

Radfahren ist gesund, weil ...

Von der einfachen zur erweiterten Argumentation

Für das Radfahren gibt es zahlreiche Gründe. Einer der wichtigsten Gründe ist die besondere Eignung des Radfahrens für die Erhaltung der Gesundheit. Hier die wichtigsten Argumente:

1. Radfahren beugt Alterserscheinungen vor.
2. Radfahren verbessert die Anpassungsfähigkeit an die Umwelt.
3. Radfahren erhöht die Belastbarkeit in Beruf und Freizeit.
4. Radfahren verbessert die Erholungsfähigkeit.
5. Radfahren stärkt das Familiengefühl und andere zwischenmenschlichen Beziehungen.
6. Radfahren ist ein ideales Gefäßtraining.
7. Radfahren kräftigt das Immunsystem.
8. Radfahren verbessert die Gehirntätigkeit.
9. Radfahren ist Kosmetik für Körper und Seele.
10. Radfahren ist etwas für jedes Lebensalter.
11. Radfahren verhilft zu einer gesunden Lebensweise.
12. Radfahren verbessert die Sauerstoffaufnahme und die Atmung.
13. Radfahren schont Sehnen, Bänder und Gelenke.
14. Radfahren reguliert den Stoffwechsel.
15. Radfahren hilft Stress abzubauen.
16. Radfahren ist eine ideale Bewegungsart für Übergewichtige.
17. Radfahren ist eine aktive Langzeittherapie.
18. Radfahren ist eine umweltfreundliche Fortbewegungsform.
19. Radfahren ist ein wirksames Mittel zur physischen Wiederherstellung nach Verletzungen und Krankheiten.
20. Radfahren ist ein Geschenk der Zivilisation zum Abbau der zivilisationsbedingten Risikofaktoren.

Radfahren ist gesund,
weil es Alterserscheinungen vorbeugt.
Denn: ...
(wie z. B.): ...
Daher:

(nach: Peter Konopka, Spaß am Bike. Ausrüstung, Technik, Training, Gesundheit, München: BLV-Verlagsgesellschaft 1991, S.9-23)

Arbeitsanregungen:

1. Ordnen Sie die aufgelisteten Gründe für das Radfahren nach übergeordneten Gesichtspunkten.
2. Die Liste der aufgeführten Gründe für das Radfahren zielt offenbar auf ganz bestimmte Adressaten. Beschreiben Sie mögliche Adressaten, die mit den vorstehenden Gründen für das Fahrradfahren motiviert werden könnten.
3. Versuchen Sie eine Liste von Gründen für Jugendliche und junge Leute aufzustellen. Berücksichtigen Sie dabei insbesondere auch Aspekte, die sich aus neueren Radsportarten wie z.B. dem Mountainbiking ergeben.
4. Führen Sie die einfachen Argumentationen nach dem Muster: "Radfahren ist gesund, weil es Alterserscheinungen vorbeugt." fort im Sinne des allgemeinen Argumentationsschemas der erweiterten Argumentation.