

## Anhang 2

### Pflichtthema 2: Lenktechnik und Sitzposition Motorrad

<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Richtige Lenktechnik, sichere Geradeausfahrt, korrektes Einleiten der Kurvenfahrt.</li> <li>➤ Der Fahrer soll mit einer entspannten Sitzposition den Lenker und alle Bedienungselemente erreichen.</li> </ul>
<b>Kursinhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Lenktechnik:</b> Es befinden sich grundsätzlich immer beide Hände am Lenker. Nur so ist ein rasches Reagieren auf plötzliche Einflüsse wie Seitenwind oder Steine usw. auf der Fahrbahn möglich.</li> <li>➤ <b>Gegenlenkprinzip:</b> Ausser beim Langsamfahren erfolgt das Einleiten jeder Richtungsänderung nach dem Gegenlenkprinzip. Ein Bogen wird durch eine kurze, je nach Fahrgeschwindigkeit und Betriebsgewicht der Maschine dosierte Lenkerbewegung in die der beabsichtigten Fahrtrichtung entgegengesetzte Richtung eingeleitet.</li> <li>➤ <b>Schräglagen:</b> Schräglagen sind für ein sicheres Fahren in den Kurvenbögen erforderlich. Fahren mit einer Schräglage im Grenzbereich wie auf einer Rennstrecke ist im Strassenverkehr indessen zu vermeiden. Anzustreben ist ein runder, flüssiger Fahrstil mit Sicherheitsreserven.</li> <li>➤ <b>Sitzposition:</b> Zeigen der richtigen Sitzposition.</li> </ul>
<b>Methodik/ Instruktion</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Slalom fahren in verschiedenen Varianten (eng, weit, verengend, öffnend, versetzt, frei) sind ausgezeichnete Fortsetzungsübungen nach der Spurgasse zur Schulung von Blicktechnik und Fahrzeugbeherrschung. Sie birgt aber eine klar sportliche Note, die wohl zulässig und für den Spass am Kurs sogar sinnvoll ist, jedoch nicht übermässig betont werden soll.</li> <li>➤ Im Zusammenhang mit der Sitzposition und den verschiedenen Typen von Motorrädern muss auch das Thema Ausrüstung und Bekleidung angesprochen werden. Während des Kurses muss die Schutzausrüstung getragen werden.</li> </ul>
<b>Rahmen- bedingungen Infrastruktur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Theorieanteil: 40 %, Praxisanteil: 60 %</li> <li>➤ <b>Lenktechnik:</b> Der Abstand der Pylonen sollte so gewählt werden, dass diese möglichst knapp umfahren werden können. Den Eigenarten der verschiedenen Motorradtypen ist Beachtung zu schenken.</li> <li>➤ <b>Gegenlenken:</b> Um das Gegenlenkprinzip aufzuzeigen, soll der Abstand der Pylonen gross sein, oder es kann sogar ganz auf Pylonen verzichtet werden. Besonders geeignet dazu ist die Kreisbahn.</li> <li>➤ Demonstration mit verschiedenen Fahrzeugtypen. Slalom oder Acht mit falscher Körperhaltung (z. B. ohne Knieschluss) und mit richtiger Körperhaltung.</li> </ul>