



Legitimation für Fahrrad-Sicherheitsschulungen

Wer an einer meiner Fahrrad-Sicherheitsschulungen teilnimmt, soll wissen, auf welcher Erfahrung und welchem Hintergrund diese aufbauen.

Viele kennen mich als dreifachen Rad-Weltmeister auf der Radrennbahn im Steherrennen hinter schweren Motorrädern – einer der zweifellos gefährlichsten Disziplinen im Radsport. Dieser Teil meiner Laufbahn ist spektakulär, macht aber nur einen kleinen, wenn auch sehr speziellen Ausschnitt meiner sicherheitsrelevanten Erfahrungen aus.

Den überwiegenden Teil meiner rund 2.200 Radrennen habe ich auf der Straße bestritten. Dazu zählen Rundfahrtsiege, Etappensiege bei mehreren Rundfahrten, Siege bei Eintagesrennen sowie zahlreiche technisch anspruchsvolle Kriterien. Geschätzte 90 % meines Trainings für sämtliche Radsportdisziplinen fanden dabei im ganz normalen Straßenverkehr unterschiedlichster Länder statt.

Die täglichen Risiken als schwächster Verkehrsteilnehmer – ebenso wie der bestmögliche Schutz vor vielfältigen Gefahren bei stundenlangen Rennen auf niemals vollständig gesperrten Straßen – waren daher über viele Jahre ein permanentes Thema. Mein Fahrstil, oft hart an den Grenzen der Physik, hat dieses Sicherheitsbewusstsein zusätzlich geschärft.

Bei rund 600.000 Kilometern auf dem Fahrrad – etwa 15 Erdumrundungen – durfte ich außergewöhnlich viele Erfahrungen sammeln. Diese bilden heute die Grundlage meiner Fahrrad-Sicherheitsschulungen.

Dabei fließen die wesentlichen Prinzipien der von mir entwickelten KingBreak©-Methode ein – verständlich aufbereitet und für den Alltagsverkehr sowie unterschiedliche Fahrradtypen adaptiert. Gelehrt und geübt werden jene Elemente dieser Brems- und Fahrtechnik, die im realen Straßenverkehr entscheidend sind: Kontrolle, Wahrnehmung sowie sichere Brems- und Fahrdynamik unter praxisnahen Bedingungen.

Zusätzliche Perspektiven auf Verkehrssicherheit habe ich auch als motorisierter Verkehrsteilnehmer gewonnen: mit rund 2,5 Millionen Kilometern im PKW (etwa 62 Erdumrundungen) sowie weiteren Erfahrungen auf dem Motorrad.

Bereits Ende der 1970er-Jahre gehörte ich zu den ersten Radrennfahrern, die vom damals vorgeschriebenen „Sturzring“ auf deutlich sicherere Helme umgestiegen sind. Vermutlich war ich auch der erste Elite-Rennfahrer in Österreich, der bereits im Training konsequent mit Helm unterwegs war.

Spätestens mit der Geburt meines Sohnes Lukas im Jahr 1989 – zugleich das Jahr meines ersten Weltmeistertitels – rückten Sicherheit und Verantwortung noch stärker in den Fokus. Ich war mitten im Profisport und trug gleichzeitig Verantwortung für meine Familie.

Anfang der 1990er-Jahre wirkte ich an einem Lehrfilm des damaligen Verkehrs- und Unterrichtsministeriums mit, der österreichweit an Schulen gezeigt wurde und in dem ich die Vorteile des Fahrradhelms erklärte und demonstrierte. In dieser Zeit war ich auch an der Einführung des erlaubten Nebeneinanderfahrens von Radrennfahrern zu Trainingszwecken beteiligt (§ 68 StVO).

Seither habe ich zahlreiche Incentives für Unternehmen und Urlaubshotels durchgeführt, bei denen vor jeder gemeinsamen Ausfahrt eine kurze Sicherheitsschulung selbstverständlich war. Unlängst war auf ORF Sport+ im Rahmen der Sendung „Fit Aktiv für Junggebliebene“ (Folge 31) wiederholt ein Beitrag mit mir zu diesem Thema ausgestrahlt.

Ich sehe es als besonderes Privileg – und als große Motivation –, wenn Teilnehmende berichten, dass sie durch meine Impulse sicherer, entspannter und bewusster unterwegs sind.

Mit herzlichen Grüßen
Roland Königshofer