

Trainingsgids 2012-2013

ANWB-rijvaardigheidstrainingen





Inhoudsopgave

Pagina 4	Voorwoord
Pagina 5	Rijtechniektrainingen: <ul style="list-style-type: none">• Rijtechniek A• Rijtechniek B
Pagina 6	Grip- & Sliptrainingen: <ul style="list-style-type: none">• Grip- & Slip Basistraining• E-learning• Grip- & Slip Plustraining• Grip- & Slip Dagdeel- en Avondtraining
Pagina 8	Motortrainingen: <ul style="list-style-type: none">• AMRT Basis• AMRT Openbare weg• AMRT Circuit• Verzekering voertuig
Pagina 10	Caravan- en aanhangwagentrainingen: <ul style="list-style-type: none">• Instructierit• Manoeuvreeinstructie• Huur auto en caravan• Partnerdeelname
Pagina 12	Terreinrijden: <ul style="list-style-type: none">• Introductietraining• Basistraining• Advanced training
Pagina 13	Wat hebben wij nog meer? <ul style="list-style-type: none">• Winterspecial• Ferrari rijden• Fly & Drive• Steer & Sea• Cadeaubon



Voorwoord

Verkeersveiligheid

Al vrij kort na de oprichting van de ANWB in 1883 zet de ANWB zich in voor verkeersveiligheid en al meer dan vijftig jaar biedt de ANWB mensen de mogelijkheid om de rijvaardigheid te verbeteren. Sinds 1998 verzorgen wij rijvaardigheidstrainingen en evenementen in en vanuit het ANWB Test- en Trainingscentrum nabij Lelystad, momenteel het grootste en modernste particuliere centrum voor voertuigbeheersing en verkeersveiligheid in Nederland. Op een perfect onderhouden oppervlakte van tien hectare zijn vele technische voorzieningen aangebracht, opdat cursisten allerlei situaties kunnen oefenen onder gecontroleerde omstandigheden. Uw rijvaardigheid wordt danig op de proef gesteld en waar mogelijk verbeterd met als doel risicomijdend gedrag te bevorderen en de rijvaardigheid te verbeteren.

Voor wie?

Iedereen in het bezit van een rijbewijs en met de intentie veiliger te gaan rijden en zijn of haar rijvaardigheid op een hoger niveau te krijgen. Jong en oud, met weinig of veel rijervaring.

Persoonlijke begeleiding

Tijdens de training wordt u begeleid door een door de ANWB opgeleide trainer. Deze instructeurs zijn door de TÜV gecertificeerd op het gebied van verkeersveilig handelen en milieubewust verkeersgedrag, en hebben vaak al een

jarenlange ervaring met het trainen van rijbewijsbezitters op het gebied van (verhoogde) rijvaardigheid. Ze zijn volledig bekend met de meest geavanceerde technieken en zijn inzetbaar voor de meest uiteenlopende trainingen. Door middel van persoonlijke aandacht en door het oefenen in de praktijk wordt getracht u een leuke maar bovenal leerzame dag te bezorgen.

Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen

Op 14 oktober 2008 tekenden veertien organisaties met toenmalig minister Cramer een overeenkomst voor klimaatneutraliteit. Zij deden dit tijdens het Al Gore Event. De Climate Neutral Group heeft de CO₂-voetafdruk van deze organisaties in kaart gebracht. Ook het ANWB Test- en Trainingscentrum onderneemt sinds 14 oktober klimaat-neutraal. Dit betekent concreet dat alle CO₂-uitstoot die wij jaarlijks veroorzaken, onder meer de uitstoot van de auto's en motoren die nodig zijn voor het uitvoeren van de rijvaardigheidstrainingen, volledig wordt gecompenseerd door deelname aan duurzame energie- en bosprojecten.

Kwaliteit

De ANWB staat voor kwaliteit. Door te kiezen voor een ANWB-rijvaardigheidstraining, kiest u voor een kwalitatief hoogstaande training op een modern verkeersoefencentrum en persoonlijke begeleiding door goed opgeleide instructeurs.



Rijtechniektrainingen

Op natte wegen kan het zeker, maar ook op droge wegen kunt u door een verkeerde handeling de macht over het stuur verliezen. Denk maar eens aan het van rijbaan moeten wisselen door een opdoemend obstakel of het plotseling moeten remmen bij hoge snelheid. Tijdens de rijtechniektrainingen komen dit soort situaties aan bod. We richten ons op de verhoogde rijvaardigheid onder normale omstandigheden.

Rijtechniek A

We beginnen met het theoretisch doornemen van de onderdelen die tijdens de training aan bod komen. Op deze manier proberen we u bewust te maken van de gevaren die kunnen optreden op normaal, droog wegdek. Vervolgens worden deze onderdelen in de praktijk geoefend.

Praktijkonderdelen: Stuur- en slalomtechnieken
 Remtechniek bij een noodstop
 Y-proef
 Lane change (rijstrookwissel)
 Behendigheidsproef

Rijtechniek B

Deze training gaat verder op de Rijtechniek A-training. Waar u bent geëindigd in deel A pakken we het in deel B weer op. Een logisch vervolg waarin het wederom draait om verhoogde rijvaardigheid op normaal, droog wegdek.

Praktijkonderdelen: Behendigheidsproef
 Rem- en vertragingstechniek in bochten
 Elandproef
 Het rijden van de ideale lijn

Prijzen 2012

Training	ANWB-leden	Niet-leden	Weekendtoeslag
Rijtechniek A	€ 193,00	€ 205,00	€ 12,50
Rijtechniek B	€ 193,00	€ 205,00	€ 12,50
Huurauto	€ 87,50	€ 92,50	---
Partnerdeelname	€ 30,00	€ 35,00	---

Tijden en dagen

A en B:
 Ma t/m zo
 08.45 - 16.30 uur

Locatie

Test- en Trainingscentrum
 Talingweg 120
 8218 NX Lelystad

Aantal deelnemers

Maximaal 10 per groep

Voertuigen

A en B:
 Eigen auto

Info en boeken

088 269 64 68
anwb.nl/rijvaardigheid



Tijden en dagen

AMRT Basis:

Ma t/m zo

09.00 - 16.45 uur

AMRT Openbare weg:

Ma t/m zo

09.00 - 16.45 uur

AMRT Circuit:

Ma t/m zo

09.00 - 16.45 uur

Locatie

Test- en Trainingscentrum

Talingweg 120

8218 NX Lelystad

Motortrainingen

Zowel beginnende als ervaren motorrijders zijn kwetsbaar in het dagelijkse verkeer. Ze worden door automobilisten vaak over het hoofd gezien. Daarom heeft het ANWB Test- en Trainingscentrum een aantal motortrainingen ontwikkeld om uw rijvaardigheid en motorbeheersing te vergroten. Daarmee krijgt u als motorrijder een beter inzicht in de gevaren in het verkeer, zodat u hierop beter kunt inspelen.

AMRT Basis

In de lente- en zomermaanden vliegt u weer uit, dan is het asfalt weer van u. Maar uw routine heeft in de wintermaanden behoorlijk ingeboet. Die bocht, die u in oktober nog zo soepel nam, lijkt nu heel anders te liggen. Als u zichzelf herkent in deze situatie, dan is de Basistraining u op het lijf geschreven.

Praktijkonderdelen:

- Borvass en motorgym
- Halve draai, obstakels (wip/slalom)
- Remmen op stroef wegdek
- Remmen op nat en glad wegdek
- Bochten rijden

AMRT Openbare weg

Om uzelf goed zichtbaar te kunnen maken op de openbare weg op de motor hebben wij deze training ontwikkeld. In deze training ligt de nadruk op verkeersinzicht, anticiperen en risico's vermijden.

Praktijkonderdelen:

- Kijk- en waarnemingstechniek
- Anticiperend rijden
- Verkeersinzicht
- Afstand houden
- Plaats op de rijbaan
- Rijden in een groep



Motortrainingen

AMRT Circuit

Dit is een training voor gevorderde motorrijders. U bent tijdens de training bezig met beheersing van de motor op een hoog niveau, het oefenen van remmen en van bochten rijden.

Praktijkonderdelen:

- Kort bochtenwerk, slalom en wip
- Tempokeuze in relatie tot bochten
- De te rijden lijnen
- Remtechniek op hoge snelheid en uitwijken
- Noodsituaties in een bocht
- Bermvlucht
- Gevorderde bochtentechniek
- Kijktechniek bij diverse snelheden

Verzekering voertuig

Controleer of uw motorverzekering dekking biedt voor rijvaardigheidstrainingen op een afgesloten terrein, zonder dat er sprake is van wedstrijd- en/of snelheidselementen.

Indien gewenst kunt u op deze cursusdag een cascoverzekering á € 30,00 voor ANWB-leden en € 35,00 voor niet-leden afsluiten.

Aantal deelnemers

Basis en Circuit:

Maximaal 8 per groep

Openbare weg:

Maximaal 4 per groep

Motoren

Alle trainingen

Eigen motor

AMRT Basis:

Slipgedeelte met

ANWB-motor

Info en boeken

088 269 64 68

anwb.nl/rijvaardigheid

Prijzen 2012

Training	ANWB-leden	Niet-leden	Weekendtoeslag
AMRT Basis	€ 243,00	€ 255,00	€ 12,50
AMRT Openbare weg	€ 157,50	€ 167,50	€ 12,50
AMRT Circuit	€ 253,00	€ 265,00	€ 12,50
Partnerdeelname	€ 30,00	€ 35,00	---

Caravan- en aanhangwagentrainingen



Tijden en dagen

Dagtraining:

Ma t/m zo

08.30 - 16.45 uur

Manoeuvreren:

Ma t/m zo

08.45 - 12.15 uur of

13.15 - 16.45 uur

Instructierit:

Ma t/m zo

08.45 - 10.30 uur of

10.45 - 12.30 uur of

13.15 - 15.00 uur of

15.15 - 17.00 uur

Locatie Dagtraining

Test- en Trainingscentrum

Talingweg 120

8218 NX Lelystad

Locatie Manoeuvreren

en Instructierit

Lelystad

Marum

Lochem

Asten

Caravan- en aanhangwagentrainingen

Als u op pad gaat met caravan of aanhanger, dan is een vlakke weg vaak geen probleem. Maar rijdt u met hetzelfde gemak bergafwaarts? En manoeuvreert u moeiteloos de caravan achteruit op de campingplaats? Veel automobilisten rijden wel eens met een caravan of aanhanger en dat vraagt toch echt om een aangepaste rijstijl. Bijvoorbeeld nog beter luisteren naar de hardwerkende motor, zodat u tijdig schakelt. Of iets ruimere bochten nemen omdat de aanhanger anders in de berm achterblijft. Tijdens een ANWB Caravan- en aanhangwagentraining komen al deze situaties aanbod. Onder begeleiding van een deskundige instructeur proberen wij u alle kneepjes van het vak bij te brengen.

Caravan Dagtraining

Wilt u goed voorbereid op pad met de caravan of aanhanger, dan is de Caravan Dagtraining écht iets voor u! Deze training bestaat uit theorie en veel praktijk. In het theoriedeel doet u onmisbare kennis op over het beladen van de caravan en het gebruik van de spiegels. Daarnaast krijgt u ook veel praktijkonderdelen.

Praktijkonderdelen:	Recht achteruitrijden
	Cirkel voor- en achteruit manoeuvreren (schaarhoek)
	Helling rijden
	Bocht achteruit
	Links en rechts inparkeren
	Eindproef

Instructierit

Wilt u zich zeker voelen op de openbare weg met de caravan of aanhanger? Vooral het slingeren, uitzwaaien en het inhalen van een vrachtauto bezorgen veel mensen de nodige zweetdruppels. Tijdens een rit op de openbare weg oefent u onder begeleiding van een instructeur allerlei relevante verkeerssituaties.



Caravan- en aanhangwagentrainingen

Manoeuvreeinstructie

Het rechtuit rijden is vaak geen probleem, maar zet u de caravan in één keer op de campingplaats, zonder de caravan af te koppelen?

Deze training bestaat uit een kort stukje theorie en veel praktijk in het achteruitrijden en het rijden van een cirkel.

Deze korte instructie is vooral geschikt voor de wat meer ervaren rijder, die nog wel wat tips en oefening kan gebruiken in het manoeuvreren met een caravan of aanhanger.

Praktijkonderdelen: Recht achteruitrijden
 Cirkel voor- en achteruit manoeuvreren (schaarhoek)

Huur auto en caravan

Staat de caravan nog in de stalling of heeft u geen caravan om mee te nemen naar de training? Geen probleem! Het is mogelijk om bij ons een caravan te huren.

Heeft uw auto geen trekhaak? Wij hebben ook één auto met trekhaak die gehuurd kan worden voor de training.

Partnerdeelname

Wil uw partner de training bijwonen als toeschouwer? Dat kan! De partner kan tegen geringe kosten aanwezig zijn bij de theorieles en als passagier meerijden tijdens de praktijkles. De instructeur geeft ook uitleg over hoe de partner aanwijzingen kan geven bij bijvoorbeeld het manoeuvreren.

Prijzen 2012

Training	ANWB-leden	Niet-leden	Weekendtoeslag
Caravan Dagtraining	€ 218,00	€ 230,00	€ 12,50
Instructierit	€ 101,50	€ 109,00	€ 12,50
Manoeuvreeinstructie	€ 142,50	€ 150,00	€ 12,50
Huurcaravan hele dag	€ 48,00	€ 53,00	---
Huurcaravan dagdeel	€ 29,50	€ 32,00	---
Partner hele dag	€ 30,00	€ 35,00	---
Partner dagdeel	€ 14,50	€ 17,00	---

Aantal deelnemers

Dagtraining en

Manoeuvreren:

Maximaal 3 per groep

Instructierit:

1 per instructeur

Voertuigen

Alle trainingen:

Eigen auto en caravan

Info en boeken

088 269 64 68

anwb.nl/rijvaardigheid

Terreinrijden



Tijden en dagen

Ma t/m zo

Introductietraining:

08.45 - 12.15 uur of
13.00 - 16.30 uur of
18.00 - 21.30 uur

Basis:

09.15 - 16.30 uur

Advanced:

09.00 - 17.00 uur

Locaties

Introductie:

Test- en Trainingscentrum
Talingweg 120, 8218 NX Lelystad

Basis en Advanced:

Tielsestraat 129, 6675 AC Valburg

Advanced:

Au Pairon 67
4831 Bilstain, Limbourg - Villers
BELGIË

Aantal deelnemers

Alle trainingen:

Maximaal 4 per groep

Info en boeken

088 269 64 68
anwb.nl/rijvaardigheid

Prijzen 2012

Terreinrijden

Steile hellingen bedwingen, rotsachtige rivierbeddingen doorwaden en tot de enkels in de modder staan om uw vastgelopen auto uit te graven. Spreekt dit u aan? Leer dan de veelzijdigheid van terreinauto's kennen tijdens een uitdagende training terreinrijden.

Introductietraining

In een gedeelte oefent u verschillende off-roadonderdelen.

Praktijkonderdelen: Helling op- en afrijden
Zijdelings tegen hellingen aan rijden
Double trouble
Diverse hindernissen

Basistraining

Tijdens deze training legt u een goede basis voor de bediening van een terreinauto op onverhard terrein.

Praktijkonderdelen: Helling op- en afrijden
Zijdelings tegen hellingen aan rijden
Sporen rijden

Advanced training

Met de kennis en ervaring van de Basistraining op zak bouwt u met de Advanced training uw voertuigbeheersing verder uit.

Praktijkonderdelen: Helling op- en afrijden
Zijdelings tegen hellingen aan rijden
Sporen rijden
Liertechniek

Training	ANWB-leden	Niet-leden	Weekendtoeslag
Introductietraining onze auto	€ 141,00	€ 148,50	€ 10,00
Introductietraining eigen auto	€ 100,50	€ 108,00	€ 12,50
Basistraining	€ 295,50	€ 307,50	€ 12,50
Advanced training	€ 377,50	€ 389,50	€ 12,50
SUV-training	€ 208,00	€ 220,00	€ 12,50

Wat nog meer?



Regels cadeaubon:

Bij boeking doorgeven:

1. Nummer
2. Afgiftedatum

Op de trainingsdag:

1. Cadeaubon inleveren

Steer & Sea

Deze training is een combinatie van varen en slippen. Samen met een instructeur en een aantal andere cursisten stuift u over het water in een snelle *Rigid Inflatable Boat*. Daarnaast voelt u in een auto hoe het is om in een slip te raken zonder dat het écht gevaarlijk wordt.

Cadeaubon

Een leuk cadeau en gegarandeerd een onvergetelijke dag! Verras familie of vrienden eens met een origineel cadeau: een cadeaubon voor een rijvaardigheidstraining. Er zijn cadeaubonnen voor de volgende trainingen:

- Grip- & Sliptrainingen
- Caravan- en aanhangwagentrainingen
- Motortrainingen

De geldigheid van de cadeaubon is een jaar. De ontvanger heeft dus een jaar de tijd om een datum in te plannen.



Prijzen 2012

Training	ANWB-leden	Niet-leden	Weekendtoeslag
Winterspecial	€ 198,00	€ 210,00	€ 12,50
Ferrari rijden en G&S Basis	op aanvraag	op aanvraag	op aanvraag
Fly & Drive	op aanvraag	op aanvraag	op aanvraag
Steer & Sea	op aanvraag	op aanvraag	op aanvraag
Cadeaubonnen	Vanaf € 101,50	Vanaf € 109,00	Vanaf € 8,00

ANWB Test- en Trainingscentrum

- landelijk centraal gelegen
- ontvangstcentrum voor presentaties en evenementen (maximaal 150 personen)
- uitgebreid slipbanencomplex (10 ha)
- voorzien van de modernste technieken
- geschikt om allerlei verkeerssituaties na te bootsen
- voorzien van een groot oefenplateau voor onder meer motorfietsen
- 4wd-terrein
- 100 % klimaatneutraal
- TÜV-gecertificeerde instructeurs
- Kiwa Legionella Veilig Beheerd
- ISO 9001: 2008 gecertificeerd

Wordt mede mogelijk gemaakt door:



Aan deze brochure kunnen geen rechten worden ontleend

● Meer weten?



088 269 64 68



anwb.nl/rijvaardigheid



verkeersveiligheidstrainingen@anwb.nl