

11. Mai 2026

Medienmitteilung

Studie belegt: Digitales Velotraining wirkt

Ein digitales Training verbessert das Verhalten auf dem Velo. Das zeigt eine Studie der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW zum Velotraining "Level Up Your Ride". Wer das Online-Training absolviert, fährt in bestimmten Verkehrssituationen sicherer.

Über 11'000 Personen haben im Jahr 2025 das Online-Training „Level Up Your Ride“ abgeschlossen. Sie trainierten während drei Wochen typische Verkehrssituationen wie Kreisel, Vortritt, Linksabbiegen oder den Abstand zu parkierenden Autos.

Akzeptanz des Trainings

Nach Abschluss des Trainings wurden die Teilnehmenden gefragt, ihre Meinung zu „Level Up Your Ride“ zu geben. Die Rückmeldungen fallen insgesamt sehr positiv aus: 92 % würden erneut teilnehmen, 79 % berichten, etwas gelernt zu haben und 67 % fühlen sich sicherer im Strassenverkehr.

Feldstudie zeigt klaren Effekt

Die Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW prüfte die Wirkung im realen Verkehr in einer Feldstudie. Insgesamt 60 Personen fuhren eine rund vier Kilometer lange Teststrecke. Die Testpersonen wurden während der Fahrt begleitet und per Kamera aufgezeichnet, um Fahr- und Blickverhalten zu analysieren. Drei Gruppen wurden verglichen: ohne Training, mit Präsenzkurs und mit Online-Training. Die Teilnehmenden wurden dabei hinsichtlich Alter, Geschlecht und Velofahrhäufigkeit vergleichbar auf die Gruppen verteilt.

Die Feldstudie zeigt:

- Das Online-Training verbessert das Verhalten in ausgewählten Verkehrssituationen. Teilnehmende eines Trainings fahren häufiger korrekt im Kreisverkehr: 90 % positionieren sich in der Mitte, gegenüber 50 % in der Kontrollgruppe.
- Beim Einspuren zeigen sich höhere Anteile korrekten Verhaltens, etwa beim Schulterblick (60 % im Online-Training gegenüber 38 % ohne Training).
- Teilnehmende des Online-Training halten häufiger ausreichend Abstand von parkierten Autos (bis zu 60 % im Online-Training gegenüber 33 % in der Kontrollgruppe).
- Für andere Situationen, wie das Linksabbiegen oder Vortrittssituationen, konnten hingegen keine Unterschiede zwischen den Gruppen festgestellt werden. Einerseits betrifft dies eher dynamische Verkehrssituationen, wobei das richtige Verhalten von der Anwesenheit anderer Verkehrsteilnehmende abhängt; andererseits ist es möglich, dass die gewählte Methode für den Feldversuch diese Kompetenzen eingeschränkt erfassen konnte.

Die Ergebnisse der Feldstudie zeigen, dass Velofahrkurse – sowohl in Präsenz als auch in digitaler Form – das reale Fahrverhalten von Velofahrenden in bestimmten Situationen positiv beeinflussen können.

FHNW-Forscherin Prof. Dr. Dorothea Schaffner sagt: „Wir sehen klare Unterschiede im Verhalten. Die Teilnehmenden wenden zentrale Regeln häufiger an. Das Training wirkt im Alltag.“ Und sie ergänzt: „Die wiederholte Auseinandersetzung mit konkreten Verkehrssituationen macht den Unterschied. So bleibt das Gelernte hängen.“

Das Resultat ist klar: Teilnehmende des Online-Trainings fahren häufiger sicher.

- Sie fahren im Kreisverkehr öfter in der Mitte.
- Sie halten mehr Abstand zu parkierenden Autos.
- Sie sichern sich häufiger mit einem Schulterblick ab.

Beim Schulterblick steigt der Anteil von 38 % ohne Training auf 57 % mit Online-Training. Im Kreisverkehr fahren über 85 % der trainierten Personen in der Mitte.

Vor allem wenig geübte Velofahrende gewinnen an Sicherheit und Vertrauen.

Velofahrende wollen Sicherheit und Freude

Pro Velo erhält viele positive Rückmeldungen. Viele Velofahrende frischen ihr Wissen auf. Sie wollen sich sicher und entspannt im Verkehr bewegen. Projektleiter Adrian Freiburghaus sagt: „Viele Velofahrende schätzen ein Update ihres Wissens. Wer weiss, wie man sich im Verkehr richtig verhält, fährt entspannter – und mit mehr Freude.“

Digital erreicht viele

Das Training läuft auf dem Smartphone oder Computer in vier Sprachen und erreicht Menschen in der ganzen Schweiz – unabhängig von Ort und Zeit. Inhaltlich konzipiert wurde das Training von der **Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW** (Hochschule für Architektur, Bau und Geomatik sowie der Hochschule für Angewandte Psychologie) in Zusammenarbeit mit **Pro Velo Schweiz**. Design und Entwicklung erfolgte durch Dreipol, die Kommunikation durch Webrepublic. Finanziert wurde Level Up Your Ride durch den **Fonds für Verkehrssicherheit (FVS)**. Die wissenschaftliche Begleitung wurde finanziert durch die **Stiftung für Prävention der AXA**.

Kontakte

Hochschule für Angewandte Psychologie FHNW, Institut für Innovation, Transformation und Nachhaltigkeit

Prof. Dr. Dorothea Schaffner, dorothea.schaffner@fhnw.ch, 062 957 27 76

Hochschule für Architektur, Bau und Geomatik FHNW, Institut Bauingenieurwesen

Dr. Michael van Eggermond, michael.vaneggermond@fhnw.ch, 061 228 61 82

Pro Velo Schweiz, Projektleitung Level Up Your Ride

Adrian Freiburghaus, adrian.freiburghaus@pro-velo.ch, 031 318 54 23

Links

- [FHNW Factsheet «Entwicklung und Analyse eines digitalen Velotraining»](#)
- [FHNW Projektseite «Wie können Kompetenzen für Velosicherheit wirkungsvoll trainiert werden?»](#)
- Webseite levelupyourride.ch

Partnerlinks

- [AXA Stiftung Prävention - Sichere Mobilität im urbanen Raum](#)
- [Level Up your Ride - Digitales Training für Velofahrende](#)

Kompakt informiert: LEVEL UP YOUR RIDE

LEVEL UP YOUR RIDE ist ein schweizweites, kostenloses digitales Trainingsprogramm für Velo- und E-Bike-Fahrende. Es vermittelt essenzielle Fahrkompetenzen für eine sichere und selbstbewusste Teilnahme am Strassenverkehr.

Durch interaktive Module und Gamification-Elemente werden Schlüsselthemen wie der Umgang mit toten Winkeln, Vortrittssituationen und Kreisverkehren praxisnah geschult.

Das Training wurde von der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW (Hochschule für Angewandte Psychologie sowie Hochschule für Architektur, Bau und Geomatik) in Zusammenarbeit mit Pro Velo Schweiz entwickelt. Die Stadt Zürich war als Projektpartnerin beteiligt. Finanziert wurde Level Up Your Ride durch den Fonds für Verkehrssicherheit (FVS). Die wissenschaftliche Begleitung finanzierte die Stiftung für Prävention der AXA.

Bildmaterial (Anhang)

Bildquelle: HABG

Legende zu Bild mit vier Fotos

Eindrücke aus der Feldstudie: Das Verhalten der Teilnehmenden wurde von zwei Kameras aufgezeichnet: einer 360-Grad-Kamera, und einer Kamera, die bei der Versuchsleitung auf dem Velo montiert war.

Legende zu Bild mit einer Versuchsperson

Versuchsperson während der Feldstudie.



OO PRO VELO



Fachhochschule
Nordwestschweiz



AXA Stiftung
Prävention



Fonds für
Verkehrssicherheit
FVS



Stadt Zürich