



# MAANTIEAJOVALMENNUS

## Valmennus turvalliseen ja ergonomiseen maantieajoon

**Teoriavalmennuksessa** keskitytään tyypillisten maantiekolaririskien välttämiseen ja ajoergonomiaan. Asioita lähestytään kuvien, keskusteluiden ja videoinserttien kautta. Teoriavalmennus voidaan toteuttaa esimerkiksi kokouspäivän yhteydessä.

**Henkilökohtainen ajovalmennus** aloitetaan turvallisen ja ergonomisen ajoasennon säätämisestä. Maantiellä arvioidaan kuljettajan ajotavoista ja toiminnasta johtuvia riskejä. Tärkeänä osana maantieajovalmennusta ovat hätätilanneharjoitukset. Harjoittelun aiheita ovat tehokas hätäjarrutus, pientareelta palaaminen ja nokkakolarin väistäminen. Riskien arviointia ja riskitason säätämistä harjoitellaan yhdessä. Ajovalmennukset voidaan toteuttaa alueellisesti ennalta sovittuina valmennuspäivinä.

**Kesto** 2,5 h teoriavalmennusta ryhmässä ja 1,5 h henkilökohtaista ajovalmennusta.

**Hinta** Teoriavalmennus 690 € / ryhmä ja henkilökohtainen ajovalmennus 235 € / henkilö. Hintaan sisältyy ajovalmennusten hallinnoinnin (kutsut, sähköinen ajanvarausjärjestelmä, kooste ajovalmennuksista). Hintaan lisätään mahdolliset matkakulut. Hinnat ilman arvonlisäveroa.

**EXCELSIOR!**  
-ajovalmennus-

+ 358 40 521 7838, Ari  
+ 358 41 505 5209, Tiina  
info @ excelsior.fi  
www.excelsior.fi  
Kyläaukio 2  
03400 Vihti

