

April 2007 Road Captain Kursus

Blev afholdt i høj sol på Køreteknisk Anlæg i Skive.

12 deltagere heraf 6 fra Copenhagen Chapter. (Carsten, Banan,---- Michael Sanderson, -----Jørn Nygaard, ---- Torben Bøhm, ----Ole Andersen

CHAPTER JYLLAND HAR NU 6 ROAD CAPTAINS – NEMLIG: Jan VVS – Smeden ----- Carsten Hentzen --- ----Torben Rusbjerg ----- Karin Mikkelsen ----- Steen Hoffmann og John Rosenhøj.

Vi mødte kl. 10 i Skive til rundstykker og kaffe – ret tiltrængt for det var faktisk 0 grader da vi startede kl. 8 med kursen mod Skive.

Her mødte vi vores instruktør – Jens Ole Skovbo – som er en meget stor kapacitet indenfor køreteknik på MC. – kan nævne at han har en fortid som mc-betjent på 9. år i politiet, kører escortekørsel ved statsbesøg, motorsagkyndig, underviser i mc-kørsel i politiet o.s.v. – så vi var meget spændte og forventningsfulde til denne dag.

Jens Ole's indfrie til fulde alle vore forventninger og mere til – her er programmet, som vi gennemgik:

PROGAM

Kl. 10.00 Velkomst og kaffe m/rundstykke

Kl. 10.15 Teoriundervisning

1. Kollonnekørsel, herunder
 - a. Hvilke instruktioner skal gives forinden kolonne kørsel (afstand/forskudt kørsel, omtale af road blockers og konsekvenser af brug af sådanne.)
 - b. Håndtegn (enkeltkolonne o.s.v.)
 - c. Tempo
 - d. Ved afkørsel – (kolonnen brydes – sidste mand holder hvis bagerste forsvinder)
2. Opvarmning med forskellige øvelser og bevægelser.
3. Bremsøvelser.
4. Styre- og Svingteknik
5. Friktionsanvendelse
 - Visuel Styring
 - Kontra Styring
 - Opsætning af fjeder og støddæmperer – kørselsdynamik

Kl. 12.00 Frokost

Kl. 12.30 – 16.00

Ovenstående teknikker skal nu bringes i anvendelse i praksis på banen.

En rigtig god dag – hvor vi fik varmen – da vi skulle køre på det tekniske anlæg – og vi må nok sige, at et sådant kursus kunne jeg virkelig unde, at alle mc'ister måtte opleve.

En lærerig og dejlig dag med en helt super instruktør.

Som afslutning fik alle deltagere et kursusbevis.

Med venlig hilsen

John rosenhøj

[Se billederne her...](#)