

Fahren bei Dunkelheit

Die Tage werden wieder länger, doch aktuell vergehen zwischen der Abenddämmerung und dem Morgengrauen immer noch zwölf Stunden und mehr (je nach Breitengrad).

Für Pendler:innen und andere „Durchfahrende“, die auch in den Wintermonaten je nach Witterung auf motorisierte Zweiräder steigen, sind Fahrten bei Dunkelheit daher keine Seltenheit oder zumindest nicht immer vermeidbar. Die angestrebte möglichst große Spielübersicht im Verkehr ist dann erheblich eingeschränkt. Umso wichtiger ist es, zu wissen, wie man sich trotz schlechterer Sichtverhältnisse ungefährdet im Straßenverkehr bewegen kann.

Hier nochmal zur Auffrischung die wichtigsten Tipps:

HARDWARE

Eine einwandfreie Funktion der gesamten Lichtanlage ist quasi die Grundvoraussetzung. Prüfen Sie regelmäßig deren Funktion. Achten Sie auch darauf, ob Reflektor und Scheinwerferscheibe makellos sind.

Für eine optimale Ausleuchtung der Fahrbahn muss der Scheinwerfer korrekt eingestellt werden. Die Leuchtweitenregulierung lässt sich **mit wenig Aufwand** erledigen.

Schon ein kleiner Schmutzschleier auf den Gläsern und Kunststoffscheiben kann die Leuchtkraft erheblich beeinträchtigen. Vergessen Sie daher nicht die regelmäßige (sanfte) Reinigung. Das gilt auch für Ihr Helmvisier.

Bei den „Oldtimern“ dürften Biluxfunzeln, seit es passende Halogeneinsätze gibt, der Vergangenheit angehören. Wer mit Halogenscheinwerfern (H4, H7 etc.) häufig bei Dunkelheit unterwegs ist, sollte über einen baugleichen Ersatz durch leistungsstärkere Leuchtmittel nachdenken.

ALLEIN UNTERWEGS

Eine Fahrt über einsame Landstraßen, auf denen man sich über eine längere Strecke nur

am eigenen Lichtkegel orientieren kann, ist anstrengend. Das „Lesen“ der Strecke erfordert hohe Konzentration. Halten Sie Ihr Aufmerksamkeitslevel anhaltend hoch. Und auch wenn es eine Binsenweisheit ist: Nehmen Sie sich in die Pflicht und passen Sie Ihre Geschwindigkeit den Sichtverhältnissen an. Dort wo der Lichtkegel endet, müssen Sie im Notfall zum Stehen kommen können.

Nutzen Sie insbesondere in Kurven die rechtsseitige durchgezogene Fahrbahnlinie und die nebenstehenden Leitpfosten als Orientierungshilfe und für die Blickführung – gerade auch bei Blendung durch entgegenkommende Fahrzeuge (siehe unten).

IN BELEBTER UMGEBUNG

Durch die insgesamt bessere Ausleuchtung der Umgebung fällt die Orientierung im Raum leichter. Halten Sie trotzdem einen höheren Sicherheitsabstand zu Vorfahrenden ein als tagsüber. Das weniger anstrengende „Mitschwimmen“ wird jedoch mit dem Nachteil steter Blendgefahr durch den Gegenverkehr erkaufte. Schauen Sie in solchen Fällen nicht in das Blendlicht, sondern richten Sie Ihren Blick zum rechten Fahrbahnrand.

Sorgen Sie durch kontraststarke Kleidung und einen auffallenden Helm (Signalfarben) dafür, dass Sie trotz der schwierigeren Sichtverhältnisse wahrgenommen und nicht übersehen werden.

Bei Nachtfahrten werden die Augen stark gefordert. Falls Sie Schwierigkeiten bemerken, im Dunkeln gut zu sehen, oder wenn Sie sich ständig geblendet fühlen, könnte eine (altersbedingte oder krankhafte) Sehschwäche vorliegen. Suchen Sie dann Ihren Augenarzt auf. Der beurteilt den Gesamtzustand Ihrer Augen und kann so den Ursachen auf den Grund gehen.

Gute Fahrt & ein schönes Wochenende wünscht

Ihr ifz-Team



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 | Webpage: 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](#)