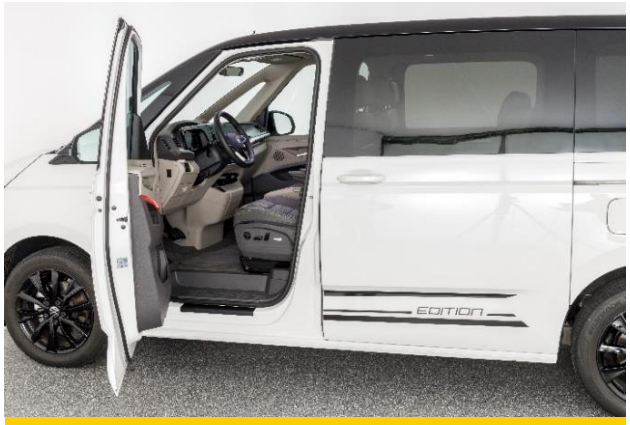
Sitzhöhe im Auto

Inhalt

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

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]
Alfa Romeo	Junior	(06/24 -)	500	450	125	490
Audi	Q5	(02/25 -)	580	450	65	470
Audi	Q5	(02/25 -)	570	455	65	470
Audi	Q6 e-tron	(08/24 -)	575	465	70	515
Audi	Q8	(09/23 -)	640	475	5	490
BMW	iX	(03/25 -)	615	450	30	555
BMW	iX1	(11/22 -)	525	425	75	505
BMW	iX2	(03/24 -)	505	415	70	525

BMW	X1	(10/22 -)	535	425	75	505
BMW	X2	(03/24 -)	520	430	95	525
BMW	X3	(11/24 -)	580	455	65	520
BMW	X5	(04/23 -)	645	485	40	525
BYD	Atto 2	(03/25 -)	560	435	75	450
BYD	Seal U	(02/24 -)	595	450	65	455
BYD	Sealion 7	(11/24 -)	565	445	90	485
Citroen	e-C3	(03/24 -)	545	420	115	515
CUPRA	Formentor	(07/24 -)	440	415	130	465
CUPRA	Tavascan	(06/24 -)	530	435	85	500
Dacia	Duster	(06/24 -)	555	470	85	500
Dacia	Spring	(07/24 -)	500	375	115	425
Fiat	600e	(09/23 -)	505	455	125	495
Fiat	Grande Panda	(07/25 -)	525	430	120	515
Ford	Capri	(11/24 -)	535	445	75	505
Ford	Explorer EV	(08/24 -)	540	465	80	505
Ford	Kuga	(06/24 -)	570	435	135	465
Ford	Mustang Mach-E	(01/21 -)	550	465	115	455
Genesis	GV60	(09/25 -)	505	410	55	485
Honda	CR-V	(10/23 -)	580	445	75	450
Honda	HR-V	(03/25 -)	550	440	95	450
Honda	ZR-V	(10/23 -)	540	445	85	495
Hyundai	Bayon	(06/24 -)	460	400	110	505
Hyundai	Inster	(01/25 -)	500	385	85	450
Hyundai	IONIQ 5	(08/24 -)	530	420	55	510
Hyundai	IONIQ 9	(07/25 -)	645	455	40	475
Hyundai	Kona	(05/23 -)	515	395	60	520
Hyundai	Santa Fe	(07/24 -)	615	470	60	450
Hyundai	Tucson	(06/24 -)	570	440	80	455
Jeep	Avenger	(03/23 -)	500	450	120	480
KGM	Actyon	(04/25 -)	600	465	105	465
Kia	EV3	(11/24 -)	535	410	55	505
Kia	EV6	(10/24 -)	515	425	50	490
Kia	EV9	(10/23 -)	635	465	45	470
Kia	Niro	(06/22 -)	475	390	115	500
Kia	Sorento	(03/24 -)	595	455	60	460
Kia	Sportage	(07/25 -)	560	440	85	455
Kia	XCeed	(07/22 -)	445	390	90	520
Lexus	LBX	(02/24 -)	510	430	100	480
Lexus	NX	(10/21 -)	595	465	75	450
Lexus	RX	(12/22 -)	590	455	70	460
Lexus	UX	(03/19 -)	470	415	115	455
Lynk & Co	08	(06/25 -)	575	450	75	470
Mazda	CX-30	(09/19 -)	480	410	125	495
Mazda	CX-60	(06/22 -)	615	470	70	465
Mazda	CX-80	(10/24 -)	615	470	75	480

Mercedes-Benz	EQE SUV	(05/23 -)	610	475	75	625
Mercedes-Benz	GLA	(07/23 -)	535	440	120	465
Mercedes-Benz	GLC	(10/22 -)	550	470	105	565
MG	HS	(10/24 -)	595	450	90	575
MG	MGS5	(05/25 -)	530	445	105	485
MINI	Aceman	(10/24 -)	455	395	65	495
MINI	Countryman	(03/24 -)	545	440	95	520
NIO	EL6	(10/23 -)	610	465	75	500
NIO	EL7	(01/23 -)	630	475	25	490
NIO	EL8	(09/24 -)	660	480	25	495
Nissan	Ariya	(09/22 -)	595	455	55	465
Nissan	Juke	(04/24 -)	515	445	115	460
Nissan	Qashqai	(06/24 -)	560	455	85	450
Nissan	X-Trail	(09/22 -)	590	470	85	440
Opel	Frontera	(10/24 -)	550	445	115	530
Opel	Grandland	(10/24 -)	565	455	60	490
Peugeot	3008	(02/24 -)	575	460	60	505
Peugeot	e-2008	(09/23 -)	490	460	130	475
Peugeot	e-3008	(02/24 -)	575	460	60	490
Peugeot	e-5008	(10/24 -)	595	465	65	490
Polestar	4	(08/24 -)	495	430	70	535
Porsche	Cayenne	(07/23 -)	630	470	15	495
Porsche	Macan	(06/24 -)	545	465	80	530
Renault	Austral	(04/25 -)	560	430	80	455
Renault	Captur	(06/24 -)	560	450	100	465
Renault	Espace	(04/25 -)	560	440	60	455
Renault	Mégane	(03/22 -)	480	370	35	515
Renault	R4	(05/25 -)	515	465	100	510
Renault	Rafale	(06/24 -)	565	430	60	470
Renault	Scénic	(03/24 -)	510	405	35	520
Renault	Symbioz	(07/24 -)	555	445	105	470
Skoda	Elroq	(01/25 -)	520	455	80	520
Skoda	Enyaq	(01/25 -)	535	460	80	510
Skoda	Kamiq	(01/24 -)	465	435	120	525
Skoda	Karoq	(12/21 -)	515	405	130	470
Skoda	Kodiaq	(03/24 -)	575	435	95	470
smart	#1	(01/23 -)	535	430	60	455
smart	#3	(12/23 -)	500	405	60	475
smart	#5	(04/25 -)	575	445	60	480
Subaru	Crosstrek	(01/24 -)	515	430	100	485
Subaru	Forester	(01/25 -)	580	440	100	445
Suzuki	Across	(11/20 -)	595	470	80	455
Suzuki	e Vitara	(01/26 -)	595	455	65	485
Suzuki	Vitara	(07/24 -)	560	425	130	495
Tesla	Model Y	(03/25 -)	585	430	55	500

Toyota	C-HR	(01/24 -)	530	420	110	460
Toyota	Yaris Cross	(09/21 -)	510	430	100	465
Volvo	EC40	(02/24 -)	575	440	75	485
Volvo	EX30	(01/24 -)	520	430	55	470
Volvo	EX90	(03/24 -)	635	500	95	460
Volvo	XC40	(03/22 -)	575	440	95	485
Volvo	XC60 Plug-in Hybrid	(04/25 -)	570	460	80	480
Volvo	XC90 Plug-in Hybrid	(09/24 -)	635	475	85	525
VW	ID.4	(12/20 -)	515	445	75	500
VW	ID.5	(05/22 -)	520	450	75	495
VW	Taigo	(10/21 -)	470	430	120	505
VW	Tayron	(03/25 -)	575	435	105	460
VW	T-Cross	(03/24 -)	505	425	120	495
VW	Tiguan	(03/24 -)	565	430	105	470
VW	T-Roc	(11/25 -)	470	400	135	490
VW	T-Roc Cabriolet	(03/22 -)	485	435	150	515

Schrägheck

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
Alpine	A290	(12/24 -)	500	450	100	560
Audi	A3	Sportback (06/24 -)	385	375	130	515
BMW	1er-Reihe	(10/24 -)	415	385	95	535
BMW	i4	(07/24 -)	425	420	110	515
BYD	Dolphin	(10/23 -)	495	410	80	480
BYD	Dolphin Surf	(06/25 -)	555	400	65	420
CUPRA	Leon	(07/24 -)	405	370	130	545
Fiat	500e	(11/20 -)	515	380	65	460
Honda	Civic	(10/25 -)	375	360	125	505
Honda	Jazz	Crosstar (03/23 -)	470	400	100	500
Hyundai	i20	(10/23 -)	415	360	115	500
Hyundai	i30	(06/24 -)	410	360	95	505
Kia	Picanto	(05/24 -)	445	355	105	455
Leapmotor	T03	(09/24 -)	535	385	45	490
Mazda	3	(03/19 -)	400	375	125	490
Mercedes-Benz	A-Klasse	(10/22 -)	405	385	120	525
MG	MG3	(05/24 -)	475	375	90	505
MINI	Cooper	3-Türer (03/24 -)	400	380	125	480
NIO	ET5	(04/23 -)	480	415	80	515
Opel	Corsa	(10/23 -)	415	390	130	495
Peugeot	e-208	(11/23 -)	425	395	130	505
Renault	R5	(01/25 -)	475	440	100	515

SEAT	Leon	(04/20 -)	395	365	130	510
Skoda	Fabia	(07/21 -)	420	380	120	505
Skoda	Scala	(01/24 -)	440	405	125	515
Subaru	Impreza	(01/24 -)	435	360	100	485
Suzuki	Swift	(04/24 -)	445	350	115	490
Toyota	Prius	(07/23 -)	395	370	110	510
Toyota	Yaris	(09/20 -)	445	360	100	510
VW	Golf	(07/24 -)	400	380	130	510
VW	ID.7	(10/23 -)	495	420	80	515
VW	Polo	(09/21 -)	420	385	120	505

Stufenheck

Marke	Modell	Baureihenvari-ante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schwel-ler [mm]
BMW	5er-Reihe	(10/23 -)	450	420	95	505
BMW	7er-Reihe	(03/23 -)	455	430	90	510
BMW	i5	(10/23 -)	440	420	95	505
BMW	i7	(11/22 -)	475	430	90	510
Genesis	G80	Electrified (06/25 -)	460	380	65	505
Lucid	Air	(07/22 -)	405	395	105	555
Mazda	3	Fastback (09/19 -)	400	370	125	490
Mazda	6e	(06/25 -)	475	405	85	530
Mercedes-Benz	C-Klasse	(06/21 -)	390	380	105	495
Mercedes-Benz	E-Klasse	(10/23 -)	430	415	105	520
Mercedes-Benz	EQE	(05/22 -)	470	420	70	530
NIO	ET7	(10/22 -)	490	415	70	525
Polestar	2	(06/20 -)	445	415	75	495
Skoda	Superb	(02/24 -)	420	385	125	525
Tesla	Model 3	(09/23 -)	400	405	105	490
Toyota	Mirai	(04/21 -)	460	435	115	545

Kombi

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
Audi	A5	(11/24 -)	390	395	105	520
Audi	A6	(05/25 -)	395	405	105	500
Audi	A6 e-tron	(09/24 -)	475	435	95	525
BMW	3er-Reihe	(07/24 -)	395	405	110	505
BMW	5er-Reihe	(05/24 -)	440	420	95	505
Citroen	C5 X	(02/22 -)	450	430	125	495
Mercedes-Benz	C-Klasse	(06/21 -)	400	390	100	500
Mercedes-Benz	E-Klasse	(10/23 -)	410	400	105	520
NIO	ET5	(10/23 -)	480	415	80	515
SEAT	Leon	(04/20 -)	385	370	135	505
Skoda	Octavia	(05/24 -)	405	375	125	525
Skoda	Superb	(01/24 -)	425	400	125	525
Subaru	Outback	(05/21 -)	535	450	100	475
Suzuki	Swace	(12/20 -)	395	345	125	520
Toyota	Corolla	(02/23 -)	410	365	125	520
Volvo	V60	(07/18 -)	400	380	145	515
VW	Golf	Golf R (07/24 -)	400	375	130	530
VW	ID.7	GTX (06/24 -)	495	420	80	545
VW	Passat	(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]
Ford	Tourneo Connect	(05/22 -)	550	410	95	520
Ford	Tourneo Courier	(10/23 -)	560	415	100	495
Renault	Kangoo	(05/21 -)	575	405	50	490
VW Nutzfahrzeuge	Caddy	(11/20 -)	540	405	95	520

Van

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
BMW	2er-Reihe	Active Tourer (02/22 -)	495	400	95	500
Mercedes-Benz	B-Klasse	(10/22 -)	465	360	120	520

Bus

Marke	Modell	Baureihenvariante	Höhe Sitzfläche über Straße [mm]	Schweller Höhe außen [mm]	Schweller Höhe innen [mm]	Abstand Sitz/Schweller [mm]
Hyundai	Staria	(08/21 -)	815	550	0	475
Mercedes-Benz	V-Klasse	(01/24 -)	770	455	0	475
VW Nutzfahrzeuge	ID. Buzz	(10/22 -)	785	530	0	565
VW Nutzfahrzeuge	T7	(11/21 -)	799	530	0	525

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
www.adac.de