RATGEBER · KURVEN-RÄUBERTOCHTER · MOTORRADTRAINING & MENTALTRAINING

Kupplung und Schleifpunkt: Feinfühlig anfahren und langsam fahren

Das kleine Koalamädchen drückt jeden, der Angst vor dem Abwürgen hat, so lange an ihr flauschiges Fell, bis der Schleifpunkt kein Geheimnis mehr ist und alle einen Keks bekommen.

Der Schleifpunkt ist die Stelle, an der die Kupplung beginnt, Kraft zu übertragen – wer ihn kennt, kann feinfühlig anfahren, rangieren und sehr langsam fahren. Das ist eine der wichtigsten Grundtechniken, besonders für Spitzkehren, Rangieren und Stop-and-go.

Von Irene Seidler (Kurven-Räubertochter), Motorrad- und Mentaltrainerin · Stand: November 2026

Schleifpunkt finden

1. **Motorrad stabil aufstellen,** erster Gang, Blick nach vorn.
2. **Kupplung langsam kommen lassen,** bis du merkst, wie der Motor leicht in die Drehzahl geht und das Motorrad zu rollen beginnt.
3. **Genau dort halten.** Das ist dein Schleifpunkt. Präge dir den Hebelweg ein.
4. **Üben.** Mehrmals langsam anfahren und wieder anhalten.

Langsam fahren

- **Gas leicht konstant halten,** nicht abwechselnd geben und nehmen.
- **Kupplung am Schleifpunkt halten** und über den Hebel feinfühlig regulieren.
- **Hinterradbremse leicht mitziehen,** das stabilisiert das Motorrad bei Schritttempo.
- **Blick nach vorn,** nicht auf das Vorderrad.

Verschleiß erkennen

- Motor dreht hoch, aber Beschleunigung bleibt aus: Kupplung rutscht
- Brandgeruch nach Anfahren oder Rangieren
- Hebel hat sich verändert, kein klarer Druckpunkt

In allen Fällen Werkstatt aufsuchen. Das Hebelspiel richtest du nach der Betriebsanleitung ein.

Die Brücke zum Kopf

Beim langsamen Fahren fürchten viele das Abwürgen oder Umfallen. Wer das Gefühl für Kupplung und Gas hat, bekommt Sicherheit. Es ist eine Übung in Feinmotorik, Geduld und Vertrauen, ohne Zeitdruck, ohne Publikum und ohne Hektik.

© 2026 Irene Seidler · Kurven-Räubertochter · motorradtraining-mental.de

Häufige Fragen

Was ist der Schleifpunkt?

Die Stelle am Kupplungshebel, an der die Kupplung beginnt, Kraft zu übertragen.

Wie fahre ich langsam und stabil?

Gas konstant, Kupplung am Schleifpunkt, Hinterradbremse leicht und Blick nach vorn.

Wann muss die Kupplung in die Werkstatt?

Wenn sie rutscht, brandig riecht oder der Druckpunkt unklar ist.

Fazit

Wer den Schleifpunkt beherrscht, hat ein wichtiges Werkzeug für Sicherheit und Gelassenheit.

> Hinweis: Dieser Ratgeber ersetzt weder die Betriebsanleitung deines Motorrads noch die Werkstatt. Maßgeblich sind immer die Herstellerangaben und die Fahrzeugpapiere.

Training dazu

- Mentaltraining für Motorradfahrer – Kursabende, Einzelcoaching oder on Tour
- Fahrsicherheitstraining Motorrad – Bremsen, Ausweichen, Kurventechnik
- Intensivtraining on Tour – Kurven und Spitzkehren auf der Straße in Kleinstgruppen

Irene Seidler, Kurven-Räubertochter – zertifizierte Fahrsicherheits- und Mentaltrainerin, Ausbilderin für Motorradtrainer (Personenzertifizierung nach ISO/IEC 17024, PersCert TÜV Rheinland), Autorin von „Kopfsalat“.

Zum Nachlesen (googelbar)

- Schleifpunkt Kupplung Motorrad finden
- Langsam fahren Motorrad Übung
- Kupplung rutscht Motorrad Ursachen

Kontakt

Irene Seidler
Zert. Fahrsicherheits- und Mentaltrainer
Kurventraining · Rennstreckeninstruktion · Tourguiding · Ausbildung

Kurven-Räubertochter
Motorradtraining & Mentaltraining

E kurven-raeubertochter@web.de
W motorradtraining-mental.de
IG @kurven_raeubertochter

Röckrather Weg 2a · 41472 Neuss

Zur Homepage
QR-Code scannen

© 2026 Irene Seidler · motorradtraining-mental.de

Deine ehrliche Meinung zählt!

Ich freue mich riesig über deine Bewertung bei Google. Sie hilft mir, besser zu werden, und anderen Fahrerinnen und Fahrern, das passende Training zu finden. Es dauert nur eine Minute.

★★★★★ **Jetzt bei Google bewerten**

https://g.page/r/CUfzMaDN2BH-EAE/review

Google-Bewertung

© 2026 Irene Seidler · Kurven-Räubertochter · motorradtraining-mental.de