

KAFFEPAUSE SPEZIAL

**Was uns interessiert
in Sport und Business.**

Viele Fragen von



André

und



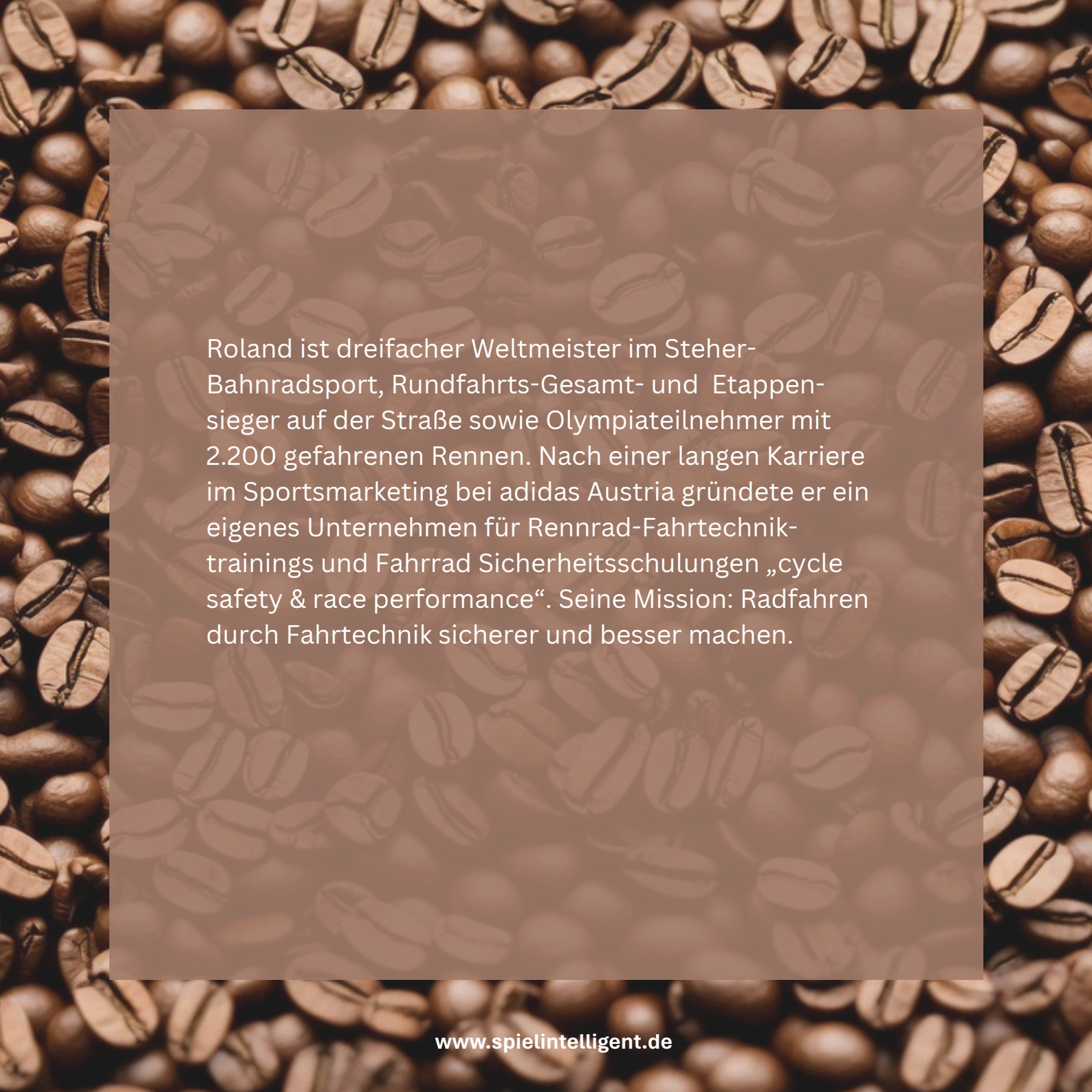
Torsten

Noch mehr Antworten von **Roland Königshofer**

Roland ist dreifacher Weltmeister im Steher-Bahnrad sport, Rundfahrts-Gesamt- und Etappensieger auf der Straße sowie Olympiateilnehmer mit 2.200 gefahrenen Rennen. Nach einer langen Karriere im Sportsmarketing bei adidas Austria gründete er ein eigenes Unternehmen für Rennrad-Fahrtechniktrainings und Fahrrad Sicherheitsschulungen „cycle safety & race performance“. Seine Mission: Radfahren durch Fahrtechnik sicherer und besser machen.



Kaffeepause mit **Torsten Schäfer** und **André Fuhr**

The background of the entire image is a close-up, high-resolution photograph of dark brown, roasted coffee beans. The beans are scattered across the frame, with some in sharp focus and others blurred, creating a sense of depth. A semi-transparent, dark brown rectangular box is overlaid on the center of the image, containing white text.

Roland ist dreifacher Weltmeister im Steher-Bahnradsport, Rundfahrts-Gesamt- und Etappensieger auf der Straße sowie Olympiateilnehmer mit 2.200 gefahrenen Rennen. Nach einer langen Karriere im Sportsmarketing bei adidas Austria gründete er ein eigenes Unternehmen für Rennrad-Fahrtechniktrainings und Fahrrad Sicherheitsschulungen „cycle safety & race performance“. Seine Mission: Radfahren durch Fahrtechnik sicherer und besser machen.

☕ Kaffeepause Spezial – Sicherheit, die Leben verändert

Manchmal reicht ein einziges Gespräch, um zu spüren, wie wichtig Sicherheit auf zwei Rädern für unser tägliches Leben ist. Was oft wie ein technisches Detail wirkt, entscheidet in Wahrheit über Vertrauen, Kontrolle und echte Freiheit im Straßenverkehr. Genau deshalb widmen wir diesem Thema ein “Kaffeepause Spezial” – klar, nahbar und mit tiefem Praxisbezug.





Torsten

Vom Weltmeister zum Sicherheitsexperten

Du hast als Profisportler auf Höchstniveau erfolgreich Rennen gefahren. Was hat dich inspiriert, nach deiner Karriere eine Firma zu gründen, die sich auf Sicherheit und Fahrtechnik spezialisiert? Und wie unterscheidet sich diese „Mission“ von sportlichem Wettbewerb?



Mit 59 erstmals zu gründen war für mich der einzig sinnvolle Weg. Warum nicht genau das machen, was ich wirklich kann? Nach 25 Jahren im Sportsmarketing konnte ich ohne Tunnelblick zurück zu meinen Wurzeln: Wissen weitergeben, das Radfahren sicherer macht. Und gleichzeitig etwas Neues schaffen – eine definierte Fahrtechnik fürs Rennrad. Denn anders als beim Skifahren oder Bergsteigen gibt es dafür kein Ausbildungssystem und keine spezialisierten Trainer. Genau diese Lücke werde ich schließen.

Vom Profialltag ins Business
Dein Übergang von der aktiven Radsportkarriere über
Marketing bei adidas hin zur Selbstständigkeit klingt
konsequent, aber nicht einfach. Welche Erfahrungen
aus dem Sport helfen dir heute in der
Unternehmensführung? Was war für dich der größte
Lernschritt?



André

Weltmeister wurde ich durch Konsequenz – und
genau diese Haltung prägt heute mein
Unternehmen. Im Straßenradsport erkenne ich
viele Basics, die noch nicht ausgeschöpft sind,
und entwickle dafür Lösungen. Im Business
heißt das: alltägliche Abläufe neu denken und
konsequent verbessern. Mein größtes Learning?
Als Einzelunternehmer trage ich die volle
Verantwortung – für alles. Unterstützung hole
ich mir, aber die Richtung bestimme ich selbst.
Nachhaltig erfolgreich bleibt man nur, wenn
man auch hier konsequent bleibt.



Technik statt Gefühl

Du sagst: „Ein gutes Fahrgefühl haben viele, eine echte Fahrtechnik nicht.“ Wie würdest du für Laien den Unterschied erklären? Warum ist das gerade für Hobbyradler entscheidend?



André

Physikalisch und psychologisch fundierte Fahrtechnik kannst du im Straßenverkehr nicht erlernen – dort fehlt die Möglichkeit, sich darauf zu konzentrieren, und es bleibt kein Platz für Fehler. Deshalb fahren die meisten nur mit Fahrgefühl. Doch echte Fahrtechnik basiert auf klaren Prinzipien und Methoden. Für Rennradfahrende ist das entscheidend: Nur Fahrtechnik garantiert Sicherheit und Performance – Fahrgefühl allein reicht nicht!





Torsten

Verantwortung im schnellen Umfeld

Als ehemaliger Weltmeister weißt du um die Gefahren von Geschwindigkeit und Risiko. Du hast öffentlich kritisiert, dass der Radsport in Sachen Sicherheit „um Jahrzehnte hinterherhinkt“. Welche Schritte wären nötig, um das für Profisportler und Freizeitradler zu ändern?

Die Veranstalter wurden bereits teilweise in die Pflicht genommen – da hat sich schon etwas bewegt. Jetzt ist es an der Zeit, dass auch die Rennfahrerinnen und Rennfahrer, bis hinein in die Hobby- und Tourenszene, selbst Verantwortung übernehmen. Fahrtechniktraining ist dabei ein zentraler Punkt, für den ich mich kompetent fühle. Nach vielen hundert Absolvent:innen ist es jedes Mal erfüllend zu sehen, dass wirklich alle innerhalb eines Tages die Basics erlernen und anwenden können. Das einhellige Feedback lautet: ‚Warum hat mir das alles noch niemand erzählt?‘ und ‚Gamechanger!‘



Zielgruppen & Wirkung
Deine Angebote richten sich von Einsteigern über
Hobbysportler bis Profis. Wie differenzierst du
Trainingsmethodik und Kommunikation? Welche Ziele
hast du, um Sicherheit breit im Markt zu etablieren?



André



Bei mir gibt es keine Leistungsgruppen. In einem Kurs waren ein Anfänger und die Olympiasiegerin im Straßenrennen – beide haben von Grund auf gelernt. Der Unterschied liegt in der Geschwindigkeit der Umsetzung: Profis können die Inhalte meist schneller anwenden und haben dadurch mehr Zeit für die Perfektionierung. Dass dieses Konzept funktioniert, glauben viele noch nicht – deshalb muss ich es erst bekannt machen. Mundpropaganda hilft dabei enorm. Demnächst gibt es erste Gespräche mit einem Global Player.



Torsten

Team – auch wenn es Einzelsport ist Radsport wie der BahnradSPORT oder Einzelrennen gelten als „Einzelsport“. Trotzdem ist dein Erfolg ohne Unterstützer, Trainer und Umfeld nicht denkbar. Wie wichtig war und ist das Team hinter dem Athleten? Und wie überträgst du diese Erkenntnis heute auf deine Trainingsangebote?



Ausgenommen vom Einzelzeitfahren ist Radsport ein echter Teamsport. So komplex, dass es in immer mehr Bereichen Spezialisten braucht. Diese Erkenntnis übertrage ich direkt auf meine Trainingsangebote: Von grundlegend neuen Herangehensweisen bis hin zur Micro-Exzellenz vermittele ich Sicherheit, Performance und Fahrspaß. Damit erreicht man seine Ziele – egal ob Sieg in einem Pro-Race oder das erfüllende Absolvieren einer Ausfahrt. Fahrtechniktraining ist dabei zielführender als Profi-Equipment im Hobbyeinsatz oder Profi-Piloten ohne Flugschein. Beides absurd.

Vision für nachhaltige Mobilität
In Städten, mit E-Bikes und vielen Neuradlern: Wie
stehst du zu der Rolle, die dein Sicherheitstraining im
Kontext von urbaner Mobilität und nachhaltigem Verkehr
spielen kann?



André

Meine Fahrrad-Sicherheitsschulungen für alle Radfahrenden basieren auf Erfahrungen aus rund 600.000 Kilometer im Sattel. Motto: Gefahren erkennen und sich selbst nicht in Gefahr bringen. Wer bestimmte Abläufe bewusst durchgespielt hat, gerät später nicht mehr in kritische Situationen. Selbst die von mir im Rennsport entwickelte Bremstechnik lässt sich in einer vereinfachten Version nach wenigen Übungen anwenden und ermöglicht deutlich effektiveres Bremsen, ohne die Kontrolle zu verlieren. Urbane Mobilität mit mehr Sicherheit.





Torsten

Marke & Glaubwürdigkeit

Als mehrfacher Weltmeister und ehemaliger Manager bei adidas hast du große Marken erlebt. Wie baust du Glaubwürdigkeit und Vertrauen in deinem eigenen Unternehmen auf? Wie unterscheidest du dich vom allgemeinen Markt für Rad- oder Sicherheitstraining?



Aus beiden Bereichen weiß ich: Glaubwürdigkeit entsteht durch Leistung und Konsequenz. Genau das übertrage ich auf mein Unternehmen. Der Unterschied zum Markt: Ich vermittele nicht nur Fahrgefühl, sondern echte Fahrtechnik – fundiert, nachvollziehbar erklärt und vorgezeigt, vieles einzigartig und es kann jeder sofort umsetzen. So entsteht Vertrauen und Sicherheit, die Radfahren nachhaltig besser machen.

Gesundheit & mentale Stärke

Radfahren kann physisch und mental fordernd sein, sowohl im Leistungssport als auch im Alltag. Wie sorgst du heute für deine eigene Balance? Welchen Stellenwert hat mentale Gesundheit für dich und deine Trainingskunden, gerade in Zeiten hoher beruflicher und privater Belastung?



André



Radfahren fordert Körper und Kopf gleichermaßen. Heute achte ich bewusst auf Balance: Bewegung, klare Routinen und auch mal Tempo herausnehmen. Mentale Gesundheit hat für mich und meine Teilnehmenden hohen Stellenwert – gerade in Zeiten beruflicher und privater Belastung. Fahrtechniktraining hilft, weil es Struktur gibt und Vertrauen schafft. Wer Kontrolle hat, bleibt gelassen und gewinnt mentale Stärke, die weit über den Sport hinaus wirkt.



Torsten

Darüber hinaus

Gibt es ein Thema, ein Projekt oder eine Erfahrung, die Dir persönlich wichtig ist und die Du hier noch teilen möchtest?



Absolut: Wer hochambitionierte Rennradfahrende kennt, sollte ihnen diese Seiten dringend empfehlen – denn die meisten haben nicht bis hierher gelesen. Typische Reaktion: ‚Das brauch ma net - wir trauen uns eh schnell einen Berg runterfahren...‘ Frauen sind im Gegensatz dazu viel aufgeschlossener – sie tun nichts, was unnötig gefährlich ist. Der Klassiker: Ein Mann schenkt seiner Frau den Kurs, weil sie ihm nicht schnell genug bergab fährt. Am Ende überredet sie ihn mitzumachen – er startet widerwillig und ist schon nach kurzer Zeit völlig baff, was er alles nicht kann oder weiß.

**Sicher fahren.
Klar entscheiden.
Vertrauen aufbauen.**



Wenn du nach konkreten Impulsen suchst, wie du auf dem Rad sicherer, kontrollierter und zugleich entspannter unterwegs bist, bieten Roland's Programme genau das: professionelle Anleitung, messbare Fortschritte und ein neues Gefühl von Freiheit auf zwei Rädern.



**“Mein Name steht für
neue Dimensionen
der Fahrtechnik“**

Roland's Sport-Vita

- 3-facher Weltmeister
- Österreichs erster Radweltmeister
- 10 WM-Medaillen auf der Radrennbahn
- Gesamt-Rundfahrts- und Etappensieger auf der Straße
- Olympiateilnehmer

Mehr Informationen?

www.roland-koenigshofer.at
office@roland-koenigshofer.at

Fahrrad Sicherheitsschulung für alle Radfahrenden

Gefahren erkennen und sich selbst nicht in Gefahr bringen

Fahrradfahren und E-Biken im Straßenverkehr wird zunehmend wichtiger, und die Fahrsicherheit steht dabei im Fokus. Egal, ob Sie mit einem City- oder Tourenrad, Mountainbike (MTB), Rennrad, Pedelec (E-Bike) oder Lastenfahrrad unterwegs sind – die Kontrolle über Ihr Fahrrad ist entscheidend, um sicher ans Ziel zu gelangen.

In meinen Schulungen dreht sich alles um das Thema „Gefahren erkennen und sich selbst nicht in Gefahr bringen“. Ein oft vernachlässigter Aspekt ist das effektive und sichere Bremsen.

Mein persönlicher Hintergrund im Radsport, der von drei Weltmeistertiteln geprägt ist, sowie meine Erfahrungen aus 21 Jahren im Spitzen-Radsport und etwa 15 Weltumrundungen im Straßenverkehr haben mein Sicherheitsverständnis geschärft.

Radfahren ist mittlerweile risikoreicher als Motorradfahren (Quelle: KfV-2021), und das Miteinander im Straßenverkehr erfordert Übung.

Ich lege Wert auf Empathie – das Einfühlen in andere Verkehrsteilnehmende. Dabei gebe ich allen die Chance, mich auf meinem Fahrrad wahrzunehmen und meine Absichten klar zu erkennen.

Mehr Informationen?

www.roland-koenigshofer.at
office@roland-koenigshofer.at

Rennrad Fahrtechniktraining

Vom Rennradfahrer zum Radrennfahrer

Du bist begeistert von deiner Sportart!? Aber...

Du willst mehr Sicherheit und dadurch mehr Spass!? Fast alle haben Wettkampfabitionen und wollen darauf aufbauend auch bessere Performance bringen: Bei Radmarathon-Bewerben bis zu 5.500 Höhenmeter Downhill (z. B. beim „Ötztaler“) oder bei der Ironman-WM in Nizza (2.400 HM) wollen auch die langen Abfahrt sicher und richtig schnell bewältigt werden.

Du hast ein ungutes Gefühl, wenn es schneller hergeht – insbesondere in Kurven, in Abfahrten und im Nassen?

Du bist schon Lizenzfahrer oder Profi und hast Dich dennoch niemals ernsthaft und bewusst mit Fahrtechnik beschäftigt?

ACHTUNG: Sehr gutes und wichtiges FAHRGEFÜHL ist nicht gleich FAHRTECHNIK!

Fahrtechniken erlernt man niemals „nebenbei“ im Training inmitten des Straßenverkehrs oder gar in Wettkämpfen! Auch nicht, wenn Du bereits hunderttausende Kilometer absolviert und hunderte Wettkämpfe bestritten hast -> was jedoch landläufig geglaubt wird: Das ist nur Fahrgefühl.

Mehr Informationen?

www.roland-koenigshofer.at

office@roland-koenigshofer.at



Wenn Du bereit bist, deine Trainingszeit nicht nur Km, Zeit, Watt, Puls oder sonstigen Werten zu widmen, sondern willst auch (ohne nachhaltig zeitlichen Mehraufwand) das „Handwerk des Radrennfahrens“ erlernen, dann benötigst Du dafür meine „Grundschulung“ Rennrad-Fahrtechniktraining. Die darin sehr schnell erlernten Skills solltest Du anschließend nur mehr verinnerlichen.

In Gruppen- oder individuellen Trainings werden kaum bekannte Fahrtechniken für das Kurvenfahren, das Bremsen und die Abfahrten, etc. vermittelt. Die stets in den Trainings gehörten Äußerungen der Absolvent*innen sind: „Warum hat mir das noch niemand erzählt!?“ und „Gamechanger“.

Aus Deinem jeweiligen Level ergeben sich aufbauende Programme, mit denen Du deine Ziele erreichen oder sehr oft auch übererfüllen wirst. Absolute Anfänger bis hin zu Profis trainieren im selben Kurs. Egal ob Du nur mehr Sicherheit haben möchtest oder primär auch in Richtung Leistungssteigerung strebst. In ein paar Worten sind deine Ziele definiert und ich arbeite entsprechend mit Dir.

Diese Trainings sind kein Wettkampf – niemand braucht irgendjemandem etwas beweisen.

Mehr Informationen?

www.roland-koenigshofer.at

office@roland-koenigshofer.at

A person wearing a grey blazer and dark trousers is walking on a brick path. They are pulling a black rolling suitcase with their right hand and holding a brown paper coffee cup with their left hand. The background is a wall made of large, light brown rectangular panels.

Vielen Dank, Roland, für die Bereitschaft, dein Wissen und deine Erfahrungen mit uns zu teilen. Wir wünschen dir weiterhin viel Erfolg mit deinen Trainings- und Sicherheitsschulungen, erfüllende Kilometer auf dem Rad – und Klarheit, wann es Zeit ist, Geschwindigkeit mit Verstand zu kombinieren.

UNSERE PARTNER



Gesund reisen

www.spielintelligent.de



**Wenn auch du Lust hast, deine
Erfahrungen zu teilen und Teil
unserer ☕ KAFFEPAUSE zu
werden – schreib uns einfach!**

Torsten Schäfer

☎ +49 162 6030358

✉ torsten@spielintelligent.de

Windacher Str. 6 | 86922 Eresing

André Fuhr

☎ +49 170 4737328

✉ andre@spielintelligent.de

Reineburgstr. 21 | 32312 Lübbecke