

Digitales Velotraining wirkt

Ein digitales Velotraining kann das Verhalten im Strassenverkehr messbar verbessern. Das zeigt eine Feldstudie zum Onlineprogramm LEVEL UP YOUR RIDE. Besonders im Kreisverkehr und beim Abstand zu parkierten Autos verhielten sich trainierte Velofahrende sicherer als eine untrainierte Vergleichsgruppe.

DIE BELIEBTHEIT des Velofahrens in der Schweiz nimmt zu. Leider steigt damit auch die Zahl der Kollisionen und Stürze. Verkehrssicherheit hängt von drei Faktoren ab: der Infrastruktur, dem Fahrzeug und dem menschlichen Verhalten. Das Onlinetraining LEVEL UP YOUR RIDE setzt beim menschlichen Faktor an und hilft Menschen mit spielerischem Ansatz, Velofahrkompetenzen in komplexen Verkehrssituationen zu entwickeln. Ausgehend von lernpsychologischen Grundlagen werden diese Kompetenzen in rund einem Monat über vier Stufen vermittelt.

Hohe Akzeptanz des Velotrainings

Zwischen April und August 2025 haben 11446 Personen am Training teilgenommen. Von denjenigen, die ein Profil erstellt und bei Stufe 1 begonnen haben, schlossen es 65 Prozent ab. Ein überwiegender Anteil der Teilnehmenden bewertete das Erlebnis positiv: 92 Prozent würden erneut am Training teilnehmen, 79 Prozent berichten, etwas gelernt zu haben, und 67 Prozent fühlen sich im Strassenverkehr sicherer. Diese Bewertungen bestätigen die Ergebnisse einer Pilotstudie, die in der Stadt Zürich durchgeführt wurde (Studer et al., 2026).

Wirkungsmessung im Feld

Um die Wirkung eines Velotrainings zu messen, gibt es verschiedene Möglichkeiten: die Selbsteinschätzungen der Teilnehmenden vor und nach dem Training, Beobachtungen in einem Fahrsimulator oder direkt im Feld. Der letzte Ansatz wurde bei der Evaluation von LEVEL UP YOUR RIDE verfolgt. Dabei wurden 60 Personen einer von drei Gruppen zugeteilt: Eine Gruppe absolvierte das Digitaltraining LEVEL UP YOUR RIDE, eine zweite nahm an einem Präsenztraining teil, und eine dritte diente als Vergleichs-

gruppe, die nicht trainiert hatte. Bei der Zuteilung in die Gruppen wurde auf die gleiche Zusammensetzung bei Alter, Geschlecht und Velofahrhäufigkeit geachtet. Nach Abschluss des jeweiligen Trainings wurden alle Teilnehmenden zu einer Fahrt auf einer rund vier Kilometer langen Strecke in Glattbrugg eingeladen, die mehrere der trainierten Kompetenzen abdeckte. Die Routenanweisungen erhielten die Teilnehmenden per Walkie-Talkie. Ihr Verhalten wurde mit einer 360-Grad-Kamera aufgezeichnet und anschliessend ausgewertet.

Ergebnisse

Über 90 Prozent der Teilnehmenden mit Training, Training vor Ort sowie digitalem Training fuhren im Kreisverkehr in der Mitte, gegenüber 57 Prozent in der Kontrollgruppe. Beim Vorbeifahren an parkierten Fahrzeugen wahrten 66 Prozent der Trainierten einen ausreichenden Sicherheitsabstand von mehr als einem Meter. Beim Linksabbiegen und bei Vortrittsituationen zeigten sich hingegen keine Unterschiede zwischen den Gruppen. Diese Ergebnisse ergänzen jene der Pilotstudie, in der Trainingseffekte beim Erkennen des toten Winkels und beim Abstandhalten nachgewiesen wurden (van Eggermond et al., 2025). Damit wird bestätigt, dass ein digitales Velotraining in spezifischen Kompetenzbereichen zu messbaren Verhaltensänderungen im Verkehr führen kann.

Ausblick und Entwicklung

Für eine dauerhafte Verbesserung der Verkehrssicherheit sind jedoch Verhaltensänderungen aller Verkehrsteilnehmenden notwendig – nicht nur der Velo-, sondern auch der Autofahrenden sowie der Fussgängerinnen und Fussgänger. Regelkenntnisse und Fahrkompetenzen sind dafür eine wichtige Grundlage. Darüber hinaus

sollte die Strasse als sozialer Raum verstanden werden. Die Stärkung von sozioemotionalen Kompetenzen wie dem gegenseitigen Respekt und einem rücksichtsvollen Umgang miteinander führt nicht nur zu einem besseren Klima auf der Strasse, sondern trägt auch zu mehr Sicherheit bei. oo

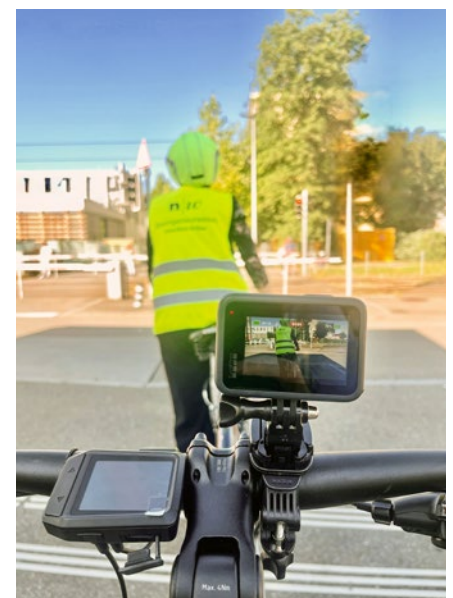


Foto: zVg

Dass sich Velofahrende in Verkehrssituationen sicherer verhalten, wenn sie das Digitaltraining LEVEL UP YOUR RIDE absolviert haben, wurde in einer Studie bestätigt.

LEVEL UP YOUR RIDE Jetzt mitmachen!

Trainieren Sie Ihr Velofahrwissen in drei Levels mit je zehn Fragen. Beantworten Sie 90 Prozent der Fragen richtig, erreichen Sie das nächste Level. Wer bis zum Schluss durchhält, nimmt an einer Verlosung von attraktiven Preisen im Gesamtwert von 10 000 Franken teil.

www.levelupyourride.ch