

Daten und Info's rund ums Fahrrad

Kleidergröße

Frauengrößen			Herrengrößen				Unisex		
Körpergröße	Konf.	Größe	Körpergröße	Konf.	Konf.	Größe	Frauen	Herren	Größe
162-168	36	XS	164-168	3	44	SX	36	44	SX
164-170	38	S	169-173	4	46	S	38	46	S
166-172	40	M	172-176	5	48	M	40	48	M
168-174	42	L	175-179	6	50	L	42	50	L
170-176	44	XL	178-182	7	52	XL	44	52	XL
172-177	46	XXL	180-184	8	54	XXL	46	54	XXL
174-179	48	XO	182-186	9	56	XO	48	56	XO
			184-188	10	58	XXO		58	XXO
			186-190	11	60	XXXO		60	XXXO

Unterschiedliche Hersteller bieten unter der gleichen Bezeichnung (leicht) unterschiedliche Größen an. Daher gilt:

Trotz dieser Tabelle geht nichts über das Anprobieren von Kleidung.

Rahmengröße

Körpermaße		MTB		Trekking		Rennrad		Triathlon	
Körpergröße	Schritthöhe	Rahmenhöhe	in cm	Rahmenhöhe	in cm	Rahmenhöhe	in cm	Rahmenhöhe	in cm
155-165		14 - 15"	35-38		47-50		48-51		46-48
165-170		15 - 16"	38-41		50-52		51-53		48-50
170-175		16 - 17"	41-43		52-55		53-55		50-52
175-180		17 - 18"	43-46		55-58		55-57		52-55
180-185		18 - 19"	46-48		58-61		57-60		55-57
185-190		19 - 21"	48-53		61-63		60-62		57-60
190-195		21 - 22"	53-56		63-66		62-64		60-62
195-200		22 - 23"	56-58		>66		>64		>62

Stärker maßgebend als die Körpergröße für die Rahmen der unterschiedlichen Fahrradtypen ist die Schritthöhe. Nach ihr sollte die Rahmengröße bestimmt werden. Hierfür gibt es eine Faustregel:

Rahmengröße in cm = Schritthöhe x 0,66

Rahmengröße in Zoll = Schritthöhe x 0,259

Reifengrößen

ATB und Rennrad				MTB	
Französisch	Englisch	ETRO		Englisch	ETRO
700 x 20 C		20 – 622		26 x 1	25 - 599
700 x 22 C		22 – 622		26 x 1,4	35 - 559
700 x 23 C		23 – 622		26 x 1,6	44 - 559
700 x 25 C	28 x 1 5/8 x 1 1/16	25 – 622		26 x 1,75	47 - 559
700 x 27 C		27 – 622		26 x 1,9	50 - 559
700 x 28 C	28 x 1 5/8 x 1 1/8	28 – 622		26 x 1,95	54 - 599
700 x 32 C	28 x 1 5/8 x 1 1/4	32 – 622		26 x 2,00	54 - 599
700 x 35 C	28 x 1 5/8 x 1 3/8	37 – 622		26 x 2,1	54 - 599
700 x 40 C	28 x 1 5/8 x 1 1/2	40 – 622		26 x 2,125	57 - 599
700 x 47 C	28 x 1 5/8	47 – 622		26 x 2,20	57 - 599
				26 x 2,30	57 - 559
				26 x 2,50	62 - 559

Shimano-Klassen (ca.-Preis für Tretkurbelgarnitur in Euro)

XTR (350,-)

Diese absolute High-Tech-Komponentengruppe bringt die entscheidenden Vorteile in allen Mountainbike-Rennen, denn die Kombination aus enggestuftem 9-fach Antrieb. Der absolut präzise und schnellen Schaltung und den bissigen V-Bremsen erlauben eine perfekte Performance. Dank allerneuester Technologie ist die XTR die leichteste und gleichzeitig am stärksten belastbare Shimanogruppe der Gegenwart.

XT (150,-)

Die XT-Gruppe ist seit Jahren die Referenz für Hochleistungs-MTB-Komponenten. Dank der ständigen Weiterentwicklung wird sie dies auch weiterhin so bleiben. Zusätzlich zum Mega-9-Antrieb und der neuen V-Bremse ist die XT-Gruppe mit gewichtsreduzierenden Hohlraum-Kurbeln ausgerüstet und bietet vorn und hinten hydraulische Scheibenbremsen.

LX (135,-)

LX liegt leicht unter XT.

Deore LX (80,-)

Diese Deore-Gruppe liegt leicht über der nachfolgenden Gruppe-

Deore (65,-)

Die Deore-Gruppe ist eine Güteklasse unter der LX-Klasse.

Alivio (30,-)

Die Alivio-Gruppe ist die preisgünstigste Gruppe von Shimano. Sie ist für den gelegentlichen Freizeitfahrer gedacht.

Nexave C900 (120,-)

Wer es ruhig angehen lassen will und Fahrrad fährt um fit zu bleiben, sollte bei Nexave C900 zugreifen. Für die Kettenschaltung wurde die Gefahr des Verschaltens vermindert.

Nexave C600 (55,-)

Die Gruppe C600 ist die preiswerte Version der Nexave-Gruppe.

Dura-Ace (380,-)

Dura-Ace 3-fach kostet die Tretkurbel ~ 380,- Euro, Dura-Ace 2-fach hingegen ~ 280,- Euro.

Dura-Ace wurde für professionelle Rennfahrer entwickelt. Die Technik funktioniert leicht und gibt präzise Rückmeldungen. Somit kann sich der Athlet voll auf das Rennen konzentrieren.

Ultegra (150,-)

Ultegra 3-fach kostet die Tretkurbel ~150,- Euro, Ultegra 2-fach hingegen ~ 140,- Euro.

Mit 9-fach Technik, optionalem Dreifach-Blatt und dem integrierten Flight Deck Computersystem setzt Ultegra einen Leistungsstandard für hochwertige, leichte Rennräder.

105 (135,-)

Die Tretkurbel der Gruppe 105 kostet in der 3-fach-Version ~ 135,- Euro, in der 2-fach-Version ~ 120,-.

Die Straßengruppe 105 greift direkt auf Shimanos Profi-Rennerfahrern zurück. Die 105er Komponenten sind dank der identischen Spezifikationen des 9-fach Antriebs mit denen von Dura Ace und Ultegra austauschbar. Von Wochenen-Rennfahrer bis zu Fitnessenthusiasten schätzen das sportliche Fahrgefühl der 105er-Gruppe.

Tiagra (75,-)

Die Tretkurbel der Tiagra kostet 3-fach-Version ~ 75,- Euro, die 2-Fach-Version ~ 65,- Euro.

Tiagra ist eine neue Generation für Straßenrennräder. Die Tiagra-Gruppe weist dieselben Funktionsmerkmale auf, die auch der Top-Gruppen Dura Ace zu eigen ist.

Neue Komponentengruppen von Shimano

C201

Diese Komponentengruppe für Stadt- und Freizeiträder für 3x8-fach-Schaltung.

C101

Diese Komponentengruppe für Stadt- und Freizeiträder für 3x7-fach-Schaltung.

C050

Diese Komponentengruppe für die Einsteiger.

Nexave T400

Diese Komponentengruppe besitzt 3x8-fach-Schaltung.

Nexave T300

Die Komponentengruppe besitzt 3x7-fach-Schaltung.

DX

Diese Gruppe ist für BMX-Räder mit höherer Leistung und Qualität konzipiert. Sie wird in den USA bei BMX-Rennen gefahren.

Acera

Diese Komponentengruppe ist für Einsteiger gedacht. Es gibt sie in 3x8- und 3x7-fach Schaltung.

Alturs

Alturs ist für Jugendräder gedacht. Es gibt sie in 3x8- und 3x7-fach Schaltung.

Sora

Diese Komponentengruppe ist für Hochleistungs-Rennlaufräder konzipiert.

Begriffe der Federung

Federung

Durch das Ein- und Ausfedern gleicht das Fahrrad Unebenheiten aus. Die am häufigsten verwendeten Federelemente sind Stahl- oder Titanfedern und Luftdämpfer. Um die Feder dem Gewicht anzupassen gibt es verschiedene Federhärten.

Dämpfung

Dämpfung verlangsamt den Ein- und Ausfederungsvorgang und verhindert dadurch das unkontrollierte Aufschaukeln des Fahrrades.

Zugstufendämpfung

Die Zugstufendämpfung setzt der Feder einen definierten Widerstand zum Ausfedern entgegen. Hochwertige Federelemente besitzen eine effektive Verstellung. Dies ist wichtig, da das Fahrrad sonst zum unkontrollierten Springen neigt.

Druckstufendämpfung

Die Druckstufendämpfung dient als Durchschlagschutz. Wird sie verstärkt, verschlechtert sich das Ansprechverhalten. Daher wird sie bei optimaler Federhärte unnötig abgestimmt.

Losbrechmoment

Das Losbrechmoment gibt an, bei welcher Belastung die Federung beginnt, einzutauchen. Ein niederes Losbrechmoment sorgt für ein gutes Ansprechverhalten.

Negativfederwegs (Sag)

Der Negativfederweg ist das Maß, um wieviel cm das Fahrrad durch die Belastung des Fahrers (und Gepäcks) eintaucht. Er wird gemessen zwischen Sattelhinterkante und Hinterradachse.

Der Negativfederweg sollte im XC-Bereich etwa 10-15% des Gsamthubs betragen, bei Freerider 20-30% und bei DH Bike auch um die 30%.

Zugstufendämpfung

Die Zugstufendämpfung verhindert das Nachschwingen der Federung beim Abwärtsfahren über ein Hindernis. Sie sollte so eingestellt sein, dass das Fahrrad nur einmal nachwippt, wenn von einem Bordstein auf eine Straße gefahren wird.

Druckstufendämpfung

Die Druckstufendämpfung dient ausschließlich als Durchschlagschutz. Wird sie härter eingestellt verschlechtert sich das Ansprechverhalten der Federung.