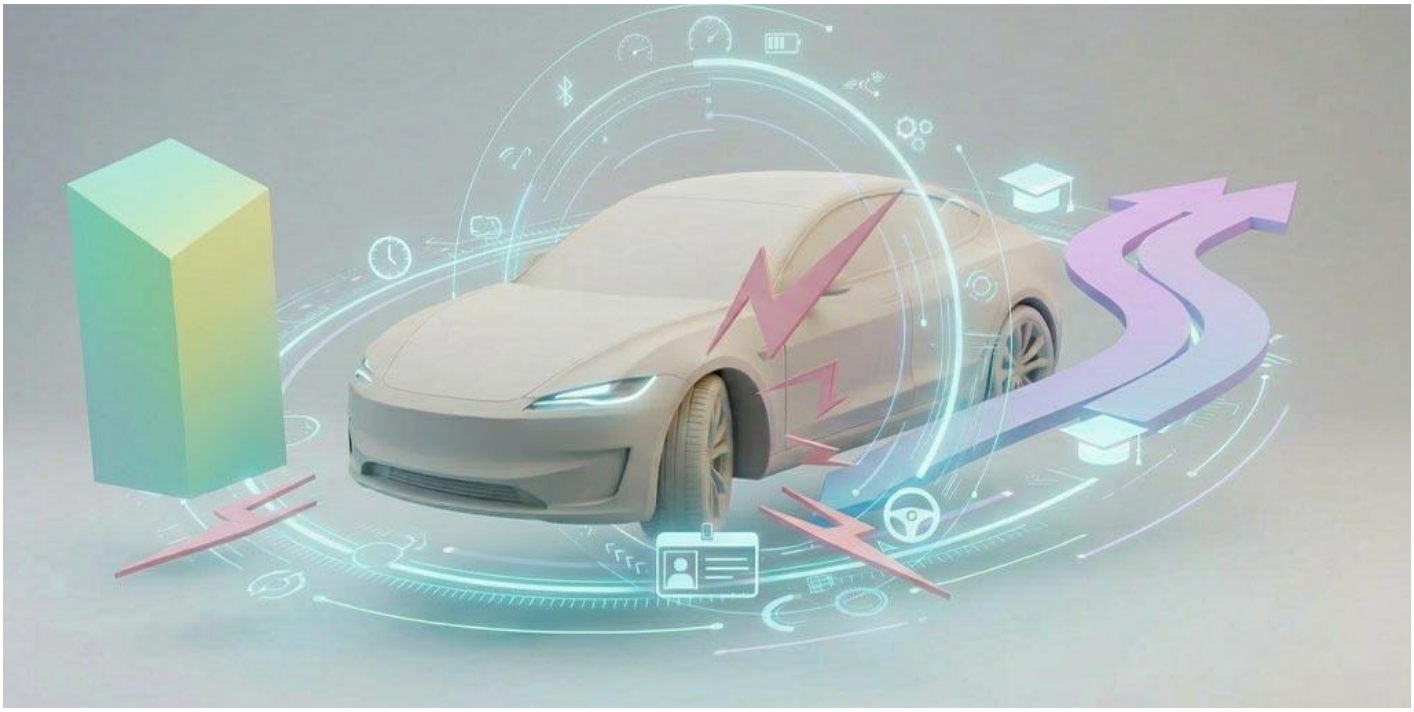
□□ Ausweichen



Ausweichen bei einem Hindernis

Das plötzliche Ausweichen ist eine reine Notfalltechnik. Sie kommt immer dann zum Einsatz, wenn der reine Bremsweg nicht mehr ausreicht, um vor einem abrupten Hindernis (z. B. einem plötzlich auf die Straße laufenden Tier, einem unvorhersehbaren Stauende oder einem unachtsamen Fußgänger) rechtzeitig zum Stillstand zu kommen.

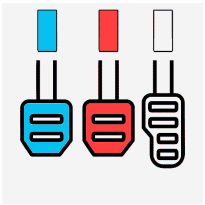
Die goldene Regel: Vollbremsung und Lenken kombinieren

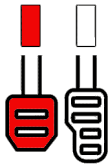
Viele Autofahrer glauben fälschlicherweise, dass man bei einer Vollbremsung nicht mehr lenken kann. Dank moderner Fahrzeugtechnik ist heute jedoch genau das Gegenteil der Fall:

Der Ablauf:

1. Bremse und Kupplung voll durchtreten:

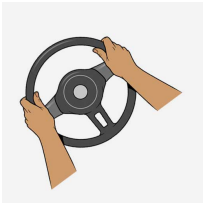
Tritt im Ernstfall schlagartig die Bremse (und beim Schalter zeitgleich die Kupplung) mit deiner absoluten maximalen Muskelkraft durch – genau wie bei der gelernten Gefahrenbremsung.





2. Gezielt ausweichen:

Während du voll auf der Bremse stehst, lenkst du das Fahrzeug mit einer schnellen, aber bewussten Bewegung um das Hindernis herum.



3. Zurück in die Spur:

Sobald du das Hindernis passiert hast, lenkst du das Auto zügig wieder zurück auf deine Fahrspur, um den Gegenverkehr oder den Graben zu vermeiden.

Continue Quiz...

Deine digitalen Schutzschilde: ABS & ESP

Zwei technische Systeme in deinem Auto arbeiten im Hintergrund in Millisekunden-Taktung, damit dieses Manöver überhaupt gelingt:

- **ABS (Antiblockiersystem)**
- **ESP (Elektronisches Stabilitätsprogramm)**

Die richtige Motorik: Ruhe schlägt Hektik

Auch in einer extremen Stresssituation entscheidet deine Motorik am Lenkrad über Erfolg oder Unfall:

- **9-und-3-Uhr-Stellung:**
  Halte deine Hände fest und stabil in der Viertel-vor-Drei-Position. Nur in dieser Haltung kannst du das Lenkrad blitzschnell um eine halbe Drehung bewegen, ohne umgreifen zu müssen.
- **Keine panischen Rucke:**
  Lenke schnell, aber bestimmt. Wer das Lenkrad in Panik komplett verreißt oder hektisch hin und her kurbelt, überfordert selbst die modernsten Regelsysteme wie das ESP.
- **Der Blick-Trick:**
  Schaue niemals starr auf das Hindernis, vor dem du Angst hast! Dein Auto fährt immer dorthin, wo du hinschaust. Fixiere stattdessen mit den Augen den freien Fluchtweg *neben* dem Hindernis.

https://www.youtube.com/embed/JXnuDX822WM

> **□□ Fazit:**
> Ausweichen ist der Plan B, wenn der Bremsweg zu kurz ist. Dank ABS bleibt dein Auto selbst bei maximalem Pedaldruck voll lenkbar und das ESP verhindert ein Schleudern des Hecks. Setze die Gefahrenbremsung schlagartig an, halte die Hände fest in der 9-und-3-Stellung, schaue gezielt auf den Fluchtweg und lenke das Auto bestimmt um das Hindernis herum.

Revision #12
Created 2026-06-12 14:57:53 UTC by Norbert Walter
Updated 2026-10-08 15:40:14 UTC by Norbert Walter