

**ADAC**

# **Sicher im Auto. Die richtige Kindersicherung.**

**Für Babys, Klein- und Kindergartenkinder  
sowie Schulkinder bis 12 Jahre.**



## **Impressum**

Herausgeber:

Allgemeiner Deutscher Automobil Club e.V. (ADAC)

Ressort Verkehr

Hansastraße 19, 80686 München

[adac.de/verkehrserziehung](http://adac.de/verkehrserziehung)

© 2024 ADAC e.V., München

**Bildnachweise:**

ADAC e.V., München

## Inhalt

Kindersitz in Kombination mit Gurt: Lebensretter Nr. 1!	4
Kindersitze fürs Auto im Überblick	6
Sicherung von Babys im Auto	8
Welche Kindersitze folgen auf die Babyschale?	10
ISOFIX	13
UN ECE Reg. 129 (i-Size)	14
Sicherung von älteren Kindern	16
Kindersitze im Schulalter	17
ADAC Programm „Sicher im Auto“	18

# **Kindersitz in Kombination mit Gurt: Lebensretter Nr. 1!**

**Die richtige Sicherung von Kindern im Auto hilft, schweren Verletzungen bei Unfällen vorzubeugen.**

Die unfallträchtigste Art der Mobilität ist die Mitfahrt im Auto: Jährlich werden dabei über 10.000 Kinder unter 15 Jahren verletzt oder getötet – meist im Auto der Eltern oder Großeltern.

Viele Kinder erleiden bei einem Unfall schwere Verletzungen:

- Weil ihre Kindersitze unvorschriftsmäßig eingebaut und verwendet wurden.
- Weil sie nur mit dem Erwachsenengurt gesichert waren.

Das bedeutet: Passende und vom ADAC für gut befundene Kindersitze in Kombination mit dem Gurt sind der Lebensretter Nr. 1!

**Die Sicherung von Kindern im Auto ist gesetzlich definiert.**

Die Straßenverkehrsordnung schreibt vor: Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr, die kleiner als 150 cm sind, dürfen in Kraftfahrzeugen auf Sitzen, für die Sicherheitsgurte vorgeschrieben sind, nur mitgenommen werden, wenn amtlich genehmigte und für das Kind geeignete Rückhalteinrichtungen (Kindersitze) benutzt werden.

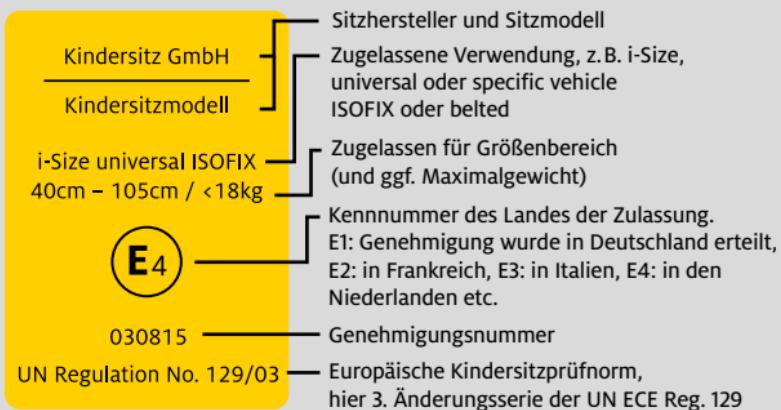
Diese müssen mit einem entsprechenden Prüfsiegel versehen sein. Wird ein Kind ungesichert mitgenommen, droht ein Bußgeld. Ausnahmen gelten für Taxis und Omnibusse über 3,5 t.

Drei Kindersitznormen sind derzeit zugelassen:  
i-Size (UN ECE Reg. 129), UN ECE Reg. 44/04  
und UN ECE Reg. 44/03.



Die neueste Zulassungsnorm, UN ECE Reg. 129, richtet sich nach der Größe des Kindes. Die alten Normen UN ECE Reg. 44/03 und 44/04 sind weiterhin gültig, die Auswahl erfolgt anhand des Gewichts des Kindes.

## Prüfsiegel für Kindersitze



Im Handel dürfen ab September 2024 keine Kindersitze nach UN ECE Reg. 44 mehr verkauft werden, sie dürfen aber weiterhin benutzt werden.

### Wichtig. Kindersitze müssen:

- Zur Größe des Kindes passen.
- Zum Alter des Kindes passen.
- Zum Gewicht des Kindes passen.
- Zum Autositzen passen.
- Für das Auto zugelassen sein.

# **Kindersitze fürs Auto im Überblick.**

## **UN ECE Reg. 129**

Hier erfolgt die Einteilung nach Alter und Größe des Kindes. Zusätzlich gibt es ein Maximalgewicht. Sitze der aktuellen Norm UN ECE Reg. 129 (i-Size) sind durch ISOFIX-Verankerungen mit dem Fahrzeug verbunden.

### **Babyschale**

#### **Babyschale**

Größe: bis ca. 85 cm

Gewicht: 0 bis 13 kg

Alter: Geburt bis ca. 18 Monate

Babys werden in der Babyschale  
immer entgegen der Fahrtrichtung  
(rückwärts gerichtet) gesichert.



### **Kindersitze für Kleinkinder ab etwa 1 Jahr**

Die Kindersitze werden im Fahrzeug mit ISOFIX inklusive Stützfuß oder Dreipunktgurt des Autos gesichert, die Kinder im Sitz durch Hosenträgergurt oder Fangkörper.

#### **Kindersitz mit Hosenträger-Gurtsystem**

Größe: ca. 60 bis max. 105 cm

Gewicht: 9 bis 18 kg

Alter: ca. 1 bis 4 Jahre



**Kindersitz entgegen der Fahrtrichtung (Reboard-System) mit sitzeigenem Hosenträgergurt**

Größe: 60 bis max. 105 cm

Gewicht: 9 bis 18 kg

Alter: ca. 1 bis 4 Jahre



**Kindersitz mit Fangkörper (Tischchen) in Verbindung mit Dreipunktgurt**

Größe: ca. 60 bis max. 105 cm

Gewicht: 9 bis 18 kg

Alter: ca. 1 bis 4 Jahre



**Kindersitz für Kinder ab etwa 4 Jahren**

**Kindersitz mit Rückenlehne**

Größe: ca. 105 bis 150 cm

Gewicht: 15 bis 36 kg

Alter: ca. 4 bis 12 Jahre

Das Kind wird mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs angeschnallt.



Neben den gezeigten Sitzen gibt es Kombisitze, die für den Altersbereich von 1 bis 12 Jahren geeignet sind.

Weitere Informationen erhalten Sie auf  
[adac.de/sicherimauto](http://adac.de/sicherimauto)



**ADAC Empfehlung:** Nutzen Sie jeden Kindersitz so lange wie möglich – idealerweise bis zur Obergrenze des auf dem Prüfsiegel vermerkten Größen- oder Gewichtsbereichs.

# **Sicherung von Babys im Auto.**

Babys werden immer entgegen der Fahrtrichtung gesichert. Die rückwärts gerichtete, halb liegende Position bietet optimalen Schutz. So wird bei einem Frontalaufprall die Rückenpartie auf großer Fläche in den Sitz gepresst und der Kopf gut geschützt. Ausnahme: Babywannen für Frühchen und Babys bis 10 kg. Diese werden quer zur Fahrtrichtung auf dem Rücksitz eingebaut, um das Kind liegend zu befördern.

Der Hosenträgergurt in der Babyschale muss dabei möglichst eng am Körper des Babys anliegen und an die Körpergröße angepasst werden (Schulterhöhe). Babyschalen werden mit ISOFIX und der dazugehörigen Basis oder mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs gesichert.

Die Befestigung auf dem Beifahrersitz ist nur erlaubt, wenn ein dort vorhandener Front-Airbag abgeschaltet ist. Auf keinen Fall darf eine Babyschale vorwärts gerichtet montiert werden.

## **Wann sollte der Sitz gewechselt werden?**

Der ADAC empfiehlt, die Grenzwerte der Babyschale bis zu einem Gewicht von 13 kg bzw. bis zu einem Alter von ca. 18 Monaten voll auszunutzen. Erfolgt der Wechsel zu früh, würde die noch kaum ausgeprägte Hals- und Nackenmuskulatur des Kleinkinds schon bei einem vermeintlich harmlosen Auffahrunfall stark belastet. Das kann schwere Verletzungen verursachen. Erst wenn der Kopf des Babys an den Schalenrand heranreicht, ist das Kind aus seiner Babyschale herausgewachsen.

Der ADAC empfiehlt nach der Babyschale ein Reboard-System, mit dem das Kind weiterhin entgegen der Fahrtrichtung gesichert wird.



# **Welche Kindersitze folgen auf die Babyschale und was ist zu beachten?**

**Kindersitze für Kleinkinder ab etwa 1 bis 4 Jahre**

**Größe: ca. 60 bis max. 105 cm**

**Gewicht: 9 bis 18 kg**

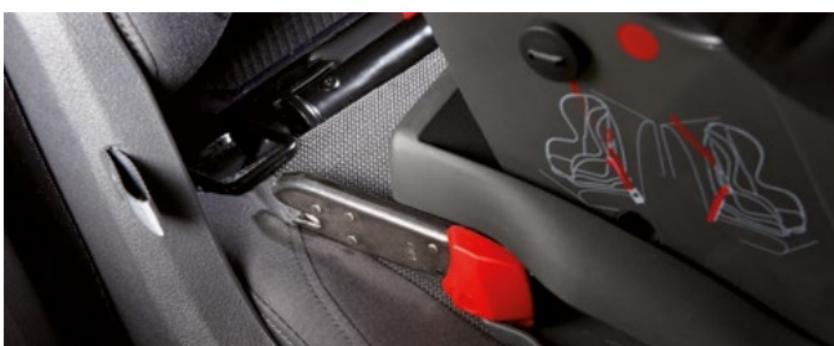
Es stehen unterschiedliche Systeme zur Wahl. Die Kindersitze werden entweder mit Dreipunktgurt oder ISOFIX im Fahrzeug befestigt. Die Kindersicherung im Sitz erfolgt durch Hosenträgergurte oder Fangkörper.

## **» Kindersitz mit Hosenträger-Gurtsystem**

Das Kind wird mit dem sitzeigenen Gurt (Fünfpunktgurt) ange schnallt. Der Hosenträgergurt muss möglichst stramm am Körper anliegen. Die Anpassung der Körpergröße erfolgt durch die Ausrichtung des Gurtauslasses an der Schulterhöhe des Kindes.

## **» Kindersitz entgegen der Fahrtrichtung (Reboard-System) mit sitzeigenem Hosenträgergurt**

Eine rückwärts gerichtete Sicherung von Kindern ist bei einem Frontalaufprall konstruktionsbedingt sicherer. Kopf und Oberkörper werden dann von der Sitzschale abgestützt. Ist der Sitz in Fahrtrichtung montiert, wird nur der Oberkörper gehalten. Der Kopf schwingt nach vorne, was zu Verletzungen führen kann. Reboard-Systeme benötigen etwas mehr Platz im Auto. Der Einbau ist bei Sitzen, die mit einem Dreipunktgurt befestigt werden, etwas komplexer. Montiert man diese Sitze auf dem Rücksitz, muss der Beifahrersitz gegebenenfalls sehr weit nach vorn geschoben werden. Dadurch ist eine ordnungsgemäße Sitzposition für einen Beifahrer auf diesem Sitzplatz nicht mehr gewährleistet.



ISOFIX-Bügel im Fahrzeug und Rastarme am Kindersitz.

» **Kindersitz mit Fangkörper (Tischchen) in Verbindung mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs**

Der Rumpf des Kindes wird bei einem Unfall durch den Fangkörper abgefangen. Ein Kindersitz mit Fangkörper darf in der entsprechenden Gewichtsklasse niemals ohne Tischchen verwendet werden.

**ADAC Empfehlung:** Probieren Sie vor dem Kauf eines Kindersitzes dessen Einbau im eigenen Fahrzeug aus.



Die Babyschale wird in  
die ISOFIX-Basis eingesetzt.

## ISOFIX.

ISOFIX ist ein genormtes Befestigungssystem für Babyschalen und Kindersitze. Dabei werden diese nicht mit dem Dreipunktgurt gesichert, sondern mithilfe von ISOFIX-Bügeln fest mit der Karosserie des Fahrzeugs verbunden. Fast alle Neufahrzeuge haben heute serienmäßig ISOFIX-Verankerungspunkte – überwiegend auf den beiden äußeren Rücksitzen. Spezielle Rastarme am Kindersitz greifen mit Schnappverschlüssen um die ISOFIX-Bügel im Fahrzeug. Der Sitz ist dann fest im Fahrzeug verankert, muss aber noch zusätzlich mit einer weiteren Befestigung gesichert werden:



ISOFIX Top Tether: Gurt mit Befestigungspunkt.

### » **Top Tether**

Zusatzgurt an einem dritten Befestigungspunkt an der Sitzschale. Dieser Top Tether wird an einem Verzurrpunkt hinter der Rücksitzlehne oder im Kofferraum befestigt.



ISOFIX-Stützfuß.

### » **Stützfuß**

Der ISOFIX-Kindersitz bzw. das ISOFIX-Basisgestell ist mit einem Stützfuß ausgestattet. Dieser darf aber nur in den in der Typliste aufgeführten Fahrzeugmodellen eingebaut werden. Der Kindersitzhersteller hat für diese Fahrzeuge geprüft, dass sich der Kindersitz sicher montieren lässt und der Fußraum für den Stützfuß geeignet ist.

Verwenden Sie ISOFIX-Kindersitze, wenn Ihr Fahrzeug mit ISOFIX ausgerüstet ist. So lassen sich Fehler bei der Befestigung des Kindersitzes weitgehend ausschließen. Allerdings sind diese Sitze etwas schwerer und teurer als gegurtete Sitze.

## **UN ECE Reg. 129 (i-Size).**

Seit Mitte 2013 gibt es eine erweiterte ECE-Zulassung: die aktuelle Norm UN ECE Reg. 129 (i-Size), die den Einbau von Kindersitzen erleichtert und die Sicherheit erhöht. So müssen die Sitze im Prüfverfahren einen Seitenauflaufstest bestehen, was bei der Norm UN ECE Reg. 44 nicht der Fall ist, im ADAC jedoch bereits seit Jahren mit getestet wird. Sitze dieser Norm sind durch ISOFIX-Verankerungen mit dem Fahrzeug verbunden. Die alten Normen UN ECE Reg. 44/03 und 44/04 sind weiterhin gültig. Im Handel dürfen ab September 2024 keine Kindersitze nach UN ECE Reg. 44 mehr verkauft werden, sie dürfen aber weiterhin benutzt werden.

UN-ECE-Reg.-129-Kindersitze werden anhand des Alters und der Größe des Kindes ausgewählt. Kinder bis 15 Monate müssen darin entgegen der Fahrtrichtung befördert werden. Dabei legt jeder Hersteller selbst fest, bis zu welcher Körpergröße der Sitz geeignet ist. Insbesondere für kleine Kinder ist die Sicherung entgegen der Fahrtrichtung grundsätzlich sicherer. Die Belastungen für Kopf und Nacken sind dann beim häufig auftretenden Frontalunfall niedriger. Deswegen sollte ein Wechsel in den nächstgrößeren Kindersitz möglichst lange hinausgezögert werden.

Das sind die Regeln für Sitze nach UN ECE Reg. 129 (i-Size):  
Sitze mit i-Size-Kennzeichnung dürfen ohne weitere Einschränkungen auf allen Autositzen mit i-Size-Kennzeichnung genutzt werden (die ersten Autos wurden ab 2015 verkauft). Sitze mit universaler UN-ECE-Reg.-129-Zulassung dürfen auf allen universal zugelassenen Autositzen verwendet werden (diese gibt es schon wesentlich länger als i-Size-zugelassene Sitzplätze). Sitze mit fahrzeugspezifischer UN-ECE-Reg.-129-Zulassung dürfen nur in Fahrzeugen genutzt werden, die in der Typliste des Kindersitzes freigegeben sind.

Weitere Informationen erhalten Sie auf  
[adac.de/kindersitzberater](http://adac.de/kindersitzberater)





ADAC Crashversuch: Dummy mit Sitzerhöher bei einem Seitencrash:  
Kopf und Körper des Dummys schlagen ungeschützt an die seitliche Fahrzeugwand.

### **Was ändert sich für Eltern, die bereits einen Kindersitz haben oder einen benötigen?**

Bereits vorhandene Kindersitze dürfen selbstverständlich weiter verwendet werden. Ein Verwendungsverbot von Kindersitzen, die nach UN ECE Reg. 44/04 und 44/03 zugelassen sind, ist derzeit nicht geplant. Eltern, die einen neuen Kindersitz benötigen, können noch bis September 2024 Produkte kaufen, die eine UN-ECE-Reg.-44/04- oder -44/03-Zulassung haben. Sie müssen nicht befürchten, dass sie diese schon bald nicht mehr nutzen dürfen.

# **Sicherung von älteren Kindern.**

**Kindersitze für Kinder ab etwa 4 Jahren**

**Größe: ab etwa 100 bis 150 cm**

**Gewicht: 15 bis 36 kg**

## **» Sitzerhöher mit Rückenlehne in Verbindung mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs**

Kind und Kindersitz werden mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs gesichert. Diese Systeme sind erst ab einem Alter von ca. 4 Jahren sinnvoll. Bei einem zu frühen Wechsel erhöht sich das Risiko von Verletzungen im Bauchbereich durch den Beckengurt. Der Dreipunktgurt muss durch spezielle Gurtführungen (Hörnchen) so gelenkt werden, dass er möglichst tief auf dem Beckenknochen verläuft und bei einer Kollision nicht nach oben in den Bauchbereich rutschen kann. Durch die höhere Sitzposition soll zudem verhindert werden, dass der Gurt zu nah am Hals verläuft. Sitzerhöher sind von 15 bis 25 kg und/oder von 22 bis 36 kg zugelassen.

## **» Sitzerhöher**

Diese Systeme werden mit dem Dreipunktgurt des Fahrzeugs verwendet. Sie verringern das Verletzungsrisiko bei einem Frontalunfall, bieten jedoch keinerlei Schutz bei seitlichen Kollisionen.

### **ADAC Empfehlung: Kindersitze mit Rückenlehne**

Auch ab etwa 4 Jahren bzw. von 100 bis 150 cm oder 15 bis 36 kg rät der ADAC zu einem vollwertigen Kindersitz mit Rückenlehne, der Kopf und Oberkörper bei einem seitlichen Unfall bestmöglich schützt. Das kann ein reiner Sitzerhöher niemals leisten. Wichtig: Kinder auch bei spontaner Mitnahme immer mit Kindersitz sichern!

## Kindersitze im Schulalter.

Im Schulalter wollen Kinder keine „Babys“ mehr sein und nicht mehr in einem Kindersitz befördert werden. Allerdings reicht der Erwachsenengurt zu ihrer Sicherung nicht aus, da ihr Becken noch nicht vollständig ausgebildet ist. Deshalb kann der Beckengurt ohne Kindersitz in den Bauch rutschen und schwere innere Verletzungen verursachen. Die Lösung sind sehr modern und sportlich gestaltete Kindersitze mit Rückenlehne, die auch von älteren Schulkindern akzeptiert werden.

Nach der Straßenverkehrsordnung müssen Kinder, die kleiner als 150 cm sind, bis zum 12. Geburtstag mit speziellen Sicherungssystemen im Pkw gesichert werden.



Der Dreipunktgurt wird durch die Gurtführung (Hörnchen) gelenkt.

**ADAC Empfehlung:** Egal, für welches Modell nach welcher Norm sich Eltern auch entscheiden: Vor dem Kauf sollte der Sitz im eigenen Auto ausprobiert und die Fahrzeugtypliste – sofern vorhanden – am Kindersitz beachtet werden.



## **ADAC Programm „Sicher im Auto“.**

Beim Kauf eines Kindersitzes wird eine grundlegende Entscheidung getroffen, von der die Gesundheit und das Wohl des Kindes abhängen können.

### **Besser informiert mit „Sicher im Auto“**

Das ADAC Programm „Sicher im Auto“ informiert über die richtige Sicherung von Kindern. Eine Checkliste für den Kindersitzkauf sowie die aktuellen Testergebnisse finden Sie auf [adac.de/sicherimauto](http://adac.de/sicherimauto)

Informationen über das Programm „Sicher im Auto“ erhalten Sie bei allen ADAC Regionalclubs, per E-Mail sowie darüber hinaus telefonisch unter der ADAC Service-Rufnummer.





Nur der richtige Kindersitz  
und sein korrekter Gebrauch  
gewährleisten den vollen  
Schutz des Kindes.



## Jetzt informieren und beraten lassen:

-  [adac.de/sicherimauto](http://adac.de/sicherimauto)
-  [adac.de/kindersicherheit](http://adac.de/kindersicherheit)
-  [sicher-im-auto@adac.de](mailto:sicher-im-auto@adac.de)
-  0 800 5 10 11 12 (ADAC Service-Rufnummer)  
(Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr; gebührenfrei)

**ADAC e.V.**  
Hansastraße 19  
80686 München