

Richtig reagieren bei plötzlichen Hindernissen auf der Straße

Mit Fahren auf Sicht und richtigem Bremsen schwere Unfälle vermeiden

Ein abgebrochener Auspufftopf mitten auf der Fahrbahn oder ein Hund, der plötzlich auf die Straße läuft – auch für geübte Autofahrer sind das herausfordernde Situationen. "Wenn plötzlich ein Hindernis auftaucht, hat man meist nur sehr wenig Zeit, um richtig zu reagieren", sagt Roland Frisch, Pkw-Chefinstruktor der ÖAMTC Fahrtechnik. Prinzipiell lassen sich viele gefährliche Situationen durch eine angepasste Fahrweise, vorausschauendes Fahren und den richtigen Abstand vermeiden. "Es gilt 'Fahren auf Sicht'. Das heißt, man muss sein Fahrzeug innerhalb der Sichtweite zum Stillstand bringen können. Bei Nebel, Regen oder Dunkelheit muss man die Geschwindigkeit entsprechend anpassen", sagt Frisch.

Kommt man trotz aller Vorsichtsmaßnahmen in eine gefährliche Situation und ein Zusammenstoß mit dem Hindernis wird unvermeidbar, muss der Lenker stark bremsen und dabei das Lenkrad mit beiden Händen festhalten. Eine rasche Reaktion kann entscheidend sein – was innerhalb der ersten Meter verschenkt wird, kann nicht mehr zurückgeholt werden. "Wo man mit 100 km/h bei rechtzeitigem Bremsen noch zum Stillstand kommt, fährt man mit 80 km/h ins Hindernis, wenn man nur eine Sekunde später bremst", rechnet Frisch vor. Bei einer Gefahrenbremsung muss man den Druck während des gesamten Bremsvorgangs halten. Gleichzeitig gehört bei Fahrzeugen ohne Automatikgetriebe die Kupplung getreten, damit der Motor nicht abgewürgt wird. "Wichtig ist auch die richtige Blickführung. Wohin man schaut, dorthin lenkt man auch", weiß der ÖAMTC-Fahrtechnikexperte.

Grenzen erfahren – richtige Reaktion in Notsituationen ist erlernbar

Richtiges Bremsen und Reagieren auf plötzliche Gefahrensituationen kann man üben. Bei einem Training in einem der acht ÖAMTC Fahrtechnikzentren lernt man das Gefühl einer Vollbremsung kennen und Vertrauen in die Technik zu entwickeln. Dabei zeigt sich immer wieder, was Übung ausmacht: "Beim ersten Versuch bremsen die Teilnehmer im Training meist zu leicht. Mit der Anzahl der Übungen wird der optimale Ablauf einer Notbremsung gefestigt. Dadurch wird der Anhalteweg kürzer", berichtet Frisch. Ziel des Trainings ist es, zuerst Gefahren zu erkennen, dadurch Gefahren zu vermeiden und letztlich Gefahren zu bewältigen. Durch wiederholtes Üben wird das richtige Handlungsmuster automatisiert und im Kopf abgespeichert.

Nähere Informationen zu ÖAMTC-Fahrtechniktrainings gibt es unter www.oeamtc.at/fahrtechnik. Dort kann man die Kurse auch bequem online buchen.