

Perfektioniere deine Sitzposition bis ins Detail

Optimale Sitzposition, verbesserte Kraftübertragung, schmerzfreier Radsport oder passende Rahmengrösse. Eine professionelle Sitzpositionsanalyse kann bei verschiedenen Fragestellungen wichtige Erkenntnisse liefern.



Hintergrund

Viele Radsportler, ob Profi oder ambitionierter Hobbyfahrer, leiden an belastungsabhängigen Beschwerden oder sind auf der Suche nach der optimalen Sitzposition in Bezug auf Aerodynamik und Kraftübertragung. Mit dem 3D-Motion Capture System von Retül bietet die crossklinik eine fortschrittliche Analyse an, die dynamische Sitzposition zu bestimmen. Innerhalb weniger Sekunden können dabei Körperwinkel erfasst und den Sportlern aufgezeigt werden. Vorgenommene Veränderungen an der Sitzposition sind dadurch sofort messbar und die Annäherung an die optimale Position kann direkt überprüft werden.

Ob Mountainbike, Rennrad, Zeitfahrrad, Triathlonrad oder Tourenrad – die optimale Sitzposition kann in allen Fahrraddisziplinen ermittelt werden.

Wichtig: Bitte bringen Sie Ihre Radkleidung, bestehend aus Schuhen, Bib Shorts (enganliegende Radhose) und Trikot mit.

Analyse

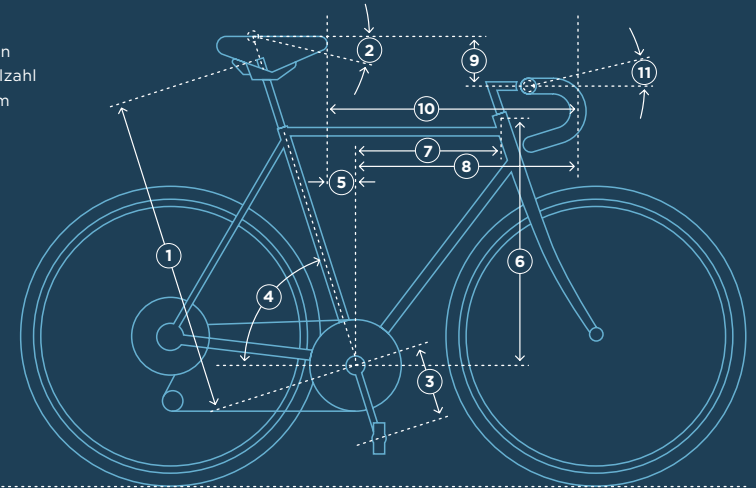
Eine Sitzpositionsanalyse umfasst bei uns 4 Schritte.

- 1 Zuerst erfassen wir Ziele, medizinische Vorgeschichte, Trainingsumfang etc.
- 2 Anschliessend überprüfen wir die allgemeine Beweglichkeit, die Kraft der Stütz Muskulatur sowie Seitendifferenzen.
- 3 Erst dann wechseln wir auf das Fahrrad und beginnen mit der Sitzpositionsanalyse. Wir arbeiten uns von der Einstellung der Schuhplatten über die Höhe und Versatz des Sattels zum Lenker und Vorbau vor. Die gesamte Analyse dauert rund 90 Minuten.
- 4 Am Ende vermessen wir Ihr Fahrrad mit den aktuellen Einstellungen. Den Bericht mit den Messdaten bekommen Sie an die Hand, damit Sie auch in Zukunft Ihr Rad optimal einstellen können.

Bikefitting in der crossklinik

Eine perfekte Sitzposition ist abhängig von körperlichen Voraussetzungen, persönlichen Zielsetzungen sowie einer Vielzahl von variablen Einstellungen am Fahrrad:

- 1 Saddle Height
- 2 Saddle Angle
- 3 Crank Length
- 4 Effective Seat Tube Angle
- 5 Saddle Setback
- 6 Frame Stack
- 7 Frame Reach
- 8 BB to Grip Reach
- 9 Handlebar Drop
- 10 Handlebar Reach
- 11 Grip Angle



1. Fitting auf eigenem Fahrrad

Sie kommen mit Ihrem Rad zur Analyse und wir stellen eine optimale Sitzposition ein. So kann Beschwerden durch Fehl- oder Überbelastungen entgegengewirkt und die Aerodynamik verbessert werden. Nach dem Termin haben Sie ein korrekt eingestelltes Rad und eine umfangreiche Dokumentation zu Ihrer Sitzposition und den entsprechenden Messdaten.

2. Fitting vor einem Neukauf

Wenn Sie sich ein neues Rad kaufen möchten und sich betreffend Marke oder Rahmengröße noch nicht sicher sind, beraten wir Sie gerne. Mit unserem Fit-Bike können Sie die unterschiedlichen Rahmengrößen testen und wir zeigen Ihnen anhand der Körperwinkel mögliche Vorteile

und Limitationen auf. Natürlich sind auch Kurbellänge, Vorbaulänge und -winkel sowie Lenkerbreite anpassbar. Sie erhalten eine umfangreiche Dokumentation zu Ihrer Sitzposition und den entsprechenden Messdaten.

3. Fitting für Massrahmen

Wenn Sie sich überlegen ein auf Sie persönlich abgestimmtes Fahrrad konstruieren zu lassen, mit einem sogenannten Massrahmen, unterstützen und beraten wir Sie gerne. Auf unserem Fit-Bike können Sie verschiedene Positionen testen und wir überprüfen Ihre Körperwinkel. Die erhaltenen Messdaten dienen dem Fahrradkonstrukteur als Grundlage für die Anfertigung des Massrahmens.

Preisliste

		CHF	MINUTEN
Fitting auf eigenem Rad, für Neurad oder Massrahmen	3D-Motion-Capturing mit RETÜL für Rennrad/Triathlon und TT-Bike/MTB	320.-	90
Fitting für 2 Räder	3D-Motion-Capturing mit RETÜL für 2 Räder	450.-	120
Re-Fitting nach Velokauf	Feineinstellung des neuen Rades anhand der Daten eines vorangegangenen Fittings	150.-	60

Kontakt/Standort

crossklinik, Swiss Olympic Medical Center
Bundesstrasse 1, CH-4054 Basel
T +41 61 285 10 10, info@crossklinik.ch
Mo-Do 8-18 Uhr, Fr 8-17 Uhr

Genauere Informationen zu Anfahrt mit ÖV sowie Privatfahrzeugen finden Sie auf unserer Website: www.crossklinik.ch

