

**GIORNATA TIPO**

**20 Allievi suddivisi in due gruppi 4 istruttori + 1 coordinatore.  
Rapporto istruttore allievi 1 a 5.**

**Ore 9.00 arrivo allievi, registrazione documenti.**



**Ore 9.30  
Teoria 1 in aula.**



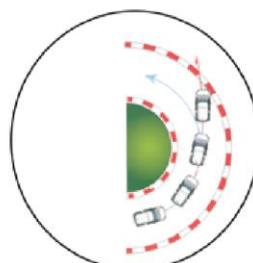
**Ore 10.00  
Posizione guida in vettura.**



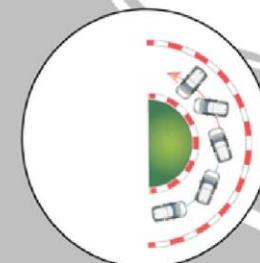
**Ore 10.15  
Slalom lento e veloce tra birilli,  
normale, progressivo, regressivo,  
e trasferimento  
carico asse anteriore e posteriore.**



**Ore 11.45  
Esercizio di frenata ed  
evitamento ostacolo con ABS, fondo  
sdruciolevole bagnato e percezione  
posteriore per prova riflessi.**



**Ore 14.00  
Sottosterzo errore indotto,  
come controllarlo e relativa  
correzione su fondo bagnato.**



**Ore 15.15  
Sovrasterzo con controllo della sbandata  
e riallineamento con l'ausilio dello skid-car  
su fondo bagnato.**

**Ore 16.30 Teoria 2 in aula, sistemi di sicurezza  
vettura, considerazioni finali, consegna attestati.**

**ORE 13:00 PRANZO  
ORE 17:00 FINE CORSO**

## PROGRAMMA DEL CORSO

### Parte Teorica

- Analisi principali cause di incidente
- Corretta posizione di guida, mani/braccia, busto, gambe e piedi
- Analisi filmati di incidenti con e senza cintura di sicurezza
- Tecnica di coordinamento oculomotorio ed esplorazione visiva
- Traiettorie: come impostare una corretta traiettoria per aumento sicurezza
- Tecnica di guida eco sostenibile (risparmio carburante, freni e gomme)
- Trasferimento di carico
- Tecniche di guida per il risparmio energetico e diminuzione delle emissioni
- Corretto utilizzo del freno in emergenza con ABS
- Analisi spazi di frenata e tempi di reazione
- Cause di perdita di aderenza
- Corretto utilizzo dei sistemi di sicurezza anti sbandata (ASR)
- Manovre specifiche per recuperare aderenza in caso di sbandata (controsterzo)
- Corretta disposizione dei carichi e degli oggetti in abitacolo
- Valutazione dell'influenza di pericolosità dell'alcol e sostanze droganti
- Corretto utilizzo dei dispositivi telefonici tramite V.R.
- Guida notturna: corretto utilizzo dei fari
- Controllo parametri corretti dei pneumatici e loro efficienza su asciutto e bagnato

### Parte Pratica

- Turni di guida per sviluppare la corretta tecnica (o su strada o su impianto attrezzato)
- Applicazione tecnica per risparmio energetico e diminuzioni emissioni
- Corretta posizione di guida
- Tecnica di coordinamento oculomotorio
- Traiettorie per guida con tecnica professionistica per aumento sicurezza
- Tecnica di guida eco sostenibile (risparmio carburante, freni e gomme)
- Trasferimento di carico
- Corretto utilizzo del freno in emergenza con ABS e tecnica di elusione dell'ostacolo
- Esercizio di controllo di sbandata con auto appositamente dotata di ski car
- Manovre specifiche per prevenire e recuperare la perdita di aderenza del mezzo
- Corretto utilizzo dei sistemi di sicurezza ABS ASR
- Tecnica corretta per salire e scendere dal mezzo
- Esame a campione della capacità di coordinamento con dispositivo eye tracking