

Test: 28 Shorts und Tights für Frauen und Männer

Geschmackssache

Bei der richtigen Hose kommt es auf ein Zusammenspiel vieler Faktoren an: guter Sitz, das passende Polster, praktische Extras und eine gute Belüftung. Bei unseren 28 Testmodellen ist von allem etwas dabei.

Text: Lisa Partzsch

Eines sollte eine Radhose auf jeden Fall leisten: den Sitzkomfort erhöhen. Dazu dient der Teil, den viele auch am meisten mit dem Stichwort Radhose verbinden, obwohl der Schnitt ebenfalls eine sehr wichtige Rolle spielt: das Polster. Weil es hier die meisten feinen Unterschiede gibt, und der Sitzkomfort nicht nur vom Polster sondern unter anderem auch von Sattel und Sitzhaltung abhängt, haben wir dies zwar nicht im Test. Wir geben aber unseren Eindruck vom Polster wieder. Denn einige Anhaltspunkte für das passende „Sitzkissen“ gibt es schon. Da das Polster direkt auf der Haut getragen wird, darf es keine scheuernden Stellen, etwa durch auftragende Nähte, besitzen. Solche Störfaktoren merkt man leider erst nach vielen Kilometern im Sattel – im Test fiel keine Hose in diesem Punkt negativ auf. Generell gilt: Beim Passform-Test in Radhaltung sollte das Polster an den Oberschenkeln nicht einschneiden. Bei Tights: Kombiniert mit harten Sätteln nutzt man eher ein stark konturiertes Polster. Weiche Sättel passen besser zu weichen, dünnen Polstern.

DIE HOSE MUSS PASSGENAU SITZEN

Damit das Polster voll seine Funktion entfalten kann, muss die Hose passgenau sitzen, das gilt sowohl für die Tights als auch für die Innenhosen der Shorts. Ist die Hose zu groß, kommt es zum sogenannten Schwimmen in der Hose, das Polster verrutscht, und es kann unangenehm scheuern.

Auch muss das Polster in Form und Größe der Sitzposition angepasst sein. Wer eher sportlich sitzt, benötigt im vorderen Bereich zum Beispiel in der Regel ein schmaleres Polster. Wer dagegen aufrecht

sitzt, profitiert stärker von einer dickeren Schaumstoffschicht hinten. Die Hersteller ordnen ihre Modelle in der Regel schon in die passenden Kategorien ein. Im Test befinden sich überwiegend Hosen, die ausdrücklich für gemäßigt aufrechte Sitzpositionen geeignet sind.

DICK ODER DÜNN?

Dass sowohl dicke wie dünne Polster als angenehm wahrgenommen werden, zeigt sich an den Eindrücken der Tester. Die sehr dünnen Adidas-Polster kamen gleichermaßen gut an wie die eher voluminösen Löffler-Polster. Dass auch identische Polster unterschiedlich wahrgenommen werden, belegen die Testereindrücke bei der Vaude-Tights. Das sehr große, mittelfeste Polster wurde von weiblichen Testern als angenehm und gut tragbar charakterisiert, es läuft an den Rändern dünner aus; männliche Tester dagegen fanden das Polster des Herrenmodells zu voluminös und breit.

Die Frage, ob eine Shorts oder die enge Tights die bessere Radhose ist, dürfte in etwa so stark diskutiert sein, wie die Frage, welche die bessere Eissorte ist. Ob Shorts oder Tights, Schoko oder Vanille, letztendlich ist es Geschmackssache. Deshalb haben wir das Testfeld dieses Mal auch besonders weit gehalten und sowohl Tights als auch Shorts miteinbezogen.

Der erste Eindruck der Hose sollte nach Möglichkeit auf dem Rad oder zumindest in Radhaltung gewonnen werden. Das geht in der Praxis nur zuhause. Unsere Empfehlung: Etiketten an der Ware lassen und eine dünne Unterhose für die „Sitzprobe“ tragen. So kann man schlecht sitzende Hosen auch re-tournieren. Der wichtigste Bewertungspunkt

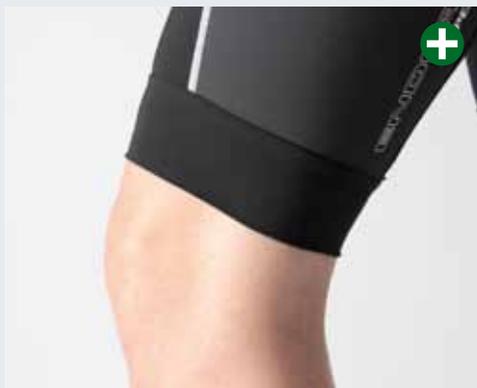
für beide Hosensorten im Test ist ebenfalls der Tragekomfort. Bei Tights sind die sensibelsten Bereiche Bund und Beinabschlüsse. Der Bund sollte auch in sitzender Haltung nirgendwo drücken. Die Hersteller lösen dies mit einem breiteren Bund bei den Frauenmodellen (Löffler, Rose, Adidas, Endura, Pearl Izumi), bei Gore und Vaude verfügen beide Modelle über einen breiten und besonders elastischen Einsatz am Bauchbereich – sehr bequem. Beim Bund geht der Trend außerdem klar vom früher teils bis über die Nieren geschnittenen Bund, zu niedriger geschnittenen. Etwas höher sitzen die Bünde der meisten Modelle zum Glück trotzdem noch, positiv fiel hier zum Beispiel Endura (Frauenmodell) auf. Allerdings saß der Bund am Rücken nicht nur etwas höher, sondern leider auch etwas weiter, weshalb auf langer Tour öfter mal nachgezogen werden musste. Deutlich kürzer als bei anderen Testmodellen fällt der Bund im Rückenbereich dagegen bei Adidas aus.

GUMMI VERHINDERT RUTSCHEN

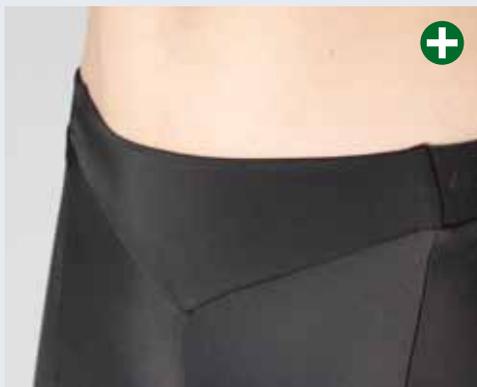
Die Beinabschlüsse sollten weder zu eng noch zu weit sein und nicht nach oben rutschen. Dies wird vom Anti-Rutsch-Gummi oder -Silikon verhindert, mit dem die meisten Beinabschlüsse ausgestattet sind. Auch bei den Beinabschlüssen zeichnet sich eine Entwicklung ab: Sie werden breiter und sitzen dadurch angenehmer. Besonders breite Beinabschlüsse finden sich bei beiden Modellen von Endura, Löffler und Vaude – letztere lassen aber leider ein Anti-Rutsch-Gummi vermissen.

Die Innenhosen der Shorts sitzen eng und körperbetont. Positiv fiel die Innenhose von Craft auf, die aus sehr dünnem ▶





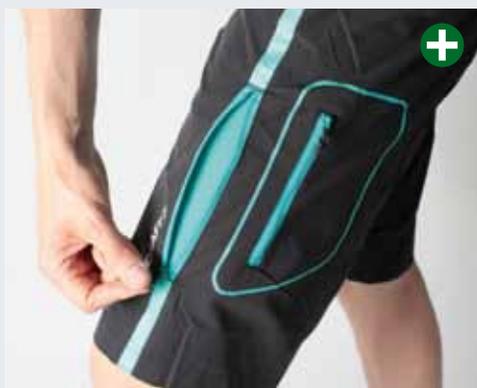
Immer breitere Beinabschlüsse erfreuen an den Tights (beide Modelle: Endura, Löffler, Vaude; nur Herren: Gore und Pearl Izumi).



Die Bünde der Damenmodelle sind alle durchgängig breiter. Diesen Komfort können nun auch einige Herren genießen (Gore, Vaude).



Die Bundweitenverstellung mit Klett kam bei allen Testern sehr gut an und war fast bei allen Modellen zu finden (Vaude, Löffler, Craft, Shimano, Adidas).



Belüftungsschlitze an Craft- und (Herren-)Gonso-Shorts: Für die Tester ein tolles Extra.

► Stoff ist, daher kaum gespürt wird, und zugleich sehr elastisch ist und deshalb bei jeder Bewegung mitgeht.

Elastisch zeigen sich auch die meisten Außenshorts. Sie sind alle aus Stretch-Stoff gearbeitet oder haben Stretch-Einsätze, wie die Craft, die den Bewegungsbereich besonders bei einem etwas aktiveren Fahrstil deutlich erweitern.

In der Regel sind Shorts und Innenhosen nicht fest miteinander verbunden. Das wirkt sich einerseits positiv auf Passform und Tragekomfort aus, weil sich Innenhose und Shorts frei voneinander bewegen, andererseits können Shorts und Innenhose unabhängig voneinander gewaschen werden (die Shorts trägt man ja durchaus auch mal mehrere Tage, die Innenhose eher nicht). Im Test bildet die Gore Shorts die Ausnahme: Innenhose und Shorts sind fest verbunden. Dadurch wirkt die Hose sehr kompakt. Ein fester Verbund von Shorts und Innenhose kann sich auch negativ auf den Tragekomfort auswirken, wenn die Innenhose weniger Stoff am Rücken bietet, dadurch eher nach unten rutscht und die Shorts mitzieht. Dies ist bei der Gore Shorts jedoch nicht der Fall.

Bei viel Bewegung auf dem Rad soll die Hose nicht nur gut sitzen, sondern auch gut klimatisieren. Shorts wirken dabei prinzipiell schneller „schwitzig“, weil zwei Hosen übereinander getragen werden. Der Feuchtigkeitstransport funktioniert deshalb anders, als bei Tights, die direkt auf der Haut getragen werden. Um dennoch Luft an Bein und Körpermitte zu lassen, sind die Innenhosen der Shorts idealerweise aus besonders dünnem Stoff wie bei Craft, Vaude und Adidas, oder haben Mesh-Einsätze, wie bei Gore. Auch der Oberstoff sollte für warme Tage im Sattel dünn und schnell trocknend sein. Etwas dicker fühlt sich der Stoff der Gore Hose an, beim Tragen bemerkten die Tester aber keinen Klimaunterschied.

Die Tights liegen direkt auf der Haut auf – und sehen dadurch schon nach Sport aus. Auch wenn nicht jedem (Außenstehenden) der körperbetonte Schnitt gefallen wird: Auf dem Fahrrad ist es genau diese Passform und die Klimaregulierung, die Tights zu einer Sorglos-Radhose machen. Idealerweise spürt man die Hose schon nach ein paar Minuten auf dem Sattel nicht mehr.

Auch die Tights sind aus unterschiedlich dickem Material gearbeitet. Die Pearl Izumi und Vaude sind aus festerem Stoff, deutlich dünner dagegen sind Gore und Endura. In der Praxis schlägt sich das kaum auf das Kli-

ma nieder. Sowohl die Gore-Hosen als auch die Vaude-Hosen wurden als gut klimatisiert wahrgenommen. Eine größere Materialdicke kann sich aber auf Dauer positiv auf die Abriebfestigkeit auswirken.

Auch die Polster, ob dick oder dünn, machen die Hosen nicht übermäßig schwitzig. Löffler hat für den Fall vorgesorgt und einen Fleeceschutz in die Hotbond Tights am Rücken als „Schweißfang“ eingenäht. Im Herrenmodell der Gore Tights findet sich neue Sitzpolster-Technologie für bessere Atmungsaktivität. Der Fleeceschutz im vorderen Bereich sorgt für Extra-Windschutz. Bemerkbar machte sich dies auch in der subjektiven Empfindung unserer Tester, die das Modell als weniger schwitzig wahrnahmen.

AUSSTATTUNG

Tights sind auf das Nötigste reduziert, und das ist gut so. Die meisten Modelle verfügen über ein Anti-Rutsch-Gummi und erfreulicherweise auch über Reflexmaterial; nur die Vaude lässt beides vermissen.

Die Ausstattung der Shorts dagegen fällt ganz unterschiedlich aus: von sehr vielen unterschiedlichen Taschen zu Belüftungsschlitzen. Gürtelschlaufen machen eine Shorts besonders flexibel einsetzbar für Tourenradler, etwa um Taschen einzuhängen – sie sind aber nur bei Gonso und Vaude zu finden. Eine Bundweitenverstellung, sei es über ein Klettsystem oder mit Gummizug, findet sich an allen Modellen. Der Klett kam dabei besonders gut an. Bei Shorts ein wichtiger Punkt: der Verschluss. Viele der Hosen schließen sehr gut und sicher mit zwei Knöpfen, auffallend war der Hosenhaken der Gonso – ein Schiebeverschluss –, der sich leicht während der Fahrt öffnen kann.

Wie viele Taschen die einzelnen Modelle haben, lässt sich detailliert in den Testkästen nachlesen. Eines fiel aber auf: Bei vier Herstellern (Craft, Gore, Löffler, Gonso) sind die Damenhosen mit weniger Taschen ausgestattet als ihre Herrenpendants. Warum eigentlich?

Preislich liegen die Shorts meist über den Tights. Klar, da hier ja auch zwei Hosen in einer stecken. Zwischen der teuersten und der günstigsten Hose liegen 50 Euro, der Testsieger ist mit 129,95 Euro hochpreisig. Bei den Tights bilden Gore und Löffler die Preis-Spitze, das Mittel liegt bei 69,95 Euro. Erfreulich: Die Rose-Modelle sind am günstigsten und bieten zugleich viel fürs Geld – ein gutes Einsteigermodell für alle, die Tights ausprobieren wollen.

Darauf sollten Sie bei Radshorts achten

- 
- + flexibler Bund, zum Beispiel Gummi oder Bundweitenverstellung, alternativ Gürtelschlaufen
 - + gut schließender Verschluss (z. B. mit zwei Druckknöpfen oder extra Klett)
 - + Taschen (bei diesem Modell ist leider nur eine vorhanden, besser etwas mehr)
 - + leichter Stoff mit Stretchanteil
super: Stretch-Einsätze

Darauf sollten Sie bei Tights achten

- 
- + breiter Bund und Beinabschluss für erhöhten Komfort
 - + Bund hinten: etwas höherer Schnitt
 - + flache Nähte
 - + gutes Klima, egal ob dicker oder dünner Stoff
 - + Polster: fest oder dünn; wichtig: körpernaher Sitz, gute Klimatisierung

So haben wir getestet

Bei den Herstellern wurden Shorts und Tights angefragt. Danach wurde eine Auswahl getroffen. Aussortiert wurden Modelle, die schon einmal bei uns getestet wurden oder die nicht den Anforderungen entsprachen. So mussten Shorts z.B. mit einer Innenhose ausgestattet sein, die Tights sollten keine Träger haben. Berücksichtigt wurden alle Preisklassen.

Die ausgewählten Modelle wurden an unsere Tester und Testerinnen verteilt und auf Touren durch das Rheinland, die Eifel, das Erzgebirge und auf unseren Hausstrecken getestet.

Das Testschema von Tights und Shorts unterscheidet sich in einigen Punkten.

Shorts: Die meisten Punkte können im Bereich Komfort gesammelt werden. Hier werden Passform der Hose (Innenhose und Shorts), Sitzkomfort und Klima bewertet. Beinabschluss, Bund und Komfort des Polsters schlagen sich im Sitzkomfort nieder. Weil der Komfort so wichtig ist, werden die Punkte am Ende verdoppelt. Unter die Ausstattung fallen die Bewertung der Taschenanzahl, die Bundweitenregulierung, eine herausnehmbare Innenhose, ob es Reflexmaterial gibt und sonstige Extras; Je Extra wird ein Punkt vergeben. Der Punkt Material bewertet die Verarbeitung und das Vorhandensein von Nachweisen über ökologische oder faire Produktionsbedingungen.

Tights: Auch hier gibt es die meisten Punkte für Komfort. Bewertet werden der Bund und die Beinabschlüsse, die Passform und der Sitzkomfort sowie das Klima. Die vergebenen Punkte für Komfort werden verdoppelt, da dies die wichtigste Wertung ist. In Punkto Ausstattung bewerteten wir das Vorhandensein von Reflexmaterial und die Effektivität des Anti-Rutsch-Gummis. Beim Material ging es ebenfalls um die Verarbeitung und eventuelle Zertifikate für ökologische und faire Produktion. Preis/Leistung für Shorts und Tights ermittelt sich aus der zusammengesetzten Punktzahl der Teilbereiche geteilt durch den Kaufpreis.

Aufwärts, vorwärts...



Ein ausgezeichneter Fahrradträger mit Liftsystem

- Mit elektrischem Antrieb zum Absenken und Anheben des Trägers
- Erleichtert das Verladen von schweren Fahrrädern
- Max. 2 Fahrräder (E-Bike geeignet)



Rose:

Radhose



Preis: 34,95 Euro

Material: Polyamid, Elasthan

Ausstattung: Anti-Rutsch-Gummi, Reflexlogos

Polster: Herren: mittelfest, groß; Damen: weich, groß

Siegel: Oeko-Tex Standard 100

	Damen	Herren
Größen:	34-46	S-4XL
Gewicht:	155 g (Größe M)	160 g (Größe M)
Farbe:	schwarz	schwarz
Komfort	●●●●○	●●●●○
Ausstattung	●●●●●	●●●●●
Material	●●●○○	●●●○○
Preis/Leistung	●●●●●	●●●●●

Fazit:

Sehr gute Hose für niedrigen Preis! Längere Beine beim Frauenmodell sind angenehm, effektives Anti-Rutsch-Gummi. Gute Belüftung. Das etwas dickere Polster des Herrenmodells wirkte etwas schwitzig, das Damenmodell hat ein dünneres Polster, das gut belüftet ist.

Testurteil: 1,0

1,3