

## „Porsche Warm- Up“ – Auftakt in die Saison 2013

### Möglicher Veranstaltungsablauf

- **Bis 09.00 Uhr:** Eintreffen der Teilnehmer mit den eigenen Fahrzeugen im ADAC Fahrsicherheitszentrum Nordbayern in Schlüsselfeld.
- **09.00 Uhr bis 09:45 Uhr:** Vorstellung der Instruktoressen. Einweisung in den Tagesablauf und Start in die fahraktiven und dynamischen Sektionen.
- **12.45 Uhr bis 13.30:** Gemeinsames Mittagessen
- **13.30 Uhr bis 16:30 Uhr** Fortsetzung der fahraktiven und dynamischen Sektionen.
- **17.15 Uhr** Ende der Veranstaltung
- Zwischendurch Getränkepausen

### Ihre Trainingsinhalte



#### **Einführung**

Vor dem Start in die Sektionen wird der Tagesablauf besprochen, damit die Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmer in die Gestaltung des individuellen Trainingsprogramms einfließen können. Die Behandlung von fahrphysikalischen erfolgt vorerst nur knapp, wird jedoch im Laufe des Tages sehr praxisnah auf den Modulen bzw. während der Übungen veranschaulicht.



#### **Slalom griffig, Slalom glatt**

Beim Slalom fahren Sie eine schnelle, wiederholte Folge von Kurven, die durch eine Reihe von Toren festgelegt sind. Dabei lernen Sie durch Korrekte Blickführung, die richtige Sitzposition und präzises Lenken sich und ihr Fahrzeug besser kennen. Diese Sektion stellt die Grundlagen aller weiteren Trainingssektionen dar.



#### **Bremsen**

Wie reagiert Ihr Fahrzeug, auf unterschiedlichen Fahrbahnbelägen? Auf griffiger Fahrbahn und der Gleitfläche erfahren Sie aus unterschiedlichen Geschwindigkeiten praktische Handlungsmuster, um Ihr Fahrzeug bei einer Notbremsung in der Spur zu halten.



#### **Spurwechsel**

Beim Spurwechsel lernen die Teilnehmer sich und ihr Fahrzeug besser kennen. Der Trainer setzt bei dieser Sektion vor allem auf die Umsetzung folgender Akzente: Korrekte Blickführung, richtige Sitzposition und natürlich präzises Lenken.



### **Ausweichen vor Hindernissen**

Auf einer Gleitfläche weichen Sie plötzlichen auftauchenden, Hindernissen aus. Diese Hindernisse bewegen sie dazu, in dieser simulierten Gefahrensituation blitzschnell zu reagieren und diese mit einem gezielten Lenkmanöver zu bewältigen. Hier werden die Elemente Bremsen, Lenken und optimale Blickführung kombiniert und in Stresssituationen richtig angewendet.



### **Mittagessen**

Freuen Sie sich beim gemeinsamen Mittagessen auf anregende Unterhaltungen über das Erlebte in angenehmer Atmosphäre. Gerne stellt unser Caterer auch Menüs ganz nach Ihren Wünschen zusammen



### **Kurvenfahrten**

in unterschiedlichen Variationen

Auf teils griffiger und glatter Fahrbahn im Kurvenverlauf wird der Grenzbereich erlebbar gemacht. Diese Sektion vertieft das Verständnis der richtigen Blickführung im Kurvenbereich. Zudem „spüren“ Sie die fahrphysikalischen Grenzen ihres Fahrzeuges und erkennen die Wirksamkeit elektronischer Fahrhilfen bei zu hohen Geschwindigkeiten.



### **Handling - Wo ist die Ideallinie?**

Lassen Sie sich von unserem Team einführen in die hohen Weihen der Ideallinie. Bei Beschleunigung, Geraden und Kurven machen Sie auf unserem Handlingkurs Bekanntschaft mit den Grenzen der Technik. Ihr Instruktor garantiert für Sie optimale Betreuung. Intensive Arbeit in Stresssituationen, vor allem aber auch eine Menge Spaß wartet auf Sie.



### **Kuppe - Gefällstrecke**

Bremsen und Ausweichen nach der Kuppe. Gefälle und rutschiger Gleitbelag fordern den Teilnehmer. Beim Bremsen auf griffiger und glatter Fahrbahn im Kurvenverlauf wird der Grenzbereich erlebbar gemacht. Der nunmehr geübte Fahrer ist jetzt in der Lage, mit dem richtigen Verhalten die Situation zu bewältigen. Auch hier kann die Wirksamkeit elektronischer Fahrhilfen (z.B. ESP) demonstriert werden



### **Ausklang**

Ausklang Ihrer Veranstaltung mit gemütlichem Zusammensein der Teilnehmer bei Kaffee & Kuchen oder Snack und Austausch über die Erlebnisse des Tages.