

Szkolenie I st. - Trening Bezpiecznej Jazdy (Harmonogram zajęć – Program indywidualny)

Godz. 08:55 Powitanie i rejestracja uczestników

Wykład teoretyczny realizowany w trakcie zajęć praktycznych

- Prawidłowa pozycja za kierownicą, ustawienie fotela, kierownicy, lusterek,
- Sposób działania nowoczesnych systemów elektronicznych i ich wykorzystanie (ABS, kontrola trakcji, wspomaganie hamowania itp.),
- Pokonywanie zakrętów, hamowanie w zakręcie, uślizg kół,

Godz. 09:00 Rozpoczęcie ćwiczeń praktycznych

- Slalom A i B – próba oceniająca umiejętności kierowcy; prawidłowa pozycja w praktyce, praca rąk na kierownicy,
- Jazda równoległa – ocena odległości, czas reakcji, koncentracja podczas jazdy*,
- Hamowanie awaryjne na śliskiej nawierzchni – zachowanie się samochodu przy różnych prędkościach,
- Przerwa na lunch
- Hamowanie awaryjne na śliskiej nawierzchni z jednoczesną próbą ominięcia przeszkód
- Utrzymanie toru jazdy na śliskiej nawierzchni, zjawisko nadsterowności i podsterowności,
- Wyrzedzanie – ćwiczenie awaryjnej zmiany pasa ruchu w niebezpiecznych sytuacjach; działanie systemów,
- Mały Tor – Dynamiczna jazda po drodze krętej

* Uzależnione od ilości uczestników

Godz. 14:45 Podsumowanie szkolenia, omówienie najczęściej popełnianych błędów, rozdanie certyfikatów.

Godz. 15:00 Zakończenie zajęć.

* Program szkolenia SJS chroniony jest prawami autorskimi i nie może być wykorzystany ani rozpowszechniany bez zgody autorów.

