

Full Kontroll - Bra tänkt, en guide till säkrare

MC-körning

Skriften Full Kontroll är ideella organisationers unika satsning på utbildning för trafiksäkrare MC-förare. Full Kontroll skrevs av Norsk Motorcykkel Union för 15 år sedan. Den har sedan dess varit den självklara instruktionsboken om hur man kör motorcykel. Körtekniken för motorcykel är densamma i hela världen, därför har Full Kontroll översatts till flera språk. Nu finns Full Kontroll även filmatiserad i inte mindre än 27 delar, som tillsammans utgör en gedigen guide till säker MC-körning. SMC uppmanar alla motorcyklister att titta på den.

Full Kontroll handlar om rätt körteknik på MC. Man måste kunna styra, bromsa och accelerera vilket är de tre manövrar som är möjliga att göra på en motorcykel. Körtekniken handlar även om att göra rätt val ute i trafiken. För att kunna göra rätt val måste man också ha grundläggande insikter i hur trafiken fungerar och kunna välja rätt körstrategi. Man måste lära sig reglerna för samarbetet i trafiken och köra på ett sätt som är förutsägbart för medtrafikanter. Och sist men inte minst måste man vara ärlig och köra utifrån sina egna begränsningar.

Inom idrotten sägs det att man måste göra minst 1000 repetitioner för att man ska behärska en teknik. Detta gäller även MC-körning. Man måste helt enkelt öva de körtekniska och körstrategiska momenten för att körningen ska bli självklar. I denna process är det viktigt att öva på rätt saker vilket alla MC-förare nu kan se genom filmen Full Kontroll.

Filmen är ingen action-rulle, tvärtom. Den är långsam och grundlig och tänkt att användas som självstudier för alla som vill utveckla sin MC-körning. Filmen är 45 minuter lång och uppdelad i 27 delar.

Här kan du se alla 27 delar av filmen Full Kontroll.

FULL KONTROLL

Copyright © 2017. Adress: Gamla Tunavägen 30, 784 60 Borlänge. Telefon 0243-669 70.
För frågor kring ditt distrikt, [klicka här](#). För telefonnummer och adressuppgifter till Sveriges MotorCyklister, [klicka här](#).

