



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

DEFENSIVE DRIVE

+ elementy eco driving



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

SZANOWNI PAŃSTWO

Przedstawiamy scenariusz i ofertę na organizację standardowego szkolenia z zakresu “defensive drive” połączonego z elementami ekonomicznej i ekologicznej jazdy realizowanego przez zespół Akademii Bezpiecznej Jazdy Tomasza Kuchara.

Nasze szkolenia organizujemy w Ośrodku Doskonalenia Techniki Jazdy w Lipce k/Debrzna (Rallyland) lub w innych ośrodkach na terenie Polski. W przypadku tego typu szkoleń rekomendujemy i praktykujemy szkolenia w siedzibie lub oddziałach Klienta.



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

SCENARIUSZ

Prezentowany model szkolenia to jednodniowe zajęcia, które trwają ok. 6-7 godzin. Ćwiczenia dedykowane są grupom 8-16 osób.

Szkolenie rozpoczyna się od powitania uczestników i omówienia harmonogramu zajęć. Następnie uczestnicy szkolenia biorą udział w wykładzie teoretycznym. Czas trwania wykładu zależy od wersji szkolenia:

- 🕒 szkolenie defensive drive - teoria i praktyka - 1,5 godz.
- 🕒 szkolenie defensive drive + elementy eco driving - teoria i praktyka - 2 godz.
- 🕒 szkolenie defensive drive - teoria - 2 godz.
- 🕒 szkolenie defensive drive + elementy eco driving - teoria - 3 godz.

Po części teoretycznej rozpoczną się jazdy w ramach zajęć praktycznych (4 godziny, po 1 godzinie na kursanta).



Zagadnienia poruszane podczas wykładu teoretycznego:

- ☛ sztuka przewidywania (obserwowanie drogi, analiza sytuacji na drodze)
- ☛ płynność jazdy
- ☛ planowanie drogi, a zmęczenie kierowcy (efektywność pracy, spotkania z klientami)
- ☛ wpływ prędkości jazdy na czas przejazdu
- ☛ taktyka jazdy
- ☛ dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze
- ☛ bezpieczna odległość od innych pojazdów na drodze podczas jazdy i oczekiwania na skrzyżowaniach
- ☛ nasza pozycja na drodze (wolna przestrzeń po bokach pojazdu)
- ☛ dobór odpowiedniego pasa ruchu
- ☛ optymalne wykorzystanie lusterek (odpowiednie ustawienie niwelujące „martwy punkt”)
- ☛ zasady przewozu i pakowania bagażu i towarów
- ☛ omówienie manewru wyprzedzania oraz zmiany pasa ruchu, najbezpieczniejsze metody
- ☛ auto firmowe - wizytówka firmy
- ☛ sygnalizacja manewrów



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

TEORIA

Zagadnienia poruszane podczas wykładu teoretycznego cd:

- ➊ prawidłowa pozycja za kierownicą
- ➋ poprawne napięcie pasów bezpieczeństwa
- ➌ operowanie kierownicą
- ➍ kultura jazdy, typologia kierowców
- ➎ dobór odpowiedniego biegu
- ➏ nauka rozpoznawania zagrożeń
- ➐ stan techniczny pojazdu, a nasze bezpieczeństwo
- ➑ bezpieczeństwo czynne (czyste światła, szyby itp. miejmy dobrą widoczność i bądźmy widoczni) - elementy bezpieczeństwa czynnego takie jak systemy elektroniczne podczas kursu bezpiecznej jazdy
- ➒ zasada ograniczonego zaufania
- ➓ przepisy ruchu drogowego, a bezpieczeństwo
- ➔ analiza przyczyn i skutków wypadków drogowych
- ➕ sposoby pokonywania zakrętów, elementy balansu, zrozumienie sił działających na samochód podczas jazdy



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

PRAKTYKA

Szkolenie praktyczne - założenia:

- 🕒 Praktyczne wykorzystanie zasad przekazanych podczas wykładu teoretycznego.
- 🕒 Instruktor z jednym uczestników lub z pasażerami z tyłu.
- 🕒 Czas trwania jazdy - 1 godzina / osobę.
- 🕒 Zróżnicowana trasa - drogi osiedlowe, miejskie, pozamiejskie, trasy szybkiego ruchu / autostrady (o ile są takowe w okolicy).
- 🕒 Sugerujemy używanie samochodów firmowych, w celu najefektywniejszego wykorzystania szkolenia.
- 🕒 1 instruktor / 4 osoby.



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

ECO DRIVING

Celem podniesienia korzyści ze szkolenia defensive drive proponujemy dołączenie elementów eco drivingu. Ten styl jazdy ma bardzo wiele wspólnego z zasadami defensive drive, dlatego łatwo przeprowadzić zajęcia omawiając oba tematy. Dotyczy to zarówno teorii, jak i jazd testowych. Podczas pokonywania trasy notowane będą wyniki średniego spalania paliwa, średniej prędkości pojazdu oraz mierzony będzie czas przejazdu.

Zagadnienia eco drivingu uzupełniające szkolenie defensive drive:

- 🚦 optymalne zakres obrotów silnika
- 🚦 opory aerodynamiczne
- 🚦 uruchamianie samochodu
- 🚦 postój
- 🚦 ruszanie
- 🚦 zmiana biegów
- 🚦 hamowanie silnikiem



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

KOSZTY

Koszt realizacji szkolenia defensive drive z elementami eco driving w ramach Akademii Bezpiecznej Jazdy Tomasza Kuchara realizowanego wg przedstawionych założeń wynosi:

- 📍 Teoria (2h) + praktyka (4h) - **480** PLN netto / osobę
- 📍 Teoria (3h) - **190** PLN netto / osobę





AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

KOSZTY



Przedstawione koszty zawierają:

- przygotowanie i prowadzenie zajęć przez zespół ABJTK
- ubezpieczenie uczestników w zakresie NNW
- certyfikaty dla uczestników

Opcje dodatkowe:

- samochody szkoleniowe ABJTK- 600 PLN / szt.
- catering (25 PLN / osobę)



AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY
TOMASZA KUCHARA
www.abj.kuchar.net

KONTAKT

AKADEMIA BEZPIECZNEJ JAZDY TOMASZA KUCHARA Sp. z o. o.

ul. Muchoborska 6
54-424 Wrocław
www.abj.kuchar.net

RALLYLAND Sp. z o. o.

Osiedle Rajdowe
77-420 Lipka
www.rallyland.pl

Osoba do kontaktu

Grzegorz Telega
grzegorz@kuchar.net
tel. kom. 510 248 878

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY