



Vom Maßschneider

Manchmal passt einfach kein Modell von der Stange perfekt. Dann gibt es eine andere Lösung: den Sattel nach Maß. Wir haben ihn ausprobiert: von der Po-Vermessung zur ersten Probefahrt.

ANGELIKA URBACH | text DANIEL SIMON | fotos



ANGELIKA URBACH, Gesundheitsredakteurin bei TREKKINGBIKE, fand die Idee eines „customized“ Sattels so spannend, dass sie sich selbst vermessen ließ.

Manche Menschen kaufen ein Rad und fühlen sich auf dem vormontierten Sattel von Anfang an wohl. Doch die Mehrheit ist weniger glücklich: Viele Radfahrer probieren unzählige Modelle bis sie ihren perfekten Sattel finden. „Da die Anatomie des Beckens bei jedem Menschen unterschiedlich ist, bewirken Standardmodelle in vielen Fällen Sitzbeschwerden“, sagt Daniel

Schade, Produktmanager bei der Firma GebioM. Seit 2006 bietet die Münsteraner Firma deshalb eine individuelle Lösung an: den maßgeschneiderten Sattel.

Wer sich wie wir für die Nobel-Variante des Sitzpolsters interessiert, sucht am besten ein GebioMized-Partnergeschäft auf: Zum Beispiel das Orthopädiegeschäft „fußfassen“

in Dachau. Dort wird Maß genommen. „Bringen Sie Ihr Rad, Ihre Fahrradschuhe und eine Radhose mit“, rät Inhaber Thorsten

Druckmessung



64 Sensoren sind in die GebioMized-Messfolie eingearbeitet. Sie ermitteln die persönlichen Druckpunkte des Radfahrers. Die Daten werden per Funk zum Computer übertragen und als farbige Grafik sichtbar gemacht. Mit dieser Vorlage konstruieren die Experten im GebioMized-Labor einen individuellen Sattel, der an den Stellen abgeflacht wird, an denen hohe Druckwerte gemessen wurden.

Kitsche beim ersten Telefonat. Schließlich soll die Messung unter möglichst realen Bedingungen erfolgen – bei gutem Wetter draußen auf der Straße. In Dachau angekommen, gießt es in Strömen. Kitsche spannt das Rad deshalb in die Rolle ein und bittet im Trockenen zur ersten Messfahrt – auf dem eigenen Sattel.

Die dynamische Messung dauert ca. fünf Sekunden. Das Ergebnis? Es schreit geradezu nach Verbesserung: Mein Körperschwerpunkt ist zur linken Seite verrutscht anstatt mittig über dem Sattel zu liegen. Das Problem für die Betroffenen: „Durch die Ungleichbelastung der rechten und linken Seite werden die unter dem Beckenknochen laufenden Nervenbahnen der einen Seite bei den Tretbewegungen nicht ausreichend entlastet“, erläutert Daniel Schade. Der dauerhafte Druck kann Taubheitsgefühle und Kribbeln hervorrufen.

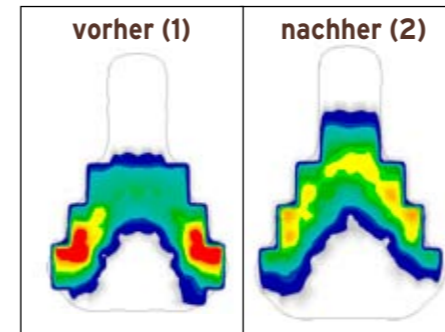
Derweil montiert Thorsten Kitsche bereits den GebioMized-Rohling aufs Rad. Millimeterweise wird die Stellung des Sattels verändert bis die Sitzhaltung und der Kör-

Dynamisches Messverfahren: Während des Tretens ermitteln die Sensoren der Messfolie die individuelle Druckverteilung.

perschwerpunkt optimal sind. „Oft werden die Räder beim Kauf nicht sorgfältig auf den Kunden eingestellt“, weiß Kitsche. Deshalb bieten die GebioMized-Partner neben maßgeschneiderten Sätteln auch Sitzvermessungen an, bei denen das Rad optimal auf seinen Besitzer eingestellt wird.

Siehe da: Das Ergebnis der Messungen mit dem gut ausgerichteten Sattel ist viel besser: Jetzt liegt der Körperschwerpunkt in der Mitte. Zirka fünf bis sechs Druckbilder schickt Kitsche ins Labor. Dort wird der Sattel mit einer computergestützten Fräse aus dem Rohling geformt.

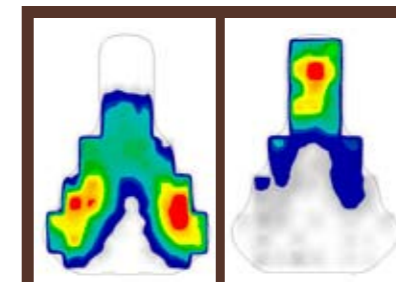
Bevor Thorsten Kitsche seinem Kunden den neuen Sattel überlässt, unternimmt er eine Kontrollmessung. Auf dem neuen Druckbild sind alle roten gezeichneten Druckspitzen verschwunden; die Druckfläche auf dem Sattel hat sich vor allem nach vorne zur Nase hin vergrößert. Der Fachmann nickt zufrieden. „Den Unterschied zum alten Sattel sollten Sie schnell merken“, prophezeit Kitsche. Ob die Testfahrt hält, was die Bilder versprechen?



Sichtbares Ergebnis unseres Selbsttests: Die Druckspitzen der Sitzbeine (1) wurden entlastet, gleichzeitig die gesamte Auflagefläche zur Sattelnase hin vergrößert (2).

Fazit der Probefahrt

Wow, ist der hart! Meinem Gesäß zuliebe hätte ich besser ein weiches Polster gewählt. Dennoch ist der Unterschied zum alten Sattel verblüffend: Selbst nach einem halben Tag auf dem Rad macht sich kein lästiges Kribbeln breit. Ob sich der Po an den harten Schaum gewöhnt? Das wird sich erst nach mehreren Touren zeigen.



Fachleute unterscheiden zwei Typen von Radfahrern: Sitzbeinbelastet (links) und Schambeinbelastet (rechts).

INTERVIEW



DR. CLAUD OEHLER, Orthopäde und Sportmediziner aus Augsburg

Von Ihnen stammt die Idee eines maßgefertigten Sattels. Was veranlasste Sie dazu?

Viele Gespräche mit Patienten und Freunden, die Sitzbeschwerden hatten. Das Gesäß ist sehr individuell geformt: Der Abstand der Sitzbeine und der Abstand zwischen Sitzbein und Schambein variieren. Das Prinzip des GebioMized-Sattels lautet: Die Druckspitzen entlasten und den Druck auf weniger empfindliches Gewebe und eine größere Fläche verteilen.

Welches sind die häufigsten Beschwerden?

Radfahrer lassen sich grob in Sitzbein- und Schambeinbelastet einteilen. Ist der Druck auf die Sitzbeine groß, beginnen häufig die darüber liegende, empfindliche Knochenhaut und die Sehnenansätze zu schmerzen. Schambeinbelastet dagegen leiden oft unter Kribbeln oder Taubheitsgefühlen in den Genitalien, die durch abgedrückte Nervenbahnen verursacht werden.

Für wen eignet sich der GebioMized-Sattel?

Für alle Radfahrer. Gerade Freizeitsportler haben im Vergleich zu Rennradfahrern oft eine schlecht trainierte Gesäßmuskulatur, die sich unterwegs schneller durchsitzt. Dann liegen die Sitzbeine blank und beginnen zu schmerzen.

Der Weg zum GebioMized-Sattel



GebioMized-Sättel gibt es in vier Grundformen und verschiedenen Schaumhärten: von sportlich bis komfortorientiert. Alle Modelle werden mit echtem Leder bezogen. Preis inkl. Messung und Anpassung des Rades: 299 Euro (Chrom); 349 Euro (Titan). Mit Umtauschrecht, falls die Nachmessung nicht die erwartete Druckentlastung zeigt. Infos und Adressen: www.gebiomized.de, Tel. 0251/987240