

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b> .....	7
<b>80 CHALLENGES FÜR WAHRE MOTORRADFANS</b> .....	9
<b>Grundlagen und Technik (1–20)</b> .....	11
1. Die richtige Motorradtechnik erlernen .....	11
2. Erste Fahrstunden auf einem neuen Motorrad .....	13
3. Sicherheitstraining absolvieren .....	14
4. Kurvenfahrt perfektionieren .....	15
5. Bremsen und Ausweichmanöver üben .....	16
6. Fahren bei schlechten Wetterbedingungen .....	17
7. Die richtige Körperhaltung auf dem Motorrad .....	18
8. Motorradwartung selbst durchführen .....	19
9. Nachts fahren und Sicht verbessern .....	20
10. Die richtige Schaltungstechnik meistern .....	21
11. Gefahrenwahrnehmung schärfen .....	22
12. Langstreckenfahrt mit Pausen planen .....	23
13. Die ideale Fahrposition finden .....	24
14. Fahrtechnik für Pässestraßen üben .....	25
15. Das richtige Fahren im Stadtverkehr .....	26
16. Auf unbefestigten Straßen fahren .....	27
17. Handling bei langsamen Geschwindigkeiten verbessern .....	28
18. Verkehrsregeln und Motorradgesetzgebung kennenlernen .....	29
19. Fahren mit Sozius optimal gestalten .....	30
20. Erste Hilfe für Motorradfahrer erlernen .....	31
<b>Abenteuer und Herausforderungen (21–40)</b> .....	32
21. Einen Roadtrip über mehrere Tage planen .....	32
22. Fahren auf einer Bergetappe (z. B. Pässestraße) .....	34

23. Offroad-Abenteuer in unbefestigtem Gelände . . . . .	35
24. Die berühmte Route 66 erkunden. . . . .	36
25. Ein Motorradtreffen besuchen. . . . .	37
26. Die Küstenstraße entlangfahren . . . . .	38
27. Eine Strecke mit spektakulären Aussichten wählen . . . . .	39
28. Eine Nachttour durch die Stadt machen. . . . .	40
29. Die besten Motorradcafés auf einer Tour entdecken . . . . .	41
30. Einmal die Alpen überqueren . . . . .	42
31. Eine Solo-Tour in unbekanntes Terrain wagen . . . . .	43
32. Eine Tour mit Freunden organisieren . . . . .	44
33. Fahren im Konvoi mit anderen Bikern. . . . .	45
34. An einem geführten Motorrad-Event teilnehmen. . . . .	46
35. Die schönsten Motorradrouten in deiner Region erkunden	47
36. Einmal im Regen fahren. . . . .	48
37. Teilnahme an einer Charity-Tour. . . . .	49
38. Das Fahren im Winter ausprobieren . . . . .	50
39. Übernachten im Zelt während einer Tour. . . . .	51
40. Einmal im Jahr eine besondere Tour planen . . . . .	52
<b>Internationale Touren und Ziele (41–60) . . . . .</b>	<b>53</b>
41. Motorradfahren in den Dolomiten . . . . .	53
42. Eine Tour durch die Toskana . . . . .	54
43. Die Küstenstraßen von Kalifornien erkunden. . . . .	55
44. Motorradtour durch Schottland . . . . .	56
45. Fahrt durch die Wüste in Arizona . . . . .	57
46. Die Highlands in Irland entdecken . . . . .	58
47. Motorradtour auf Hawaii . . . . .	59
48. Über die Pyrenäen fahren . . . . .	60
49. Die Nationalparks der USA erkunden . . . . .	61
50. Die griechischen Inseln mit dem Motorrad bereisen . . . . .	62
51. Durch die Amalfiküste radeln . . . . .	63
52. Motorradtour entlang der Loire-Schlösser . . . . .	64
53. Die Route des Grandes Alpes in Frankreich . . . . .	65

54. Die kroatische Küste auf dem Rad entdecken . . . . .	66
55. Der Weg entlang der französischen Côte d'Azur. . . . .	67
56. Motorradtour durch die Schweiz. . . . .	68
57. Die Vulkanlandschaft auf Lanzarote . . . . .	69
58. Auf dem Pacific Coast Highway in Kalifornien fahren. . . . .	70
59. Eine Tour zu den Schlössern in Bayern. . . . .	71
60. Einmal durch die Highlands in Schottland reisen . . . . .	72

## **Gemeinsame Erlebnisse und persönliche Ziele (61–80) . . . . . 73**

61. An einem Motorradrennen teilnehmen. . . . .	73
62. Ein neues Motorrad ausprobieren. . . . .	75
63. Mit der Familie eine Tour planen . . . . .	76
64. Ein Sicherheitstraining für alle Teilnehmer . . . . .	77
65. Jemanden für das Motorradfahren begeistern . . . . .	78
66. Eine Tour für einen guten Zweck durchführen . . . . .	79
67. Den ersten eigenen Motorradunfall bewältigen. . . . .	80
68. Ein Ziel für die nächste Saison festlegen . . . . .	81
69. Saisonstart bei kühlen Temperaturen. . . . .	82
70. Einmal an einem internationalen Motorrad-Event teilnehmen . . . . .	83
71. Eine Tour in einem neuen Land machen . . . . .	84
72. Ein persönliches Höhenmeterziel setzen . . . . .	85
73. Mit einem Profi eine Runde drehen . . . . .	86
74. Ein Video von deiner Tour erstellen . . . . .	87
75. Deine Lieblingsstrecke mit Freunden fahren . . . . .	88
76. Ein Saison-Recap schreiben . . . . .	89
77. Ein gemeinsames Fotoshooting auf der Strecke . . . . .	90
78. Deine Ausrüstung für die kommende Saison überprüfen . . . . .	91
79. Die eigene Motorradgeschichte aufschreiben . . . . .	92
80. Ziele für die nächste Saison setzen und planen . . . . .	93

## **Schlusswort . . . . . 94**