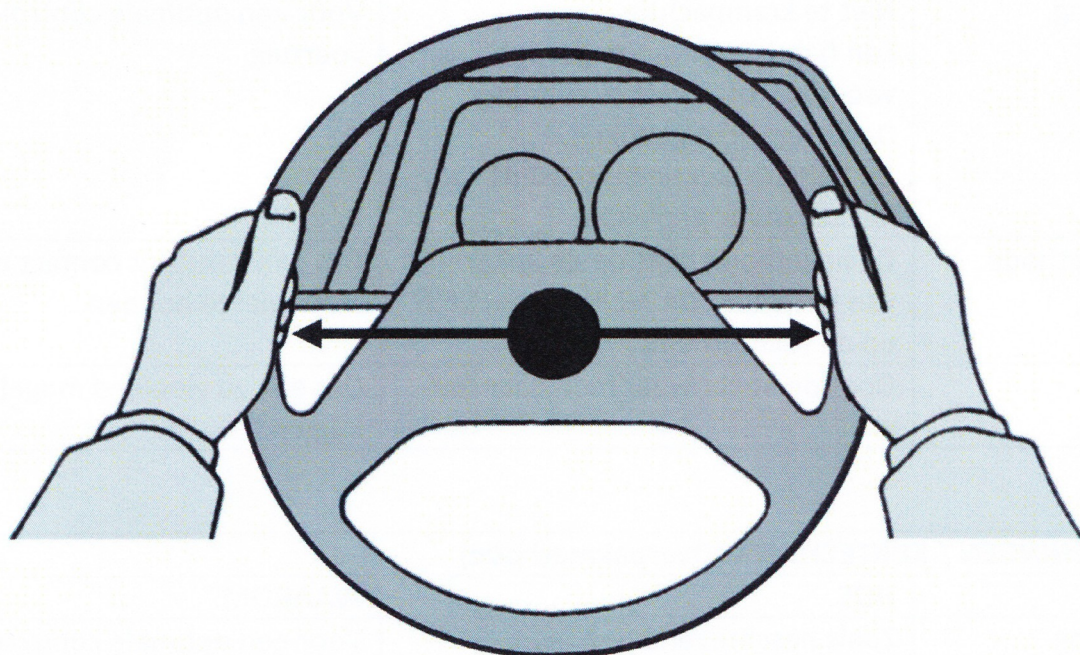


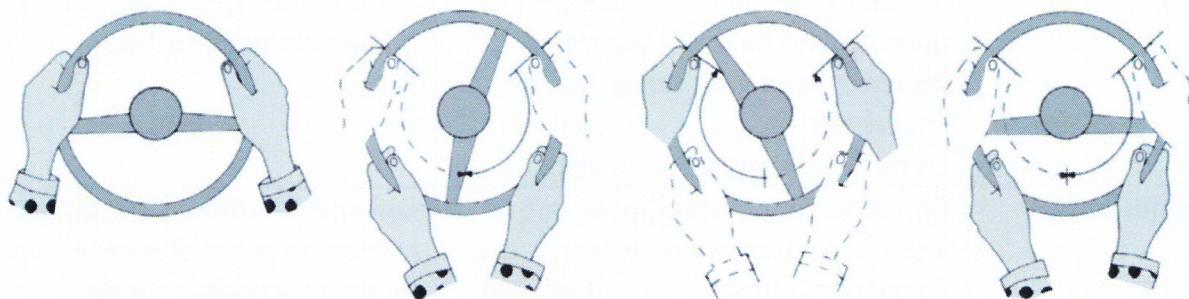
STUUROEFENINGEN / KIJKTECHNIEK (Doorgeefmethode)		
WAT	HOE	WAAROM
Stuurhouding.	Niet te krampachtig. Een handstand van ongeveer 'kwart voor drie' of 'kwart over negen'. De armen licht gebogen. De handen aan de buitenkant van het stuurwiel geplaatst.	Voor een optimale controle over het voertuig.
Doorgeefmethode.	De linkerhand blijft op de linkerhelft van het stuur. De rechterhand blijft op de rechterhelft.	Om een constant contact met het stuurwiel te houden.
Kijken.	Door de bocht waar men naar toe wil.	Om een zo vloeiend mogelijke rijlijn te krijgen.

STUUROEFENINGEN / KIJKTECHNIEK (Overpakmethode)		
WAT	HOE	WAAROM
Stuurhouding.	Zoals beschreven hierboven.	Voor een optimale controle over het voertuig.
Overpakmethode (rechtsaf).	De linkerhand draait over het stuur het stuurwiel naar rechts. De rechterhand pakt het stuur over. De linkerhand gaat terug naar de linkerhelft. En de handeling herhaalt zich.	Om snel te kunnen sturen, maar het contact met het stuurwiel is minder als bij de doorgeefmethode.
Overpakmethode (linksaf).	De rechterhand draait over het stuur het stuurwiel naar rechts. De linkerhand pakt het stuur over. De rechterhand gaat terug naar de rechterhelft. En de handeling herhaalt zich.	Om snel te kunnen sturen, maar het contact met het stuurwiel is minder als bij de doorgeefmethode.
Kijken.	Door de bocht waar men naar toe wil.	Om een zo vloeiend mogelijke rijlijn te krijgen.

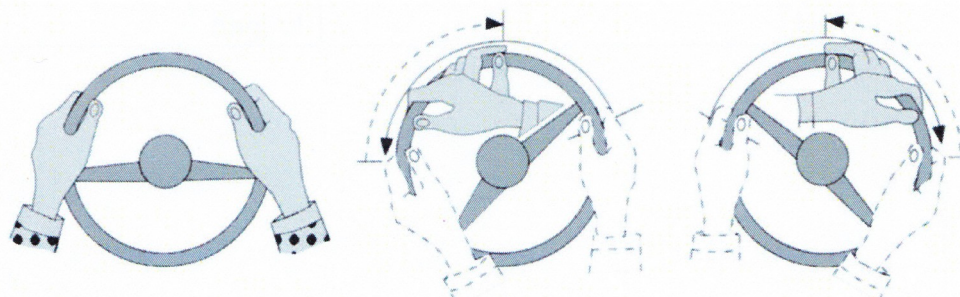
Afbeelding: Stuuroefeningen / kijktechniek



Stuurhouding



Doorgeefmethode



Overpakmethode