

↕ Abstände



Sicherheitsabstände (Nach vorn & zur Seite)

Der einzuhaltende Sicherheitsabstand ist deine wichtigste Knautschzone im fließenden Verkehr. Er sichert dir im Ernstfall den nötigen Raum, um bei einer plötzlichen Notbremsung des Vordermanns einen schweren Auffahrunfall zu verhindern. Die gesetzlichen Mindestabstände hängen strikt von deinem Tempo und deinem Standort ab.

Sicherheitsabstände nach vorne: Der Puffer zum Vordermann

Je schneller du fährst, desto länger ist dein Reaktions- und Bremsweg. Deshalb musst du den Abstand nach vorne mit steigendem Tempo dynamisch vergrößern.

- **Außerorts (Landstraße & Autobahn):**

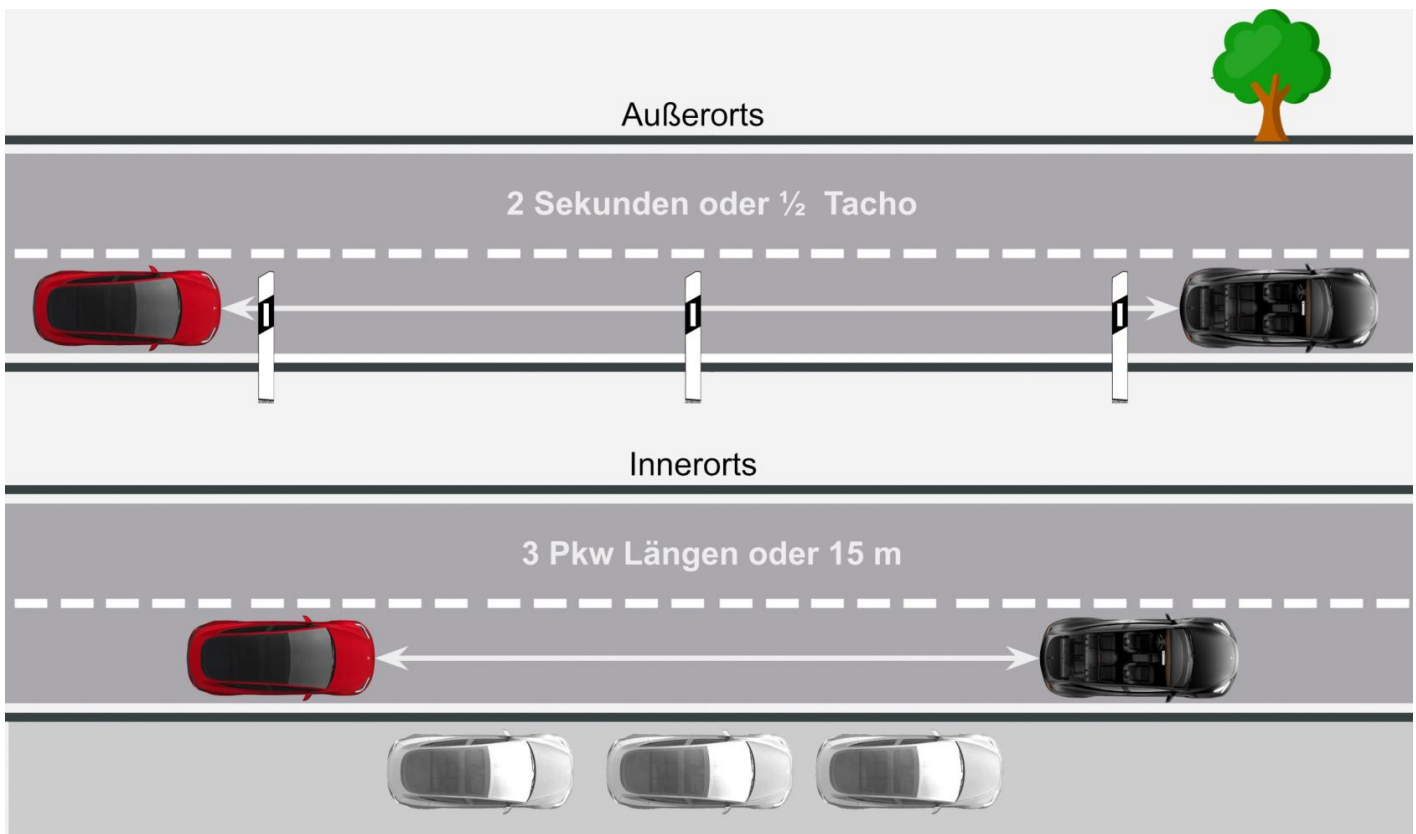
Hier gilt die goldene „**Halber-Tacho-Regel**“. Dein Mindestabstand in Metern muss mindestens der Hälfte deiner aktuellen Geschwindigkeit in km/h entsprechen.

- *Rechen-Beispiel:* Du fährst Tempo 80 → Der Mindestabstand beträgt **40 Meter**. Bei Tempo 120 sind es bereits **60 Meter**.

Der 2-Sekunden-Check (Die Zeitregel): Nutze einen festen Punkt am Straßenrand (z. B. ein Verkehrsschild oder einen Baum) als Orientierung. Sobald das vorausfahrende Auto diesen Punkt passiert, beginnst du im Kopf laut zu zählen: „Einundzwanzig, zweiundzwanzig“. Erreichst du den Punkt selbst, bevor die zwei Sekunden um sind, bist du deutlich zu dicht aufgefahren.

- **Innerorts (Stadtverkehr):**

Aufgrund des geringeren Tempos darf der Sicherheitsabstand im Stadtgebiet verkürzt werden. Als Faustformel gilt hier ein Mindestabstand von **15 Metern** – das entspricht in etwa dem Wert von **3 Pkw-Längen** hintereinander.



Wann du den Abstand vergrößern musst: Bei schlechten Witterungsverhältnissen (starker Regen, Schneematsch, Glätte, dichter Nebel) oder wenn du hinter einem Lkw bzw. Traktor fährst, der dir die Sicht nach vorn komplett nimmt, musst du den Abstand sofort verdoppeln!

https://www.youtube.com/embed/UV8qv_N-sHo

Sicherheitsabstände zur Seite: Der seitliche Raum

Nicht nur nach vorne, sondern auch beim Vorbeifahren oder Überholen musst du dein Fahrzeug perfekt absichern, um seitliche Kollisionen durch plötzliche Schlenker oder Windböen

auszuschließen.

- **Zu allgemeinen Hindernissen:**

Beim Passieren von baulichen Verengungen, Absperrungen oder parkenden Fahrzeugen musst du einen seitlichen Mindestabstand von **1 Meter** einhalten (Tipp: Schützt dich vor der Dooring-Gefalle bei unachtsam geöffneten Autotüren).

- **Zu einspurigen Fahrzeugen (Radfahrer, E-Scooter, Motorräder):**

Zweiräder geraten leicht ins Straucheln und benötigen deutlich mehr Schutz. Hier schreibt die Straßenverkehrsordnung (StVO) strikte Werte vor:

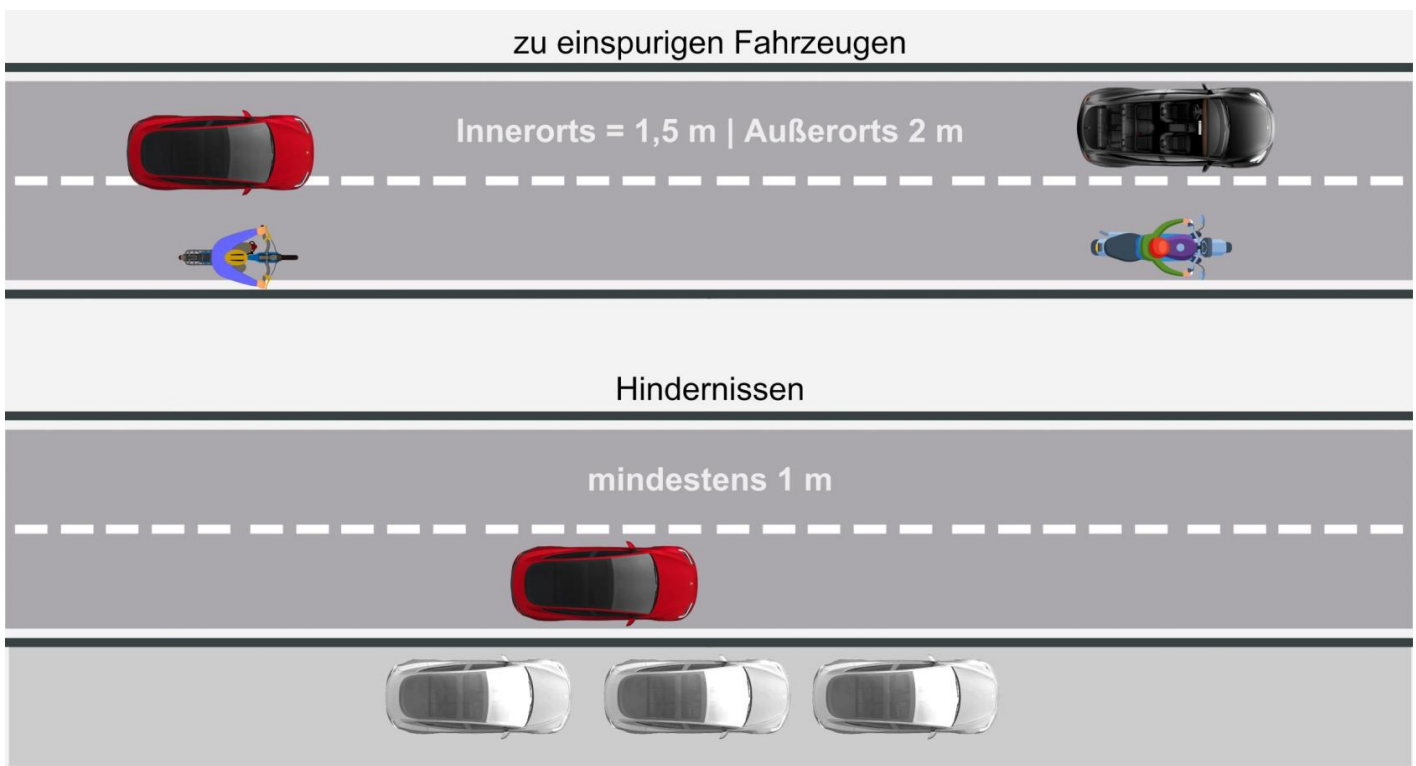
- *Innerorts:* Mindestens **1,5 Meter** seitlicher Abstand.
- *Außerorts:* Mindestens **2 Meter** seitlicher Abstand .

- **Die eiserne Überhol-Regel:**

Kannst du diesen seitlichen Mindestabstand wegen einer zu engen Straße oder dichtem Gegenverkehr nicht exakt einhalten, ist das **Überholen absolut verboten!** Du musst mit deinem Fahrzeug so lange dahinterbleiben, bis ausreichend Platz vorhanden ist.

- **Ausnahme beim Vorbeifahren:**

Musst du an einem *stehenden* Hindernis vorbeifahren und die Straße ist so eng, dass der Mindestabstand knapp unterschritten wird, darfst du dich nur mit minimalem Tempo (Schrittgeschwindigkeit) und höchster Bremsbereitschaft vorbeicruisen, um jede Gefährdung auszuschließen.



<https://www.youtube.com/embed/hqr4SVDjO64>

“ **Fazit:**

Der Sicherheitsabstand schützt dich vor unvorhersehbaren Reaktionen anderer. Wer sich merkt, dass außerorts **der halbe Tachowert in Metern oder die 2-**

Sekunden-Regel gilt und zu Zweirädern beim Überholen bis zu **2 Meter Seitenabstand** gesetzliche Pflicht sind, beherrscht den Raum um sein Fahrzeug perfekt. Schaffe dir im Zweifel immer einen größeren Puffer – das gibt dir maximale Kontrolle und Confidence.

Revision #9

Created 2026-06-10 07:33:13 UTC by Norbert Walter

Updated 2026-06-30 13:42:15 UTC by Norbert Walter