

Wissensblatt 5.2

Sicherheitstraining Motorrad

Zielsetzung

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. Natürlich wird vorausgesetzt, dass grundlegende Motorrad-Fahrtechniken beherrscht werden. Am meisten profitiert, wer schon einige Motorrad-Kilometer abgespult hat. Ein verkehrs- und betriebssicheres 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 Trainer/innen 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.

Das Training dauert 7 Stunden zzgl. Pausen.

Das Sicherheitstraining wird von erfahrenen und nach den Richtlinien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates e. V. (DVR) speziell ausgebildeten Trainerinnen/Trainern geleitet. Neben dem Grundkurs werden bei Bedarf auch Varianten, wie z.B. Aufbaukurse, Rollertraining, kombinierte Kurse, durchgeführt – sprechen Sie uns an.

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
- Gefahrbremsung - 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.

Ansprechpartner Landesverkehrswacht

Regina Langlott

Telefon (0511) 35 77 26 83

Telefax (0511) 35 77 26 82

E-Mail: langlott@landesverkehrswacht.de