

Motorradfahren

Für ein sicheres Fahrvergnügen



bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung





Motorradfahren: den Wind spüren, ein Gefühl der Freiheit, gute Kameradschaft... Fährt die Sicherheit auch mit?

Sicherheitscheck

Ein unbeschreibliches Freiheitsgefühl. Zur Arbeit rollen. Auf der Maschine in die Ferien reiten. Oder einfach mal ins Blaue fahren. Bei aller Leidenschaft für das Töfffahren dürfen die Gefahren nicht vergessen werden. Gemessen an der Kilometerleistung ist das Risiko, tödlich zu verunfallen, für Motorradlenkende 11 Mal grösser als für Autofahrende. Darum: Fahr auch du vorausschauend. Durch defensives Fahren lassen sich beinahe 80 % aller Motorradunfälle verhindern. Die bfu wünscht dir sichere Fahrt.

Teste dich

Geh die Aussagen durch und schätze dich selbst ein. Oder bitte jemanden, dich einzuschätzen.

- Das habe ich im Griff/ist mir klar
- Das könnte ich verbessern/vergesse ich manchmal
- Daran habe ich nie gedacht/das sollte ich anpacken

1. Technik










- Meine Maschine ist mir vertraut.
- Ich prüfe meine Reifen auf den richtigen Druck und wechsele sie, bevor die minimale Profiltiefe erreicht ist.
- Mit ABS gelingt mir sicheres Bremsen am besten.
- Ich verwende nur zugelassene, geprüfte Teile.
- Ich lasse den Töff regelmässig von einem Fachmann warten.

2. Schutz









- Mein Helm ist gemäss ECE-Reglement Nr. 22 geprüft.
● ● ●
- Vor dem Kauf mache ich mit dem Helm einen Proberitt.
● ● ●
- Mein Schuhwerk ist stabil und schützt die Knöchel.
● ● ●
- Meine Kleidung ist aus Leder oder abriebfesten Textilien und schützt Rumpf, Arme und Beine.
● ● ●
- An Schultern, Rücken, Ellbogen, Hüften und Knie sind CE-geprüfte Protektoren angebracht.
● ● ●
- Ich trage immer Handschuhe.
● ● ●
- Ich fahre nie in kurzer Hose oder T-Shirt.
● ● ●
- Mein Outfit ist auch am Tag gut sichtbar.
● ● ●
- Lichtreflektierendes Material erhöht meine Sichtbarkeit bei Nacht und bei schlechtem Wetter.
● ● ●
- Ich lasse mich beim Motorradkauf auch punkto Sicherheit gut beraten.
● ● ●



3. Einstellung

- Rücksicht ist für mich eine klare Sache, besonders gegenüber Fussgängern und Velofahrenden.

- Aber auch «stärkere» Verkehrsteilnehmende respektiere ich.

- Ich fahre so, dass niemand eine böse Überraschung erlebt.

- Ich halte genügend Abstand.

- Ich muss mich in einer Gruppe niemandem beweisen.

- Provozieren lasse ich mich nicht.

- Schnellere und vielleicht auch bessere Motorradfahrer lasse ich davonfahren.

- Kritische Bemerkungen zu meiner Fahrweise prüfe ich bei der nächsten Fahrt.

- Beim Fahren zu zweit trage ich der doppelten Verantwortung Rechnung.


4. Verkehrssinn

- Bremsen beginnt im Kopf: Bei einer Reaktionszeit von 2 Sekunden lege ich bei 80 km/h erst mal über 40 Meter ungebremst zurück.

- Ich weiss: Bei schlechter Haftung verlängert sich der Bremsweg enorm.

- Auf Sichtweite anhalten ist für mich – auch in unübersichtlichen Kurven – kein Problem.

- Ich weiss: Vortritt haben ist keine Lebensversicherung.

- Ich beobachte meine Verkehrspartner aufmerksam, erkenne heikle Situationen rechtzeitig und nehme das Gas zurück.

- Mir ist bewusst, dass ich bei schlechter Sicht oft übersehen werde.

- Ich baue immer eine Sicherheitsreserve ein.

- Mir ist klar: Ich habe keine Knautschzone.


5. Verhalten

- Ich steige nur gut ausgeruht auf meine Maschine.



- Ich fahre mit 0,0 Promille.



- Mein Abblendlicht ist beim Fahren immer an.



- Wenn ich an der Fahrbahngriffigkeit zweifle, mache ich vorsichtig einen Bremsstest auf einem übersichtlichen, geraden Stück.



- Vor einer Kurve reduziere ich die Geschwindigkeit deutlich.



- Bei schwierigen Strassenverhältnissen plane ich Reserven ein.



- Mit einem gereinigten und gegen Beschlag geschützten Visier habe ich den Durchblick.



6. Fahrkönnen

- Ich beherrsche mein Motorrad auch im Schrittempo und halte locker das Gleichgewicht.



- Ich kann nahe an der Blockiergrenze bremsen.



- Ich weiss: In einer Kurve bremsen ist heikel und braucht viel Übung.



- Ich blicke voraus, wähle in der Kurve die sichere Linie und bleibe auf meiner Strassenseite.



- Ausweichtechniken und ihre Grenzen kenne ich.



Test-Auswertung

- Deine Zeichen stehen alle auf grün? Dann weiterhin sichere Fahrt
- Du hast auch gelb und rot angekreuzt? In gewissen Bereichen bist du noch nicht sattelfest; besuche einen Weiterbildungskurs. Kompetente Instrukto:innen machen dich zu einer Topfah:erin oder zu einem Topfah:er. Die Liste mit den vom Verkehrssicherheitsrat empfohlenen Kursen findest du auf www.bfu.ch.



Die 3 wichtigsten Tipps



- Fahre vorausschauend, defensiv und regelkonform.
- Trage die komplette Schutzausrüstung mit lichtreflektierendem Material.
- Du und deine Maschine sind in betriebsstüchtigen Zustand.

Sicher leben: Ihre bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf www.bfu.ch.

Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

- 3.003 Tempo-30-Zonen
- 3.006 Physik im Strassenverkehr
- 3.007 Alkohol am Steuer
- 3.008 Sichtbarkeit bei Nacht
- 3.013 Sekundenschlaf
- 3.017 Erste Schritte im Strassenverkehr
- 3.018 Radfahren
- 3.020 Mountainbiking
- 3.022 Kinder auf dem Schulweg
- 3.025 Fahrzeugähnliche Geräte
- 3.029 Kreisel
- 3.031 Autofahren im Alter
- 3.055 Kindertransport mit dem Fahrrad
- 3.059 Auto-Kindersitze TCS/bfu
- 3.060 Schulanfang! Achtung Kinder!

Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: www.bfu.ch.

© bfu 2008, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht