

# Welke zadelkruk past bij je?

## 1 Juiste hoogte

Je maakt pas gebruik van de voordelen van een Score zadelkruk wanneer de kruk hoog genoeg ingesteld kan worden om je heuphoek zo ver te openen dat je in een natuurlijke houding wordt geplaatst.

De perfecte zithoogte is die waarbij de bovenbenen natuurlijk aansluiten bij de vorm van het zadel. Hierdoor wordt de maximale heuphoek gerealiseerd (130 tot 140 graden), terwijl het gewicht evenwichtig verdeeld wordt over het zitoppervlakte van het zadel en de voeten.

Omdat mensen in lengte verschillen zijn Score zadelkrukken verkrijgbaar in drie hoogtevarianten met ieder hun eigen verstelbereik. Voor negen van de tien mensen heeft de standaard hoogte het juiste bereik om de kruk op de optimale hoogte te kunnen plaatsen. Dit is daarom ook de meest gekozen optie wanneer de kruk door meerdere mensen gebruikt wordt.

## 2 Perfecte pasvorm

De zadelkrukken van Score zijn leverbaar in twee verschillende zitvormen. De Amazone heeft een smalle zitting en de Jumper een bredere zitting.

### Amazone

De zitvorm van de Amazone faciliteert de meest open heuphoek. Je gewicht wordt evenwichtig verdeeld over zitting en vloer. De Amazone-zitting biedt de optimale balans tussen de controle en gezonde houding van 'staan' en het comfort van 'zitten'.



34 x 30 cm

### Jumper

De zitting van de Jumper is breder en de heuphoek daarmee iets kleiner dan bij de Amazone. Een groter deel van je lichaamsgewicht rust op de zitting. De Jumper-zitting geeft dus een traditioneler zitgevoel.



44 x 30 cm

## Kies de juiste zadelkruk:

### Welke hoogte moet ik hebben?

Leidraad op basis van lichaamslengte:

Amazone (smal)	Zadel uitgevoerd met Balance-mechaniek en/of lendensteun	Vaste zithoek Verstelbare zithoek
Laag	< 160 cm	< 155 cm
Standaard	160 - 185 cm	155 - 180 cm
Hoog	> 185 cm	> 180 cm
Jumper (breed)	Zadel uitgevoerd met Balance-mechaniek en/of lendensteun	Vast zithoek Verstelbare zithoek
Laag	< 165 cm	< 160 cm
Standaard	165 - 190 cm	160 - 185 cm
Hoog	> 190 cm	> 185 cm

### Onderstaand schema helpt je de juiste zitvorm te kiezen.

Deel je de zadelkruk met collega's?

... **Ja:** Wanneer je een zadelkruk deelt, is de Amazone waarschijnlijk de beste keuze. Deze heeft de voorkeur van 75 % van gebruikers.

... **Nee:**

... **Vrouwen** geven over het algemeen (83 %) de voorkeur aan de Amazone vanwege de smallere zitting. Heb je liever een bredere zitoppervlakte, kies dan de Jumper.

... **Mannen** van gemiddelde lengte of kleiner kiezen meestal voor de Amazone vanwege de actievere zithouding (67%). Geef je de voorkeur aan een gewichtsverdeling over een grotere oppervlakte (en daarmee meer kiezen voor 'zitten' dan voor 'staand zitten') kies dan voor de Jumper.