

# Viel Sparspaß beim Fahrspaß!

Effektiv und trotzdem ganz entspannt Auto fahren / Von Stefan Kern

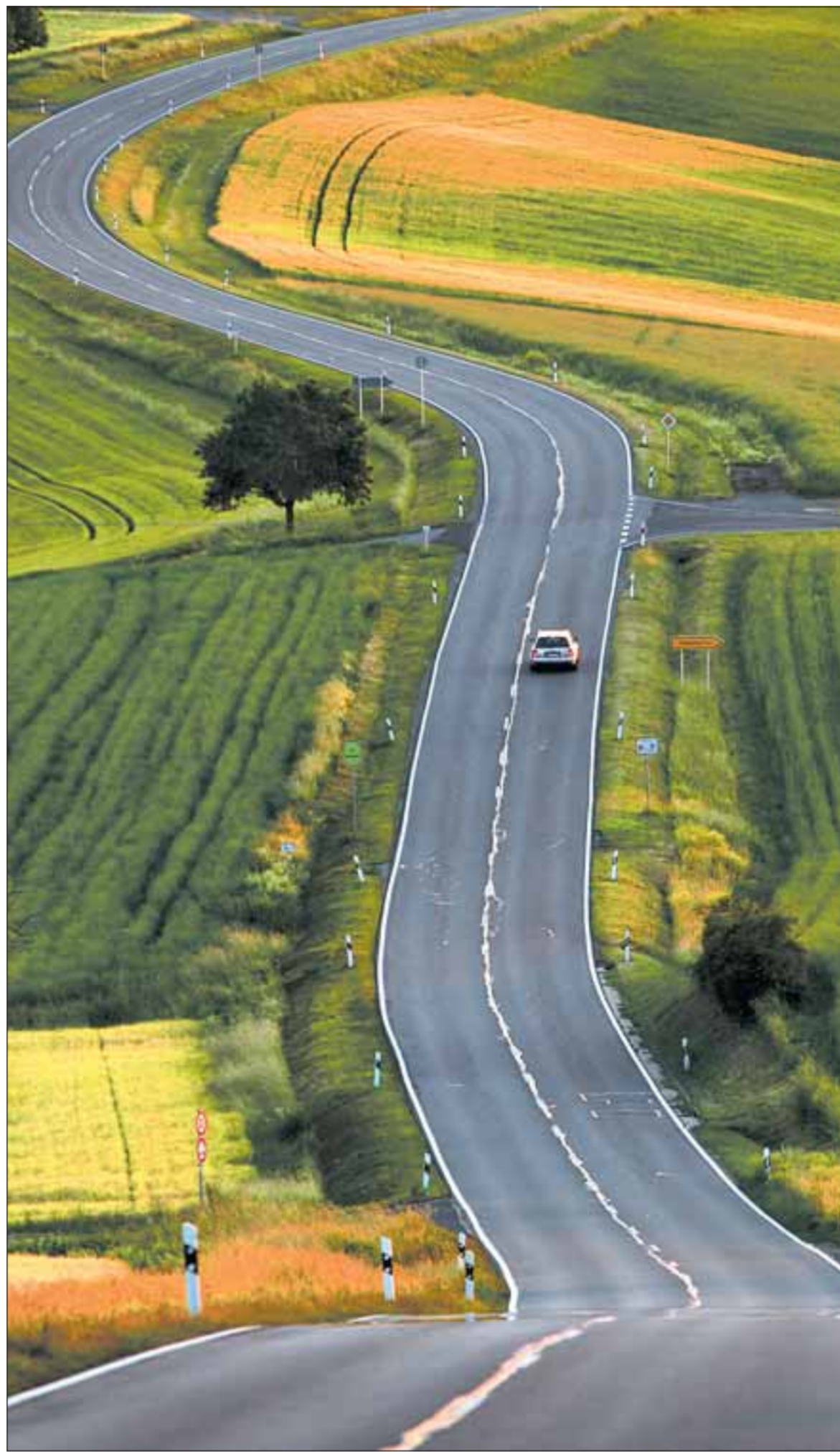
Für Autofahrer verheißen die Berichte der Internationalen Energieagentur (IEA) in Paris nichts Gutes. Autofahren ist in den vergangenen Jahren deutlich teurer geworden und, da sind sich sämtliche Experten einig, es wird in Zukunft noch teurer werden. Alle Szenarien der IEA gehen von einem dauerhaft hohen und weiter steigenden Ölpreis aus. Bis 2002 lag dieser pro Barrel (159 Liter) stets unter 40 Dollar. „Diese Zeiten sind vorbei“, so Faith Birol, der Chefökonom der IEA. Der Preis wird dauerhaft über 100 Dollar pro Barrel liegen und sich in der Tendenz bis Mitte des Jahrhunderts um 200 Dollar bewegen. Keine schönen Aussichten und doch können die Autofahrer diesem Trend einiges entgegenzusetzen. Neben kleineren und sparsameren Wagen geht es dabei vor allem um eine Veränderung der Fahrkultur. Ulrich Pfeiffer, Geschäftsführer von Eco Consult in Schwetzingen, sieht im veränderten Fahrverhalten ein riesiges Potenzial. Mindestens zehn, meist sogar 15 bis 20 Prozent Spriteinsparung, dauerhaft, und das nur mit einigen Tricks.

Der Effekt ist immer der gleiche. Zu Beginn etwas ungläubig und dann großes Erstaunen. Kaum einer, so Pfeiffer, glaube zu Beginn eines Eco Consult Kurses, dass diese Einsparungen erzielt werden können. „Wir sind ja alle Köhner auf der Straße.“ Und so kommen von den Trainern während einer ersten Testfahrt keinerlei Einspartipps. In knapp einer Stunde werden während einer Fahrt durch die Stadt, über die Landstraße und die Autobahn zum einen Verbrauch und Geschwindigkeit gemessen und zum anderen Fahrverhalten registriert. In einem Theorieteil werden dann genau diese Daten ausgewertet und bewertet.

## Viel zu hoctourig unterwegs

Häufigster Fehler, so die Trainer, sind eher hoctouriges Fahren, mit Gas auf eine rote Ampel oder ein anderes Hindernis zu und dann stark abbremsen und laufender Motor während längerer Stehphasen. Das Urteil der Experten über das Fahrverhalten der meisten Autofahrer ist denn auch klar und deutlich. „Ineffizient und überhaupt nicht auf dem Stand der Technik.“ Anita Löffler, Trainerin bei Eco Consult, erklärt hierzu, dass die meisten Autofahrer immer noch so fahren, als hätten sie einen Vergaser-Motor. „Sie geben möglichst wenig Gas und fahren mit mittlerer Drehzahl. Dabei sollte man mit den modernen Einspritzmotoren immer so drehzahlschonend fahren wie möglich.“ Im Grunde ist das Gaspedal nur ein Signalgeber und auch wenn das Pedal durchgetreten wird, fließt nicht unbedingt mehr Sprit.

Ein Mittelklassewagen braucht so bei 60 Kilometern pro Stunde (km/h) im fünften Gang rund 5,7 Liter auf 100 Kilometer. Im vierten Gang werden daraus 8,2 Liter, im dritten zwölf Liter und im zweiten Gang 17,3 Liter. Grund dafür ist



Ganz entspannt Auto fahren schont die Nerven und den Geldbeutel. 20 Prozent Sprit kann man sparen. Foto: dpa

die Zylindertaktung, die bei jeder zweiten Umdrehung der Kurbelwelle mit Kraftstoff gefüllt wird. Je höher die Drehzahl, desto höher der Verbrauch. Hinzu kommt dabei, dass bei niedrigerer Drehzahl die Verbrennung langsamer abläuft und das Kraftstoff-Luft-Gemisch im Zylinder besser verbrennt. Bei Steigungen wird dieser Zusammenhang noch offensichtlicher. Wieder bei 60 km/h im dritten Gang bei 2600 Umdrehungen in der Minute, das Gaspedal ungefähr ein Viertel gedrückt, braucht der Mittelklassewagen auf 100 Kilometer deutlich über 13 Liter. Im fünften Gang, bei rund 1500 Umdrehungen, das Gaspedal ungefähr zu drei Viertel gedrückt, sinkt dieser Verbrauch am Berg auf rund 9,7 Liter. Allein dieses untertourige Fahren würde den Spritverbrauch schon spürbar senken.

Doch mit dem niedrigtourigen Fahren ist bei Eco Consult nur der erste Schritt gemacht. Wichtig ist in den Augen Pfeiffers auch die Schubabschaltung. Das heißt, bei rollendem Wagen immer Gang „drin lassen“ und Fuß weg vom Gaspedal. So wird bei den heutigen Motoren mit Einspritzsystem die Zufuhr von Kraftstoff komplett unterbrochen. „Der Wagen verbraucht dann überhaupt kein Benzin mehr.“ Bewegungsenergie hält den Motor am „Laufen“ und versorgt alle Systeme mit Energie.

Hört sich alles kaum spektakulär an. Ist es aber. Auf deutschen Straßen wird anders gefahren. Mit Gas auf eine rote Ampel zu, wenig Abstand zum nächsten Auto und sehr häufig hoctourig. In Sachen Spritverbrauch kaum vorausschauend oder gar vorausdenkend. Doch genau diese beiden Begriffe sind für

Pfeiffer der Dreh- und Angelpunkt einer neuen Fahrkultur, die übrigens nicht nur effektiv, sondern auch nervenschonend ist. Bei einer innerstädtischen Testfahrt mit zwei Fahrern, der eine eilig unterwegs, der andere vorausschauend und –denkend, wurde offensichtlich, dass die althergebrachte Fahrweise auch das Nervenkostüm strapaziert. Der Eilige war auf den 28 Kilometern zwar mit 32 Minuten Fahrzeit sieben Minuten schneller als sein Fahrkollege, hat mit 10,7 Litern auf 100 Kilometern aber drei Liter mehr gebraucht, 36 Prozent mehr Abgase produziert, 20 statt sieben Ampelstopps, 40 statt 15 Bremsvorgänge, 120 statt 55 Schaltvorgänge und 50 statt gar keine Spurwechsel auf seinem Fahrkonto. Energiesparendes Fahren schont nicht nur den Geldbeutel, sondern auch die Nerven.

## Zwei Milliarden Liter Sprit

Weitere Tipps drehen sich um den Luftdruck in den Reifen, Lastenträger auf dem Dach und die Klimaanlage. Bei Ersterem hat der Reifenhersteller Bridgestone vor kurzem eine Studie veröffentlicht. 71 Prozent aller europäischen Autofahrer fahren mit zu niedrigem Luftdruck. Die Konsequenz, jedes Jahr werden in Europa zwei Milliarden Liter Sprit verschwendet. Noch heftiger steigt der Benzinverbrauch, wenn die Klimaanlage eingeschaltet wird, bis zu 30 Prozent steigt der Verbrauch. Bei einem Normalverbrauch von sieben Litern ist das ein Plus von 2,1 Litern auf 100 Kilometern.

„Eigentlich alles kein Zauber, doch so richtig durchgesetzt hat sich das effiziente Fahren bisher nicht.“ Wobei sich Pfeiffer nicht ganz sicher über das Warum ist. Vielleicht insgesamt zu viel Hektik und Stress und das überträgt sich auf das Fahrverhalten. Vielleicht ist es auch einfach Sport, dicht aufzufahren, keinen vor sich rein zu lassen oder den Motor aufheulen zu lassen. Sport könnte es aber auch sein, so zu fahren, dass man möglichst lange ohne Bremsen auskommt. Das wäre vorausdenkendes Fahren.

> [www.ecofahr.de](http://www.ecofahr.de)



Wünschen viel Sparspaß: Anita Löffler und Ulrich Pfeiffer. Foto: privat

Auf einem Verkehrsübungsplatz im Süden Heidelbergs herrscht eine fröhliche Stimmung: Sechs Frauen verschiedenen Alters haben es sich in dem Häuschen bequem gemacht, trinken Kaffee und unterhalten sich angeregt. Was wie ein gemütliches Frauenfrühstück aussieht, ist in Wirklichkeit der Theorieteil eines Sicherheitstrainings nur für Frauen. Dort lernen sie, wie sie ungewohnte und gefährliche Situationen im Verkehr meistern. Jede Teilnehmerin reist mit ihrem eigenen Auto an, um den Ernstfall mit dem gewohnten Fahrzeug zu üben.

Ein Kurs für Frauen wird nicht unbedingt von einem weiblichen Lehrer geleitet: Auf die sechs Teilnehmerinnen wartet Wolfgang Föhr, ein sympathischer Mann mit leichter Sonnenbräune und Vollbart. Statt Machosprüche loszulassen, hört er den Frauen aufmerksam zu und macht ihnen Mut. Schnell hat er so das Vertrauen der Damen gewonnen. „Ich mache keine Unterschiede“, erklärt Föhr, der in reinen Frauenkursen das gleiche Programm anbietet wie in gemischten Gruppen. „Bei den Frauen gibt es kein Konkurrenzgehabe.“ So könne er gezielt auf die Erwartungen der weiblichen Kursteilnehmer eingehen. Unterschiede unter den Schülern gebe es vor allem beim Fahrstil. „Männer fahren dynamischer und schneller.“

Ängstlich wirken die Schülerinnen eigentlich nicht. Die Gründe, die die Frauen zum Training treiben, sind unterschiedlich. Tina, eine junge Frau mit langen blonden Haaren, ist beruflich viel im Auto unterwegs. Eigentlich fühlt sich die Knittlingerin in ihrem Auto sicher, fürchtet sich aber vor Fahrten bei Glätte. Barbara hat den Kurs von ihren Kindern geschenkt bekommen. „Ich habe nämlich zu viel Angst, Gas zu geben“, verrät die Seniorin und lächelt verlegen. Eine Fiatfahrerin gerät in Panik, wenn

# Nur für Frauen

Sicherheitstraining ohne Machosprüche / Von Tanja Capuana

andere sie bedrängen. Föhr beruhigt sie. Man solle den anderen ruhig überholen lassen. Und Ruhe bewahren. „Ich sage mir, Ich behalte die Geschwindigkeit ein, die ich will“, erzählt er.

Pavla aus Leinfeld-Echterdingen konnte sich vor dem Termin kein Bild von dem Ablauf machen. „Mein Mann fand, dass es eine gute Idee ist“, erzählt die 39-Jährige. Ihre Freundin Petra dagegen hat davor bereits drei Sicherheitstrainings absolviert. „Den ersten habe ich von meinen Eltern zum 18. Geburtstag bekommen“, sagt die 47-Jährige. „Jedes Trai-

ning war anders.“ Alle fünf bis zehn Jahre möchte sie ihre Kenntnisse auffrischen. Obwohl sie schon gemischte Trainings besucht hatte, genießt sie die Atmosphäre, nur unter Frauen zu sein. „Manche Männer möchten sich profilieren“, sagt sie. Frauen fühlen sich dann häufig verunsichert und trauten sich nicht, bestimmte Dinge zu fragen. „In reinen Frauengruppen ist das einfacher“, findet Petra. Ella gibt ihr Recht. „Wenn Frauen unter sich sind, geht es entspannter zu, weil sie sich nicht beweisen müssen.“

Der Kurs verfolgt verschiedene Ziele. „Was mache ich, wenn mein Auto ausbricht?“, möchte eine Teilnehmerin wissen. „Und wie lang ist mein Bremsweg?“ Außerdem lernen die Damen, wie sie gefährliche Situationen früh erkennen und sie vermeiden. Der vorausschauende Blick hilft dabei. „Wir müssen trainieren, anders zu schauen“, appelliert Föhr an seine Gruppe.

Nach einer theoretischen Einführung steht schließlich die Praxis an. Während des Kurses hält Föhr zu den Frauen per Funkgerät Kontakt. Eine sichere Fahrt beginnt für den Trainer bereits beim Einsteigen. Der angelegte Gurt ist Pflicht. Die optimale Sitzposition ist ebenfalls wichtig. Um den richtigen Abstand zum Gaspedal zu finden, müsse man den Sitz so einstellen, dass die Beine leicht angewinkelt sind. „Die Beine dürfen nicht gestreckt sein“, warnt Föhr. Denn damit drohen schwerste Knochenbrüche bei einem Unfall. Auch der Griff am Lenker kann entscheidend sein. Bei einer Übung sollen die Teilnehmerinnen an eigenen Leib spüren, welchen Unterschied es macht, wenn sie das Lenkrad wie einen Schraubstock umklammern oder auch schon mal mit schwebenden Händen fahren. Gegenstände, die häufig sorglos im Innenraum deponiert werden, können ebenfalls gefährlich werden. Denn bei einer Vollbremsung werde jeder Gegenstand und wie dadurch auch Zehnmal mehr. „Die Handtasche gehört deshalb in den Kofferraum“, sagt er. Ohne Murren platzie-



Die Handtasche gehört in den Kofferraum: Frauen beim Sicherheitstraining. Foto: Capuana

ren die Frauen alles Überflüssige im Kofferraum.

Das Thema Sicherheit spricht Föhr an diesem Tag noch öfter an. Seinen Schützlingen rät er dringlich dazu, nicht nur aus Angst vor einer Strafe, sondern auch aus Sicherheitsgründen sich an die Geschwindigkeitsvorschriften zu halten. Beim Fahren sollen sie außerdem genügend Abstand zum Vordermann einhalten. Wichtig sei dabei auch das Thema der Gefahrenbremsung. Darunter versteht man eine Bremsung, bei der das Fahrzeug zum Stehen kommt. Die Gruppe soll außerdem lernen, den Bremsweg einzuschätzen. „Die Bremsen sind besser als ihr denkt“, gibt Föhr zu bedenken.

Auf der Dynamikplatte üben die Frauen den Ernstfall: Wie fühlt es sich an, wenn ein Reifen platzt und das Auto ausbricht? „Der Blick spielt wieder die Hauptrolle“, sagt Föhr. Mit 30 Stundenkilometer fährt Tina auf die Platte zu und kriegt gerade noch die Kurve. Mit quietschenden Reifen kommt sie zum Stehen. „Dagegen lenken“, rät Föhr. „Und zwar so viel wie nötig.“

Vor allem im Herbst und Winter können Blitzeis und Niederschläge das Autofahren zu einer gefährlichen Rutschpartie machen. Wie verhält man sich, wenn die Fahrbahn durch Regen spiegelglatt wird und Aquaplanung droht? Eine nach der anderen gibt auf dem Gelände Gas, um mitten durch die Wasserfontänen zu fahren, die Regenschauer simulieren. So manches der Fahrzeuge gerät leicht ins Schleudern. Doch mit jeder Runde bekommen die Teilnehmerinnen mehr Routine. Wolfgang Föhr nickt zufrieden. Und abschließend erklärt der Sicherheitstrainer den Frauen, wie sie den optimalen Reifendruck für ihr Auto ermitteln und mit welchen Tricks das Einparken garantiert gelingt.