

FAHR SICHERHEITS- TRAINING FÜR KLASSE A



DIESES TRAINING BESTEHT AUS DREI TEILEN!

- **Theoretische Einschulung**
- **5 Einheiten** praktisches Fahrsicherheitstraining
- **1,5 Einheiten** psychologisches Gruppengespräch
- **1,5 Einheiten** Gefahrenwahrnehmungstraining

Dabei wird Ihr Instruktor besonders die richtige Blickführung, das Fahrzeughandling und die wichtigsten Notreaktionen wie z.B. eine Notbremsung und das Ausweichen mit Ihnen trainieren.

Für das Fahrsicherheitstraining der Klasse A bieten wir Ihnen Leihmotorräder an, die Sie bei der Anmeldung mitbuchen können.

DER PRAKTISCHE TEIL SETZT SICH AUS FOLGENDEN ÜBUNGEN ZUSAMMEN!

- **Spurgasse** (Fahren in einer 20m langen und 1m breiten Strecke)
- **Schaltkarree**
- **Slalom** (kleiner Slalom, mittlerer Slalom, großer Slalom)
- **Achterfahren** (Lastwechsel mit je 15m Durchmesser)
- **Enge Kreisfahrt, Bremsen aus Kreisfahrt, Handlingspacour**
- **Notbremsung** (Übung wird mit 30 km/h begonnen und auf mindestens 50 km/h gesteigert)
- **Ausweichen vor einem Hindernis** (Übung wird mit 30 km/h begonnen und auf mindestens 50 km/h gesteigert)
- **Abschlussübung**

FAHR SICHERHEITS- TRAINING FÜR KLASSE B



DIESES TRAINING BESTEHT AUS DREI TEILEN!

- **1 Einheit** theoretische Einschulung
- **5 Einheiten** praktisches Fahrsicherheitstraining
- **2 Einheiten** verkehrspsychologisches Gruppengespräch

Nach der einführenden Theorie durch Ihren Instruktor werden Sie im praktischen Teil das Gelernte üben und umsetzen. Insbesondere wird Ihr Instruktor die wichtigsten Notreaktionen wie z.B. eine Notbremsung und einen Bremsshaken mit Ihnen üben.

DER PRAKTISCHE TEIL SETZT SICH AUS FOLGENDEN ÜBUNGEN ZUSAMMEN!

- **Sitzposition, Lenkradhaltung, Slalomfahren**
- **Bremsübungen** (Gefahrenbremsung, Notbremsung bei 50 km/h, Bremsshaken bei 50 km/h und Bremswegvergleich)
- **Bremsen einseitig gatt bei 50 km/h**
- **Bremsen in Kurven auf einer Kreisbahn mit 40 km/h**
- **Übersteuern** (auch Schleudern genannt) auf der Kreisbahn bei 40-50 km/h
- **Untersteuern** (auch Schieben genannt) auf der Kreisbahn bei 40-50 km/h
- **Abschlussübung**

AUFBAU- TRAINING

Bei diesem Training erfahren Sie, wie sich Ihr Fahrzeug in heiklen Situationen verhält. Testen Sie sich gefahrlos an Grenzbereiche heran.

DIESES TRAINING BESTEHT AUS ZWEI TEILEN!

THEORIE (30 MIN)

- Wiederholung Fahrphysikalischer Grenzen
- Fahrassistenzsysteme moderner Fahrzeuge
- Ökonomische Fahrweise

PRAXIS (3,5 H)

- Sitzposition (Lenkradhaltung, Lenkradführung)
- Power Slalom (Steigerung der Fahrgeschwindigkeit)
- Slalom auf ungleichmäßigem Untergrund
- Vollbremsung 50/60 km mit höheren Geschwindigkeiten
- Geschicklichkeitsbremsung (Schlupf)
- Kontrollierte Notbremsung mit Zielangabe
- Ausweichen vor Hindernis auf ungleichmäßigem Untergrund
- Schieben
- Schleudern
- Abschlussübung (Zusammengesetzte Übungen auf Zeit)

