



---

## Упражнения на автодроме

**Пристегнуться, настроить зеркала, завести машину, снять с ручника.**

### Горка

- 1.1 Подъезжаю к линии «Старт», останавливаюсь. Нейтралка, ручник.
- 1.2 На первой скорости въезжаю на горку до линии «Стоп». Останавливаюсь. Стою на тормозе.
- 1.3 Плавно отпускаю сцепление до того момента, пока машина не начнет вибрировать.
- 1.4 Плавно отпускаю тормоз, сцепление держу. Въезжаю на горку.
- 1.5 Доезжаю до спуска, подруливаю максимально влево.
- 1.6 На спуске сцепление в пол, спускаюсь на тормозах.
- 1.7 У линии «Стоп» торможу. Нейтралка, ручник.

### Въезд в бокс

- 2.1 Очень медленно начинаю движение вдоль линии по прямой до тех пор, пока стойка слева не окажется у середины капота.
- 2.2 Тут же выкручиваю руль вправо до конца, двигаюсь при этом очень медленно.
- 2.3. Смотрю вперед и в зеркала. Передом нужно доехать до стойки. В зеркалах должны показаться дальние стойки бокса.
- 2.4 Выкручиваю руль прямо (2 оборота влево) при необходимости делаю еще один оборот влево.
- 2.5 Переключаюсь на заднюю передачу. Очень медленно начинаю двигаться назад так, чтобы в зеркалах расстояния от боков машины до дальних стоек было одинаковым. Останавливаюсь.
- 2.6 Выкручиваю руль прямо (1 оборот вправо) и очень медленно начинаю въезд в бокс. При необходимости корректирую рулем направление.
- 2.7 Как только передние стойки зашли за капот машины, останавливаюсь. Нейтралка, ручник.



---

## Дворик

3.1 Подъезжаю к линии «Старт» ближе к правому краю, останавливаюсь. Нейтралка, ручник. Снимаю с ручника, переключаюсь на первую передачу.

3.2. Медленно заезжаю во дворик. Доехав передним правым углом автомобиля до второй стойкой справа, выжимаю сцепление и быстро кручу руль до упора влево.

3.3 Доезжаю до линии, останавливаюсь.

3.4 Включаю заднюю передачу, выкручиваю руль вправо до упора.

3.5 Начинаю медленно двигаться назад пока слева стойка не окажется посередине окна.

3.6 Останавливаюсь. Включаю первую скорость, выкручиваю руль снова влево до упора.

3.7 Начинаю медленно двигаться. У края линии «стоп» останавливаюсь. Нейтралка, ручник.

3.8 Выезжаю с упражнения.

## Параллельная парковка

4.1 Подъезжаю к линии «Старт». Нейтралка, ручник. Снимаю с ручника, переключаюсь на первую передачу.

4.2 Придерживаясь правого края, медленно еду вперед до тех пор, пока передняя правая вешка не окажется почти у правого переднего угла машины. Останавливаюсь.

4.3 Переключаю передачу на заднюю. Начинаю движение, быстро кручу руль до упора вправо. В левое зеркало жду появления третьей стойки на равнее с левым задним углом машины.

4.4 Выкручиваю руль прямо (2 оборота влево). Начинаю медленно движение, до тех пор пока передняя правая стойка не перекроет ближайшую вешку. Останавливаюсь.

4.5 Начинаю движение медленно, руль быстро идет влево до упора, продолжаю движение до тех пор, пока машина не встанет параллельно правому и левому борту упражнения. Останавливаюсь.

4.6 Выкручиваю руль прямо (2 оборота вправо). Нейтралка, ручник.

4.7 Снимаю с ручника, переключаюсь на первую передачу. Медленно начинаю движение вперед до линии «Стоп». Нейтралка, ручник.



## Змейка

5.1 Снимаю с ручника, переключаюсь на первую передачу. Медленно начинаю движение вперед. Как только левое боковое зеркало дойдет до первой стойки, жму сцепление в пол и начинаю быстро крутить руль **влево** до тех пор, пока машина правым передним углом не поравняется с впереди стоящей вешкой.

5.2 Немного отпускаю сцепление, кручу быстро руль **вправо** до тех пор, пока левый передний угол машины не поравняется с впереди стоящей вешкой.

5.3 Регулируя скорость сцеплением и тормозом быстро выкручиваю руль **влево** до тех пор, пока машина правым передним углом не поравняется с впереди стоящей вешкой.

5.4 Регулируя скорость сцеплением и тормозом быстро выкручиваю руль **вправо** до тех пор, пока машина правым передним углом не поравняется с впереди стоящей вешкой.

5.5 Выезжаю к линии «Стоп». Нейтралка, ручник.