

Fahren in der Gruppe: Tipps

Ablösetechnik

Wir fahren überwiegend mit sicherem Abstand im Windschatten des Vorfahrenden und wechseln die Führung immer in den „Wind“ um die versetzt hinter dem Ersten Fahrenden nicht zu gefährden.

Kommt der Wind von schräg links oder von vorne, fährt der/die Führende nach links heraus und lässt die Gruppe rechts überholen. Dabei sind folgende Schritte zu beachten:

1. Vorausschauend feststellen, dass kein plötzliches Hindernis auftreten kann
2. Die Ablösung nach hinten kommunizieren
3. Nach links umschauen ob frei ist
4. Nach links deuten, herausziehen und den Tritt unvermindert fortsetzen
5. Zurückfallen lassen und ans Ende anschließen.

Kommt der Wind von schräg rechts, erfolgt die Ablösung, indem dem Nachfolgenden per Handzeichen angedeutet wird, dass er links vorbeifahren und die Führung übernehmen soll.

Im Falle einer Doppelreihe rückt die linke Reihe nach Anzeige langsam zunächst eine Stelle nach vorne. Der Führende rückt dann nach rechts vor seinen ehemaligen Nebenmann/-frau. Der Hintermann/-frau des neuen Führenden rückt eine weitere Stelle nach vorne und komplettiert das neue Führungsduo.

Vorfahrtsstraßen kreuzen

Beim Kreuzen der Straße ruft jeder Fahrer laut

- 'Frei' wenn noch mindestens 2 Reihen sicher die Straße queren können oder
- 'Auto' , sonstiges

Bei 'Frei' kann jedenfalls die folgende Reihe die Straße gefahrlos zügig queren und ihrerseits die Folgenden informieren.

Nach hinten schauen in der Gruppe

Wenn man sich in einer Gruppe umdrehen will, kann man die Hand der Seite, nach der man sich umsehen will, auf die Schulter des Nachbarn legen. Somit ist es leichter in der geraden Fahrlinie zu bleiben.

Abbiegen/Kurven fahren

Es empfiehlt sich, vor dem (frühzeitig angekündigten) Abbiegen nicht nur die Hände beide bremsbereit am Lenker zu haben, sondern auch die Abstände etwas zu vergrößern, um die Gefahr eines Auffahrunfalls zu reduzieren. An unübersichtlichen Kurven muss man immer mit einem starken, plötzlichen Bremsen der Vorderleute rechnen!

Bei Kurvendurchfahrten, insbesondere in 2er-Reihe, muss zwingend die Spur gehalten und die Parallelität beibehalten werden. Wer hier noch Schwierigkeiten hat, sollte zunächst hinten in der Gruppe fahren und seinen Fahrstil verbessern.

Fahren und warten am Berg

An Steigungen ist es normal, dass die Formation auseinanderfällt. Jeder muss seinen Tritt und Tempo finden. Die langsamen Fahrer halten sich rechts am Fahrbahnrand und die Schnelleren überholen ausschließlich links. Die Mitglieder der Gruppe werden einzeln oben ankommen. Damit sich nun eine Gruppe schnellst möglich wieder findet, können jetzt die Stärksten eine Sonderschicht fahren: Umdrehen und den Berg bis zum Allerletzten wieder hinunterrollen, dann wieder hochfahren. So kommen alle ungefähr gleich oben an. Andernfalls sollte oben eine geeignete Stelle (Parkplatz, Bushaldebucht, etc.) zum Sammeln der Gruppe von den Ersten gewählt werden.

Wann Gas geben?

Bergauf: Nicht zu sehr powern, hier können Schwächere den Windschatten nicht nutzen.

Bergab: Sofern das Tempo noch verantwortbar bleibt soll der Führende richtig treten, da sonst die Folgenden im Windschatten bremsen müssen.

Nach Kurven, Ampeln, Stopps: Mäßig beschleunigen, damit sich die Ziehharmonika schließen kann.

Tipps für schwächere/neue Fahrer

Jeder ist mal unter Stärkeren oder einfach mal nicht fit unterwegs.

Das könnt Ihr ausgleichen, indem ihr

- nur kurz Führungsarbeit leistet
- euch hinten einreicht und ein paar Wechsel hinten bleibt

In jedem Fall hilft es aber, wenn ihr sauber den Windschatten haltet.

Fahrer, die zwar körperlich stark aber in der Gruppe und der Radbeherrschung noch unsicher sind, bleiben besser im hinteren Teil der Gruppe und trainieren ihren Fahrstil, denn ein sauberer und kalkulierbarer Fahrstil schafft Sicherheit für alle. Auspowern kannst du dich dann an Steigungen oder einem Ortsschildersprint.