

? Finger an Kupplung und Bremse

Warum die Fingerhaltung so wichtig ist

Beim Motorradfahren entscheiden oft Bruchteile einer Sekunde. Eine gute Fingerhaltung kann dir helfen, schneller und kontrollierter zu reagieren.

Es gibt unterschiedliche Meinungen zu diesem Thema. Die Empfehlungen auf dieser Seite beruhen auf langjähriger Erfahrung aus der Fahrausbildung und aus zahlreichen Sicherheitstrainings.

? Video

<https://youtube.com/shorts/JFxIjklxmLs>

? Empfehlung für die Praxis

? Zwei Finger an der Kupplung

Lege Zeige- und Mittelfinger locker auf den Kupplungshebel.

Die Kupplung ist dein wichtigster Rettungsanker. In einer unerwarteten Situation kannst du blitzschnell die Kupplung ziehen und den Kraftschluss zum Hinterrad unterbrechen.

? Ein Finger an der Vorderradbremse

Lege einen Finger locker auf den Bremshebel.

Dadurch ist dein Finger bereits in Position und du kannst die Bremse fein dosieren, ohne hektisch danach greifen zu müssen.

? Tipp vom Fahrlehrer Jürgen

Nicht die Anzahl der Finger macht den Unterschied - sondern eine ruhige und kontrollierte Bedienung.

Wer Kupplung und Bremse gefühlvoll bedient, fährt sicherer und entspannter.

?? Häufige Fehler

- Erst im Notfall nach Kupplung oder Bremse greifen.
 - Kupplung oder Bremse hektisch betätigen.
 - Die Hebel mit unnötig viel Kraft bedienen.
 - Den Lenker verkrampft festhalten.
-

? Merke dir

Zwei Finger an der Kupplung, ein Finger an der Bremse - locker, ruhig und jederzeit einsatzbereit.

? Persönliche Empfehlung von Fahrlehrer Jürgen

In meiner Arbeit mit vielen Fahrschülern hat sich diese Fingerhaltung bewährt. Sie ermöglicht ein schnelles und kontrolliertes Reagieren in vielen Alltagssituationen. Gleichzeitig gilt: Es gibt unterschiedliche Lehrmeinungen. Entscheidend ist, dass du die Bedienung von Kupplung und Bremse sicher beherrschst und sie jederzeit fein dosieren kannst.

? Notfallbox – Ich greife plötzlich zu fest in die Bremse

? Ich erschrecke mich

→ Nicht ruckartig handeln.

Versuche, den Bremsdruck gleichmäßig aufzubauen und nicht schlagartig zuzupacken.

Atme kurz aus und konzentriere dich auf eine ruhige Bewegung.

?? Das Motorrad taucht vorne stark ein

→ Bremsdruck leicht verringern.

Die Vorderradbremse soll nicht schlagartig betätigt werden.

Baue den Bremsdruck immer weich und gleichmäßig auf.

? Ich verkrampfe am Lenker

→ Lockere bewusst deine Hände.

Den Lenker musst du führen - nicht festhalten.

Je lockerer deine Arme sind, desto ruhiger bleibt das Motorrad.

? Ich vergesse den „Einfinger-Joe“

→ Kein Problem.

Konzentriere dich zunächst darauf, die Bremse fein zu dosieren.

Mit etwas Übung wird die Fingerhaltung automatisch zur Gewohnheit.

? Ich bekomme Panik und greife plötzlich mit allen Fingern zu

→ Kopf hoch - Blick nach vorne.

Erinnere dich:

- Bremse zuerst anlegen.
- Druck langsam erhöhen.
- Nicht hektisch ziehen.

Mit jedem bewussten Bremsvorgang entwickelst du mehr Gefühl.

? Tipp vom Fahrlehrer Jürgen

“ Eine weiche Bremsung beginnt im Kopf - nicht an der Hand.

Wenn du ruhig bleibst, bleiben auch deine Hände ruhig.

? Merke dir

“ Nicht schnell zugreifen - sondern kontrolliert bremsen.

Revision #2

Created 2026-07-28 18:02:43 UTC by Fahrschule Guido

Updated 2026-07-29 05:03:48 UTC by Fahrschule Guido