

MOTOŠKOLA LANDA

Metodika výcviku řízení motocyklu
„cvičiště“

Matouš Landa
pracovní verze 2010-2013

Legislativa

- Zák. 247/2000sb.
- Směrnice 126/2006 ES
- Vyhláška 167/2002sb.

Parametry cvičišť

Čistá zpevněná plocha

Rozměry alespoň 20X80m nebo 10x80m +
20x20m (čím větší tím lépe)

Únikové zóny – tráva štěrk

Dopravní kužele, vodorovné značení



Průběh výcviku 1.etapa

- Ovládání, vedení, odstavení a zvedání stroje
- Základní jízdní úkony – rozjezd, zastavení, jízda min. rychlostí, otočka, slalom min. rychlostí
- Akcelerace a brzdění, slalom v rychlosti
- Brzdění na přesnost
- Průjezd zatáčkou (osmička)
- Rozjezd do kopce

Průběh výcviku 2.etapa

- Dynamická jízda, intenzivní akcelerace a brzdění, průjezd zatáčkou v náklonu
- Ovládání stroje při krizových situacích
- Brzdění na přesnost z vyšších rychlostí
- Intenzivní brzdění
- Brzdění na místech se sníženou adhezí
- Úhybný manévr při přímé jízdě
- Úhybný manévr v zatáčce (zvětšení náklonu)
- Brzdění v zatáčce

Před jízdou

- Seznámení se strojem, ovládací prvky, příprava a kontrola stroje před jízdou
- Vedení stroje vpřed, vzad a do zatáčky
- Odstavení na boční i hlavní stojan
- Zvednutí padlého stroje – čelem i zadem ke stroji
- Nasedání a posez – trup, ruce, nohy, hlava, těžiště a stabilita
- „1s na stupačkách“















MOTO
slalom









Rozjezd a zastavení

- Práce s plynem a spojkou – záběr spojky
- Ovládání spojky a přední brzdy - „dva prsty“
- Běžný rozjezd a zastavení – obě brzdy
- Pomalá jízda s prokluzem spojky + zadní brzda
rychlost rychlost chůze cca 5km/h
- Stabilita, vedení pohledu – dopředu
- Plynulé zastavení na cíl
- Trialstop











Pomalá otočka „U“

- Koridor U o poloměru 3-4m
- Rychlost cca 5km/h práce s plynem, spojkou a zadní brzdou
- Vedení pohledu „na kužel“ - na výjezd
- Projíždíme na obě stany ev. vyznačíme „placatou osmičku“ nebo „hada“
- Postupně můžeme zvyšovat rychlost a zvětšovat náklon – odtlačení











Pomalý slalom

- Rozestup kuželů cca 3-4m
- Rychlost cca 5km/h práce se spojkou a zadní brzdou
- Vedení pohledu – dopředu
- Rychlost průjezdu můžeme postupně zvyšovat







Akcelerace a brzdění

- Akcelerace a přeřazení na 2.-3. rychl.st. na rychlost cca 40-50km/h
- Zpomalení a podřazení, na rychlost cca 5km/h
- Zastavení na přesnost 40-50km/h 15-20m
- Rychlost zvyšujeme postupně

Rychlý slalom

- Rozestup kuželů cca 7-10m
- Rychlost cca 35km/h
- Vedení pohledu – dopředu
- Plynulá jízda (nehoupat plynem)
- Odtlační stroje - „kontra“
- Rychlost průjezdu můžeme postupně zvyšovat

Rychlý slalom



Průjezd zatáčkou

- Zatáčka, kruh, ovál nebo osmička o vnitřním poloměru min. 5m a vnějším min. 10m
- Vedení pohledu – do zatáčky, rovnat hlavu
- Provádíme kroužení nebo osmičky pokud máme vhodnou plochu můžeme simulovat různé úhly zatáček
- Rychlost průjezdu a velikost náklonu zvyšujeme postupně - snažíme se dosáhnout náklonu cca 30-45°
- Rychlá zatáčka „U“ - správná stopa - nadjíždět, „apex“ k výjezdu, **Pomalou do zatáčky, rychle ven!!!**

Průjezd zatáčkou



Průjezd zatáčkou



Průjezd zatáčkou



Rozjezd, zastavení a otočka v kopci

- Práce se spojkou, plynem a brzdami – rozjezd do kopce a „houpání“
- Couvání z kopce
- Otáčení v kopci pozadu – náklon ke kopci
- Odstavení stroje v kopci – 1.rychl.st. Přední kolo proti kopci

Otáčení v kopci



Intenzivní brzdění

- Vyznačíme branku začátku brzdění
- Nájezdová rychlost 40-60km/h, 10-15m
80-100km/h, do 40m
- Regulované brzdění oběma koly na hranici smyku
- Zpevněné ruce, záda, ramena
- Přední brzdu progresivně, v případě zablokování ihned uvolnit!
- Nájezdovou rychlost a intenzitu brzdění zvyšujeme postupně!!!

Intenzivní brzdění 80km/h



Brzdění v místech se sníženou adhezí

- Kluzký povrch – štěrk, písek, tráva, bahno, sníh apod.
- Malá nájezdová rychlost
- Citlivé brzdění až do hranice smyku a okamžité uvolnění přední brzdy
- Nájezdovou rychlost postupně zvyšujeme
- Snažíme se o citlivé brzdění bez zablokování kol, (vyzkoušíme hranici adheze pomocí ABS)

Brzdění na písku



Úhybný manévr

- Nájezdový koridor rychlost cca 40-60km/h
- Překážka široká cca 2,5 m cca 10m za koridorem
- Cca 20m za překážkou výjezdová branka
- Používáme obrácený smysl řízení – „kontra“
- Provádíme tzv. „odtláčení“
- Střídáme strany a trénujeme reakce (učitel na poslední chvíli ukáže kam se vyhnout)

Úhybný manévr



Brzdění v zatáčce

- Projíždíme zatáčku ve středním náklonu
- Jemně a plynule zkoušíme brzdit střídavě oběma brzdami a vnímáme reakční moment v řidítkách
- Teorie – „Kammrova kružnice“
- Zkusíme také stroj z náklonu rychle vyrovnat a brzdit intenzivně, resp. Můžeme provést „únik do terénu“

Zvětšení náklonu v zatáčce

- Projíždíme zatáčku ve středním náklonu
- Do osy dráhy si můžeme postavit „překážku“
- Provádíme zvětšení náklonu tlakem na řidítka - „kontra“ a návrat do původního rádiusu
- Provádíme také zmenšení náklonu objetí překážky z venku a návrat do původního rádiusu zvětšením náklonu
- Provádíme „odtláčení“

Úhybný manévr v zatáčce



Děkuji za pozornost