

# Einrad-Empfehlungen - OneBike

Es ist wichtig ein geeignetes Einrad zu fahren, da man z.B. ohne eckige Gabel viele Tricks nicht lernen kann oder ohne weißen Reifen nicht auf Wettkämpfen fahren darf.

Daher wollen wir hier einen Überblick geben, auf was man bei einem Einrad achten sollte:

**Größe:** Standardmäßig werden 20-Zoll-Einräder verwendet. Ungefähr ab dem 8. Lebensjahr kann ein Kind auf einem solchen Einrad fahren. Falls euer Kind noch zu klein für ein solches Einrad ist, empfiehlt sich ein 16-Zoll-Einrad.

Radgröße	Körpergröße	minimale Schrittlänge
12 Zoll	unter 112 cm	ca. 45 cm
16 Zoll	ca. 112 - 130 cm	ca. 53 cm
<b>20 Zoll</b>	<b>ca. 130 - 200 cm</b>	<b>ca. 62 cm</b>

**Sattel:** Der Sattel ist einer der wichtigsten Teile eines Einrads. Er muss bequem sein und gleichzeitig genug Halt bieten, da man mit der Hüfte lenkt. Die Oberfläche des Sattels darf nicht scheuern und sollte feuchtigkeitsresistent sein. Bei jüngeren Kindern ist der "AJATA Individual Slim" leider nicht geeignet, da er sehr breit ist und die Kinder so bei "Seat-Out"-Tricks den Sattel nicht heraus bekommt.

**Sattelklemme: Schnellspanner** haben den Vorteil, dass man die Höhe des Einrads ohne große Mühe oder Werkzeug verstellen kann. **Inbus-Sattelklemmen** halten die Sattelstange fester und der Sattel ist komplett verdrehsicher. Er benötigt zum Verstellen der Höhe einen 5mm Inbusschlüssel. Wir empfehlen eine Inbus-Sattelklemme zu verwenden.

**Gabel:** Es sollte unbedingt eine eckige Gabel sein, da schon bei einfacheren Tricks wie z.B. dem Einbeinig fahren der Fuß des Fahrers auf der eckigen Gabel abgestellt wird.

- **Eckige Gabel (Cornered Crown):** Die eckige Gabel bietet kleine Abstellflächen für die Füße. Hier kann man bei verschiedenen Tricks den Fuß abstellen.
- **Flache eckige Gabel (Flat Crown):** Die Flat Crown ist im Gegensatz zur Cornered Crown komplett flach. Durch die breitere Auflagefläche entsteht vor allem bei schwierigeren Tricks ein angenehmeres Fahrgefühl.
- **Longneck-Gabel:** Das Gabelrohr ist bei diesen Gabeln länger (z.B. 300, 400 oder 500mm). Somit ist die Gabel stabiler und die Sattelklemme ist direkt unter dem Sattel, wo sie nicht stört. Vor allem bei größeren Einradfahrern ist dies zu empfehlen.

**Reifen:** Es sollte ein weißer Reifen (alternativ auch bunter Reifen) sein, da schwarze Reifen auf dem Hallenboden schwarze Streifen hinterlassen können (ähnlich wie bei Straßenschuhen/Hallenschuhen). Auf Wettkämpfen sind schwarze Reifen verboten.

Der Reifen sollte zudem ein ausreichendes Profil besitzen und so stark aufgepumpt sein, dass die Daumen eines Erwachsenen ihn nicht eindrücken können.

**Pedale:** Die Pedale müssen den Schuh des Fahrers sicher greifen. Dies wird durch Noppen aus Gummi oder Kunststoff an den Pedalen gewährleistet. Wichtig: Das linke Pedal in Fahrtrichtung an die linke Kurbel (jeweils mit L gekennzeichnet), sonst drehen sich die Pedale ab. Besonders gute Erfahrungen haben wir mit den MKS Rubber-X Pedalen gemacht.

**Kurbeln:** Mit kürzeren Kurbeln kann man wendiger fahren und besser treten. Es empfiehlt sich kürzere Kurbeln mit einer Länge von z.B. 90 mm zu verwenden.

**Nabe:** ISIS-Naben sind deutlich stabiler und langlebiger als Vierkant-Naben. Für den normalen Sportgebrauch sind Vierkant-Naben aber ausreichend.

### Händler-Empfehlungen

Wir empfehlen die beiden Internetshops Ajata ([www.einradversand.de](http://www.einradversand.de)) und Muncycle.com ([www.einradladen.de](http://www.einradladen.de)). Wir haben bei ihnen sehr positive Erfahrungen gemacht und hier darf man sich gerne auch kompetent und persönlich beraten lassen. Ihr könnt die Läden auch anschreiben, um Sonderwünsche zu äußern und einzelne Teile eines Einrades austauschen zu lassen (Reifenfarbe, Kurbellänge etc.). Bei beiden Händlern erhält man als Vereinsmitglied 10% Rabatt, sprecht uns hierzu bitte an.

### Einrad-Empfehlungen

- **QU-AX Luxus 116,10 €** (eckige Gabel, bunter/weißer Reifen) -> Gut für Einsteiger und Breitensportler geeignet. Kinder, die gerne (später einmal) in der Wettkampfgruppe fahren möchten, sollten ein paar Euro mehr ausgeben.
- **QU-AX Profi 161,10€** (flache eckige Gabel, weißer Reifen, 100mm Kurbeln, Inbusklemme, ISIS-Nabe)
- **Ajata StandUp 152,91€** → **Im Online-Konfigurator an Wünsche anpassbar!** (flache eckige Gabel, weißer Reifen, 90/102mm Kurbeln, Inbusklemme)
- **Ajata StandUp mit Longneck-Gabel 166,41€**
- **MCD Freestyle Bernd 188,10€** → **Super Preis-Leistungs-Verhältnis!** (flache eckige Longneck-Gabel, weißer Reifen, 100mm Kurbeln, Inbusklemme, ISIS-Nabe, MKS Rubber-X Pedale)
- Für den Wettkampfsport gibt es noch das **Nimbus Eclipse** oder das **Ajata "agravic"**. Da diese Einräder einen stolzen Preis haben, sollte man dies erst in Erwägung ziehen, wenn das Kind eine gewisse Mindestschrittlänge für eine Longneck-Gabel erreicht hat und auch vom Trickniveau ein solches Einrad benötigt.

### Gebrauchte Einräder

Gebrauchte Einräder sind oft eine gute Alternative zum Neukauf, vor allem zum "mal ausprobieren". Häufig kann man ein QU-AX Luxus schon für wenig Geld in gutem Zustand erhalten. Bitte immer testen und nicht über die Hälfte des Neupreises bezahlen.

**Wir hoffen, dass wir euch mit diesem Infoblatt eine gute Übersicht geben konnten. Falls ihr irgendwelche Fragen habt, könnt ihr sie gerne jederzeit an uns stellen.**

**Eure OneBike-Trainer**