

Bei Sandvik wird Sicherheit groß geschrieben!

Die physikalischen Gesetze dieser Erde sind für alle und alles gleich, es kommt allerdings darauf an wie man sie für sich nutzt. Für Motorradfahrer gilt das ganz besonders, denn schließlich sind sie nur auf zwei Rädern unterwegs. Bei einem Motorrad-Sicherheitstraining kann man als Fahrer die wichtigsten Regeln dazu lernen.

Wie ihr vielleicht aus vorherigen Artikeln in unserer "Coromant Nachrichten" wißt, gibt es bei uns in der Firma sehr viele Biker, die auch in regelmäßigen Abständen organisierte Touren machen. Sicherheit wird immer sehr groß geschrieben, denn wenn auch nur einmal auf unseren Ausflügen etwas passieren würde, garantiere ich euch, würde dem ein Riegel vorschoben werden.

So haben wir überlegt, ob da nicht ein Motorrad-Sicherheitstraining genau das richtige für uns wäre. Hier einen Dank an unseren Betriebsrat Klaus, der dafür gesorgt hat, das die Berufsgenossenschaft die Kosten dafür übernommen hat. (Übrigens besteht für jeden Motorrad- und Autofahrer die Möglichkeit, über die Berufsgenossenschaft an einem kostenfreien Sicherheitstraining teilzunehmen).

Theo, Thomas, Werner A., Werner K., Stefan, Markus, Olaf, und ich durften in den Genuß kommen, mitzumachen. Das tollste wäre gewesen, wenn wir das Training zum Saisonstart hätten machen können, aber leider sind diese Termine immer schnell ausgebucht, und so blieb uns nur ein Samstag im September. Ich kann euch sagen, es hat sich gelohnt... aber seht selbst.

Früh morgens um 7.30 Uhr haben wir uns zum Frühstück in einem Motel am "Moerser Kreuz" getroffen um uns für den Tag zu stärken. Übrigens gibt's dort ein großes "Fress' dich zu Tode Buffet" inklusive Kaffee und Säfte für 10 Euro. Der ein' oder andere hat dort schon die ersten Horrorgeschichten über solche Trainings erzählt. Zum Beispiel soll bei Tempo 70 eine 10cm dicke Holzbowle vor's Vorderrad geworfen werden...etc.etc.

Ich hab mir nichts anmerken lassen, aber innerlich habe ich schon ein mulmiges Gefühl gehabt. Weniger wegen mir, aber dafür um so mehr wegen meiner Maschine. Aber nichts davon sollte sich bewahrheiten.

Übrigens, die eigenen Motorräder sind mit 300 Euro Selbstbeteiligung für die Zeit des Trainings Vollkasko versichert.

Um 8.30 Uhr sind wir dann aufgebrochen, damit wir so gegen 9.00 Uhr in Kleve/Kehrum unser Motorrad-Sicherheitstraining bei der Verkehrswacht (www.verkehrswacht-kleve.de) antreten konnten. Paul Joosten, unser Trainer, hat uns mit Kaffee begrüßt, bei dem wir dann auch gleich alle Formalitäten erledigt haben, bevor es für uns richtig losging.



Paul fährt selbst eine Yamaha R1, mit der er unter anderem auch auf Rennstrecken entsprechende Trainings gibt!



Mal anfahren wie mit dem Drahtesel. Linkes Bein auf Fußraste, rechtes Bein beim Losfahren über den Sattel schwingen!

Je, nachdem wo man ein Motorrad-Sicherheitstraining bucht, liegen die Schwerpunkte anders. Bei uns sollten die Schwerpunkte auf Bremsen, langsames Kurvenfahren und plötzliches Ausweichen gelegt werden.

Zum "warm machen" haben wir erst mal ein paar kleine Fahrübungen gemacht.

- Mit einer Hand fahren (um mal ganz einfach anzufangen)
- Dann, ein Bein kniend auf dem Sattel
- Beide Beine kniend auf dem Sattel
- Auf dem Tank sitzend beide Beine in der Luft
- Linke Hand und linkes Bein seitlich ausgestreckt, etc. etc.
- Wer es sich zutraute, konnte auch noch eine spezielle Anfahrübung machen (siehe Bild)

Die richtige Sitzposition ist eine wichtige Grundlage für sicheres fahren:

Arme, Hände(an den Lenkradgriffen) und Brems-/Kupplungsgriffe sollen eine Flucht bilden.

Hat man den "Mittelfuß" auf den Rasten, kommt es automatisch zum "Entensitz" und das ganze Fahrverhalten wird labil. Die "Fußballen" gehören "gerade" auf die Fußrasten, und zwingen somit automatisch die geknickten Beine an den Tank. Dadurch bekommt man ein besseres Fahrgefühl und hat die ganze "Maschine" sicherer im Griff.

Ich sag' euch, das stimmt absolut! Ich muss mich zwar immer noch selbst daran erinnern dies zu tun, aber seitdem ich es so mache habe ich ein viel besseres Fahrgefühl.

Beim Zickzack-Hütchenfahren kann man erkennen, wer falsch durch die Kurven wedelt.

Wer weiß schon "bewusst" das man ab Tempo 30 leicht nach links lenken muß wenn man nach rechts fahren will. Bisher habe ich immer mit vollem Körpereinsatz versucht meine Maschine in die Schräglage zu bewegen.

Niemand (auch nicht mein damaliger Fahrlehrer) hat mir gesagt, das wenn man die Maschine in die Kurve drückt, eigentlich der Lenker gemeint ist.

Also, links den Lenker nach vorne drücken heißt; Schräglage links, und somit die linke Kurve einleiten und auch fahren. Seit dem ich das nun weiß, geht mir das Kurvenfahren viel leichter von der Hand. Die eingefleischten Biker werden wohl darüber lachen, aber ich wußte es bis jetzt wirklich nicht.



Schrittfahren und Kurvenschrittfahren ohne die Füße von den "Rasten" zu nehmen.

Paul nannte es auch das "Eisdielen-Show-gleiten". Der Mann weiß schon, was auch für "Show-Bike-Fahrer" wichtig ist ;-).

Wenn man ein paar Dinge beachtet, ist das echt kinderleicht.

- Handbremse ist absolutes Tabu
- Motor auf eine etwas erhöhte Drehzahl bringen (so ca. 1300-1500 U/min)
- Die Hinterradbremse wird mit dem Fuß leicht auf "Zug" gebracht. Das streckt die Maschine beim langsam fahren und macht sie so wesentlich stabiler.
- Nur durch das Spielen mit der Kupplung wird die Vorwärtsbewegung geregelt.

Wenn man diese Regeln beachtet, ist auch ein langsames Kurvenfahren mit eingeschlagenem Lenker möglich, ohne das der "Angstfuß" zum abfangen ausfährt. Ganz wichtig hierbei: Die Blickrichtung immer dort hin, wohin man fahren will.

Vollbremsung! Nicht nur beim "Burningout" riecht es nach verbranntem Gummi!

Ist einer von euch Bikern schon mal absichtlich an seine Grenzen bis kurz vor einen Crash gegangen? Als uns Paul vorführte, was er mit einer Vollbremsung und einer kontrollierten Vollbremsung meinte, wurde mir schon ganz anders. Die 300 Euro Selbstbeteiligung für eventuelle Schäden hab' ich innerlich schon abgeschrieben.

Eine Vollbremsung, nur mit blockiertem Hinterrad bis zum Stillstand geht ja noch, obwohl das auch nicht ganz ohne ist, wenn die Straße nicht in der Waage ist. Aber mit dem Vorderrad ein kurzes rutschen zu provozieren (nur kurz, nicht bis zum Stillstand des Fahrzeugs) kostet beim jungfräulichen ersten mal echte Überwindung. Aber jetzt weiß ich wenigstens was auf mich zukommt, falls es doch mal ungewollt passieren sollte. Ganz wichtig ist, das man es sozusagen "live" erlebt, und man nun zumindest eine Ahnung hat wie sich die Maschine verhält.

Eine kontrollierte Vollbremsung wird immer mit beiden Bremsen eingeleitet. Hinterradbremse voll durchtreten und im Kopf als erledigt betrachten; Vorderradbremse bis kurz vor dem durchrutschen des Vorderrades ziehen, und dabei die Maschine kontrolliert in der Waage halten.

Ein paar der Jungs hatten Motorräder mit ABS-System, und gerade bei dieser Übung konnte man ganz klar erkennen, das man mit ABS wesentliche Vorteile bei brenzligen Situationen hat. Sogar Sand auf der Fahrspur konnte denen kaum was anhaben.



Bremswege bei optimalen Bedingungen und natürlich trocken und ohne Sand;

- bei 30 Km/h = 4,3m,
- bei 50 km/h = 12,1m
- bei 70 km/h sind's 23,6m.

Der Anhalteweg ist natürlich wesentlich länger.

Ach ja, meine 300 Euro konnte ich übrigens behalten!

Ausweichen:

In der Fahrschule haben wir alle **"BLA"** gelernt (**B**remsen-**L**ösen-**A**usweichen)! Heute ist man sich nicht mehr so sicher, ob das die richtige Methode ist. Denn es kommen viele Faktoren zusammen, die mitentscheiden was nun wirklich zu tun ist.

So haben wir das "Nur-Ausweichen" geübt, nach links und natürlich auch nach rechts, denn man kann ja im Ernstfall nicht unbedingt immer zu seiner "Schokoladenseite" ausweichen. Zu guter Letzt hat Paul erst kurz vor Ausweichbeginn ein Zeichen gegeben, wohin wir ausweichen sollen. Damit hatten wir alle einige Schwierigkeiten, richtig zu reagieren.



Um ca. 17.00 Uhr war der praktische Teil des Trainings zu Ende. Richtiges Verhalten bei Gruppenfahrten haben wir dann noch theoretisch besprochen.

Wir waren ganz schön geschafft nach diesem Tag, aber es hat allen viele Spaß gemacht, und jeder hat für sich noch eine Menge an Erfahrungen mitnehmen können.

Ich ganz besonders!

Alles in allem war es ein sehr gelungener und sehr wertvoller Tag.

Eine sturzfreie Fahrt wünscht euch

Ulf

Und Paul: Danke für das super Training, mach' weiter so!