

Kurventraining auf der Straße in Deutschland, in NRW – Bergisches Land, Eifel und Neuss

22. Oktober 2026 · Irene Seidler

Ein Kurventraining auf der Straße bringt dir bei, Kurven dort sicher zu fahren, wo du wirklich unterwegs bist: Auf Landstraßen mit Gegenverkehr, wechselndem Belag und unbekannten Kurvenradien. In NRW trainieren wir im Bergischen Land und in der Eifel, auf Wunsch auch auf dem Platz in Neuss – in Kleinstgruppen aber auch Einzel- und Zweizeltrainings und in deinem Wohlfühltempo. Mehrfach im Jahr sind wir aber auch deutschlandweit unterwegs.



Bild 1: Schräglage hilft! (Bild: Copyright PIXELrace)

Warum auf der Straße – und nicht nur auf dem Platz?

Auf dem Übungsplatz – „im Labor“ – lernst du die Grundlagen in Ruhe: Blickführung, Sitzposition, Bremsen. Doch die meisten Herausforderungen entstehen erst auf der Landstraße:

- **Unbekannte Kurven:** Du siehst nicht, wie eng es wird. Hier hilft nur, Kurven zu „lesen“ – an Leitpfosten, Vegetation, Fluchtpunkt und Straßenverlauf.
- **Gegenverkehr und Fahrstreifen:** Deine Linie muss im eigenen Fahrstreifen funktionieren, nicht auf einer leeren Fläche.
- **Belag und Wetter:** Rollsplitt, Bitumenstreifen, Laub oder Nässe verändern die Haftung.
- **Der Kopf:** Auf der Straße meldet sich Unsicherheit spürbar stärker. Genau dort lässt sich auch am besten üben, ruhig zu bleiben.

Deshalb kombinieren unsere Trainings beides: kurze Übungseinheiten zum Start und danach Kurventraining auf der Straße, aufgeteilt in Abschnitte mit Feedback – immer im Rahmen der StVO.

Was du im Kurventraining lernst

- **Blickführung:** in Sequenzen und strukturiert deinen Blick führen, anstatt nur undefiniert stupide so weit wie möglich zu schauen – die Grundlage für jede saubere Linie.
- **Sitzposition und Lenkerschiebetechnik:** locker im Oberkörper, Knieführung, gezielt dein Motorrad durch die Kurve führen anstatt „nur“ Kraft.
- **Kurven lesen:** an Leitpfosten, Fluchtpunkt und Straßenverlauf erkennen, wie eng eine Kurve wird.
- **Linienwahl im eigenen Fahrstreifen:** fokussiert anfahren, spät einlenken, Reserven behalten.
- **Bremsen in der Kurve:** was tun, wenn die Kurve „ausgeht“ – Handlungsmuster für den „Überlebensraum Kurve“.
- **Spitzkehren:** langsam und kontrolliert mit Kupplung und Hinterradbremse.
- **Kopf und Ruhe:** kleine Einheiten aus dem Mentaltraining für einen kühlen Kopf, wenn es eng wird.

Du fährst dabei immer dein persönliches Wohlfühltempo – denn nur im Wohlfühlbereich kannst du sicher schneller werden.

Wo und wie: Trainingsformate in NRW

Format	Wo	Dauer	Gruppe	Preis (inkl. MwSt.)
Intensivtraining on Tour – Kurven & Spitzkehren	Übungen + rund 100 km Tour auf der Straße	10–15 Uhr	max. 5	167,50 €
Feierabendtraining on the Road	Eifel (Venn oder Rureifel) oder Bergisches Land	18–20:30 Uhr	max. 4	132,50 €

Format	Wo	Dauer	Gruppe	Preis (inkl. MwSt.)
Feierabendtraining auf dem Platz	Neuss	18–20:30 Uhr	max. 4	120 €
Einzeltraining Straße	Bergisches Land	3,5 Std.	1	197,50 €
Einzeltraining Platz	Neuss	3 Std.	1	172,50 €

Das Intensivtraining eignet sich für Fahranfänger, Wiedereinsteiger und Straßen-Vielfahrer – auch mit 125 ccm inkl. B196. Im Winter pausieren die Gruppentermine; Einzeltrainings und Gutscheine sind jederzeit möglich. Andere Orte in Deutschland auf Anfrage.

Häufige Fragen

Was kostet ein Kurventraining auf der Straße? Zwischen 132,50 € (Feierabendtraining on the Road) und 197,50 € (Einzeltraining auf der Straße), jeweils inkl. MwSt. Das Intensivtraining on Tour mit rund 100 km Kurven und Spitzkehren kostet 167,50 €.

Brauche ich Erfahrung? Nein. Du fährst immer in deinem Wohlfühltempo, die Gruppen sind klein und die Übungen bauen aufeinander auf. Auch Wiedereinsteiger und Fahranfänger sind willkommen.

Ist das Training legal auf öffentlichen Straßen? Ja. Gefahren wird im normalen Straßenverkehr und im Rahmen der StVO – es geht um sichere Linie und Technik, nicht um Tempo.

Kann ich ein Kurventraining verschenken? Ja, alle Trainings gibt es auch als Gutschein mit digitalem Versand.

Training dazu

- [Intensivtraining on Tour – Kurven & Spitzkehren](#)
- [Feierabendtraining](#)
- [Motorrad-Einzeltraining](#)
- [Mentaltraining- Spitzkehre](#)
- Ratgeber: Spitzkehren fahren lernen · Angst beim Motorradfahren überwinden · Freeze auf dem Motorrad

Irene Seidler, Kurven-Räubertochter – zertifizierte Fahrsicherheits- und Mentaltrainerin, Ausbilderin für Motorradtrainer (ISO/IEC 17024, PersCert TÜV Rheinland). motorradtraining-mental.de

Stand der Preise und Formate: Oktober 2026