

## Welche Größe bzw. Rahmenhöhe brauche ich?

Um die richtige Rahmenhöhe festzustellen, haben wir in der nachfolgenden Tabelle die Körpergröße, Schritthöhe und die jeweiligen Rahmenhöhen von Mountainbikes, Citybikes und Rennrädern zusammengefasst.

Körpergröße	Schritthöhe	Citybike/Trekking	E-MTB
150-155 cm	66 cm	44 cm / XS	38 cm / XS-S
150-155 cm	68 cm	45 cm / XS-S	39 cm / S
155-165 cm	70 cm	46 cm / S	40 cm / S
165-170 cm	72 cm	48 cm / S	41 cm / S-M
165-170 cm	74 cm	49 cm / S	42 cm / M
165-170 cm	76 cm	50 cm / S-M	44 cm / M
170-175 cm	78 cm	52 cm / M	45 cm / M
170-175 cm	80 cm	53 cm / M	46 cm / M-L
175-180 cm	82 cm	54 cm / M-L	47 cm / L
180-185 cm	84 cm	55 cm / L	48 cm / L
180-185 cm	86 cm	57 cm / L	49 cm / L
180-185 cm	88 cm	58 cm / L	51 cm / L
185-190 cm	90 cm	59 cm / L-XL	52 cm / L
190-195 cm	92 cm	60 cm / XL	53 cm / L-XL
ab 195 cm	94 cm	62 cm / XL	54 cm / XL

Jeder Körper ist anders und jeder Mensch hat andere Proportionen, die Werte in der Tabelle dienen als Richtwert.

### Wie messe ich meine Schritthöhe richtig?

Um deine richtige Schritthöhe zu ermitteln brauchst du ein Buch, ein Maßband/Zollstock und eine gerade Wand. Es ist wichtig so genau wie möglich zu messen, ziehe deine Schuhe und Hose aus um das Ergebnis nicht zu verfälschen. Stelle dich mit dem Rücken zur Wand, halte das Buch zwischen deinen Beinen an die Wand und führe es bis nach oben in den Schritt, bis es nicht mehr weiter geht. Der Abstand zwischen Boden und Oberkante des Buches ist deine Schrittlänge.

### Mein Wert liegt dazwischen, was nun?

Ist der berechnete Wert genau zwischen zwei Rahmengrößen, empfehlen wir folgendes: Für sportlich-ambitionierte E-Radler und E-Mountainbiker bietet sich in den meisten Fällen der Griff zur kleineren Rahmengröße an, Touren-Radler dürften im Allgemeinen hingegen mit dem größeren Rahmen besser bedient sein.

### Probesitzen

Beim Sitzen auf dem E-Bike stellst du deine Füße auf den Pedalen ab und trittst mit einem Bein durch. Das Bein sollte nun leicht angewinkelt sein. Ist das Bein gestreckt, ist der Rahmen zu groß. Wurde das Bein zu viel gebeugt, wäre der Rahmen zu klein.

### Hast du noch Fragen?

Du bist dir bei der Größe nicht ganz sicher oder hast noch Fragen, dann ruf uns einfach an:

**+43676 841551600**