



Peter Bartl,  
Geschäftsführer  
SPORTSCRAFT

### Das Kreuz mit dem Kreuz - richtige Sitze im Reisemobil

Der Autor, Peter Bartel ist Geschäftsführer des Sitzherstellers SPORTSCRAFT.

Sitze sind das Verbindungsglied zwischen Mensch und Fahrzeug. Diese, so wichtige Erkenntnis wurde schon sehr früh in der Geschichte des Automobils gemacht, jedoch lange vernachlässigt. Erst seit erkannt wurde, daß Rückenschmerzen, steife Nacken und eingeschlafene Beine nicht unbedingt zur Fahrsicherheit beitragen bzw. sich die Wirbelsäulenerkrankungen bei Berufskraftfahrern häuften, wird gehandelt. Ausgefeilte Sitzsysteme stehen heute zur Verfügung, in die Entwicklung von praxisgerechten Sitzmöbel für Reisemobile hat Sportscraft mit wissenschaftlicher Unterstützung viel Geld und Know How investiert. Gerade im Reisemobil, das für Langstreckenfahrten ausgelegt ist, bekommt gesunder Sitzkomfort einen hohen Stellenwert. Reisemobilfahrer sollten deshalb bei der Entscheidung welchen Sitz sie einbauen folgende Punkte beachten:

#### Die Kopfstütze

Egal ob im Sitz integriert oder verstellbar, muß sie in der Höhe mit der Oberkante des Kopfes abschließen

(früher glaubte man, die Oberkante Augen- bzw. Ohrenhöhe sei ausreichend). Der Abstand von Kopfstütze zum Kopf soll in der Fahrposition möglichst gering sein (eine Handbreite bzw. max. 3 cm). Eine richtig eingestellte Kopfstütze kann bei einem Crash das sogenannte Schleudertrauma wesentlich vermindern.

#### Die Rückenlehne

Nicht zu unterschätzen ist hierbei auch die richtige Position der Rückenlehne. Diese sollte möglichst senkrecht eingestellt werden, damit die Wirbelsäule eine natürliche und belastungsarme Form behalten kann.

#### Die Armlehne

Armlehnen sollten paarweise vorhanden, und in der Position verstellbar sein – das entlastet die Arme bei Langstrecken und ist auch gemütlicher wenn das Fahrzeug steht und die Sitze mittels Drehkonsole in den Wohnraum integriert werden können.

#### Der Sitzbezug

Sitzbezüge bzw. Polsterstoffe werden in der Regel vom Fahrzeughersteller bestimmt, man sollte aber auch hier auf eine gewisse Qualität achten. Einige Sitzhersteller verwenden ausschließlich atmungsaktive Stoffe, manche bauen sogar ein Ventilationssystem ein. Eine Sitzheizung ist vor allem bei Lederbezügen zu empfehlen und sollte im Sitz- und im Rückenteil eingebaut sein. Die Wohltat einer Sitzheizung wissen nicht nur „Laternenparker“ sondern auch „Bandscheibengeschädigte“ sehr schnell zu schätzen.



Reisemobilfahren heißt lange Strecken bewältigen. Dazu ist ein rückenschonender Komfortsitz wie der Sportscraft S 6 unabdingbar.

#### Die Sitzform

Die Sitzform sollte möglichst ergonomisch beschaffen sein. Wichtig ist dabei, daß Oberschenkel, Becken und Wirbelsäule gut anliegen. Vorhandene Seitenwangen sollen am Körper anliegen ohne ihn dabei einzuengen. Die Länge der Sitzfläche sollte so sein, daß die Pedale leicht erreichbar sind und bei voll durchgetretenen Pedalen kein zu starker Druck auf die Oberschenkel entsteht. Die Länge ist richtig, wenn der Abstand zwischen Kniekehle und Sitzkante ca. 2-3 Finger beträgt.

#### Die Sitzeinstellungen

Lendenwirbelstützen auch Lumbar- oder Lordosenstützen genannt, sollen zusätzlich die natürliche Form der Wirbelsäule unterstützen (meistens nur gegen Aufpreis erhältlich, lohnt sich jedoch). Die Einstellung sollte so gewählt werden, daß die S-Form der Wirbelsäule unterstützt wird, aber nicht zu stark dagegen drücken. Höhen- und Neigungsverstellung unterstützen die Ergonomie der Sitzposition. Optimal angepasste Sitzhöhe sowie Sitz- und Lehnenneigung tragen sehr viel zum entspannten Fahren bei. Drehkonsolen insbesondere für Fahrer- und Beifahrersitze erlauben, sofern genügend Platz zum Drehen vorhanden ist, die Integration dieser Sitze in den Wohnraum des Reisemobils. Das sonst



Höhenverstellbare Sitzsockel garantieren individuellen Sitzkomfort auch im integrierten Reisemobil.

**SPORTSCRAFT®**



ungenutzte Führerhaus wird so mit zum Wohnzimmer. Allerdings sollte unbedingt darauf geachtet werden, daß das Gurtschloß des Sicherheitsgurtes beim Drehen des Sitzes mitfährt. Gurtschlösser sollten auf keinen Fall am Boden liegen bleiben da sonst die Gefahr besteht daß Sie überfahren und dadurch beschädigt werden können. Sicherheitsgurte sollten auf allen Sitzplätzen vorhanden sein. Mindestens Beckengurte bei den genutzten Sitzplätzen im Wohnraum. Fahrer- und Beifahrersitzplätze müssen mit Dreipunktgurten ausgerüstet sein. In Originalkarosserien sind die Gurte bereits vorhanden und können verwendet werden. Sitze mit integrierten Dreipunktgurten kommen dort zum Einsatz wo bauartbedingt keine Gurtverankerungspunkte in der Fahrzeugwand vorhanden sind. Solche Sitze können nur durch spezielle Fachbetriebe montiert werden. Sie unterliegen wesentlich höheren Sicherheitsanforderungen als herkömmliche Sitze. Sowohl bei der Verankerung im Fahrzeugboden als auch in ihrer eigenen Festigkeit. Bei der Auswahl eines solchen Sitzes sollte ebenfalls darauf geachtet werden, daß das Gurtschloß beim Drehen des Sitzes mit dreht. Außerdem sollte der Retraktor im Sitz liegen und der Umlenkbeschlag beim Gurtaustritt in Schulterhöhe gut abgepolstert sein, um Verletzungen beim Ein- und Aussteigen vorzubeugen.

#### **Fazit**

Ein guter Wohnmobil-Sitz sollte allen sicherheitsrelevanten und ergonomischen Kriterien entsprechen, dabei nicht zu technisch aussehen, zur restlichen Einrichtung passen und als Fernsehsessel genau so gut sein wie als Fahrersitz.

Peter Bartl

**SPORTSCRAFT**  
Fahrzeugtechnik GmbH  
Group Sunviauto  
Baumbachstraße 5R  
81245 München  
Deutschland

Tel.: +49 (0)89-8572059  
Fax: +49 (0)89-8575412  
E-Mail: [info@sportscraft.de](mailto:info@sportscraft.de)  
[www.sportscraft.de](http://www.sportscraft.de)



Verlag & Medien-Service, D-50669 Königswinter 10/03

**SPORTSCRAFT®**



## **Gesunde Sitze im Reisemobil**

