

Voor de juiste framemaat is de binnenbeenlengte de meest belangrijke maat. Deze maat meet je door met de voeten circa 15 centimeter uit elkaar te gaan staan en vervolgens de maat op te meten tussen de grond en kruishoogte. Met deze "binnenbeenlengte" kun je de juiste framemaat berekenen. Voor (elektrische) stads- en toerfietsen bereken je de juiste framehoogte als volgt:

Binnenbeenlengte (cm)	Lichaamslengte	Framemaat fiets standaard	Framemaat fiets geveerde zadelpen
67	149 - 166	46	42
68	149 - 166	46	42
69	151 - 168	47	43
70	154 - 171	48	44
71	154 - 172	48	44
72	157 - 174	49	45
73	159 - 176	50	46
74	159 - 176	50	46
75	160 - 177	51	47
76	162 - 179	52	48
77	162 - 179	52	48
78	164 - 182	53	49
79	166 - 184	54	50
80	166 - 184	54	50
81	168 - 186	55	51
82	171 - 189	56	52
83	171 - 189	56	52
84	174 - 192	57	53
85	176 - 194	58	54
86	176 - 194	58	54
87	178 - 196	59	55
88	180 - 198	60	56
89	183 - 202	61	57
90	183 - 202	61	57
91	185 - 204	62	58
92	186 - 206	63	59
93	186 - 206	63	59
94	188 - 208	64	60
95	190 - 210	65	61
96	190 - 210	65	61
97	192 - 212	66	62