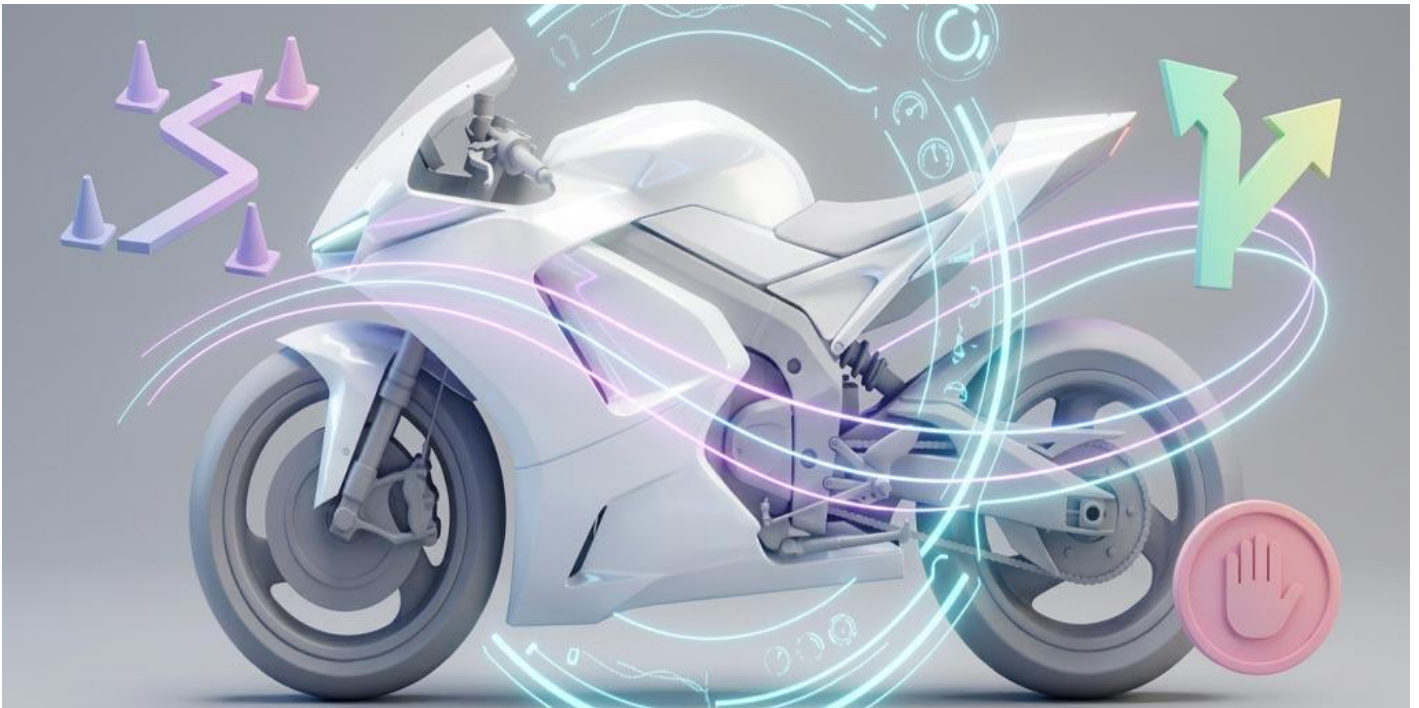


# □□ Grundaufgaben



## Grundfahraufgaben (GFA)

### Deine Skills auf dem Übungsplatz

Die vorgeschriebenen Grundfahraufgaben sind das absolute Fundament deiner praktischen Motorradausbildung. Du erfährst sie in einem geschützten Raum, wie du die Physik deines Bikes kontrollierst, die richtige Körperhaltung einnimmst und Vertrauen in deine Maschine aufbaust. Jedes dieser Manöver simuliert eine kritische Situation aus dem echten Straßenverkehr – und alle sind ein **fester Bestandteil deiner praktischen Fahrprüfung**.

Nutze die folgenden Seiten und Videos als dein mentales Training, um die Bewegungsabläufe schon vor der Fahrstunde im Kopf abzuspeichern!

---

## Die 3 Erfolgsfaktoren für jede Übung

Egal welche Aufgabe der Prüfer von dir verlangt, am Ende entscheiden immer dieselben drei fahrpraktischen Säulen:

Die Blickführung:

- Schau niemals panisch nach unten auf die Pylonen direkt vor deinem Reifen! **Der Blick geht immer weit voraus** zum Ende des Slaloms oder zum Fluchtweg neben dem Hindernis. Wo du hinschaust, da fährt dein Motorrad hin.

## Die lockere Körperhaltung:

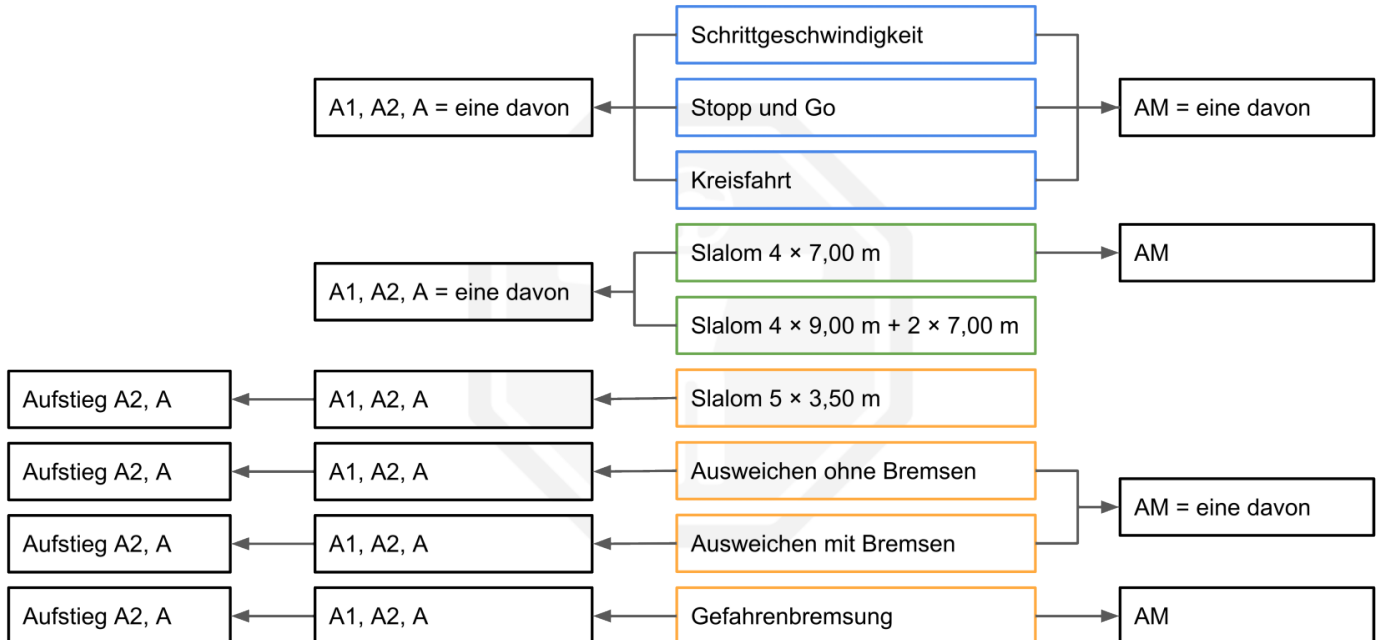
- Halte den Lenker fest, aber verkrampe dich nicht in den Armen. Deine Knie umschließen fest den Tank (Knieschluss) – so wirst du eins mit der Maschine und lenkst agil aus der Hüfte heraus.

## Feinfühliges Pedalarbeit:

- Bei den langsamen Übungen steuerst du den Vortrieb millimetergenau über das Zusammenspiel aus schleifender Kupplung, sanftem Gas und einer leicht mitschleifenden Hinterradbremse (das stabilisiert das Fahrwerk!).

# Diese Aufgaben musst du beherrschen

In deiner Ausbildung und der praktischen Prüfung unterscheidet der Gesetzgeber zwischen verschiedenen Übungen, die je nach Führerscheinklasse (AM, A1, A2, A) abgerufen werden:



## Die Aufgaben im Detail

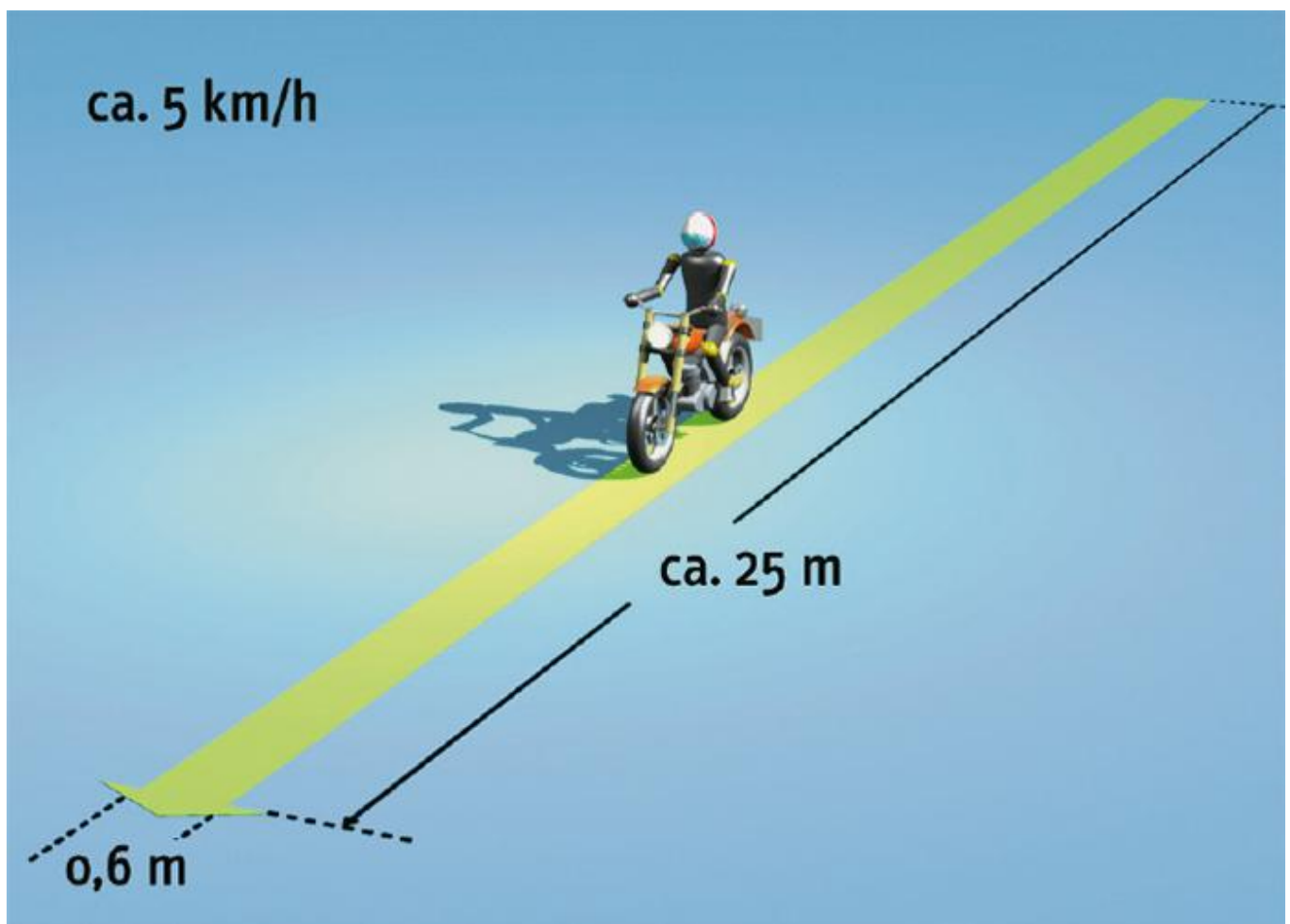
### Schrittgeschwindigkeit geradeaus:

## Aufgabe:

Eine Strecke von ca. 25 m, mit Schrittgeschwindigkeit (4 - 7 km/h) unter Beibehaltung des Gleichgewichts und mit richtiger Handhabung von Kupplung, Gas und Bremse geradeaus fahren.

## Fehlerbewertung:

- Abweichen um mehr als 30 cm nach jeder Seite
- Schneller als Schrittgeschwindigkeit
- Herunternehmen eines Fußes



[Hier findest du das passende Mental Replay](#)

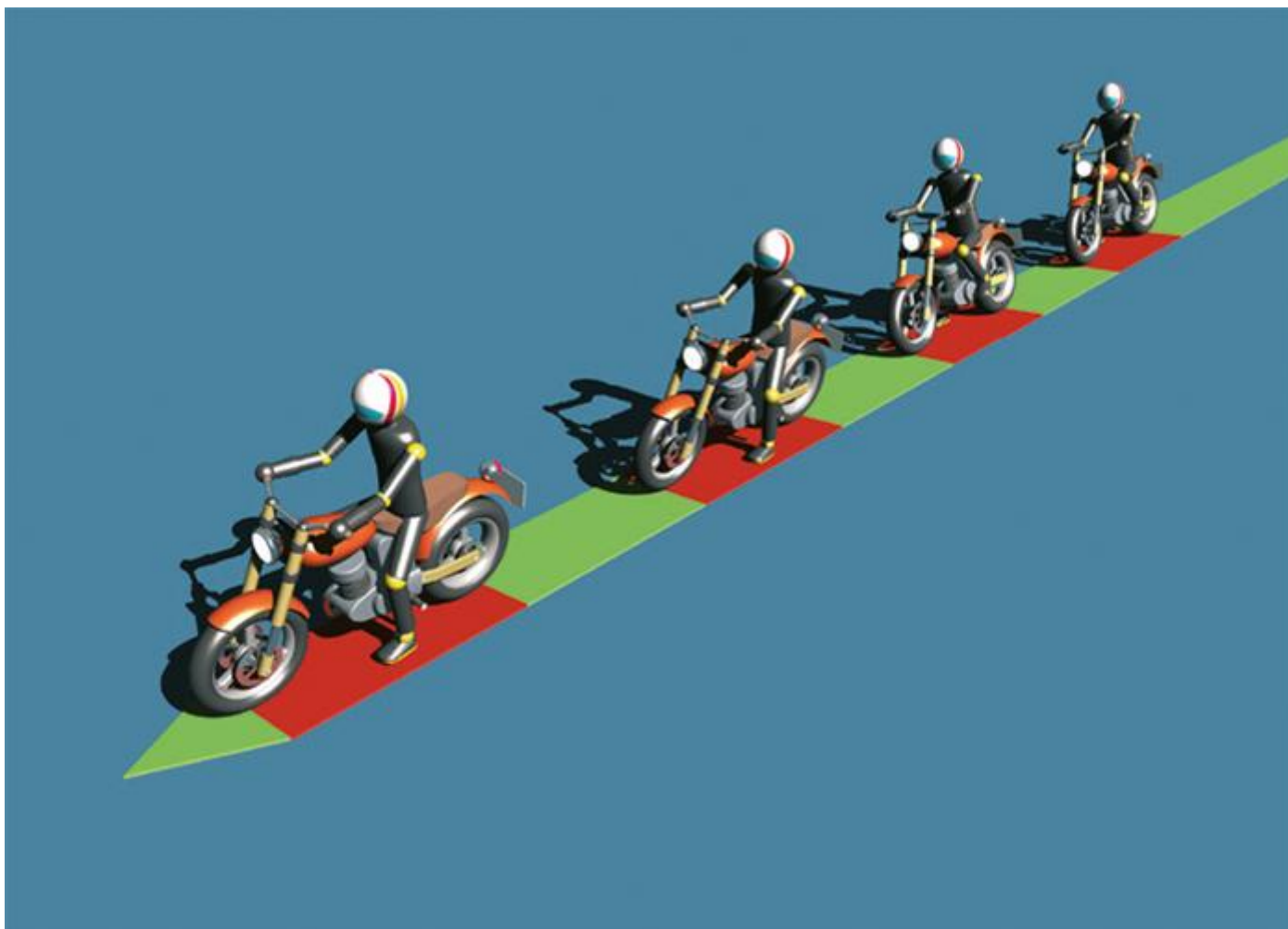
## Stopp und Go:

### Aufgabe:

Anhalten und Anfahren, Füße nur zum Abstützen des Kraftrades im Stand von den Fußrasten nehmen. Dabei zunächst zweimal den einen und dann zweimal den anderen Fuß absetzen.

### Fehlerbewertung:

- Anfahren im falschen Gang
- Abwürgen des Motors
- Falsche Reihenfolge
- Füße nicht auf den Rasten (außer beim halten)



## [Hier findest du das passende Mental Replay](#)

### Slalom 5 × 3,5 m:

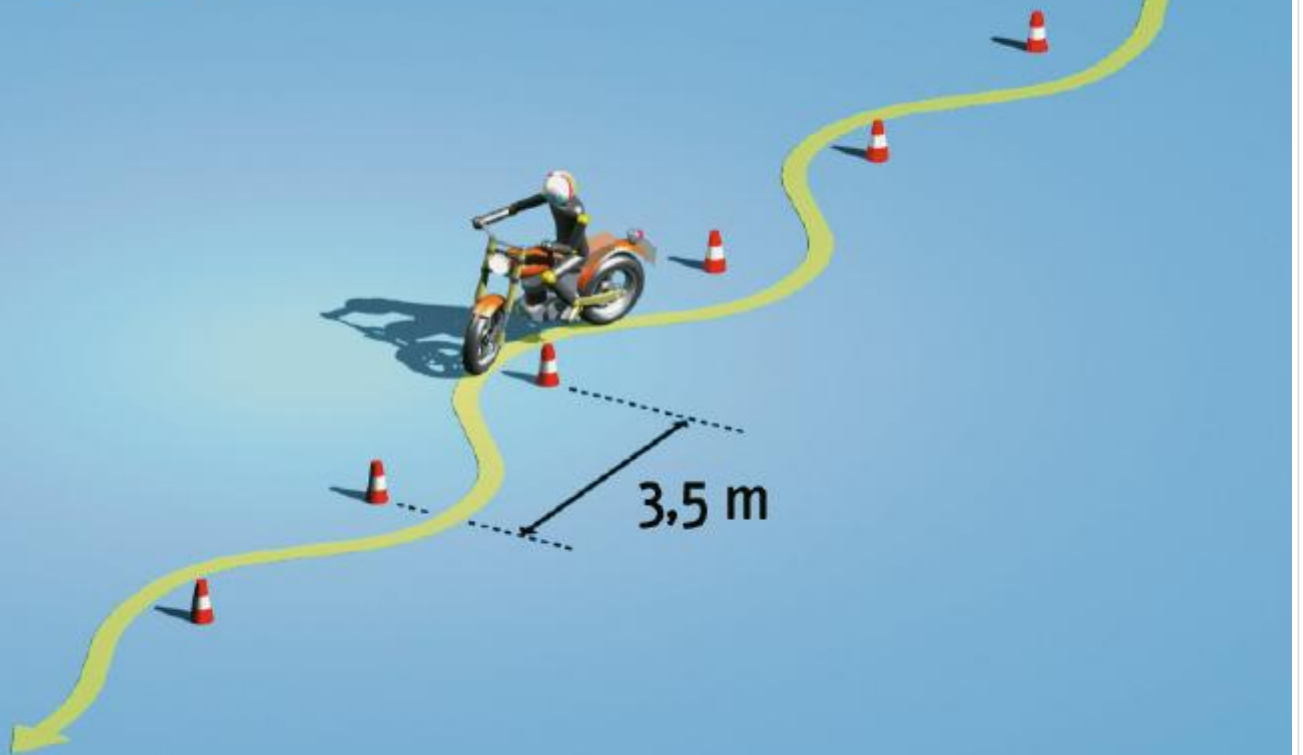
#### Aufgabe:

Eine Slalomstrecke mit Schrittgeschwindigkeit unter Beibehaltung des Gleichgewichts und mit richtiger Handhabung von Kupplung, Gas und Bremse zu durchfahren.

#### Fehlerbewertung:

- Zu geringe Geschwindigkeit
- Auslassen eines Feldes
- Umwerfen eines Leitkegels
- Mit einem Fuß die Fahrbahn berühren

ca. 5 km/h



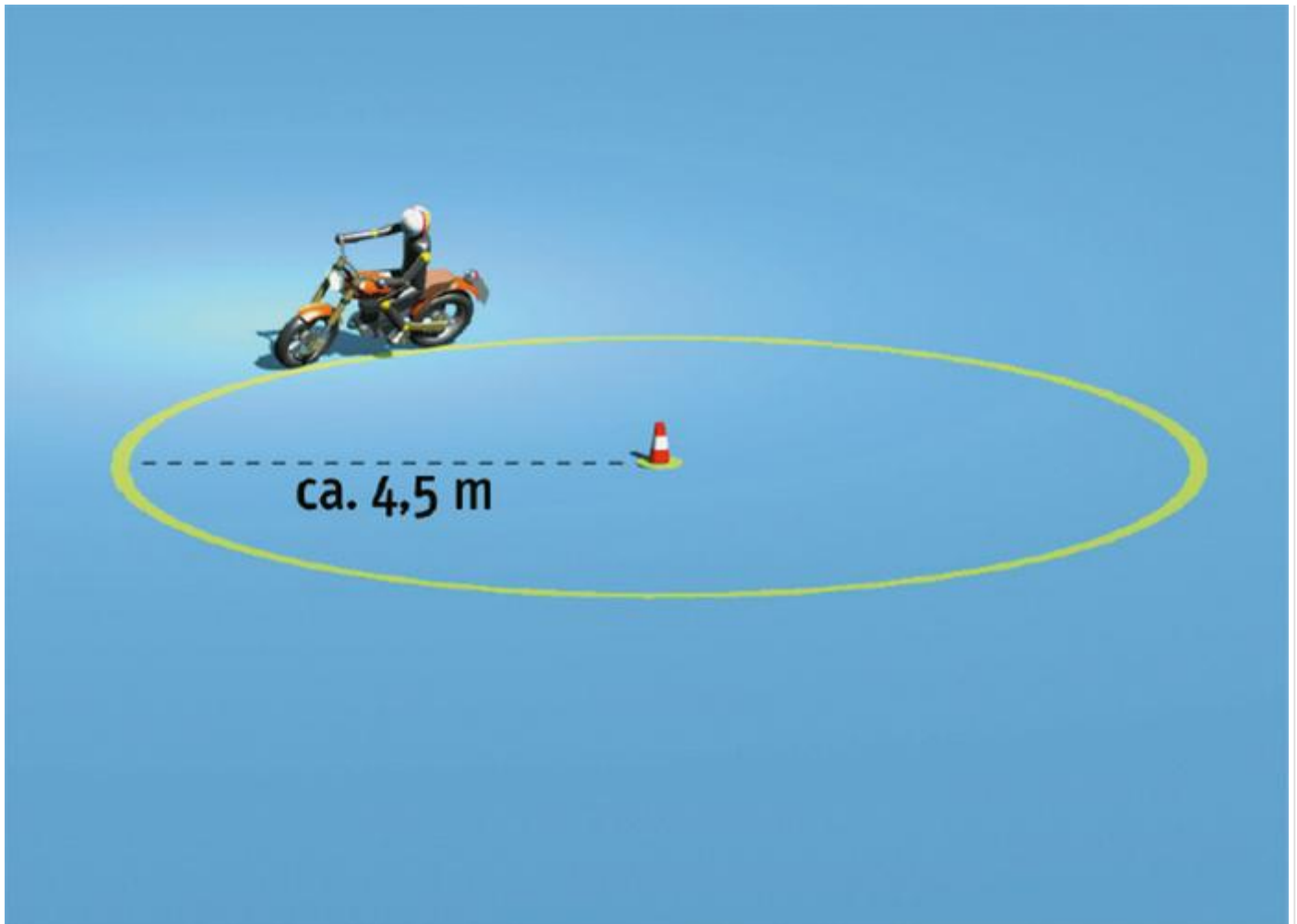
### Kreisfahrt:

#### Aufgabe:

Einfahren in einen Kreis mit einem Halbmesser von 4,5 m (ohne Markierung), mehrfaches Kreis fahren und Verlassen des Kreises. Die Geschwindigkeit ist so zu wählen, dass Schräglage entsteht.

#### Fehlerbewertung:

- Starkes abweichen vom Kreis
- Keine Schräglage
- Falscher Gang
- Absetzen eines Fußes



[Hier findest du das passende Mental Replay](#)

#### **Slalom 4 × 7 m:**

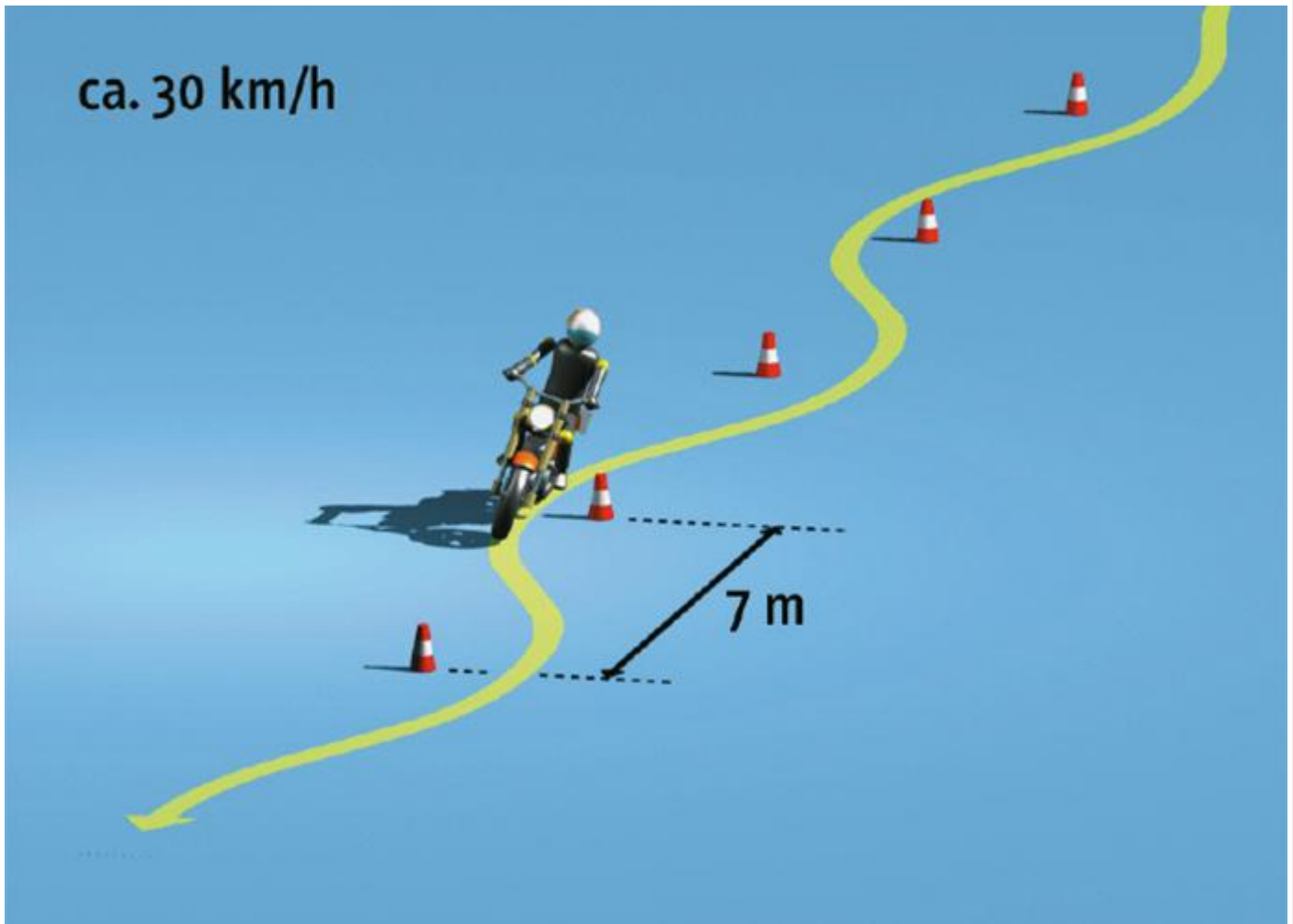
#### **Aufgabe:**

Eine Slalomstrecke von 4 × 7 Meter mit einer gleichbleibenden Geschwindigkeit von ca. 30 km/h durchfahren.

#### **Fehlerbewertung:**

- Zu geringe Geschwindigkeit
- Auslassen eines Feldes
- Umwerfen eines Leitkegels
-

Mit einem Fuß die Fahrbahn berühren



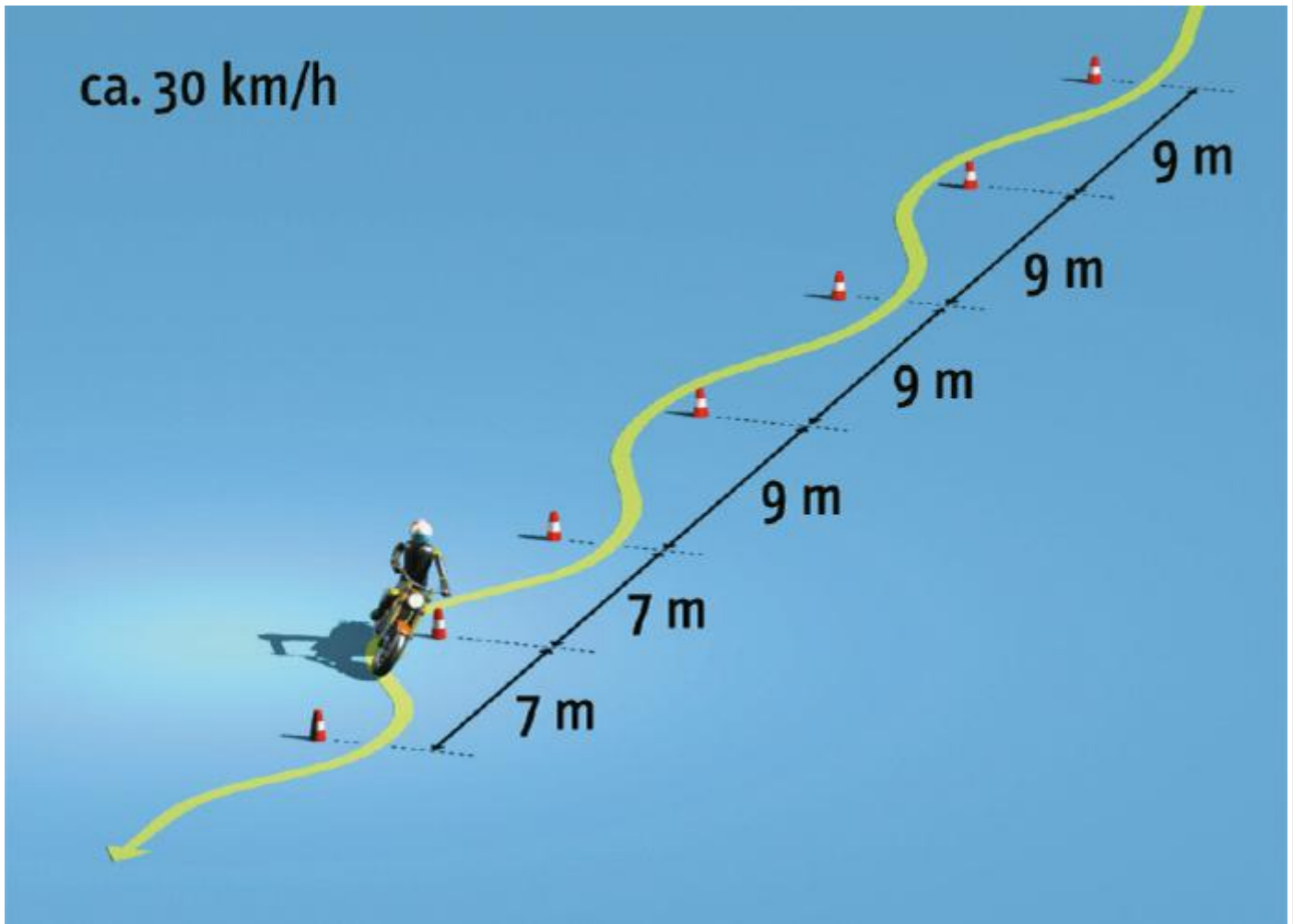
**Slalom  $4 \times 9 \text{ m} + 2 \times 7 \text{ m}$ :**

### Aufgabe:

Eine Slalomstrecke von  $4 \times 9$  plus  $2 \times 7$  Meter mit einer gleichbleibenden Geschwindigkeit von ca. 30 km/h durchfahren.

### Fehlerbewertung:

- Zu geringe Geschwindigkeit
- Auslassen eines Feldes
- Umwerfen eines Leitkegels
-



### Ausweichen ohne Bremsen:

#### Aufgabe:

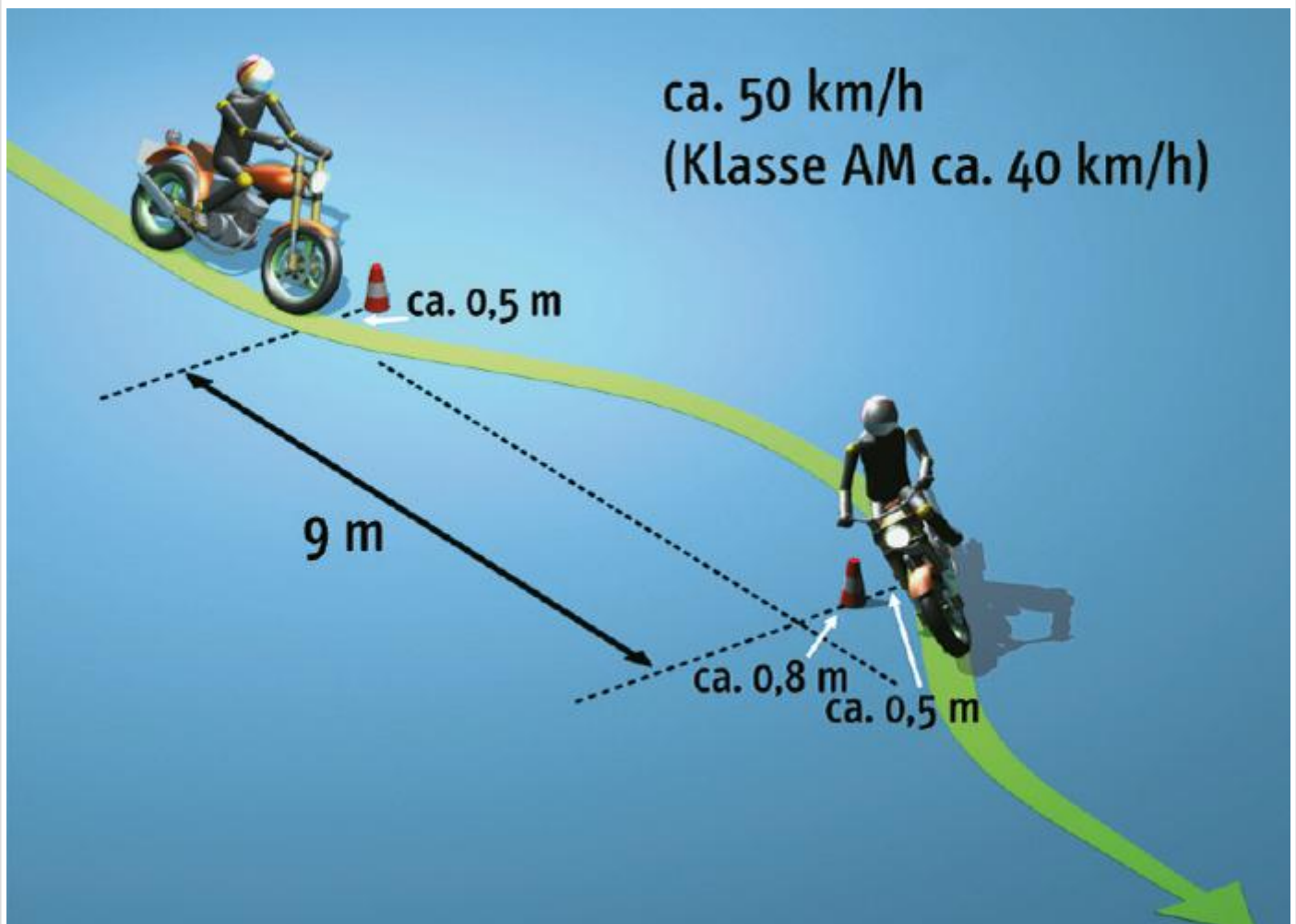
Vor einer markierten Stelle um etwa 1 bis 1,5 m nach links ausweichen und, ohne zu bremsen, auf die ursprüngliche Fahrlinie zurückkehren.

#### Fehlerbewertung:

- zu frühes Ausweichen
- nicht ausreichend Ausweichen
- nicht annähernd auf die Fahrlinie zurück
-

Umwerfen des zweiten Leitkegels

- zu geringe Geschwindigkeit
- Bremsen in der Ausweichphase
- Mit einem Fuß die Fahrbahn berühren



[Hier findest du das passende Mental Replay](#)

### Gefahrenbremsung:

#### Aufgabe:

Das Kraftrad unter gleichzeitiger Benutzung beider Bremsen mit höchstmöglicher Verzögerung zum Stillstand zu bringen, ohne dass das Kraftrad dabei wesentlich von der Fahrlinie abweicht.

#### Fehlerbewertung:

- Abweichen von der Fahrlinie
- zu geringe Geschwindigkeit
- zu langer Bremsweg
- Benutzung nur einer Bremse
- Abwürgen des Motors

ca. 50 km/h  
(Klasse AM ca. 40 km/h)



[Hier findest du das passende Mental Replay](#)

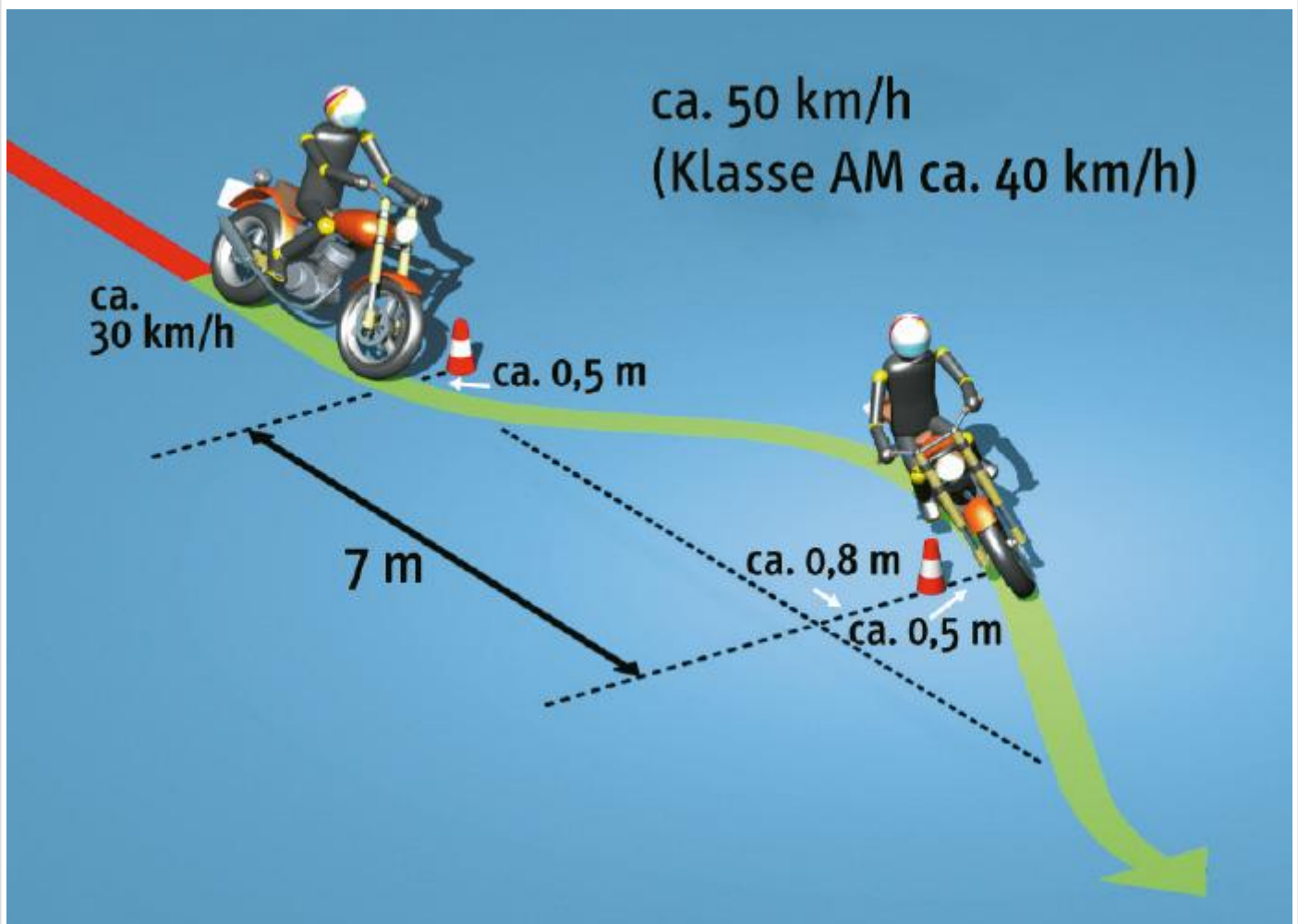
**Ausweichen nach vorherigem Bremsen:**

Aufgabe:

Rechtzeitig kurz abbremsten und nach Lösen der Bremsen mit einer Geschwindigkeit von ca. 30 km/h vor einer markierten Stelle um etwa 1 bis 1,5 m nach links ausweichen und, ohne zu bremsen, auf die ursprüngliche Fahrlinie.

### Fehlerbewertung:

- zu frühes Ausweichen
- nicht ausreichend Ausweichen
- nicht annähernd auf die Fahrlinie zurück
- Umwerfen des zweiten Leitkegels
- zu geringe Geschwindigkeit
- Bremsen in der Ausweichphase
- Mit einem Fuß die Fahrbahn berühren



## [Hier findest du das passende Mental Replay](#)

### “ **Fazit:**

Die Grundfahraufgaben sind das wichtigste Werkzeug für dein Überleben auf der Straße. Sie machen dich vom reinen Passagier zum echten Chef im Sattel. Nutze diesen digitalen Hub und die *Mental Replay*-Schritte, um dir die Geschwindigkeiten, Einlenkpunkte und die Blickketten visuell einzuprägen. Wer die GFA auf dem Platz im Schlaf beherrscht, spaziert absolut tiefenentspannt durch die praktische TÜV-Prüfung!

Revision #16

Created 2026-06-16 16:35:33 UTC by Norbert Walter

Updated 2026-06-20 15:32:30 UTC by Norbert Walter