

Welche Größe ist beim Kinderfahrrad richtig?

Wichtigste Kriterien für die ersten Fahrversuche auf dem Kinderfahrrad sind die körperlichen Voraussetzungen, also Größe und Beinlänge, sowie die motorischen Fähigkeiten Ihres Kindes. Das Alter ist insofern von nachrangiger Bedeutung, als dass es die individuellen Voraussetzungen für das Radfahren nur sehr grob widerspiegelt. So kann für ein frühentwickeltes, noch nicht einmal dreijähriges Kind der Umstieg auf ein Spielfahrrad (in aller Regel ein Kinderfahrrad 12 Zoll schon durchaus sinnvoll sein, während für ein anderes Vierjähriges das Laufrad oder der Roller nachwievor die bessere Wahl ist. Mitunter führt dies dann auch dazu, dass für Ihr später entwickeltes, aber schon großgewachsenes Kind ein Kinderfahrrad 16 Zoll oder sogar schon ein Kinderfahrrad 18 Zoll als erstes Einstiegsrad in Betracht kommen kann. Vergleichen Sie deshalb bitte unbedingt die Angaben - wichtig sind die richtige Größe und Schrittlänge Ihres Kindes im Verhältnis zu den Abmessungen am Kinderfahrrad.

Schrittlänge als Maß für die Wahl des Kinderfahrrades



a. Entscheidend ist die Schrittlänge (Innenbeinlänge) Ihres Kindes. Sie beschreibt den Abstand zwischen Boden und Schritt (siehe Grafik links, und gibt Auskunft darüber, ob Ihr Kind bei niedrigst eingestellter, minimaler Sattelhöhe des Kinderfahrrades mit beiden Füßen noch gut den Boden (der Kontakt mit den Fußballen reicht aus!) erreichen kann. Dieser beidseitige Bodenkontakt sollte immer gegeben sein und ist besonders für die ersten Fahrübungen unverzichtbar, da er dem Kind die nötige Sicherheit vermittelt.

b. Die Körpergröße Ihres Kindes kann insofern nur eine Orientierungsgröße bei der Wahl eines geeigneten Kinderfahrrades sein. Zwar stehen bei "normal" entwickelten Kindern Körpergröße und Schrittlänge in einem festen bzw. engen Verhältnis, jedoch sollten Sie sich unbedingt die kurze Mühe machen und die Schrittlänge selbst messen. Sie schützen sich und Ihr Kind vor ärgerlichen Enttäuschungen.

So messen Sie die Schrittlänge Ihres Kindes!

Um die Schrittlänge zu messen, benötigen Sie einen Zollstock und ein mittelgroßes Buch. Ihr Kind stellt sich nun ohne Schuhe, ohne Hose und ggf. auch ohne Windel mit dem Rücken an eine Wand. Richten Sie das Buch bzw. den Buchrücken nun waagrecht an der Wand zwischen den Beinen Ihres Kindes aus. Nun führen Sie es von unten vorsichtig, aber mit sanftem Druck nach oben in den Schritt. Messen Sie nun den Abstand zwischen Fußboden und Buchrücken bzw. Oberkante des Buches und Sie erhalten die Schrittlänge bzw. Innenbeinlänge.

Die nachfolgende Tabelle (*Kinderfahrradgröße / Nutzungszeitraum in Relation zu den relevanten körperlichen Größen (Durchschnittswerte)*) gibt Ihnen einen Überblick zur Größenorientierung. Bitte messen Sie aber unbedingt selbst!

Größentabelle

Kindesalter	Körpergröße ca.	Schrittlänge ca.	Sattelhöhe	Fahrradgröße in Zoll)
1 - 1,5 Jahre	86 cm	33 cm	31 cm	nur Laufräder
1,5 - 2 Jahre	92 cm	37 cm	35 cm	nur Laufräder
2 - 3 Jahre	98 cm	40 cm	38 cm 42 cm	für Laufräder 12 Zoll Räder
3 - 4 Jahre	104 cm	44 cm	47 cm	12 - 14 Zoll
4 - 5 Jahre	110 cm	48 cm	52 cm	12 - 16 Zoll
5 - 6 Jahre	116 cm	51 cm	55 cm	14 - 18 Zoll
6 - 7 Jahre	122 cm	55 cm	59 cm	16 - 20 Zoll
7 - 8 Jahre	128 cm	59 cm	64 cm	18 - 20 Zoll
8 - 9 Jahre	134 cm	62 cm	67 cm	18 - 20 Zoll
9 - 10 Jahre	140 cm	66 cm	72 cm	20 - 24 Zoll
10 - 11 Jahre	146 cm	69 cm	75 cm	24 Zoll
11 - 12 Jahre	152 cm	72 cm	78 cm	24 - 26 Zoll
12 - 13 Jahre	158 cm	75 cm	81 cm	24 - 26 Zoll
13 - 14 Jahre	164 cm	77 cm	83 cm	26 Zoll
14 + Jahre	170 cm	80 cm	86 cm	26 Zoll