

## Wissensblatt 5.2: Sicherheitstraining Motorrad

Arndtstraße 19  
30167 Hannover  
Tel (0511) 357726-80/1  
Fax (0511) 357726-82

info@landesverkehrswacht.de  
www.landesverkehrswacht.de

### Motorradfahren...aber sicher!

Motorradfahren ist riskant: 2019 verunglückten in Deutschland 28.426 Motorradfahrende im Straßenverkehr. Im Vergleich zu 2018 reduzierte sich die Zahl der verunglückten Motorradfahrenden um 11,1 Prozent. ums Leben kamen 542 Motorradfahrende, 12,4 Prozent weniger als im Vorjahr. Das Risiko zu verunfallen, eine Verletzung zu erleiden oder gar zu sterben ist im Vergleich zum Verkehrsmittel Auto höher. Je 100.000 zugelassenen Fahrzeugen sterben zwölf Motorradfahrende aber nur drei Pkw-Insassen. Die meisten Unfälle ereignen sich in den Sommermonaten, bei einem Drittel handelte es sich um Alleinunfälle. Wenn andere Fahrzeuge an einem Motorradunfall beteiligt sind, ist es in gut 80 Prozent das Auto. Bei diesen Unfällen kommen 93 Prozent der Kraftrad(mit)fahrenden zu Schaden, wobei mehr als zwei Drittel dieser Unfälle von Pkw-Fahrern verursacht wurden. Hauptunfallursache ist eine "nicht angepasste Geschwindigkeit". Damit die Unfallzahlen weiter zurückgehen und der Fahrspaß im Vordergrund steht, bietet die Verkehrswacht das Sicherheitstraining Motorrad an. Basiskonzepte werden vertieft oder wiederaufgefrischt, Fahrfertigkeiten verfeinert, das Fahrzeughandling und eine vorausschauende Fahrweise trainiert.

### Unser Ziel

Das Ziel des Sicherheitstrainings ist eine sichere und vorausschauende Teilnahme der Motorradfahrenden am Straßenverkehr. Die Teilnehmenden sollen:

- sich ihrer eigenen Fertigkeiten, Verhaltensweisen, Einstellungen bewusst werden
- sicherheitsorientierte Verhaltensweisen trainieren und
- weiteren Übungsbedarf erkennen.

### Wer kann teilnehmen?

Das Motorrad-Sicherheitstraining steht jedem Motorradfahrenden offen, der im Besitz der für sein Fahrzeug notwendigen Fahrerlaubnis ist. Es wird vorausgesetzt, dass grundlegende Motorrad-Fahrtechniken beherrscht werden. Am meisten profitiert, wer schon einige Motorrad-Kilometer zurückgelegt hat und so mindestens über ein wenig Fahrerfahrung verfügt. Ein verkehrs- und betriebs-sicheres Motorrad sowie vollständige Schutzbekleidung (Helm, Kombi, Stiefel, Handschuhe) werden vorausgesetzt.

### Das Training

Das Motorrad-Sicherheitstraining beinhaltet praktische Übungen und moderierte Gespräche. Da Kenntnisse und

Erfahrungen der Teilnehmenden einbezogen werden, kommen unterschiedliche Sichtweisen und Perspektiven zur Sprache. Es gibt keinen langweiligen Frontalunterricht. Der gemeinsame Erfahrungsaustausch und Diskussionen stehen im Mittelpunkt.

Unter Anleitung erfahrener Trainerinnen und Trainer beschäftigen sich die Teilnehmenden mit Fahrsituationen, die im Realverkehr auftreten können. Sie überdenken ihre bisherigen Verhaltensweisen und erhalten Tipps und Hinweise, die sie praktisch erproben können.

Das Handling im Langsamfahrbereich, Brems- und Ausweichmanöver auf verschiedenen Untergründen sowie die Fahrtechnik in der Kurve bilden einen wichtigen Bestandteil des Tagesablaufs.

Maximal 10 Personen nehmen an einem Kurs teil, um allen Teilnehmenden ein intensives Training zu ermöglichen. Trainiert wird grundsätzlich mit dem eigenen Motorrad.

Das Training dauert 7 Stunden zzgl. Pausen.

Die Kursgebühr beträgt pro Person 99,00 €. In der Teilnahmegebühr ist eine Vollkaskoversicherung mit einer

Selbstbeteiligung von 1.000 € inbegriffen, max. Schadenshöhe 35.000 €. Viele Berufsgenossenschaften unterstützen Sicherheitstrainings nach den Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates e. V. (DVR) für ihre Versicherten und fördern dieses in unterschiedlicher Art und Weise. Hierzu setzen Sie sich bitte vor einer Teilnahme mit der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft in Verbindung.

Das Sicherheitstraining wird von erfahrenen und nach den Richtlinien des DVR speziell ausgebildeten Trainerinnen/Trainern geleitet.

#### Auszüge aus dem fahrpraktischen Training

- Langsam fahren geradeaus und in Kurven (Stabilisierungsübungen)
- Wenden auf der Fahrbahn
- Fahren eines Slaloms – Lenkimpulstechnik
- Ausweichen mit Lenkimpulstechnik
- Vergleich der Fahrstile „Legen – Drücken“
- Fahren in Kurven auf der Sicherheitslinie
- Phasierung der Kurvenfahrt
- Gefahrbremmung - auf unterschiedlichen Fahrbahnoberflächen
- Gebremstes Ausweichen
- Bremsen / Ausweichen in der Kurve
- Praxistipps in einem Technikcheck

#### Lernerfolg

Die Kombination Mensch – Fahrzeug - Umwelt stellt hohe Anforderungen an Informationsverarbeitung und Fahrzeugbeherrschung. Bremsen, Kurven fahren, Spurwechsel, Ausweichen, Blicktechnik und die Fähigkeit, das Fahrzeug zu stabilisieren, sind nur einige Elemente, die der Motorradfahrende tagtäglich beherrschen muss. Das Motorrad-Sicherheitstraining ermöglicht den Teilnehmenden, gefahrlos zu üben, was der tägliche Straßenverkehr fordert.

Ansprechpartnerin Landesverkehrswacht

Regina Langlott

Telefon (0511) 35 77 26 83

E-Mail: langlott@landesverkehrswacht.de