



Name:

Datum:

Welche Rahmengröße passt mir?

Die Fahrrad-Anpassung mittels Messmaschine ist die beste und sicherste Methode für die Ermittlung des optimalen Rahmen-Modells, der richtigen Rahmengröße, Lenkerform und dazugehöriger Lenkergriffe.

Das ergonomische Dreieck — Mit nur drei Maßen (D, E, Delta) bzw. fünf Messungen, lässt sich jede Sitzposition durch das von uns verwendete ERGONOMISCHE DREIECK abbilden und bei Bedarf auf ein neues Fahrrad übertragen. Mit Hilfe des ergonomischen Dreiecks lässt sich genau und verlässlich das richtige Rahmenmodell, die passende Rahmengröße sowie Gabelschaft- und Vorbaulänge bestimmen.

Sitzhöhe »D« — Ist der Abstand von Mitte Tretlager bis Oberkante Sattel. Ganz wichtig, dieses Maß ist keinesfalls identisch mit der häufig verwendeten Schrittlänge, einem unzureichendem Maß für die Bestimmung der Rahmengröße. Die »von/bis« Maße in unserer Geometrietabelle dienen der Orientierung zur Bestimmung der Rahmengröße.

Sitzlänge »E« — Ist der Abstand von Mitte Sattelstütze (Maßband bitte an der Sattelklemmung anlegen) bis Mitte Lenkerklemmung. Die kürzeste Sitzlänge

entspricht einem 60mm/6°-Vorbau, die längste einem 130mm/6°-Vorbau.

Höhenunterschied »Delta« — Ist die Differenz von Lenkerhöhe minus Sattelhöhe. Gemessen wird jeweils vom Fußboden bis Oberkante Sattel (Sitzfläche) bzw. Oberkante Lenker.

positiver Wert → Lenker ist höher als der Sattel
negativer Wert → Lenker ist tiefer als der Sattel

Lenkerhöhe reduziert Sitzlänge

Achtung! – Bei einer Lenkerhöhe über Sattelniveau, verkürzt sich die maximal mögliche Sitzlänge (»E«):

Lenker 5 cm über Sattelhöhe: $E^{max} - 1,2$ cm

Lenker 10 cm über Sattelhöhe: $E^{max} - 2,5$ cm

Meine Maße:

D (cm):

E (cm):

Δ (cm):