

Rundstreckentraining Basis

(Dauer ca. 3,5 Stunden)

Die Theorie:

- Die richtige Bekleidung (die sichere Mode)
- Fahrzeugvorbereitung (das Make-up)
- perfektes Sitzen und Lenken (das Popometer)
- Fahrdynamik (die Achsen um die sich alles dreht)
- Reifentechnik (das schwarze Gold)
- Der Grenzbereich (Abflüge nur noch in Schönefeld)
- Die richtige Bremstechnik (geplante Verzögerungen)
- Fahr- und Kurventechnik (so geht's rund)

Die Praxis:

- Kontrolle der Körperhaltung
- Bremsübungen gerade und in der Kurve
- Geführte Runden auf dem Handlingskurs
- Einzelrunden auf dem Handlingskurs
- Geführte Runden auf dem schnellen Streckenteil
- Einzelrunden auf dem schnellen Streckenteil
- Schnelle Runden auf dem gesamten Kurs (vor und hinter dem Instruktor)

Danach freies Fahren für alle Teilnehmer (mindestens 30 Minuten)

Termine auf der Homepage unter „ Trainings „