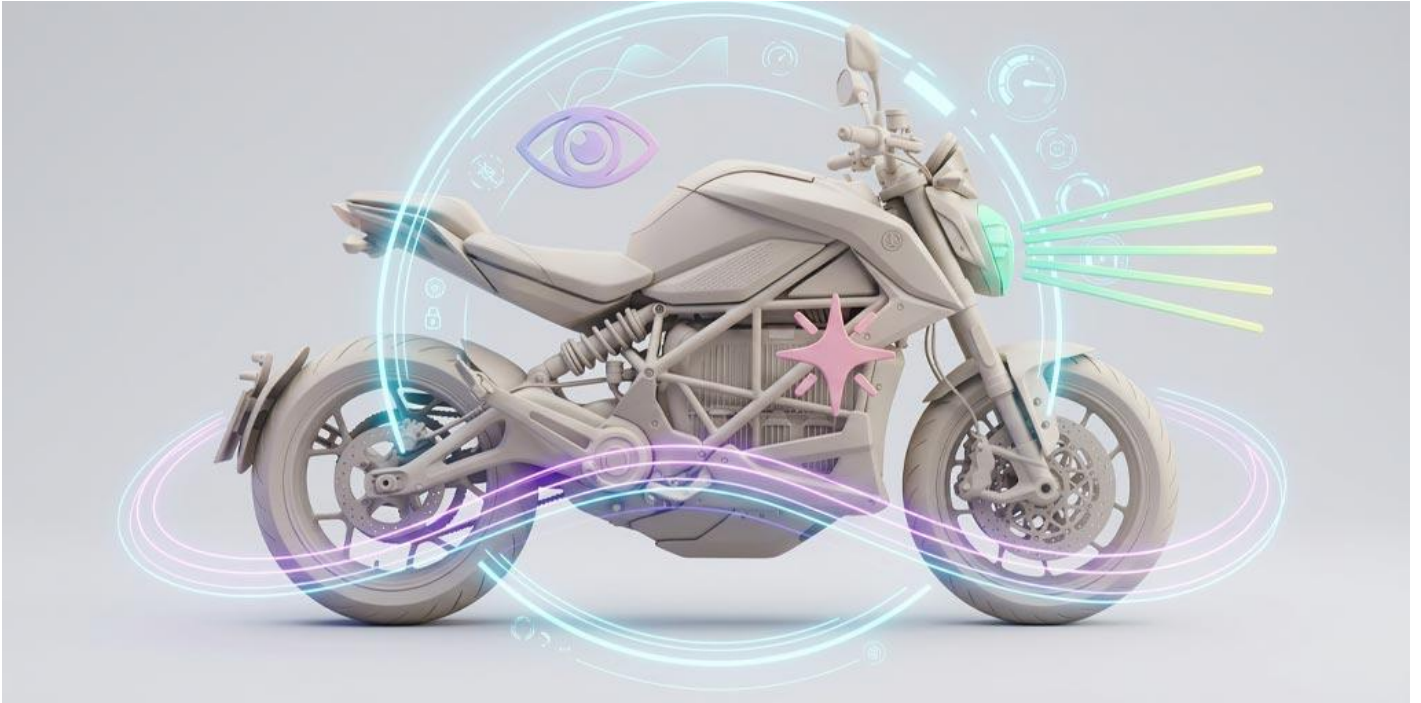


# Sehen



## Sehen und Gesehen werden: Deine visuelle Lebensversicherung

Das Sehen auf dem Motorrad unterscheidet sich radikal von der Perspektive im Auto. Als Biker steuerst du deine Maschine primär über deine Augen: **Wohin du schaust, dorthin fährt dein Motorrad.** Gleichzeitig bist du aufgrund deiner schmalen Silhouette für andere Verkehrsteilnehmer fast unsichtbar. Um im Cockpit sicher zu sein, musst du deine Blicktechnik perfektionieren, die Straße wie ein Buch lesen und deine eigene Sichtbarkeit maximal pushen.

## Die Magie der Blickführung: Du fährst, wohin du schaust

Dein Körper und dein Motorrad folgen instinktiv deinen Augen. Das ist ein unumstößliches physikalisches Gesetz im Sattel. Wer starr direkt vor sein Vorderrad blickt, verliert die Balance und fährt unruhig.

## Die perfekte Kurvenlinie („Hinterschneiden“)

In Kurven entscheidet deine Blickführung darüber, ob du sicher durchkommst oder in den Gegenverkehr getragen wirst:

- **Vor der Kurve:**

Richte deinen Blick frühzeitig weit in die Kurve hinein. Suche mit den Augen bereits den Kurvenausgang. Passe dein Tempo *vor* dem Einlenken komplett an.

- **In der Kurve (Das Hinterschneiden):**

Fahre die Kurve von der Außenkante deiner Fahrspur an (Rechtskurve → nahe der Mittellinie; Linkskurve → nahe am rechten Fahrbahnrand). Lenke bewusst **spät** ein. Dadurch „hinterschneidest“ du den Scheitelpunkt.

- *Der unschlagbare Vorteil:* Du hast eine viel bessere Sicht um die Ecke, gewinnst massiven Spielraum zum Gegenverkehr und erreichst den tiefsten Punkt deiner Schräglage erst, wenn du die Kurve bereits komplett einsehen kannst.

- **Die Gefahr der Ziel-Fixierung:**

Wenn in der Kurve Rollsplitt liegt oder dir ein Auto auf deiner Spur entgegenkommt, darfst du dieses Hindernis **niemals starr fixieren!** Schaust du starr auf den Stein oder den Graben, lenkst du dein Motorrad unbewusst genau dorthin. Richte deinen Blick stattdessen mit aller Willenskraft auf den freien Fluchtweg!

## Blicktechnik beim Ausweichen

Musst du einem plötzlichen Hindernis ausweichen, gilt derselbe eiserne Ablauf:

- Blende das Hindernis mental aus und scanne die Straße nach einer freien Spur.

- **Fixiere den Fluchtweg:**

Schau genau dorthin, wo du hinfahren willst, und leite zeitgleich den Lenkimpuls ein. Das Bike schwenkt automatisch um die Gefahr herum.

## Fahrbahn lesen: Gefahren auf dem Asphalt erkennen

Als Biker musst du den Straßenzustand wie ein Scanner permanent analysieren. Ein kurzer Blickwechsel zwischen Weitblick (Strategie) und Nahbereich (Hardware-Check) schützt dich vor Stürzen:

- **Der Weitblick (Fernbereich):**

Scannt die nächsten 50 bis 100 Meter. Hier erkennst du frühzeitig Asphaltwechsel, nahende Kurven, Bitumenstreifen oder nasse Flecken.

- **Der Nahbereich (Direkt vor dem Reifen):**

Prüft den Boden auf plötzliche Hindernisse wie Glasscherben, tiefe Schlaglöcher oder Steine.

- **Der Straßenrand (Seitenbereich):**

Achte auf Dreck, Laub, tiefes Wasser am Rand und Warnzeichen für Wildtiere oder unaufmerksame Fußgänger.

- **Der Reflexionstrick bei Nässe:**

- **Glänzende/Spiegelnde Stellen:**

Akute Rutschgefahr! Hier steht Wasser, Schmutz oder ein tückischer Ölfilm auf der Straße.

- **Matte Stellen:**

Hier ist der Asphalt bereits abgetrocknet, rau und bietet dir den besten Grip für deine Reifen.

- **Fahrbahnmarkierungen & Teerflicken:**

Weißer und gelber Linien sowie schwarze Bitumenstreifen (Teernaht-Ausbesserungen) haben bei Nässe absolut *null* Haftung. Überfahre sie bei Regen wie rohe Eier und vermeide dort jede Schräglage oder harte Bremsung.

<https://www.youtube.com/embed/MJDq8hqbD4M>

---

## Gut Sehen: Das perfekte Setup im Helm

Nur wenn deine Hardware mitspielt, funktioniert deine Blicktechnik fehlerfrei. Optimierte deine Sicht mit diesen Handgriffen:

- **Visier-Pflege ist Pflicht:**

Reinige dein Visier regelmäßig nur mit warmem Wasser und einem weichen Tuch. Kratzer brechen nachts das Licht des Gegenverkehrs und blenden dich blind.

- **Der Pinlock-Schutz:**

Nutze zwingend ein Doppelwandscheiben-Visier (Pinlock). Es verhindert zu 100 %, dass dein Visier bei Kälte oder Regen durch deine Atemluft von innen beschlägt.

- **Tönungs-Regel**

Ein getöntes Visier oder eine integrierte Sonnenblende schützt dich tagsüber vor greller Sonne. **Nachts und in der Dämmerung gilt:**

**Absolut striktes Verbot für getönte Visiere!** Nutze dann ausschließlich ein glasklares Visier.

- **Brille unter dem Helm:**

Achte als Brillenträger darauf, dass die Bügel nicht drücken und die Gläser mit einer Anti-Beschlag-Schicht versehen sind.

---

# Gesehen werden: Mach dich für Autofahrer sichtbar!

Aus der Perspektive eines Autofahrers ist ein Motorrad winzig klein. Zudem verschwindest du im Rückspiegel extrem schnell im toten Winkel. Da viele Autofahrer mental schlicht nicht mit Bikern rechnen, musst du deine Sichtbarkeit aktiv erzwingen:

- **Visuelle Reize schaffen:**

Trage helle Schutzkleidung oder Motorradjacken mit neongelben/neonorange farbigen Signaleinsätzen und großen Reflexstreifen. Auch ein heller Helm fällt im Querverkehr sofort auf.

- **Licht effektiv nutzen:**

Das Fahren mit Abblendlicht (oder speziellem Tagfahrlicht) ist für Motorräder gesetzlich vorgeschrieben. **Pro-Tipp:** Tippe vor Kreuzungen oder im dichten Verkehr die Bremshebel ganz leicht an, um dein Bremslicht aufleuchten zu lassen – das warnt den Verkehr hinter dir extrem effektiv.

## Strategisch auf der Spur positionieren:

- Fahre im Verkehr niemals direkt mittig hinter einem Auto, sondern leicht **versetzt** (meistens am linken Reifen der Fahrspur des Vordermanns). So wirst du im Rückspiegel des Fahrers sichtbar und hast gleichzeitig eine perfekte Sicht nach vorne vorbei.
- Halte dich niemals länger als nötig neben einem Auto auf – fahre zügig aus dessen totem Winkel heraus.
- An roten Ampeln positionierst du dein Bike so, dass du im Innenspiegel des vorderen Autos für den Fahrer gut erkennbar bist.

[https://www.youtube.com/embed/35C\\_nDXPZmk](https://www.youtube.com/embed/35C_nDXPZmk)

---

“ **Fazit:**

Auf dem Motorrad gilt das physikalische Gesetz: **Wo du hinschaust, da fährst du hin!** Nutze in Kurven das späte Einlenken (Hinterschneiden) für mehr Sicht und fixiere bei Gefahren niemals das Hindernis, sondern immer den freien Fluchtweg. Lies den Asphalt permanent auf Grip-Fresser wie Rollsplitt, Bitumen oder nasse Glanzstellen. Mach dich für Autofahrer über helle Signalkleidung, versetztes Fahren in der Spur und aktives Bremslicht-Blinken unübersehbar – denn du bist dein eigener Airbag!

---

Revision #3

Created 2026-06-16 12:40:46 UTC by Norbert Walter

Updated 2026-06-20 15:45:55 UTC by Norbert Walter