

# Bürostuhl mit Pedalen

## Der FitSeat im Redaktionstest

Zur Arbeit radeln, das ist nicht neu. Aber während der Arbeit radeln? Geht das überhaupt? Wir wollten es wissen und haben zwei FitSeats bei uns ausprobiert. Sebastian Klöß berichtet über den Test und unsere ganz eigene Vorbereitung auf die Tour de France.

Der FitSeat ist ein kompaktes Fahrradergometer ohne Handgriffe. Weil sein Gehäuse und seine Standplatte aus organisch-abgerundet zugeschnittenem Holz bestehen, sieht es nicht nach sterilem Fitnessstudio aus. Optisch passt er damit gut ins Büro. Das gefiel uns schon mal. Also gleich rauf auf den Sattel.

Die Neigung und die Höhe des komfortablen Gelsattels lassen sich so verstellen, wie man es von einem Fahrrad gewohnt ist. Anders als das Fahrrad soll der FitSeat natürlich nicht davonrollen. Seine fünf Standrollen sind deshalb gewichtsgebremst. Das ist super für die Sicherheit, verhindert aber, dass man die Standposition des FitSeat ändern kann, sobald man auf ihm sitzt. Wer vom Bürostuhl gewohnt ist, ihn sitzend einfach in die richtige Arbeitsposition zu fahren, muss umlernen: erst den FitSeat optimal vor dem Monitor und im richtigen Abstand zur Schreibtischkante platzieren, dann aufsteigen. Und dann die neue Perspektive genießen. So hoch oben saßen wir in unserem Büro noch nie. Das bedeutet jedoch auch: Die Tischplatte des Schreibtischs muss sich weit nach oben fahren lassen, um daran radelnd arbeiten zu können. Knapp 1,20 m sollten es bei einer Körpergröße von 1,70 m schon sein.

### Variabler Widerstand

Wie bei einem herkömmlichen Ergometer kann beim FitSeat der Tretwiderstand eingestellt werden. Das lässt sich mit einem

gut erreichbaren Hebel unter dem Sattel bewerkstelligen. Die Tour de France fand bald statt, unser Ehrgeiz war hoch – also sofort den Hebel ganz nach hinten. Maximaler Tretwiderstand. Vor unserem geistigen Auge sahen wir uns bereits den Mont Ventoux hinaufstrampeln. In diesem Moment klingelte das Telefon. Während des Gesprächs wurde klar, warum selbst Christopher Froome bei einer Bergetappe nicht telefoniert. Um mit Anstrengung zu radeln und gleichzeitig zu sprechen, fehlt schlicht die Puste.

### Radelnd arbeiten

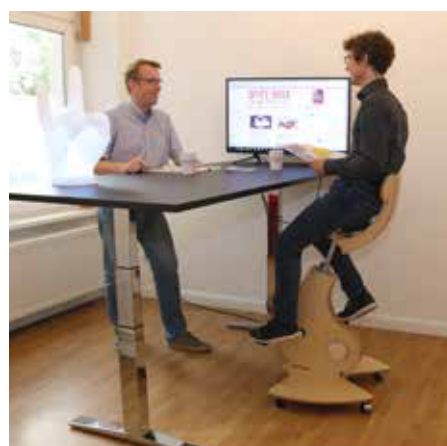
Nach dieser Erfahrung drosselten wir unseren Ehrgeiz und verringerten den Tretwiderstand. Dann lässt es sich auf dem FitSeat bequem arbeiten. Tretend zu tippen, klappte viel besser, als wir vor dem Test gedacht hatten, lesen sowieso. Ins Schwitzen kamen wir bei vernünftig eingestelltem

Tretwiderstand nicht. Allerdings mussten wir erfahren, dass wir nur eingeschränkt multitaskingfähig sind. Wenn wir sehr konzentriert arbeiteten, hörten wir unbewusst mit dem Treten auf. Egal, ob wir traten oder nicht: Die nicht-radelnden Kollegen wurden durch unser Tun nicht gestört, da Tretlager und Schwungrad des FitSeats zwar nicht unhörbar, aber doch leise arbeiten.

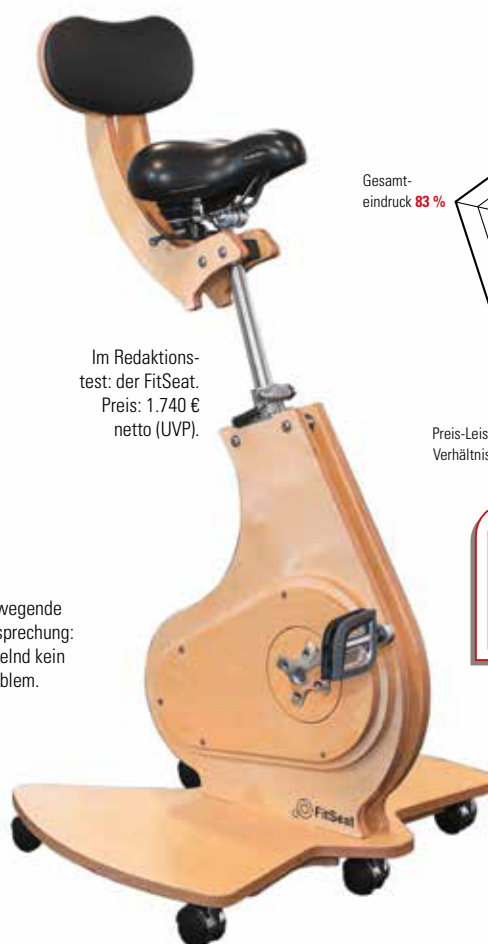
### Unser Fazit

Dem FitSeat gelingt es, Büroarbeit und Bewegung miteinander vereinbar zu machen. Er durchbricht das starre Schema, während der Büroarbeit regungslos zu sitzen und dafür nach Feierabend im Fitnessstudio auf dem Ergometer zu strampeln. Das spart Zeit, macht fitter und steigert die Leistungsfähigkeit. Und die Tour de France kann kommen.

FitSeat ist Partner der Aktion Bewegung im Büro ([büro-bewegung.de](http://büro-bewegung.de)).



Bewegende  
Besprechung:  
radelnd kein  
Problem.



Im Redaktions-  
test: der FitSeat.  
Preis: 1.740 €  
netto (UVP).

