

# CURSOS de CONDUCCIÓN

Aumenta tu seguridad en la conducción



## CONSEJOS CONDUCCIÓN SEGURA

Consejos que puedes recibir en nuestros cursos de conducción

### Posición de Conducción

Una **correcta posición** en el vehículo es fundamental para conseguir una buena conducción y evitar fatigar nuestro cuerpo antes de tiempo. Las **piernas** deben de estar ligeramente flexionadas, pudiendo pisar al fondo el pedal del embrague. El **respaldo** debe de ajustarse de forma que las muñecas lleguen a la zona superior del volante.

### Manejo del volante

Partiendo de que siempre hay que tener las dos manos cogiendo el volante, soltando una de ellas, únicamente para realizar giros u otras acciones imprescindibles, para realizar un buen manejo del volante es necesario **colocar** correctamente las **manos** en éste, siendo las "nueve y cuarto" la posición idónea.



La mano hacia la que gira la curva ha de anticiparse cogiendo el volante por la parte superior y tirando hacia abajo. Una vez la primera mano está arriba, la otra mano descenderá y ayudará a subir para realizar el giro, siempre con una de las manos cogiendo el volante durante esta maniobra.

### Observar la trazada óptima

En carretera es muy importante anticiparnos ante la aproximación a una curva y evaluar las dificultades que pueda presentar.

Es necesario que **nuestra conducción se adapte** según sea una carretera revirada con curvas ciegas que distará de las carreteras amplias y curvas suaves.

En las primeras, lo fundamental es frenar lo necesario para **adecuar la velocidad** antes de comenzar con el giro del volante y realizar la trazada correcta abriéndonos al lado contrario todo lo posible para ir cerrando dicha trazada a medida que llegamos al vértice de la curva para luego volver a abrir la trayectoria.

Es muy importante identificar perfectamente el **vértice de la curva** y que veamos la salida, pues hasta que no lo alcancemos no deberemos pasar a acelerar el vehículo.