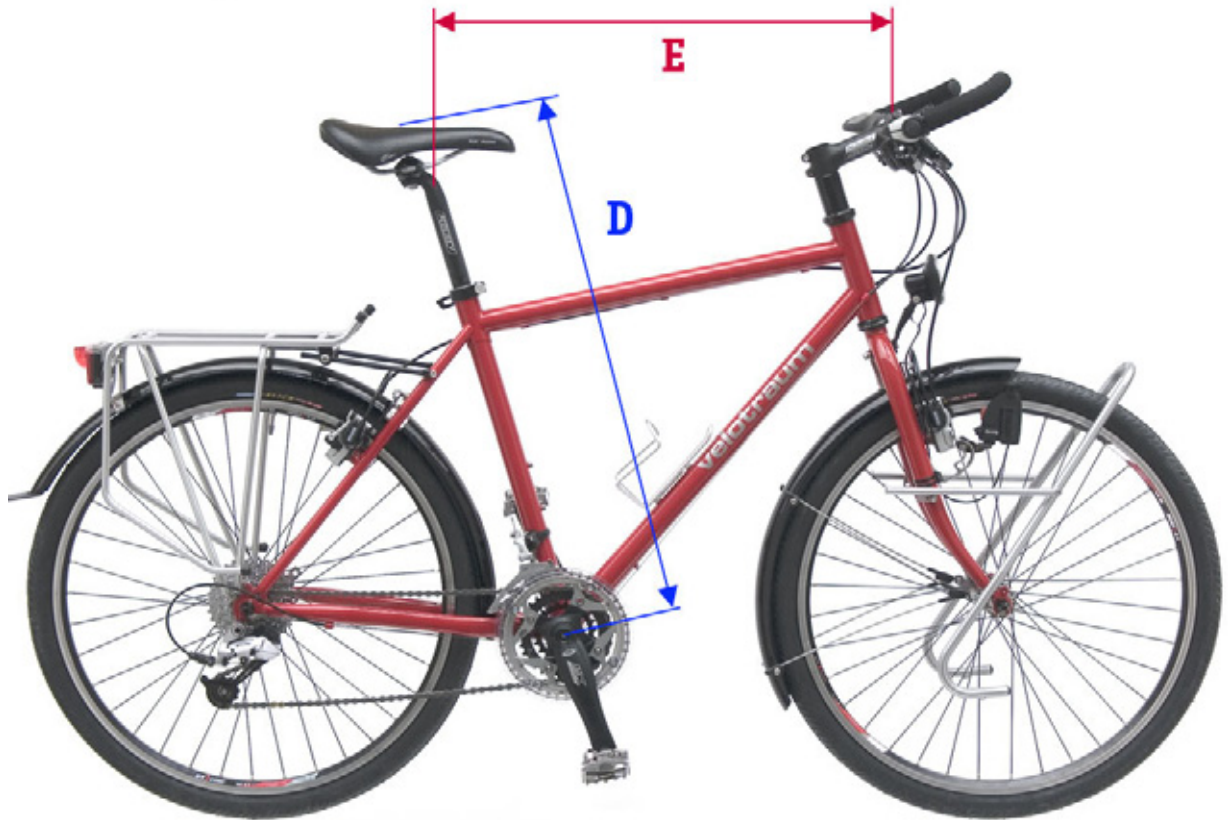


# velotraum

## Vermaßungshilfen



### | Hilfestellung zur Ermittlung der richtigen Sitzposition | finden der richtigen Rahmengröße.

Wenn Sie uns nicht besuchen können, lässt sich mittels dreier Maße eine Anpassung »light« improvisieren. Mit Hilfe dieser drei Werte lässt sich jedes velotraum-Fahrrad perfekt auf den Fahrer anpassen. Die Werte nehmen Sie bitte an einem bestehenden Fahrrad ab und teilen uns gegebenenfalls mit, wenn diese Werte für das neue Rad zu verändern sind.

**Maß D** legt die Rahmengröße fest. Abstand Tretlager-Achse bis Oberkante Sattel – bei richtig eingestellter Sattelhöhe\*. Gemessen wird entlang des Sitzrohres.

**Maß E** Abstand Mitte-Sattelstütze bis Mitte-Lenker

Der Abstand ist so horizontal wie möglich zu messen. Mit dem Maß »E« wird maßgeblich die Sitzposition und somit das spätere Wohlbefinden und die Fahreffizienz festgelegt.

**Delta** Sattel-Lenker, Höhenunterschied Sattel zu Lenker.

In gleichem Maß wie das E-Maß bestimmt die Lenkerhöhe das spätere Wohlbefinden bzw. die Fahreffizienz.

Während der sportliche, trainierte Fahrer den Lenker auf, oder gar erheblich unter Sattelhöhe fahren kann, benötigen Freizeitfahrer, Rückengeschädigte und die meisten älteren Fahrer den Lenker meist deutlich über Sattelniveau.

#### \*Ermittlung der richtigen Sattelhöhe:

Die Sattelhöhe ist dann richtig eingestellt, wenn sich das Bein durchstrecken lässt, und dabei: a.) sich das Pedal in der tiefsten Position befindet, und b.) der Fuss mit der *Ferse* auf dem Pedal steht (Schuhe mit flachem Absatz tragen). Damit die Hüfte nicht seitlich abkippt und das Ergebnis verfälscht, stellen Sie den anderen Fuss am besten auf den Boden. Die so ermittelte Sattelhöhe kann im Bereich von pulsminus einem Zentimeter auf die persönlichen Vorlieben angepasst werden.