

KOMFORT-RATGEBER: Endlich bequeme Sitze

E 19189

REISE MOBIL CARAVAN

Profitests & Touren

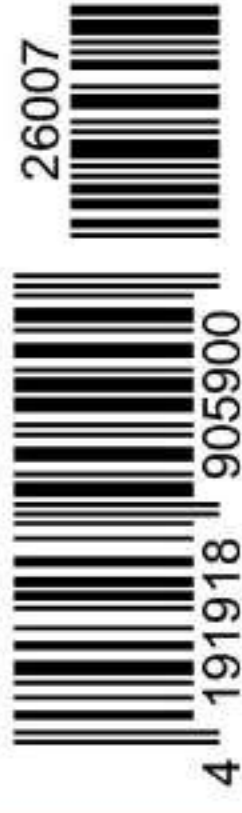
JULI 2026

NEU



FOTO-SPECIAL

- Basiswissen für richtig gute Urlaubsbilder
- Kaufberatung: Foto-Rucksäcke
- Test: 11 Kameras bis 1.000 Euro



5,90 €

Österreich € 6,70
Schweiz sfr 9,40
BeNeLux € 7,20
Ital./Span./Port.
(cont.) € 8,30
Finnland € 9,20



TESTS & FAHRBERICHTE



Profitest La Strada Avanti F Edition 40



Vergleich Hobby De Luxe vs. Knaus Sport



Übersicht 48 Luxus-Caravans ab 40.000 €

CAMPER-TIPPS FÜR IHRE WM-PARTY TOOOOR!

Mobile Technik für eine stabile TV-Übertragung

GASGRILLS

Sechs Modelle im Test



FLUSS-TOUR IN BELGIEN

DIE MAAS ENTLANG
Kurztrip mit Camper und E-Bike



STELLPLATZ-TOUR
MAASRADWEG
GEPRÜFTE PLÄTZE zum Nachfahren

Gut sitzen, entspannt ans Ziel

Von Karsten Kaufmann

Lange Etappen am Steuer verlangen viel Durchhaltevermögen. Unerlässlich: ein komfortabler Fahrersitz, der Rückenschmerzen verhindert und die Konzentration fördert. REISEMOBIL CARAVAN erklärt, was einen guten Sitz ausmacht.



1 Kopfstützen
Müssen ausreichend hoch sein und sichere Positionierung zum Hinterkopf garantieren. Der Abstand sollte maximal drei Zentimeter betragen.

2 Seitenführung
Über die SV = Seitenwangeneinstellung kann die Breite des Komfortsitzes K611 von ASN individuell auf verschiedene „Körperbreiten“ angepasst werden.

3 Rücken- & Sitzheizung
Wärme ist mehr als nur komfortabel. Sie hilft Verspannungen zu lockern – oder zu vermeiden. Ein gutes Sitzklima steigert nachweislich Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit (Quelle: AGR).

3 Lamellen-system
Das Lamellen-system dient der aktiven Entlastung der Bandscheibe. Der angenehme Nebeneffekt: Die hinterlüfteten Lamellen sorgen bei Hitze für Kühlung.

6 Sitzhöhe/Sitzfläche
Eine ganz entscheidende Voraussetzung für ergonomisches Sitzen ist die Möglichkeit, im Camper die individuelle Sitzhöhe einstellen zu können – nicht zuletzt, wenn Fahrer und Fahrerin regelmäßig tauschen. Zudem garantiert eine möglichst waagrechte Sitzfläche durch eine Neigungseinstellung eine optimale Beckenposition und somit die Aufrichtung der Wirbelsäule. Die Sitzfläche sollte möglichst den kompletten Oberschenkel unterstützen – ist im Idealfall in der Länge justierbar.

4 4-Wege-Lordosen-Einstellung
Vor, zurück, hoch, runter: Um den individuellen Schwung der Lendenwirbelsäule optimal unterstützen zu können, muss die Lordosen-Einstellung in 4 Richtungen justierbar sein.

7 Sitztiefe einstellbar
Eine zu kurze Sitzfläche generiert zu viel Druck auf Gesäß und Rücken, eine zu lange drückt in den Kniekehlen, eine einstellbare/passende verteilt Druck optimal – der Rücken muss weniger „halten.“

8 Luftfederung optional
Der Gamechanger bei schlechtem Fahrwerk und miesen Straßen: Sie filtert Schläge und Vibrationen und entlastet den Rücken enorm. Im (4x4-)Fernreisefahrzeug ein gewaltiges Komfortplus.

Stundenlang unterwegs, Etappe um Etappe – wer im Reisemobil lange Strecken absolviert, weiß: die Ergonomie von Fahrer- und Beifahrersitz entscheidet maßgeblich darüber, wie entspannt Camper am Ziel ankommen. Während moderne Pkw schon seit etlichen Jahren mit ausgefeilter Ergonomie punkten, ziehen die Basisfahrzeuge der Camper, im Grunde meist schlichte Nutzfahrzeuge, nur ganz allmählich nach.

Wobei, ganz ohne Frage: Die Anforderungen sind doch recht ähnlich. Eine stabile Sitzbasis, eine ausreichend hohe Rückenlehne sowie vielfältige Einstellmöglichkeiten sind die Grundlage für entspanntes Fahren. Kurios: Nicht nur regelmäßige kurze Pausen mit etwas Bewegung sind wichtig, auch mobilisierende Maßnahmen beim Sitzen können sich sehr positiv auswirken.

Kleine Anpassungen von Lehnenwinkel oder Lordosenstütze bringen Dynamik in die Sitzhaltung und entlasten die Muskulatur – insbesondere bei längeren Fahrstrecken ein wichtiger Faktor. Idealerweise



Komfortsitze von renommierten Herstellern bieten eine große Auswahl an Optionen. Der K611 wird von ASN (großes Bild, linke Seite) auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden angepasst. Neben den hier vorgestellten Ausstattungsmerkmalen kann der Kunde verschiedene Spezial-Schäume, das Design und natürlich das Obermaterial (Kunstleder/Echtleder/Alcantara) wählen.

INTERVIEW MIT ANDRÉ NOBIS VON ASN AUTOSITZE NOBIS IN BAD WILDUNGEN

„DIE ANSPRÜCHE SIND SEHR INDIVIDUELL“

RMC: Herr Nobis, ASN Autositze bietet seit über 30 Jahren orthopädische Fahrzeugsitze sowie individuell gefertigte Spezialsitze an. Auch 2026 scheint es noch einen Markt für Nachrüstsitze zu geben.

André Nobis: Das ist richtig. Das liegt nicht unbedingt daran, dass die Fahrzeughersteller grundsätzlich keine Sitze bauen können, doch die Ansprüche – insbesondere im Fernreisemobil – sind doch sehr individuell. Nicht wenige Besitzer klagen über Rücken- oder Nackenschmerzen.

RMC: Stichwort: individuelle Anpassung des Nachrüstsitzes?

André Nobis: Exakt. Im Camper verbringt man die schönste Zeit des Jahres. Man will die Fahrt genießen. Das beginnt beim Blick aus der Windschutzscheibe. Manche Seriensitze sind schlicht zu hoch – insbesondere die mit Drehkonsolen.

RMC: Zu hoch oder zu unbequem?

André Nobis: Oder es fehlen leicht zu verstellende Armlehnen, eine ergonomische Lordosenstütze oder der nötige Seitenhalt. Auch sind einige Sitze an der Einstiegs-kante zu hoch – was in etlichen 4x4-Campers ein Problem ist.

RMC: Haben Besitzer von „normalen“ Wohnmobilen grundsätzlich andere Ansprüche als die von Offroad-Fernreisemobilen?

André Nobis: Grundsätzlich nicht. Der Sitz muss individuell perfekt passen. Wer viel offroad unterwegs ist, wird die Option der einstellbaren Seitenführung noch mehr zu schätzen wissen.

RMC: Benötigen viele Kunden eine Spezialanfertigung?

André Nobis: Nein, nicht unbedingt. In unserem Sitzstudio in Bad Wildungen finden Interessenten eine enorme Auswahl an Premiumsitzen zum Probesitzen. Wir

sind zertifizierter Recaro-Servicepartner. Für alle, die hier dennoch nicht fündig werden, erarbeiten wir gemeinsam eine individuelle Lösung. Insgesamt haben wir schon über 5.000 solcher Spezialsitze gefertigt.

RMC: Wann wird die Nachrüstung denn möglicherweise schwierig? Etwa mit Blick auf das Basisfahrzeug oder den TÜV-Segen.

André Nobis: Unsere Umbauten sind stets TÜV-geprüft. Gerne übernehmen wir die Eintragung für den Kunden. Grundsätzlich finden wir für fast jedes Fahrzeug eine Lösung. Vom Landy bis zum 40-Tonner. Steht ein Fahrzeugwechsel an, nehmen die Kunden ihren Sitz meist mit. Auch hierfür finden wir meist eine Lösung.

RMC: Herzlichen Dank für das informative Gespräch.



Auch wenn ein Sitz scheinbar unzählige Optionen bietet: Keine ist wirklich überflüssig, jede trägt dazu bei, den Komfort zu erhöhen.

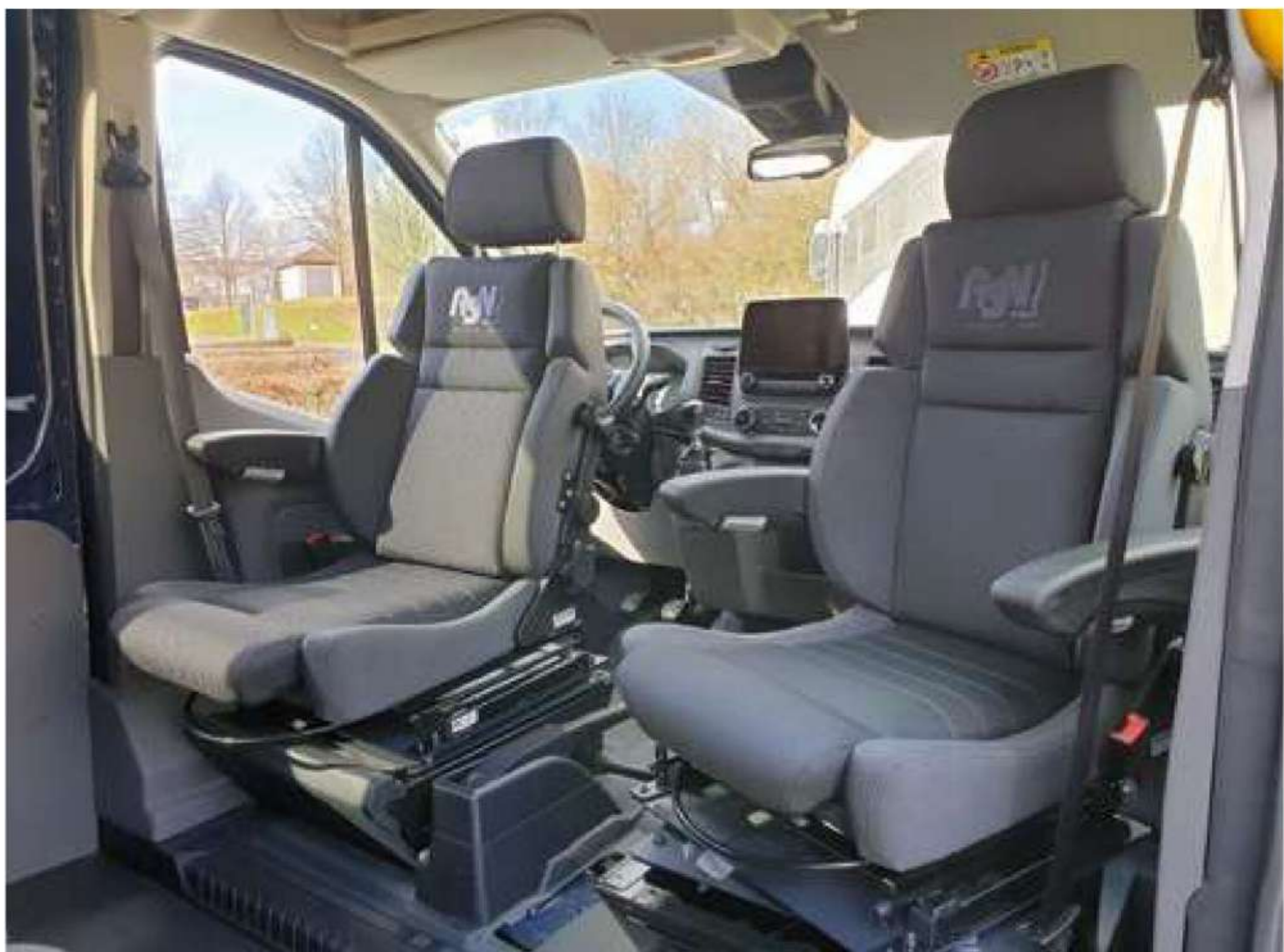
Je nach individuellen Wünschen und/oder Rückenproblemen, muss aber nicht zwingend jede Option gewählt werden.

lassen sich diese Einstellungen fein und möglichst einfach verändern – so bleibt der Körper auch auf langen Etappen aktiv. Ein oft unterschätzter Faktor ist der Seitenhalt. Er spielt nicht nur im Gelände oder auf schlechten Pisten eine Rolle, sondern auch auf kurvigen Landstraßen. Ein gut konturierter Sitz hält den Körper in Position und reduziert unbewusste Ausgleichsbewegungen – das spart Kraft und erhöht die Sicherheit. Spielen all diese kleinen Faktoren effektiv zusammen, stimmt der Komfort, man kommt deutlich entspannter am Zielort an.

WAS DER SITZ BIETEN SOLL

Fehlen diese Optionen hingegen, sitzen Fahrer und Beifahrer unbequem und mangelhaft gestützt. Dann können eine nachlassende Konzentration, frühzeitiges Ermüden, Verspannungen und mitunter lästige Kopf- und Rückenschmerzen schnell die Folge sein.

Sie kennen diese Symptome? Dann lohnt womöglich das etwas größere Investment in einen ergonomisch geformten Fahrersitz. Was dieser bieten sollte? In erster Linie eine feste Polsterung, die den Körper stützt. Zudem eine Lehne, die idea-



Fotos: ASN Autositze Nobis

alerweise der natürlichen S-Form der Wirbelsäule folgt. Und – last, but not least – das Herzstück ist eine mehrstufig einstellbare Lordosenstütze, die den unteren Rücken individuell unterstützt.

Worauf Sie sonst noch beim Kauf eines Nachrüstsitzes achten sollten – oder ob für

Sie individuell passende Fahrersitze sogar die Auswahl Ihres Traumcampers, Stichwort Sitz des Basisfahrzeugs, beeinflussen sollte –, das klären die beiden Interviews mit André Nobis von ASN Autositze Nobis und Detlef Detjen von der Aktion Gesunder Rücken.