



[Autofahrer, nehmt Rücksicht auf uns! >](#)
[< Hallo, hier bin ich!](#)

Der Bremstest

Wo kommt dein Fahrrad zum Stehen?



Auch Bremsen muss geübt sein.

© Pedro Citoler, VDP

Damit du in brenzlichen Situationen sicher halten kannst, musst du wissen, wie deine Bremsen funktionieren. Mit unserem Bremstest findest du es heraus.

Such dir ein passendes Gelände, wo du gemeinsam mit deinen Eltern oder Freunden gefahrlos üben kannst. Gut geeignet ist zum Beispiel ein leerer Sportplatz oder Schulhof.

1. Male auf deiner „Teststrecke“ mit Kreide einen dicken, langen Strich auf den Boden. Fahre dann in mittlerem Tempo auf den Strich zu.
2. Sobald du den Strich überfährst, bremst du so stark wie du kannst – aber nur mit der Vorderradbremse. Dort, wo du zum Stehen kommst, markierst du den Boden durch einen kleinen Strich.
3. Du wiederholst diesen Versuch und bremst diesmal nur mit der Hinterradbremse oder deiner Rücktrittbremse. Wieder markierst du den Boden mit einem Strich.
4. Dann fährst du erneut in mittlerem Tempo auf den Strich zu und bremst mit beiden Bremsen. Auch diesmal den Markierungsstrich nicht vergessen!








Charlie rät: Beim Anhalten immer beide Bremsen benutzen!

© Frank Robyn-Fuhrmeister, VDP

5. Vergleiche jetzt die drei Haltepunkte: Siehst du den Unterschied? Bei gleichem Tempo kommst du wesentlich schneller zum Stehen, wenn du beide Bremsen benutzt!
6. Wiederhole den Test nun mit höherem Tempo. Tausche später auch mit deinen Freunden die Fahrräder. Auch dabei werdet Ihr Unterschiede merken.

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

-  [So fährst du richtig](#)
-  [Autofahrer, nehmt Rücksicht auf uns!](#)
-  [Der Gefahren-Radar](#)
-  [Es werde Licht - aber wie?](#)
-  [Der Reifen ist platt - was jetzt?](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)



Weitere Infos zum Thema Verkehrserziehung



Influencer und Trendsportarten können helfen

Jugendliche von Fahrradhelmen überzeugen

In Deutschland besteht beim Fahrradfahren keine [Helmpflicht](#). Laut...[\[mehr erfahren\]](#)



So funktionieren Fahrraddynamos

Es werde Licht - aber wie?

Jedes verkehrssichere Fahrrad muss eine Lampe und eine Rückleuchte...[\[mehr erfahren\]](#)



Im Straßenverkehr müssen alle Teilnehmer achtsam sein.

Der Gefahren-Radar

Der Radarschirm zeigt dir Risiken im Straßenverkehr an. [\[mehr erfahren\]](#)



Die richtige Ausrüstung für den Straßenverkehr

Das sichere Fahrrad

Sicherheitstechnisch gibt es keine Unterschiede zwischen einem... [\[mehr erfahren\]](#)



Was man in einem Notfall tun sollte

Hilfe rufen - aber richtig!

Bei einem Verkehrsunfall kommt es auf schnelle Hilfe an. Verletzte... [\[mehr erfahren\]](#)



Der fünfjährige Bruno ist mit seinem Hund Wasti im Straßenverkehr ohne Begleitung

Mach`s richtig! Ein Verkehrsfilm für Kinder

Richtiges Verhalten im Straßenverkehr bereits für Vorschulkinder wird... [\[mehr erfahren\]](#)
