



Jean-Louis Capliuk, Fliederweg 3, 85088 Vohburg, Tel./Fax 08457-2264, Mobil 0171-5587987, info@die-kartschule.de

KART-ACADEMY 2009

Ablauf/Wochenprogramm 5.Woche 09.08.2009-13.08.2009

➔ Tag 1 „First Day“

- 17:00 Uhr Eintreffen der Teilnehmer und Papierabnahme
- 18:00 Uhr Begrüßung
- 18:30 Uhr Allgemeines (Lehrgangsablauf, Kartsport allgemein, Voraussetzungen zum Rennfahrer, Motivationsvideo)
- 19:30 Uhr Theorie Fahrstil / Ideallinie
- 21:00 Uhr Abendessen

➔ Tag 2 „Fitness + Drivers Day“

- 08:00 Uhr Frühstück
- 08:45 Uhr Fitness Seminar Theorie
- 11:00 Uhr Fitnesstraining
- 12:30 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Trainingseinheiten Ideallinie in der Praxis unter Beobachtung des Instructors (Bestandsaufnahme zwischen Anfänger und Fortgeschrittene)
- 16:00 Uhr Training Ideallinie mit abwechselndem Hinterherfahren und Vorräusfahren des Instructors
- 18:00 Uhr Abendessen
- 18:45 Briefing und Vorbereitung der Karts für den nächsten Tag / Lizenzlehrgang DMSB

➔ Tag 3 „Technik Day“

- 08:00 Uhr Frühstück
- 08:45 Uhr Fitnesstraining
- 10:00 Uhr Freies Fahren unter Beobachtung der Teilnehmer
- 11:00 Uhr Theorie Kartabstimmung, Technik, Ausrüstung, Arbeitsplatz, Arbeitsmethodik
- 12:30 Uhr Praxis Technik und Arbeiten am Kart
- 13:00 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Praxis Technik und Arbeiten am Kart
- 15:30 Uhr Briefing
- 16:00 Uhr Freies Fahren mit verschiedenen Chassisabstimmungen (Untersteuern und Übersteuern)
- 18:00 Uhr Freies Fahren mit dem Ziel gleichmäßige Rundenzeiten zu erreichen
- 19:00 Uhr Abendessen
- 19:45 Uhr Briefing und Vorbereitung der Karts für den nächsten Tag

➔ Tag 4 „Race Day“

- 08:00 Uhr Frühstück
- 08:45 Uhr Fitnesstraining
- 10:00 Uhr Freies Fahren mit dem Ziel gleichmäßige Rundenzeiten zu erreichen
- 11:00 Uhr Training Ideallinie mit abwechselndem Hinterherfahren und Vorräusfahren des Instructors
- 12:30 Uhr Briefing
- 13:00 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Freies Fahren mit Ausbremslinie und Blockierlinie
- 16:00 Uhr Teamrennen 1
- 17:15 Uhr Briefing
- 17:45 Uhr Teamrennen 2
- 19:00 Uhr Abendessen
- 19:45 Uhr Briefing und Vorbereitung der Karts für den nächsten Tag

➔ Tag 5 „Final Day“

- 08:00 Uhr Frühstück
- 08:45 Uhr Fitnesstraining
- 10:00 Uhr Freies Fahren mit den Schulungskarts und mit den 125ccm Zweitakt Karts
- 12:00 Uhr Theorie-Einheit
- 13:00 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Freies Fahren mit den Schulungskarts und mit den 125ccm Zweitakt Karts
- 16:00 Uhr Abschluss-Briefing und Verabschiedung der Teilnehmer