



Sitzpolster im Veloplus-Drucktest

Herzstück

Ein Sitzpolster gehört in jede Velohose. Doch was bringt das Herzstück wirklich? Mittels EDV-gestützter Druckanalyse testen wir zwölf verschiedene Typen. Die Resultate sind aufschlussreich!

Dem Sitzpolster ist in den letzten Jahren von den Hosenherstellern grosse Aufmerksamkeit geschenkt worden. Das Sitzpolster ist die Kontaktstelle zwischen Haut, Hose und Sattel. Wenn auch die meisten

Velohosen fürs Auge einfach schwarz sind, im Innenleben unterscheiden sie sich. Die ersten Sitzeinlagen aus Rehleder waren ein simpler Scheuerschutz und wurden liebevoll mit Fett gepflegt. Daraus entwickelten sich pflegeleichte, schaumstoffgepolsterte Einlagen aus Synthetik. Heute sind die meisten Sitzpolster durchdachte, komplexe Gebilde, die der Körperform anatomisch angepasst sind. Um den Druck auf Sitzknochen und Weichteile gezielt zu verringern, sind die Polster verschieden dick, haben Aussparungen oder bestehen aus verschiedenen Materialien. Die dicke Polsterung soll Druckstellen auf dem Sattel ausgleichen und Fahrbahnschläge dämpfen. Wenn Nähte am falschen Ort geführt sind, reiben sie an der Haut. Deshalb sind Einsätze mit Mittelnähten verschwunden; viele Polster werden verschweisst statt genäht. Eine wichtige Innovation, unterdessen bei guten Hosen meist verwendet, ist der elastische Einsatz, erstmals durch die Firma ASSOS vor vier Jahren lanciert. Damit ist die Kontaktstelle zwischen Hose und Gesäss weitgehend reibungsfrei, weil sich der Einsatz der Bewegung anpasst.

Mit unserem Test stossen wir in Neuland vor. Ähnliche Untersuchungen sind uns nicht bekannt. Unsere beiden Testpersonen setzen sich mit jeder Hose auf einen härteren und einen gut gepolsterten Sattel. Die Sättel MAX FLITE GELFLOW (Herren) und LADY GELFLOW (Damen) sind eher hart und haben sich auf langen Touren bewährt. Die zwei Veloplus-Sättel SOFA sind deutlich weichere Bequemsättel und wurden bereits mit der Druckmessung optimiert. Alle Testsättel sind in der Mitte druckentlastet. Auf einem harten, ungepolsterten Sattel macht eine Polsterung sicher Sinn. Was passiert jedoch, wenn bereits der Sattel dick mit Schaumstoff oder Gel ausgerüstet ist? Wie sitze ich besser im Sattel: Mit anliegenden Lycrahosen oder mit Shorts? Uns interessieren die Unterschiede. Als Vergleichshosen interessieren uns zudem ganz normale Jeans. Mit konstanter Wattzahl treten die zwei Testpersonen in die Pedalen. Nach einer Einfahrzeit, die dazu dient, den optimalen Sitz zu finden, wird die Druckmessung gestartet. Die Druckverteilung wird auf dem Bildschirm dargestellt. Zusätzlich werden die Kraftangriffspunkte gezeigt. Je weiter

Assos Fl. 13



Elastizität des Polsters	▲▲▲
Länge	37 cm
minimale Breite in der Mitte	14 cm
maximale Dicke	10 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

Zu finden in:

Assos Fl. 13

Charakteristik

Spitzen-Polster! Absolut nahtfrei, Schaumstoff gibt zusätzliche Druckentlastung dank Aussparung im Genitalbereich. Druck gut auf Sitzknochen verteilt. Fahrer sitzt sehr ruhig auf hartem Sattel.

Assos Fl. Mille



Elastizität des Polsters	▲▲▲
Länge	38 cm
minimale Breite in der Mitte	17 cm
maximale Dicke	10 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

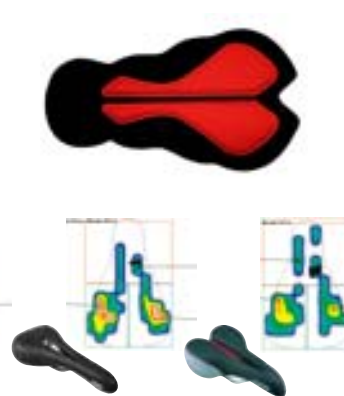
Zu finden in:

Assos Fl. Mille (Trägerhose und Bundhose)

Charakteristik

Das Touren-Polster. Druckverteilung auf grosser Fläche. Maximaldruck ähnlich wie Fl.13. Die Nähte verschwinden im elastischen Stoff. Ebenfalls rutschfreier Sitz auf hartem Sattel.

Gonso Herren



Elastizität des Polsters	△▲▲
Länge	36 cm
minimale Breite in der Mitte	11 cm
maximale Dicke	12 mm
antibakterielle Ausrüstung	mit Silberionen

Zu finden in:

allen Herrenhosen, Herren-Bikeshorts und Herren-Velounterwäsche von Gonso.

Charakteristik

Gutes Allround-Polster! Gute Dämpfung bei aufrechter Sitzhaltung dank festem Schaumstoff. Ergänzt weichen Sattel vor allem mit Bikeshorts sehr gut. Bei harten Sätteln eher hoher Maximaldruck auf grosser Fläche.

Gore Advanced Men



Elastizität des Polsters	△▲▲
Länge	36 cm
minimale Breite in der Mitte	14 cm
maximale Dicke	6 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

Zu finden in:

Trägerhose Gore Power (607.1 und 607.2)

Charakteristik

Dünn und elastisch. Obwohl das dünnste Polster im Test, nimmt es doch ähnlich viel Druck weg. Leichtes seitliches Rutschen auf weichem Sattel.



diese Punkte auseinanderliegen, desto mehr rutschen die Testpersonen auf dem Sattel hin und her.

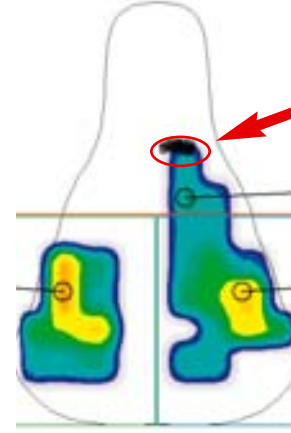
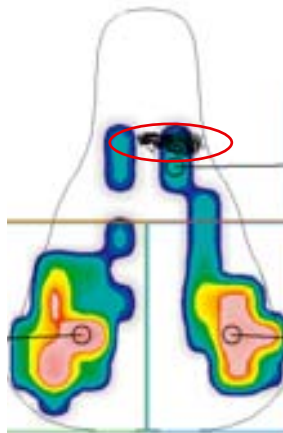
Sitzpolster machen Sinn

Erste Erkenntnis: Alle Sitzpolster verringern den Druck auf die Sitzknochen erheblich. Die gute Nachricht für Jeans-Liebhaber vorneweg: Eine störende Wirkung der Nähte, die bei Jeans in mehreren Lagen vorkommen, ist überraschenderweise nicht festzustellen. Die Form der Sättel mit Druckentlastung in der Mitte lässt dieses Problem offenbar schon gar nicht entstehen. Jeans oder andere Hosen ohne Polsterung eignen sich jedoch deutlich weniger gut zum Velofahren. Das zeigt die Auswertung des gesamten Drucks. Bei Jeans kommt dazu, dass die Reibung des anliegenden

Baumwollstoffes bei jeder Tretbewegung zur Ermüdung beiträgt und wund Hautstellen produzieren kann. Zudem wird Baumwolle vom Schwitzen feucht und trägt sich dann sehr unangenehm.

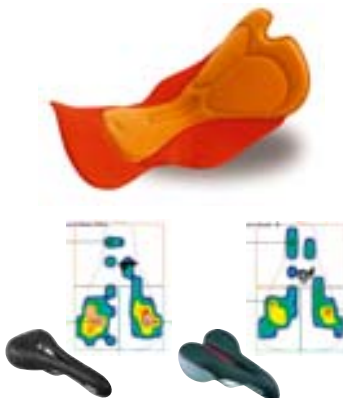
Weiche und harte Sättel unterscheiden sich im Druckbild ganz wesentlich. Die Sofa-Sättel vermindern die Spitzenwerte und dämpfen deshalb auch Fahrbahnschläge besser. Solange die grössere Belastung bei härteren Sätteln nur

Unbequeme Jeans: Der gesamte Druck ist ohne Sitzpolster sehr hoch (rot = hoher Druck). Der Kraftangriffspunkt wandert: Der Fahrer rutscht umher.



Kraftangriffspunkt: Mit dem Sofa-Sattel sitzt eine Fahrerin mit allen Sitzpolstern sehr ruhig. Im Bild mit den Jeans ist das Hin- und Herutschen deutlich zu erkennen.

Sugoi Ricaro2

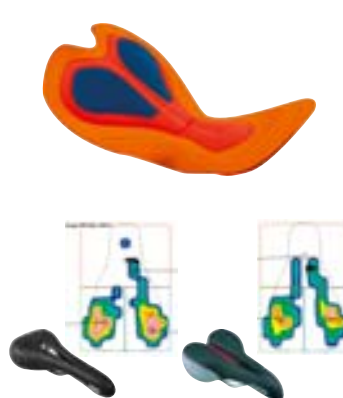


Elastizität des Polsters	△△△
Länge	31 cm
minimale Breite in der Mitte	10 cm
maximale Dicke	7 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

Zu finden in:
Gustov Bikeshorts (Art. 835.3 und 835.4) und Herren-Velounterwäsche von Sugoi.

Charakteristik
Alte Schule, aber bequem! Das einzige nicht-elastische Polster ist vor allem in Kombination mit weichem Sattel sehr bequem. Bike-Shorts rutschen auf dem Sattel.

Sugoi Formula Flex



Elastizität des Polsters	△△△
Länge	35 cm
minimale Breite in der Mitte	12 cm
maximale Dicke	13 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

Zu finden in:
Trägerhose RS Flex Bib Short von Sugoi (Art. 836.3)

Charakteristik
Druckkonzentration. Hoher Maximaldruck hinten auf den Sitzknochen, da wo der Druck hingehört. Rutschfreier Sitz auf hartem Sattel, dadurch gutes Fahrgefühl.

Assos Fl. Lady



Elastizität des Polsters	▲▲▲
Länge	30 cm
minimale Breite in der Mitte	14 cm
maximale Dicke	10 mm
antibakterielle Ausrüstung	keine

Zu finden in:
Assos Fl. Lady (Bundhose und Body)

Charakteristik
Frauentraum! Zusammen mit Sofa-Sattel tiefster Maximaldruck im Test. Auch auf hartem Sattel gute Werte, auch hier rutschfreier Sitz.

Gonso Damen



Elastizität des Polsters	△△▲
Länge	27 cm
minimale Breite in der Mitte	11 cm
maximale Dicke	12 mm
antibakterielle Ausrüstung	mit Silberionen

Zu finden in:
allen Damenhosen, Damen-Tourenshorts und Damen-Velounterwäsche von Gonso.

Charakteristik
Ausgeglichen! Die Werte überzeugen auf hartem und weichem Sattel. Ruhigster Sitz in Tourenshorts. Der Slogan von Gonso stimmt: Sitzenbleiben mit Genuss!

Neu: Sattel-Rücknahme-Garantie bei VELOPLUS

Was tun, wenn der bei Veloplus neu gekaufte Standard-Sattel nach der zweiten Tour schon schmerzt? Klar, es braucht ein anderes Modell! Doch was passiert mit dem alten Sattel? Wenn Sie maximal vier Wochen nach dem Kauf den Sattel in einem Veloplus-Laden zurückbringen und einen neuen Sattel kaufen, rechnen wir

Ihnen 80% des Wertes vom alten Sattel beim Neukauf an. Bedingung ist, dass sich der «alte» Sattel noch in einem optisch guten Zustand befindet. Schnäppchenjäger können so die kurz gebrauchten Sättel um 20% günstiger kaufen. Diesen Service bieten wir nur in den Läden an, nicht im Versand oder Internet.



auf den Sitzknochen auftritt, ist dieser Unterschied nicht problematisch. Härtere Sättel geben vielen Fahrerinnen und Fahrern einen besseren Fahrkomfort, wenn sie viele Stunden im Sattel am Fahren sind.

Interessantes Ergebnis beim Vergleich der Kraftangriffspunkte: Bleibt der Fahrer auf dem Max Flite Gelflow deutlich besser sitzen als auf dem Sofa, zeigt die Fahrerin das umgekehrte Bild: Das Sofa-Damenmodell lässt die Frau ruhiger sitzen. Durch Hin- und Herrutschen auf dem Sattel geht ein Teil der Kraft verloren.

Shorts oder Lycra hose?

Die Druckbilder der verschiedenen Sitzpolster sind zwar unterschiedlich. Keines der getesteten Sitzpolster fällt jedoch markant ab. Unterschiede sind in der Praxis dennoch festzustellen. Positive Überraschung für Frauen: Die verwendeten Sitzpolster eignen sich alle für

unbeschwerte Stunden im Sattel. Coole BikesHORTS oder anliegende Radsportshorts? Durch den lockeren Aussenstoff der BikesHORTS könnten die Testpersonen mehr auf dem Sattel hin- und herrutschen. Der Test ergibt jedoch, dass nur ganz weite Shorts wie etwa die Gustov von Sugoi diesen Effekt zeigen. Andere Tourenshorts wie diejenigen von Gonso geben der Fahrerin sogar den besseren Halt als die Lycra hose mit demselben Sitzpolster. Der glatte Lycrastoff kann durchaus auch diese Rutschwirkung haben.









Das richtige Polster für mich

Was ist nun die richtige Wahl? Offensichtlich sind alle getesteten Sitzpolster in der Lage, Druck wirksam zu mindern. Ein gut gepolsterter Sattel wird durch Hosen mit Sitzpolster noch bequemer.

Andere Aspekte wie Schweißtransport, Belüftung und Langzeitverhalten des Schaumstoffs

wurden in diesem Test nicht berücksichtigt. Bei der Anprobe sind weitere Unterschiede festzustellen: Der Einsatz muss gross genug sein, dass Sie nicht auf seinen Rändern sitzen. Für sensible Haut ist Schutz gegen Bakterien nur durch Silber-Wirkung empfehlenswert. Hier verhindern Silberionen im Stoff das Bakterienwachstum. Chemische Ausrüstung ist klar zweite Wahl. Übrigens verbessert eine Sitzcreme jedes Sitzpolster, indem sie dem Wundwerden und Entzündungen der Sitzfläche vorbeugt. Zum Schluss spielt auch die Optik eine Rolle. Ob Sie Ihren Komfort jedoch als «Windelgefühl» oder als Schmerzfreiheit interpretieren, ist Ihr ganz persönlicher Entscheid. Das Velofahren ohne Sitzbeschwerden geniessen können mit dem heutigen Angebot jedoch fast alle. Der Test macht klar: Ausprobieren vor dem Kauf lohnt sich.

(weilenmann@veloplus.ch)

Gore Advanced Lady	Löffler CF Elastic	Sugoi Ricaro2	Sugoi Formula Flex
			
			
Elastizität des Polsters ▲▲▲	Elastizität des Polsters ▲▲▲	Elastizität des Polsters ▲▲▲	Elastizität des Polsters ▲▲▲
Länge 26 cm	Länge 30 cm	Länge 26 cm	Länge 26 cm
minimale Breite in der Mitte 15 cm	minimale Breite in der Mitte 12 cm	minimale Breite in der Mitte 14 cm	minimale Breite in der Mitte 12 cm
maximale Dicke 6 mm	maximale Dicke 6 mm	maximale Dicke 7 mm	maximale Dicke 13 mm
antibakterielle Ausrüstung keine	antibakterielle Ausrüstung keine	antibakterielle Ausrüstung keine	antibakterielle Ausrüstung keine
Zu finden in:	Zu finden in:	Zu finden in:	Zu finden in:
Bundhose Cortina von Gore (Art. 608.0 und 608.1)	Bundhose Furka (L653) von Löffler (Art. 409.8)	Gusta BikesHORTS (Art. 828.0) und Damen-Velounterwäsche von Sugoi.	Bundhose RS Flex Short von Sugoi (Art. 834.8)
Charakteristik	Charakteristik	Charakteristik	Charakteristik
Dünn und elastisch. Das dünnste Polster im Test verteilt den Druck auf dem Sofa-Sattel auf einer grossen Fläche. Auf hartem Sattel grösster Maximaldruck im Test. Grosse Elastizität gibt jedoch Komfort.	Das dünne Wunder. Ebenso dünn wie das Gore-Polster, nimmt aber den Druck konzentrierter auf. Tieferer Maximaldruck. Fahrerin sitzt ruhig im Sattel.	Alte Schule, aber bequem! Sowohl als Unterwäsche wie auch in BikesHORTS sehr gute Druckverteilung und ruhiger Sitz. Vor allem mit dem Sofa-Sattel kein Rutschen feststellbar.	Das Tourenpolster. Der Druck wird gut gedämpft und konzentriert sich um die Sitzknochen. Extrem ruhiger Sitz im Sattel, gut für lange Touren.