



MACH1 KART WORKSHOP FASTER! -2/10 SEKUNDEN!

Tim Schröder

INHALT

- ▶ 1. Vorbereitung
 - ▶ 1.1. Vorbereitung Kart
 - ▶ 1.2 Vorbereitung Fahrer
- ▶ 2. Training/Rennen
- ▶ 3. Offene Fragerunde

1. VORBEREITUNG

- ▶ Warum ist die Vorbereitung entscheidend?
- ▶ Was passiert in der Woche vor dem Rennen/ Training?

1. VORBEREITUNG

- ▶ Bessere Vorbereitung -> Bessere Leistung durch:
- ▶ 1) Weniger Stress
- ▶ 2) Mehr Fokussierung
- ▶ 3) Spaßfaktor

1. VORBEREITUNG

- ▶ Warum ist die Vorbereitung entscheidend?
- ▶ Sicherheitsfaktor!
- ▶ (Weniger Stress -> weniger Fehler)

1.1 VORBEREITUNG KART- CHECKLISTE KART

Grundvorbereitung (Werkstatt / vor Anreise)

Chassis & Rahmen

- Rahmen auf Risse und Verzug prüfen
- Setup festlegen
- Vorderachse: Lager spielfrei? Spur+ Sturz und Nachlauf, vermessen und einstellen
- Achslager sauber, leichtgängig+ Rundlauf der Achse prüfen
- Sitz kontrollieren (Verschleißteil)
- Schrauben kontrollieren+ nachziehen.
- Verschlissene Teile erneuern!
- Kart komplett montieren.

1.1 VORBEREITUNG KART- CHECKLISTE KART

Bremsanlage

- Bremsscheibe ohne Schlag, ohne Risse.
- Bremsbeläge > Mindeststärke
- Bremskolben leichtgängig
- Bremsflüssigkeit frisch & entlüftet
- Pedalweg / Druckpunkt korrekt

1.1 VORBEREITUNG KART- CHECKLISTE KART

2. Motor & Antrieb

- Motor verplombt (z.B. Rotax) & regelkonform?
- Vergaser gereinigt, Düsen geprüft
- Gaszug leichtgängig, Vollanschlag erreicht
- Kühlwasserschläuche, Risse, Dellen
- Kühler sauber, gerade, ohne Leck
- Übersetzung für Strecke gewählt
- Ritzel & Kettenrad fluchtend
- Kette gereinigt, geschmiert, korrekt gespannt
- Schaltgestänge spielfrei eingestellt
- Alle Gänge (KZ) sauber schaltbar

1.1 VORBEREITUNG KART- CHECKLISTE KART

Kupplung

- Kupplungsspiel korrekt
- Kein Schleifen im Stand
- Beläge & Federn geprüft

1.1 VORBEREITUNG KART- CHECKLISTE KART

Räder & Reifen

- Felgen ohne Schlag oder Risse
- Reifen montiert
- Reifen markiert (TS/325/ TR1/ KER) + (TS/325/TR2/ KER)
- Sicherrungsschrauben und Gummis i.O ?
- Auch Regenreifen werden fertig gemacht.

1.2. VORBEREITUNG FAHRER- KÖRPERLICHE VORBEREITUNG

- ▶ Cardio! (Laufen. Schwimmen. Fahrrad.)
- ▶ Nacken! -> Kart fahren
- ▶ Rumpf!
- ▶ Resultat: Deutlich konstantere Rundenzeiten.
- ▶ **Einfaches und günstigstes Tuning!!!**

1.2. VORBEREITUNG FAHRER- KÖRPERLICHE VORBEREITUNG

- ▶ Inneren „Schweinehund“ überwinden
- ▶ Auch eine kleine Trainingseinheit ist besser als keine Trainingseinheit.

1.2. VORBEREITUNG FAHRER – MENTALE VORBEREITUNG

- ▶ Ausreichend Schlaf
- ▶ Ausgewogenes Essen
- ▶ Fokus und (realistisches) Ziel festlegen
- ▶ Handy weg!

2. RENNWOCHENENDE/ TRAINING

- ▶ Rennteam vs. Papa/Mama-Kind Team
- ▶ Mechaniker/ selber Schrauben

2. RENNWOCHENENDE

▶ Vorteil Team:

- ▶ Daten, Vergleich mit den Teamkollegen
- ▶ Teilevorsorgung/ Zelt/ Sprit...
- ▶ Werkzeuge (Spezialwerkzeuge, Richtbank, etc...)
- ▶ Abstimmung



▶ Nachteil:

- ▶ Kostet Geld



2. RENNWOCHENENDE

- ▶ Kommunikation Fahrer / Mechaniker/ Papa/ Mama...
- ▶ Klarer Plan:
- ▶ z.B. Wo liegt mein Fokus im ersten, zweiten, dritten Trainingslauf?



2. RENNEN – VERHALTEN AN DER RENNSTRECKE

▶ Innenverhältnis:

- ▶ - Kein Druck
- ▶ - Keine Gewalt
- ▶ - Fehler reflektieren

▶ Außenverhältnis:

- ▶ - Respektvoller Umgang mit Mitbewerbern, Veranstalter, Zuschauern...

2. RENNEN – TYPISCHE ANFÄNGERFEHLER!

2. RENNEN –TYPISCHE ANFÄNGERFEHLER!

- ▶ Meinungen. (3 Leute Fragen, 5 Antworten bekommen)
- ▶ Sich aus dem Konzept bringen lassen
- ▶ Zu viel auf einmal ändern.
- ▶ Fehlende Performance direkt auf das Material schieben

2. RENNEN

- ▶ Kommunikation Fahrer / Mechaniker
- ▶ Klare Kommunikation, konkrete Aussagen:
- ▶ --> Z.B. Kart schiebt jeweils am Kurveneingang in engen Kurven über die Vorderachse 
- ▶ Emotionen, Frust,...
- ▶ „Alles scheisse, überall!“ 

2. RENNEN –CHECKLISTE KART

Vor(nach) jedem Training / Rennen-Routine

- Tanken (Gewicht?)
- Kette schmieren, Spannung kontrollieren
- Alle Schrauben kontrollieren (Achse, Bremse, Motor, Sitz)
- Reifendruck final angepasst (Warmdruck notieren/ Kaltdruck notieren)
- Bremsdruck getestet (Ausgleichsbehälter 1x pro Tag prüfen)
- Gasseil, Kupplungszug auf Leichtgängigkeit
- Kühlwasserstand prüfen
- Transponder montiert & geladen
- Startnummern korrekt
- Kerzenbild und Kolbenboden (Vergaserabstimmung)
- Daten & Fahrerfeedback besprochen

MACH1 WORKSHOP 2026 - FASTER!

**AUTOHAUS
SCHRÖDER**

FIAT FIAT
PROFESSIONAL



Tim Schröder

Geschäftsführer

Hamburger Str. 144

23843 Bad Oldesloe

Tel. 04531/84001

Fax 04531/85754

Mobil 0172/8417321

t.schroeder@autohaus-schroeder.com

www.autohaus-schroeder.com

Finanzierung – Leasing – Fahrzeugtechnik – Ersatzteile – Kundendienst – HU/AU

