular und die Anmeldebestätigung auszudrucken und deinen Personalausweis mitzunehmen. In der Anmeldebestätigung stehen auch Auflagen, die zu beachten sind und die du zu Beginn der Demo verkünden musst.

**Während der Demo:** Halte das Tempo bewusst sehr niedrig (ca. 8–10 km/h), damit alle mitkommen.

**Zum Schluss:** Am gemeinsamen Endpunkt feiert ihr den Erfolg: Musik, Kreide für die Kinder, Sitzgelegenheiten für die älteren Teilnehmenden und eine kurze Rede, die eure Forderungen an die Stadtpolitik untermauert.

**Wir wünschen euch viel Spaß!**

Mehr Infos: [vcd.org/artikel/mobil-in-jedem-alter](https://vcd.org/artikel/mobil-in-jedem-alter)

**Zum Projekt:** Selbstbestimmte Mobilität sollte nicht vom Geldbeutel, Geschlecht, Wissen oder Alter abhängen. Mit:Rad hat sich daher das Ziel gesetzt, den Zugang zum Fahrrad zu erleichtern und es als selbstverständliches Verkehrsmittel zu etablieren. Mehr unter [vcd.org/mitrad](https://vcd.org/mitrad)



**Verkehrsclub Deutschland e.V.,**

Wallstraße 58 | 10179 Berlin

[www.vcd.org](https://www.vcd.org)

**Bei Rückfragen:**

VCD-Projekt „Mit:Rad – Auf zwei Rädern zu mehr Selbstständigkeit und Teilhabe“

Alina Gollia und Kim Villinger

030/280351-0

[fahrrad@vcd.org](mailto:fahrrad@vcd.org)

**Autorinnen und Layout:** Alina Gollia und Kim Villinger

**Titelfoto:** © Jörg Farys

**Graphikdesign:** Heather Klar

© VCD e.V. | 2026

Das Projekt "Mit:Rad - Auf zwei Rädern zu mehr Selbstständigkeit und Teilhabe" wird gefördert vom Bundesministerium für Verkehr (BMV) aus Mitteln zur Umsetzung des Nationalen Radverkehrsplans.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Verkehr

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Modellvorhaben  
**NICHT-INVESTIV**  
Radverkehrsförderung des Bundes