

Keine Ferien für hessische Autobahnen

28.9.2026 - | ADAC e.V.

ADAC Stauprognose zu den Herbstferien bietet Tipps zur besseren Reiseplanung.

Zum Start der Herbstferien drohen wieder Urlaubstaus auf hessischen Fernstraßen. Viele Familien nutzen die Ferienzeit, um noch einmal rauszukommen. Verkehrsmittel Nummer Eins ist dabei nach wie vor das eigene Auto. Im Verlauf der Herbstferien ist daher bundesweit vermehrt mit Stau und stockendem Verkehr zu rechnen. Der ADAC verrät, wo es eng werden kann und mit welchen Tipps Autofahrer gut ans Urlaubsziel kommen.

Staugefahr droht in Hessen vor allem ab Freitagnachmittag, dem zweiten Oktober sowie samstags morgens bis mittags (3. Oktober). Besonders voll wird es rund um Ballungsräume wie Frankfurt sowie auf den Fernverbindungen über die Autobahnen A3, A5 und A7 jeweils in beiden Richtungen. Baustellenabschnitte auf der A3 (rund um das Frankfurter Kreuz), A4 (Kirchheimer Dreieck), A7 (Hattenbacher Dreieck sowie Bad Brückenau-Volkers) sowie auf der A60 auf Höhe Mainspitz-Dreieck bremsen den Verkehr zusätzlich aus. Bundesweit gibt es derzeit über 1.000 Autobahn-Baustellen.

Besonders voll könnte es am Wochenende vom 16. bis 18. Oktober werden, wenn der Rückreiseverkehr nach Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland auf den Ferienstart von weiteren Bundesländern wie Nordrhein-Westfalen trifft.

Die richtige Planung

„Wer kann, sollte die Urlaubsfahrt antizyklisch planen und nicht direkt zu den stärksten Stauzeiten losfahren. Wer am Wochenende fahren möchte, aber etwas flexibel ist, für den können Samstagabend oder Sonntag morgens und vormittags gute Reisezeiten sein“, empfiehlt Lukas Berkel, Verkehrsexperte des ADAC Hessen-Thüringen.

Urlauber sollten ihre Reise vorausschauend planen, um auf eventuelle Unwägbarkeiten vorbereitet zu sein. Mit Blick auf besonders staubelastete Autobahnen können vorab Alternativrouten eingeplant werden, um den Verkehr frühzeitig zu umfahren. Vor der Abfahrt lohnt es, sich über die aktuelle Verkehrssituation zu informieren. Vor allem für Familien mit Kindern gehören ausreichend Getränke und regelmäßige Pausen mit viel Bewegung dazu. Wer etwas mehr Zeit zur Verfügung hat, kann zudem kleine Ausflüge abseits der Autobahn einplanen, um die Pausenzeiten noch vielfältiger zu gestalten. Touristische Hinweisschilder geben einen guten Überblick über Sehenswürdigkeiten in der jeweiligen Region.

Kein blindes Vertrauen ins Navi

Wer sich nur auf sein Navigationsgerät verlässt, bleibt meist ratlos zurück, wenn es plötzlich nicht mehr weiter geht. Zwar arbeiten moderne Geräte zuverlässig, aber gerade Straßensperrungen oder Staus sind nicht immer aktuell verzeichnet. Gerade bei eingebauten Navis im Fahrzeug müssen regelmäßig Updates installiert werden, sonst ist das hinterlegte Kartenmaterial schnell veraltet. Auch auf die Apps diverser Anbieter ist nicht immer hundertprozentig Verlass.

„Autofahrer sollten sich vorab über die geplante Route informieren“, so der Verkehrsexperte Lukas Berkel. „So bekommt der Fahrer einen Überblick über die Strecke und kann spontane Ausweichmöglichkeiten in Betracht ziehen.“

Verhalten bei Stau

Wer in einen Stau gerät, muss bereits bei stockendem Verkehr an die Rettungsgasse denken. Stehen

die Fahrzeuge im Stau erst einmal dicht an dicht, ist es nicht mehr möglich, den Einsatzfahrzeugen rechtzeitig Platz zu machen, lebensrettende Hilfe kommt womöglich zu spät.

So geht die Rettungsgasse: Alle auf dem linken Fahrstreifen weichen nach links aus, alle Fahrzeuge auf den anderen Fahrstreifen fahren, soweit es geht nach rechts.

Kommt es auf der Urlaubsfahrt zu längeren Störungen, zum Beispiel durch eine Vollsperrung sollten Autofahrer folgendes beachten:

- **Aussteigen verboten:** Außer zur Sicherung einer Unfallstelle ist das Verlassen des Fahrzeugs aus Sicherheitsgründen nicht gestattet. Das gilt auch im Stau.
- **Rückwärtsfahren und wenden tabu:** Auf der Autobahn rückwärtszufahren oder zu wenden, ist verboten. Einzige Ausnahme: Die Polizei fordert die Autofahrer bei länger andauernden Vollsperrungen dazu auf.
- **Standstreifen freihalten:** Der Standstreifen ist für Pannenfahrzeuge reserviert. Wer ihn bei Stau benutzt, um den nächsten Rastplatz oder die nächste Autobahnausfahrt schneller zu erreichen, riskiert mindestens 75 Euro Verwarngeld und einen Punkt.
- **Handy am Steuer:** Ist der Motor weiterhin angeschaltet, dürfen Autofahrer auch im Stau weder mit Handy in der Hand telefonieren noch am Handy tippen.

<https://presse.adac.de/regionalclubs/hessen-thueringen/stauprognose-herbstferienstart-hessen.html>