

# ADAC Pkw-Junge-Fahrer-Training



## Erfahrung kommt durchs Ausprobieren.

Das ADAC Junge Fahrer-Training wurde explizit für Fahranfänger im Alter von 17 bis 25 Jahren konzipiert.

Unter Gleichaltrigen lernen die Teilnehmer gefahrenfrei die Grenzbereiche ihres Autos kennen. Neben Kurven- und Hindernisfahrten, Bremsübungen und unterschiedlichen Fahrbahnbelägen zeigt auch der Einsatz der Rauschbrille anschaulich die Wirkung von Alkohol und Drogen im Straßenverkehr. Dieses Fahrsicherheits-Training bringt nicht nur jede Menge Spaß, sondern zeigt den Teilnehmern auch, wie sie ihre Grenzen erkennen können.

### Trainingsdetails:

- Trainingsort: Linthe, Berlin-Tegel
- Trainingsdauer: 8,5 h
- Maximale Teilnehmer: 12
- Fahrzeug: eigenes Fahrzeug
- Versicherung: Trainingsvollkasko möglich
- BG-Förderung: möglich
- Sonderinfo:
  - Teilnehmer von 17 bis 25 Jahre (auch Begleitung)
  - Ausnahme: Begleitetes Fahren mit 17

### Trainingsablauf:

- Individuelle Anreise, Begrüßung und organisatorische Vorbereitung
- Kurze theoretische Einweisung
- Erste fahrpraktische Übungen auf dem Gelände
- Mittagspause (in Tegel: Selbstverpflegung)

- Fortführung fahrpraktischer Übungen
- Feedbackrunde und Aushändigung der Urkunde
- Abschluss und Abreise

### Trainingsinhalte:

- Einweisung in die Fahrphysik
- Slalomparcours
- Optimale Sitzposition und Lenkradhaltung, korrekte Blickführung
- Kreisfahrten (Über- und Untersteuern im Grenzbereich)
- Notbremsmanöver und Ausweichen vor plötzlich auftretenden Hindernissen
- Einfluss von Ablenkungen auf das Fahrverhalten
- Bremsen im Verlauf einer Kurve

in Linthe außerdem:

- Abfangen und Stabilisieren eines ausbrechenden Fahrzeugs auf der hydraulischen Dynamikplatte