



ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΟΔΗΓΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ (Advanced Custom Safe – Eco & Car control DRIVING SEMINAR)

Η εκπαίδευση θα περιλαμβάνει θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση.

1. Θεωρητική εκπαίδευση

Η θεωρητική εκπαίδευση θα γίνει στην ειδική συνεδριακή αίθουσα των εγκαταστάσεων. Βασίζεται σε οπτικοακουστικό υλικό και σε παραδείγματα. Σε αυτό το χώρο θα γίνει και το αρχικό registration και ο πρωινός μπουφέ με καφέ και βουτήματα.

Θέματα θεωρητικής εκπαίδευσης

Χειρισμός και δυναμική αυτοκινήτων (εισηγητής Θωμάς Παπαπάσχος)

- Σωστή θέση οδήγησης, χειρισμός των χειριστηρίων (τιμόνι, πεντάλ, επιλογέας ταχυτήτων) και πρακτικός τρόπος έυρεσης της σωστής θέσης οδήγησης για κάθε αυτοκίνητο και σωματότυπο.
- Σύγχρονα συστήματα ασφαλείας ABS, ESP
- Ο κρίσιμος ρόλος των ελαστικών
- Δυναμική συμπεριφορά οχημάτων στις γραμμικές και πλευρικές επιταχύνσεις και παράγοντες που την διαμορφώνουν
- Υποστροφή - υπερστροφή και σωστές κινήσεις για την αντιμετώπισή τους
- Σωστός τρόπος φρεναρίσματος και αποφυγής εμποδίου

Οδήγηση σε πραγματικές συνθήκες – πρόληψη (εισηγητής Θωμάς Παπαπάσχος)

- Παθητική ασφάλεια
- Ενεργητική ασφάλεια
- Οδήγηση σε πόλη, επαρχιακό, εθνικό δίκτυο και σε επικίνδυνες συνθήκες (βροχή, ομίχλη, νύχτα, άνεμος)
- Safe speed - distance
- Ψυχολογία κατά την οδήγηση
- Προσαρμογή και αναγνώριση περιβάλλοντος και αποφυγή κινδύνων
- Σωστές γραμμές αντιμετώπισης καμπών, τρόπος εύρεσης ασφαλών γραμμών, ποιοτική οδήγηση

2. Πρακτική εκπαίδευση

Πρακτική εκπαίδευση

Η πρακτική εκπαίδευση γίνεται στην ειδικά διαμορφωμένη εξωτερική εγκατάσταση. Οι συμμετέχοντες πραγματοποιούν κυκλικά τις ασκήσεις ανά ομάδες, όπου κάθε ομάδα διαθέτει 1 – 2 εκπαιδευτές, ανάλογα με την

φύση της άσκησης. Κατά την διάρκεια των πρακτικών ασκήσεων, ο εκπαιδευτής είναι πάντα συνοδηγός στο αυτοκίνητο του εκπαιδευόμενου ή πιο σπάνια επικοινωνεί με κάθε οδηγό μέσω ασυρμάτου. Αυτό πέρα από την πιο προσωπική και λεπτομερειακή εκπαίδευση, αυξάνει και την ασφάλεια καθόλη την διάρκεια της ημέρας.

Στον χώρο της εξωτερικής τέντας θα υπάρχει catering (mini buffet και soft drinks, καφές).

Θέματα πρακτικής εκπαίδευσης

- Άσκηση 1^η

Έλεγχος έντονης απώλειας πρόσφυσης, υπερστροφή στην «Μικρή αράχνη»: Στην άσκηση αυτή χρησιμοποιούμε 2 αυτοκίνητα ειδικά διαμορφωμένα με μία ειδική κατασκευή που μειώνει στο ελάχιστον την πρόσφυση των πίσω τροχών. Ο εκπαιδευόμενος με τις οδηγίες του εκπαιδευτή, πρέπει να ελέγξει το αυτοκίνητο σε μία οριοθετημένη διαδρομή, επιδυνκύνοντας πολύ καλό και ομαλό χειρισμό στα πεντάλ του γκαζιού και του φρένου και κυρίως στον έλεγχο του τιμονιού. Η άσκηση γίνεται με 2 αυτοκίνητα.

- Άσκηση 2^η

Διαδρομή σλάλομ με ασύμμετρα εμπόδια απόστασης 21 μέτρων, απότομη αλλαγή πορείας: Στην συγκεκριμένη άσκηση εκπαιδееουμε στους ομαλούς, ακριβείς και συνοπτικούς χειρισμούς που χρειάζεται για να αντιμετωπίσουμε τις συνεχόμενες αντίθετες φοράς στροφές. Στην διαδρομή slalom το αυτοκίνητο αντιδρά με φαινόμενα ολίσθησης. Οι κινήσεις του οδηγού πρέπει να είναι οι ακριβέστερες, ενώ επιδεικνύουμε ότι ακόμη και 5 km/h λάθος εκτίμηση της ταχύτητας εισόδου, μπορεί να φέρει καταστροφικά αποτελέσματα στην συμπεριφορά του αυτοκινήτου. Τέλος αυτή η άσκηση εκπαιδεύει στην χρήση και τις αντιδράσεις του οδηγού σε ένα αυτοκίνητο που διαθέτει σύστημα ESP.

- Άσκηση 3^η

Φρενάρισμα πανικού και απότομη αλλαγή πορείας (αποφυγή εμποδίου): Σε αυτή την άσκηση μαθαίνουμε τον σωστό τρόπο ενός φρεναρίσματος πανικού, την επίτευξη της μικρότερης απόστασης ακινητοποίησης και την άρτια χρήση του ABS. Ταυτόχρονα μαθαίνουμε στους οδηγούς να διατελούν αποφυγή εμποδίου συνεχίζοντας την μέγιστη επιβράδυνση του οχήματος, με τον πιο ασφαλή τρόπο.

- Άσκηση 4^η

Δυναμική οδήγηση στο Handling track : Η άσκηση περιλαμβάνει την πρακτική εφαρμογή όλης της θεωρίας της ασφαλούς οδήγησης. Σε μία διαδρομή 900 μέτρων οι συμμετέχοντες θα εξασκηθούν στις σωστές και ασφαλείς γραμμές στις στροφές, στο σωστό φρενάρισμα πριν την στροφή, στην σωστή επιτάχυνση και φυσικά στην αντίληψη της ταχύτητας. Θα βιώσουν τις δυνατότητες των σύγχρονων αυτοκινήτων και το τι σημαίνει οδηγώ με τις πιο μικρές κινήσεις, ώστε να είμαι ασφαλής, γρήγορος και αποτελεσματικός. Τα αυτοκίνητα ακολουθούν στην διαδρομή τον εκπαιδευτή με το race car, όπου δίνει οδηγίες σε όλους τους συμμετέχοντες μέσω ασυρμάτου. Επίσης θα εξασκηθούμε στην διατήρηση πομπής σε σταθερές αποστάσεις με γρήγορο ρυθμό.

- Άσκηση 5-6^η

Βρεγμένη στροφή – Υποστροφή - υπερστροφή: Ο οδηγός θα κληθεί να οδηγήσει με τον καλύτερο τρόπο σε μία βρεγμένη στροφή. Θα δει τα συστήματα ασφαλείας των αυτοκινήτων, τις απαλές κινήσεις και τις λάθος αντιδράσεις σε τέτοιες συνθήκες.

Η άσκηση γίνεται σε δύο μέρη.

1) Με προστιοκίνητο αυτοκίνητο όπου βλέπουμε τα υποστροφικά χαρακτηριστικά και τον χειρισμό τους

2) Με πισωκίνητο όπου βλέπουμε τα υπερστροφικά χαρακτηριστικά (υπερστροφή ισχύος) και τον τρόπο αντιμετώπισης της

3. Αξιολόγηση εκπαιδευόμενων, debriefing, παράδοση αναμνηστικού διπλώματος Q&A session.

Οι καθηγητές κάνουν τις τελικές παρατηρήσεις και την βαθμολογία από τις πρακτικές ασκήσεις, ανακοινώνουν τα ποιοτικά στοιχεία της αξιολόγησης του κάθε συμμετέχοντα, παραδίδουν το αναμνηστικό δίπλωμα και τέλος είναι στην διάθεση των για ερωτήσεις και απαντήσεις.

Πρόγραμμα εκπαίδευσης

Οι ασκήσεις θα γίνουν με ΙΧ της σχολής. Μέγιστος αριθμός ανά ημέρα εκπαίδευσης θα είναι τα 15 άτομα.

Πρόγραμμα

09.00 – 09.30	<i>Registration – welcome coffee</i>
09.30 – 11.30	Θεωρία 1
11.30 – 11.40	Διαλλειμα
11.40 – 12.30	Θεωρία 2
12.30 – 14.30	Πρακτική εκπαίδευση 1
14.30 – 14.50	Διάλλειμα για φαγητό
14.50 – 16.30	Πρακτική εκπαίδευση 2
16.30 – 17.00	Αξιολόγηση

Οικονομική προσφορά

Το κόστος για την συγκεκριμένη εκπαίδευση είναι **117 ευρώ τελική τιμή**.

Το ανωτέρω ειδικό σεμινάριο απευθύνεται στα μέλη της Αθλητικής Ένωσης Αστυνομικών Ελλάδος που θα θελήσουν την συμμετοχής τους. Το σεμινάριο έχει υψηλού επιπέδου εκπαίδευση που θα βοηθήσει και στα υπηρεσιακά μας καθήκοντα, αλλά και διασκεδαστικό κομμάτι για team building και εξάσκηση της τέχνης της οδήγησης σε ιδανικό ελεγχόμενο περιβάλλον.

Σχετικές πληροφορίες – ερωτήσεις στον Αρχ. Αμολοχίτη Νικόλαο τηλ 6947816917