



Abstand – eine oft unterschätzte  
Sicherheitsreserve

„Einundzwanzig, zweiundzwanzig“ – die Sekunden-Faustformel ist ein probates Hilfsmittel, um den Abstand zum vorausfahrenden Fahrzeug zu kontrollieren und (wie es oft der Fall sein dürfte) anschließend zu vergrößern. Das bedeutet: Je nach gefahrener Geschwindigkeit sollte man einen anvisierten Fixpunkt nicht früher als ein (innerorts) bis zwei Sekunden (außerorts), nachdem ihn der Vorausfahrende passiert hat, erreichen. Bei schlechteren Bedingungen (reduzierte Haftung durch Nässe, Schmutz oder Fahrbahnschäden; schlechte Sicht) sind natürlich noch größere Abstände geboten.

Fahrerinnen und Fahrer von motorisierten Zweirädern sollten beim Thema Abstand generell noch ein paar Meter drauflegen, denn der üppig bemessene Abstand nach vorne bietet ihnen eine ebenso wichtige wie oft unterschätzte Sicherheitsreserve.

Zum einen vergrößert sich die für rechtzeitiges Reagieren essenzielle „Spielübersicht“. So können zum Beispiel von vorausfahrenden Fahrzeugen verdeckte Fahrbahngefahren (Schlaglöcher, Kanaldeckel, Äste, Steine etc.) frühzeitig erkannt werden. Zum anderen steht bei Gefahrensituationen mehr Anhalteweg zur Verfügung. Und dieses Mehr an Strecke ist auch nötig, denn, was viele nicht bedenken, der Bremsweg eines Pkw ist kürzer als der eines Rollers oder Motorrads. Ein Zweirad braucht daher mehr Strecke, um im Fall eines vorausfahrenden notbremsenden Pkws eine Kollision vermeiden zu können.

Dass Abstand der beste Schutzengel ist, davon ist das Expertenteam der Podcastreihe **„Motorrad: Aber sicher!“** überzeugt. In der Folge 22 „Zu nah dran“ erklären sie, warum das so ist, warum Abstände auch bei Gruppenfahrten und im Sozusbetrieb eine große Rolle spielen, und warum und wo das Üben von Bremsmanövern auch in diesem Zusammenhang sinnvoll ist. Dabei räumen sie auch mit einigen falschen Vorstellungen zum vermeintlich kleinen, leichten, wendigen und somit leicht zu handhabenden Zweirad auf.

Gute Fahrt & ein schönes Wochenende wünscht

Ihr ifz-Team

**„MOTORRAD: Aber sicher!“**, die Online-Motorradsicherheitskampagne, initiiert vom Industrie-Verband Motorrad Deutschland (IVM) in Kooperation mit dem Bundesministerium für Digitales und Verkehr (BMDV), geht mit neuen Ausgaben in die zweite Saison. Anhören lohnt in jedem Fall, denn bei der gebotenen Themenvielfalt dürfte wohl jeder und jede auf ein Themenfeld stoßen, für das sich das Ohrensitzen lohnt.



[Newsletter weiterempfehlen](#)

Institut für Zweiradsicherheit e.V. | Servicepark Essen  
Gladbecker Straße 425 | 45329 Essen  
Telefon (0201) 83 53 9-0 | Telefax (0201) 83 53 9-99  
E-Mail: [info@ifz.de](mailto:info@ifz.de) | Webpage: [www.ifz.de](http://www.ifz.de)  
Steuernummer 111 / 5785 / 1976  
VR Essen, Nr. 3943

Für den Inhalt verantwortlich gemäß § 6 MDStV:  
Matthias Haasper (Institutsleiter)

[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#)