

# Sitzhöhe im Auto

## Inhalt

- Bequemer Zustieg durch angenehme Sitzhöhe ..... 1**
- SUV ..... 1**
- Schrägheck ..... 4**
- Stufenheck ..... 5**
- Kombi ..... 6**
- Hochdachkombi ..... 7**
- Van ..... 7**
- Bus ..... 7**
- Schlussfolgerung ..... 8**
- Tipps für den Verbraucher ..... 8**

## Bequemer Zustieg durch angenehme Sitzhöhe



Busse wie der VW Multivan bieten eine besonders hohe Sitzposition  
Foto: ADAC Autotest

Die Sitzhöhe im Auto entscheidet maßgeblich darüber, wie bequem das **Ein- und Aussteigen** wahrgenommen wird. Gerade für ältere Personen ist eine hohe Sitzposition oft wichtig, denn für diese Gruppe kann das Ein-, aber vor allem das Aussteigen besonders beschwerlich werden, wenn der Sitz nur knapp über der Straße liegt. Der ADAC misst im Rahmen des **ADAC Autotest** bei allen getesteten Autos die Sitzhöhe. Ein weiteres Hindernis ist oftmals der Schweller. Sowohl die Schwellerhöhe insgesamt als auch die Höhe des Schwellers vom Fußraum aus betrachtet, sind für ein komfortables Ein- und Aussteigen entscheidend. Auch diese Daten werden vom ADAC für jedes getestete Auto erhoben. In der folgenden Übersicht stellen wir die Daten aller aktuell verfügbaren Modelle (Stand 01/2025) dar.

## SUV

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Aiways</b>	U5	(ab 10/20)	605	440	70	480
<b>Aiways</b>	U6	(ab 12/22)	590	430	60	465
<b>Alfa Romeo</b>	Tonale (965)	(ab 05/22)	555	455	110	460
<b>Audi</b>	Q2 (GA)	(ab 10/20)	485	415	125	480
<b>Audi</b>	Q3 (F3)	(ab 12/18)	510	420	105	470
<b>Audi</b>	Q3 (F3)	Sportback (ab 10/19)	515	425	100	470
<b>Audi</b>	Q4 e-tron (FZ)	Sportback (ab 09/21)	535	450	80	485

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>BMW</b>	iX (I20)	(ab 11/21)	615	450	30	555
<b>BMW</b>	iX1 (U11)	(ab 11/22)	525	425	75	505
<b>BMW</b>	X1 (U11)	(ab 10/22)	525	430	95	515
<b>BMW</b>	X5 (G05)	(ab 04/23)	645	485	40	525
<b>BYD</b>	Atto 3	(ab 04/23)	555	435	75	445
<b>BYD</b>	Seal U	(ab 02/24)	595	450	65	455
<b>Ford</b>	Kuga (III)	(ab 06/24)	570	435	135	465
<b>Ford</b>	Mustang Mach-E	(ab 01/21)	550	465	115	455
<b>Genesis</b>	GV60	(ab 06/22)	520	410	55	485
<b>Genesis</b>	GV70	(ab 11/21)	565	435	75	460
<b>Genesis</b>	GV80	(ab 08/21)	655	510	50	470
<b>Honda</b>	CR-V (VI)	(ab 10/23)	595	465	75	450
<b>Honda</b>	e:Ny1	(ab 10/23)	550	435	100	450
<b>Honda</b>	ZR-V	(ab 10/23)	540	445	85	495
<b>Hyundai</b>	Kona (SX2)	(ab 05/23)	530	410	60	500
<b>Jeep</b>	Avenger	Elektro (ab 03/23)	500	450	120	480
<b>Kia</b>	EV9	(ab 10/23)	635	465	45	470
<b>Kia</b>	Niro (SG2)	Hybrid (ab 06/22)	475	390	115	500
<b>Kia</b>	Sorento (MQ4)	(ab 03/24)	595	455	60	460
<b>Kia</b>	Sportage (NQ5)	(ab 01/22)	580	450	85	455
<b>Kia</b>	Stonic (YB)	(ab 09/17)	455	400	105	500
<b>Kia</b>	XCEED (CD)	(ab 07/22)	445	390	90	520
<b>Land Rover</b>	Range Rover Evoque (II)	(ab 04/19)	600	480	80	425
<b>Lexus</b>	LBX	(ab 02/24)	510	430	100	480
<b>Lexus</b>	NX (AZ2)	(ab 10/21)	595	465	75	450
<b>Lexus</b>	UX (ZA1)	(ab 03/19)	470	415	115	455
<b>Mazda</b>	CX-30	(ab 09/19)	480	410	125	495
<b>Mazda</b>	CX-60 (KH)	(ab 06/22)	615	470	70	465
<b>Mazda</b>	MX-30	(ab 09/20)	500	420	105	470
<b>Mercedes-Benz</b>	EQE SUV (294)	(ab 05/23)	610	475	75	625
<b>Mercedes-Benz</b>	GLA (247)	(ab 07/23)	535	440	120	465
<b>Mercedes-Benz</b>	GLB (247)	(ab 09/23)	525	430	120	465
<b>Mercedes-Benz</b>	GLC (254)	(ab 10/22)	550	470	105	565
<b>Mercedes-Benz</b>	GLE (167)	Coupé (ab 04/23)	660	500	45	525
<b>Mercedes-Benz</b>	GLS (X167)	(ab 09/23)	660	505	40	540
<b>MG</b>	Marvel R	(ab 10/21)	570	460	90	465

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>MG</b>	ZS	EV (ab 10/21)	565	415	65	470
<b>MINI</b>	Countryman (U25)	(ab 03/24)	545	440	95	520
<b>Mitsubishi</b>	Eclipse Cross	(ab 03/21)	585	450	115	445
<b>NIO</b>	EL6	(ab 10/23)	610	465	75	500
<b>NIO</b>	EL7	(ab 01/23)	630	475	25	490
<b>Nissan</b>	Ariya (FEOE)	(ab 09/22)	595	455	55	465
<b>Nissan</b>	Juke (F16)	(ab 04/24)	515	445	115	460
<b>Nissan</b>	X-Trail (T33)	(ab 09/22)	590	470	85	440
<b>Peugeot</b>	e-2008 (II)	(ab 09/23)	490	460	130	475
<b>Porsche</b>	Cayenne (9YA)	(ab 07/23)	630	470	15	495
<b>Renault</b>	Austral	(ab 09/22)	545	435	80	470
<b>Renault</b>	Captur (II)	(ab 06/24)	560	450	100	465
<b>Renault</b>	Espace (VI)	(ab 06/23)	550	430	60	455
<b>Renault</b>	Mégane (V)	E-Tech Electric (ab 03/22)	480	370	35	515
<b>Renault</b>	Scénic (V)	E-Tech Electric (ab 03/24)	510	405	35	520
<b>Renault</b>	Symbioz	(ab 07/24)	555	445	105	470
<b>SEAT</b>	Arona (KJ)	(ab 06/21)	460	410	115	495
<b>SEAT</b>	Ateca (5FP)	(ab 08/20)	510	410	125	470
<b>Skoda</b>	Enyaq iV	(ab 04/21)	525	450	80	530
<b>Skoda</b>	Kamiq	(ab 01/24)	465	435	120	525
<b>Skoda</b>	Karoq	(ab 12/21)	515	405	130	565
<b>Skoda</b>	Kodiaq	(ab 03/24)	575	435	95	470
<b>smart</b>	#1	(ab 01/23)	535	430	60	455
<b>SsangYong</b>	Korando (III)	(ab 09/19)	565	435	105	440
<b>SsangYong</b>	Tivoli	(ab 03/24)	560	425	100	510
<b>SsangYong</b>	Torres	(ab 09/23)	590	465	105	465
<b>Subaru</b>	Crosstrek	(ab 01/24)	515	430	100	485
<b>Subaru</b>	Forester (V)	(ab 12/21)	570	440	90	435
<b>Subaru</b>	Solterra	(ab 10/22)	575	455	55	460
<b>Suzuki</b>	Across	(ab 11/20)	595	470	80	455
<b>Tesla</b>	Model Y	(ab 09/21)	585	430	55	500
<b>Toyota</b>	Aygo X (AB7)	(ab 04/22)	490	405	100	480
<b>Toyota</b>	bZ4X	(ab 06/22)	575	455	55	460
<b>Toyota</b>	Corolla Cross	(ab 10/22)	525	420	115	460
<b>Toyota</b>	RAV4 (XA5)	(ab 01/19)	575	445	80	460
<b>Toyota</b>	Yaris Cross	(ab 09/21)	510	430	100	465
<b>Volvo</b>	EX30	(ab 01/24)	520	430	55	470
<b>Volvo</b>	XC40 (X)	(ab 03/22)	575	440	95	485
<b>Volvo</b>	XC60 (U)	(ab 05/21)	570	460	80	480
<b>Volvo</b>	XC60 Plug-in Hybrid (U)	(ab 05/21)	570	460	80	480

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
VW	ID.4	(ab 12/20)	515	445	75	500
VW	ID.5	(ab 05/22)	520	450	75	495
VW	Taigo	(ab 10/21)	470	430	120	505
VW	T-Cross	(ab 03/24)	505	425	120	495
VW	Tiguan (III)	(ab 03/24)	565	430	105	470
VW	Touareg (III)	(ab 10/23)	615	460	18	500
VW	T-Roc	(ab 01/22)	480	415	125	485
VW	T-Roc	Cabriolet (ab 03/22)	485	435	150	515
XPeng	G9	(ab 05/24)	535	450	75	495

## Schrägheck

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
Audi	A1 (GB)	Sportback (ab 11/18)	395	375	115	495
Audi	A3 (8Y)	Sportback (ab 06/24)	385	375	130	515
BYD	Dolphin	(ab 10/23)	495	410	80	480
CUPRA	Born	(ab 11/21)	495	405	65	535
Dacia	Sandero (III)	(ab 01/21)	450	375	95	500
Fiat	500e (FA1)	(ab 11/20)	515	380	65	460
Fiat	Panda (312)	(ab 11/20)	485	355	80	455
Ford	Focus (IV)	(ab 02/22)	410	365	115	495
Honda	Civic (XI)	(ab 10/22)	365	360	125	505
Honda	Jazz (V)	Crosstar (ab 03/23)	470	400	100	500
Hyundai	i10 (AC3)	(ab 04/23)	450	360	115	470
Hyundai	i20 (BC3)	(ab 10/23)	415	360	115	500
Hyundai	IONIQ 6 (CE)	(ab 11/22)	470	405	70	510
Kia	Ceed (CD)	(ab 10/21)	420	360	90	525
Kia	Picanto (JA)	(ab 05/24)	445	355	105	455
Mazda	3 (BP)	(ab 03/19)	400	375	120	490
Mercedes-Benz	A-Klasse (177)	(ab 10/22)	405	385	120	525
MG	MG3	(ab 05/24)	475	375	90	505
MG	MG4	(ab 09/22)	470	415	105	535
Mitsubishi	Space Star (II)	(ab 02/20)	475	355	90	460
NIO	ET5	(ab 04/23)	480	415	80	515
Opel	Astra (L)	(ab 02/22)	395	380	125	525
Opel	Corsa (F)	(ab 10/23)	415	390	130	495
Peugeot	308 (III)	(ab 01/22)	410	385	130	525
Peugeot	e-208 (II)	(ab 11/23)	425	395	130	505
Peugeot	e-308 (III)	(ab 09/23)	425	395	130	525
Polestar	2	(ab 06/20)	455	420	75	495

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Renault</b>	Clio (V)	(ab 10/23)	415	370	90	485
<b>SEAT</b>	Ibiza (KJ)	(ab 06/21)	415	375	120	500
<b>SEAT</b>	Leon	(ab 04/20)	405	375	130	510
<b>Skoda</b>	Fabia (IV)	(ab 07/21)	420	380	120	505
<b>Skoda</b>	Fabia (IV)	(ab 07/21)	420	380	120	505
<b>Subaru</b>	Impreza (V)	(ab 01/24)	435	360	100	485
<b>Suzuki</b>	Swift (VI)	(ab 04/24)	445	350	115	490
<b>Tesla</b>	Model 3	(ab 09/23)	420	405	105	490
<b>Toyota</b>	Prius	Plug-In (ab 07/23)	395	370	110	510
<b>Toyota</b>	Yaris (XP21)	(ab 09/20)	445	360	100	510
<b>VW</b>	Golf (VIII)	(ab 07/24)	400	380	130	510
<b>VW</b>	ID.3	(ab 10/23)	505	420	65	540
<b>VW</b>	ID.7	(ab 10/23)	495	420	80	515
<b>VW</b>	Polo (VI)	(ab 09/21)	420	385	120	505

## Stufenheck

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>BMW</b>	5er-Reihe (G60)	Limousine (ab 10/23)	450	420	95	505
<b>BMW</b>	7er-Reihe (G70)	(ab 03/23)	455	430	90	510
<b>BMW</b>	i5 (G60)	Limousine (ab 10/23)	440	420	95	505
<b>BMW</b>	i7 (G70)	(ab 11/22)	475	430	90	510
<b>BYD</b>	Seal	(ab 12/23)	440	415	105	530
<b>Genesis</b>	G70	(ab 11/21)	400	370	85	505
<b>Genesis</b>	G80	(ab 08/21)	430	370	65	505
<b>Lucid</b>	Air	(ab 07/22)	405	395	105	555
<b>Mazda</b>	3 (BP)	Fastback (ab 09/19)	400	370	125	490
<b>Mercedes-Benz</b>	C-Klasse (206)	Limousine (ab 06/21)	390	380	105	495
<b>Mercedes-Benz</b>	E-Klasse (214)	Limousine (ab 10/23)	430	415	105	520
<b>Mercedes-Benz</b>	EQE (295)	(ab 05/22)	470	420	70	530
<b>Mercedes-Benz</b>	S-Klasse (223)	Limousine (ab 11/20)	445	410	95	505
<b>NIO</b>	ET7	(ab 10/22)	490	415	70	525
<b>Skoda</b>	Superb (IV)	Limousine (ab 02/24)	420	385	125	525
<b>Toyota</b>	Mirai (AD2)	(ab 04/21)	460	435	115	545
<b>Volvo</b>	S60 (Z)	(ab 06/19)	395	375	100	515

## Kombi

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Audi</b>	A6 (C8)	Avant (ab 06/23)	405	395	100	515
<b>BMW</b>	5er-Reihe (G61)	Touring (ab 05/24)	440	420	95	505
<b>Citroen</b>	C5 X	(ab 02/22)	450	430	125	495
<b>Ford</b>	Focus (IV)	Turnier (ab 02/22)	405	355	120	500
<b>Genesis</b>	G70	Shooting Brake (ab 11/21)	390	365	90	505
<b>Kia</b>	Ceed (CD)	Sportswagon (ab 10/21)	415	355	85	500
<b>Mercedes-Benz</b>	C-Klasse (206)	T-Modell (ab 06/21)	400	390	100	500
<b>Mercedes-Benz</b>	E-Klasse (214)	T-Modell (ab 10/23)	410	400	105	520
<b>MG</b>	MG5	(ab 03/22)	485	390	60	495
<b>NIO</b>	ET5	Touring (ab 10/23)	480	415	80	515
<b>Opel</b>	Astra (L)	Sports Tourer (ab 03/22)	400	380	130	525
<b>Peugeot</b>	308 (III)	SW (ab 06/22)	405	380	125	540
<b>SEAT</b>	Leon	Sportstourer (ab 04/20)	385	370	135	505
<b>Skoda</b>	Superb (IV)	Combi (ab 01/24)	425	400	125	525
<b>Subaru</b>	Outback (VI)	(ab 05/21)	535	450	100	475
<b>Suzuki</b>	Swace	(ab 12/20)	395	345	125	520
<b>Toyota</b>	Corolla (E21)	Touring Sports (ab 02/23)	410	365	125	520
<b>Volvo</b>	V60 (Z)	(ab 07/18)	410	390	110	515
<b>Volvo</b>	V60 (Z)	Cross Country (ab 09/18)	450	440	130	535
<b>Volvo</b>	V90 (P)	Cross Country (ab 03/20)	465	455	125	525
<b>Volvo</b>	V90 Plug-in Hybrid (P)	(ab 03/20)	395	385	125	525
<b>VW</b>	ID.7	Tourer GTX (ab 06/24)	495	420	80	545
<b>VW</b>	Passat (B9)	Variant (ab 02/24)	420	390	130	525
<b>Volvo</b>	V60 (Z)	(ab 07/18)	410	390	110	515

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Volvo</b>	V60 (Z)	Cross Country (ab 09/18)	450	440	130	535
<b>Volvo</b>	V90 Plug-in Hybrid (P)	(ab 03/20)	395	385	125	525
<b>VW</b>	ID.7	Tourer GTX (ab 06/24)	495	420	80	545
<b>VW</b>	Passat (B9)	Variante (ab 02/24)	420	390	130	525

## Hochdachkombi

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Ford</b>	Tourneo Connect	(ab 05/22)	550	410	95	520
<b>Mercedes-Benz</b>	EQT (420)	(ab 07/23)	575	405	50	490
<b>Mercedes-Benz</b>	T-Klasse (420)	(ab 07/22)	565	395	50	485
<b>Renault</b>	Kangoo (III)	(ab 05/21)	575	405	50	490
<b>VW Nutzfahrzeuge</b>	Caddy (V)	(ab 11/20)	550	410	95	520

## Van

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>BMW</b>	2er-Reihe (Uo6)	Active Tourer (ab 02/22)	495	400	95	500
<b>Dacia</b>	Jogger	(ab 03/22)	485	410	95	515
<b>Mercedes-Benz</b>	B-Klasse (247)	(ab 10/22)	465	360	120	520
<b>VW</b>	Touran (II)	(ab 09/15)	535	395	95	515

## Bus

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
<b>Hyundai</b>	Staria (US4)	(ab 08/21)	815	550	0	475
<b>VW Nutzfahrzeuge</b>	ID. Buzz	(ab 10/22)	785	530	0	565
<b>VW Nutzfahrzeuge</b>	T7	Multivan (ab 11/21)	799	530	0	525
<b>Hyundai</b>	Staria (US4)	(ab 08/21)	815	550	0	475

## Schlussfolgerung

In den unterschiedlichen Karosserievarianten variieren die Sitzhöhen zum Teil nur in relativ geringem Maße. Das betrifft vor allem klassische Karosserievarianten wie Schrägheck, Stufenheck und Kombis. Im Bereich der SUV sind je nach Fahrzeugklasse zum Teil große Unterschiede festzustellen. So liegen SUV der Kleinwagenklasse nur leicht über dem Niveau klassischer Karosserievarianten, SUV der Oberklasse liegen aber zum Teil auf sehr hohem Niveau und übertrumpfen damit sogar viele Vans und Hochdachkombis. Die höchsten Sitzpositionen über der Straße findet man wenig überraschend bei den Bussen. Doch hier sitzt man dann so hoch, dass der Zustieg für manche Personen ähnlich schwierig ist, wie bei extrem niedrigen Sitzpositionen.

## Tipps für den Verbraucher

- Eine erhöhte Sitzposition erleichtert in der Regel das Ein- und Aussteigen
- Gerade für ältere Personen oder Personen mit körperlichen Einschränkungen kann die Sitzposition entscheidend darüber sein, ob ein Auto zu jemandem passt. Daher empfiehlt es sich bei einer Probefahrt hierauf besonderes Augenmerk zu legen.

Herausgeber/Impressum

ADAC e.V.  
Test und Technik  
81360 München  
E-Mail [tet@adac.de](mailto:tet@adac.de)  
[www.adac.de](http://www.adac.de)