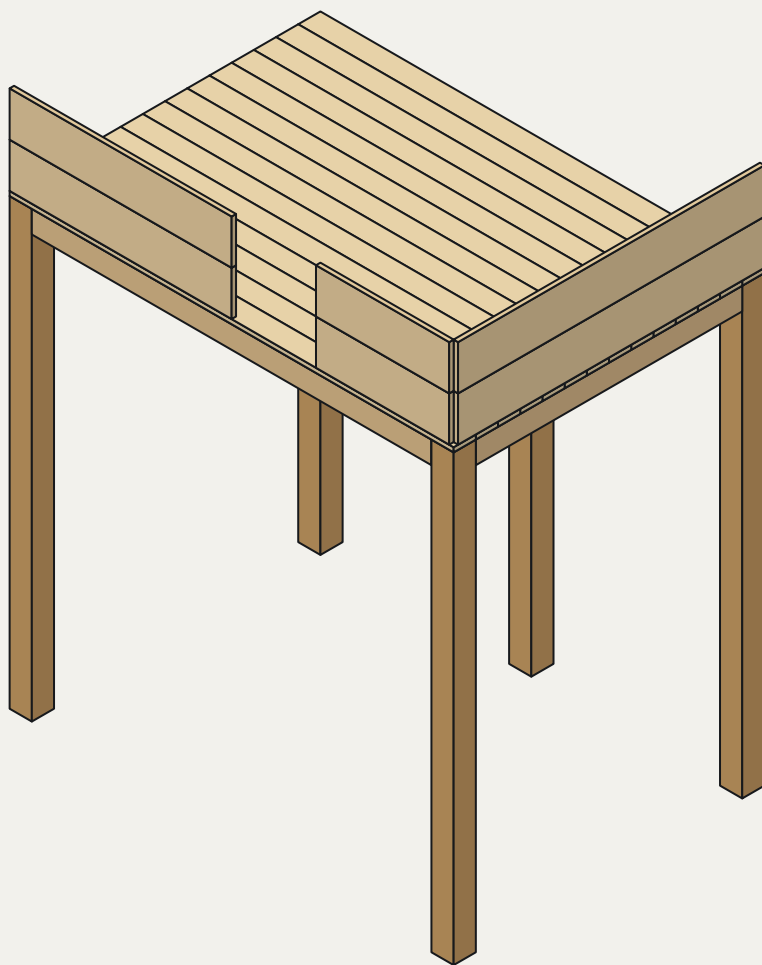


Hochbett in zwei Bauweisen

Zwei Hochbetten mit vollständiger Zuschnittliste: die Balkenbauweise mit offenem Raum darunter und die Regalbauweise mit Stauraum. Mit Rahmen von oben, Vorderansicht, Rechnung für Einstieg und Absturzsicherung und allen Bauschritten.

**BALKENBAUWEISE**

Liegefläche 140 × 200 cm, Kantholz 10 × 10

HÖHE

Rahmen 200 cm, Regale 160 cm

ABSTURZSICHERUNG

mindestens 16 cm über der Matratze

REGALBAUWEISE

Liegefläche 100 × 200 cm, zwei Regale als Unterbau

EINSTIEG

30 bis 40 cm, nach DIN EN 747

PFLICHT

immer mit der Wand verbinden

Inhalt: Balkenbauweise · Rahmen und Ansicht · Matratzendicke · Regalbauweise · 7 Bauschritte

Herausgegeben von bauplan-bauanleitung.de. Online-Fassung mit allen Maßen: <https://www.bauplan-bauanleitung.de/moebel/bauanleitung-hochbett/>
· Stand Oktober 2026. Maße in Zentimetern, wenn nicht anders angegeben.

Balkenbauweise, 140 × 200 cm

Das Hochbett in Balkenbauweise ist ein Rahmen aus Kantholz auf vier Pfosten, mit einem fünften Fuß unter der Mitte des Wandbalkens. Die Balken liegen zwischen den Pfosten, darum sind sie um zweimal die Pfostenstärke kürzer als die Liegefläche. Das Bett steht in einer Ecke und wird mit der Wand verschraubt.

NR.	TEIL	ANZ.	MASS (CM)	HINWEIS	OK
1	Pfosten	4	200 × 10 × 10	drei davon an die Wand	☐
2	Längsbalken	2	180 × 10 × 10	zwischen den Pfosten	☐
3	Querbalken und Streben	5	120 × 10 × 10	2 an den Enden, 3 als Streben	☐
4	Mittelstütze	1	190 × 10 × 10	unter den Wandbalken	☐
5	Latten Liegefläche	14	200 × 10 × 2	14 × 10 = 140	☐
6	Sicherung Längsseite	2	100 × 20 × 2	zwei Lagen übereinander	☐
7	Sicherung Längsseite	2	60 × 20 × 2	zwei Lagen, siehe Hinweis	☐
8	Sicherung Schmalseite	2	138 × 20 × 2	zwei Lagen	☐

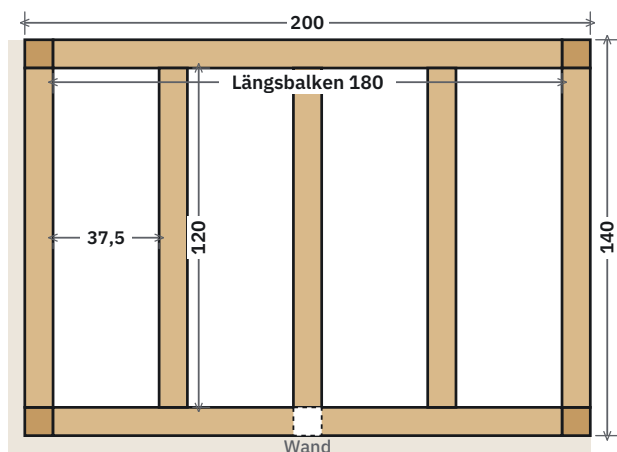
Gerechnet

Längsbalken $200 - 2 \times 10 = 180$. Querbalken $140 - 2 \times 10 = 120$.
Mittelstütze $200 - 10 \text{ Balkenhöhe} = 190$. Streben: $(180 - 3 \times 10) / 4 = 37,5 \text{ cm Feld}$. Schmalseite $140 - 2 \text{ cm Brett der Längsseite} = 138$. Einstieg $200 - 2 - 100 - 60 = 38 \text{ cm}$.

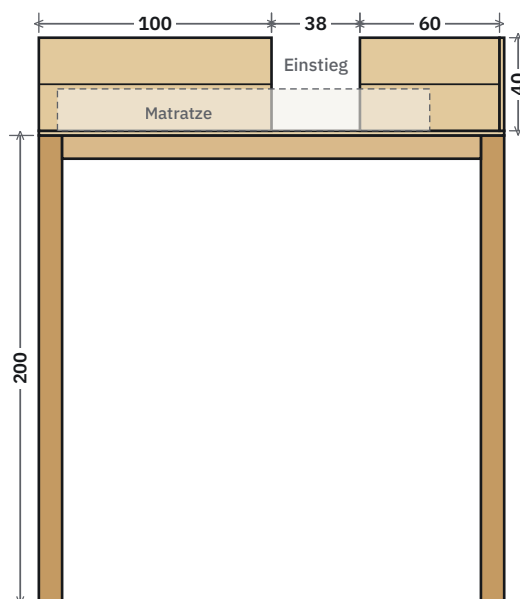
Hinweis zum Einstieg

Die Online-Anleitung nannte für die Längsseite 100 und 50 cm. Damit wäre der Einstieg 48 cm breit, die Anleitung selbst fordert nach DIN EN 747 aber 30 bis 40 cm. Dieser Plan nimmt deshalb 60 statt 50 cm; der Einstieg wird 38 cm breit.

Rahmen, Ansicht und Matratze



Rahmen von oben, in der Ecke an zwei Wänden. Gestrichelt: Mittelstütze unter dem Wandbalken.



Vorderansicht der offenen Längsseite: Sicherung aus zwei Lagen à 20 cm auf der Lattung, Einstieg 38 cm.

Wie dick darf die Matratze sein?

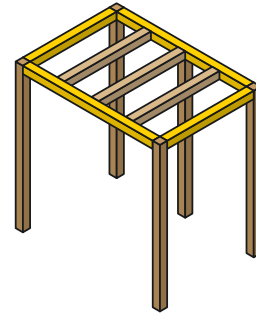
Die Oberkante der Absturzsicherung muss mindestens 16 cm über der Oberseite der Matratze liegen. Stehen die beiden Brettlagen auf der Lattung, ragt die Sicherung 40 cm über die Liegefläche, bei der Regalbauweise 30 cm über die Platte. Wer die Bretter tiefer, etwa außen an die Balken schraubt, rechnet mit dem Maß von Liegefläche bis Oberkante neu.

MATRATZE	SICHERUNG MINDESTENS	BALKENBAUWEISE (40 CM)	REGALBAUWEISE (30 CM)
10 cm	26 cm	ja	ja
12 cm	28 cm	ja	ja
14 cm	30 cm	ja	ja
16 cm	32 cm	ja	nein
18 cm	34 cm	ja	nein
20 cm	36 cm	ja	nein
22 cm	38 cm	ja	nein
24 cm	40 cm	ja	nein

Balkenbauweise bauen

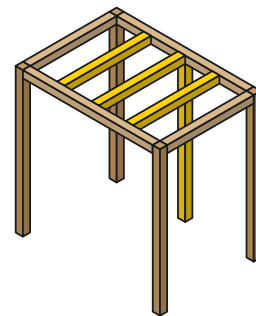
1 Pfosten und Rahmen

Pfosten aufstellen und ausrichten, die beiden hinteren und einen vorderen mit der Wand verschrauben. Längsbalken an die Längsseiten, zwei Querbalken an Kopf- und Fußende, jeweils zwischen die Pfosten.



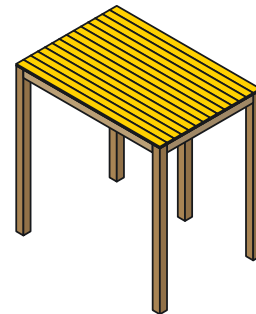
2 Streben und Mittelstütze

Mit Winkeln und Schrauben befestigen, alle Löcher vorbohren. Die Mittelstütze als fünften Fuß unter den Wandbalken setzen, die drei übrigen Querbalken als Streben in gleichen Abständen einbauen.



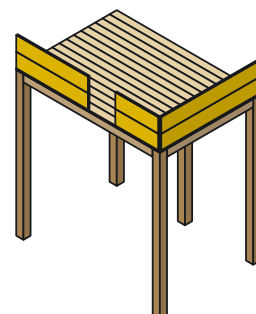
3 Liegefläche

Die 14 Latten der Länge nach auf Rahmen und Streben schrauben, je Auflage zwei Schrauben.



4 Absturzsicherung

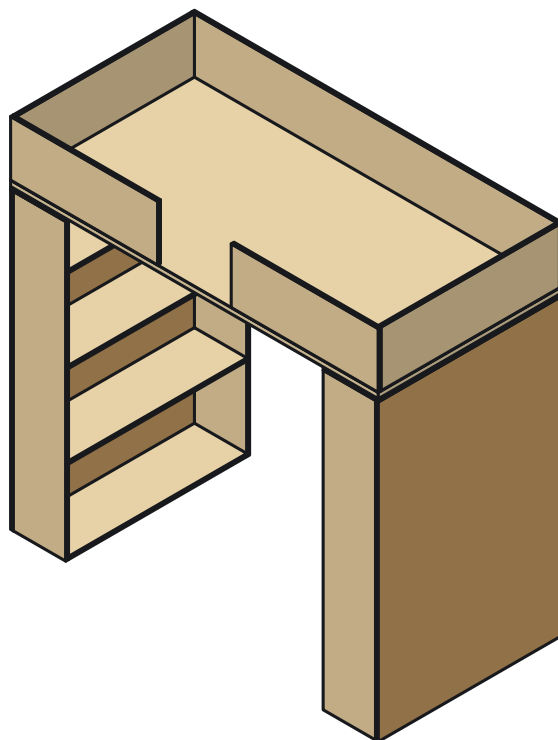
An der offenen Schmalseite zwei 138er Bretter übereinander, an der Längsseite je Lage ein 100er und ein 60er Brett, dazwischen 38 cm Einstieg. Innen mit kleinen Winkeln oder von außen verschrauben; außen sichtbare Schraubköpfe verspachteln, damit keine scharfen Kanten bleiben.



Regalbauweise, 100 × 200 cm

Bei der Regalbauweise tragen zwei Regale an Kopf- und Fußende die Liegefläche, ein Balken stützt die Wandseite in der Mitte. Unter dem Bett entsteht ein Durchgang, der mit einem Vorhang geschlossen werden kann.

TEIL	ANZ.	MASS (CM)	OK
Regalrückwand	2	160 × 100 × 1,5	☐
Seitenteil	4	160 × 28,5 × 1,5	☐
Regalboden	8	97 × 28,5 × 1,5	☐
Regaldeckel	2	100 × 30 × 1,5	☐
Mittelstütze	1	161,5 × 6 × 6	☐
Liegefläche	1	200 × 100 × 3	☐
Umrandung hinten	1	200 × 30 × 1,5	☐
Umrandung Enden	2	97 × 30 × 1,5	☐
Umrandung vorn	2	80 × 30 × 1,5	☐
Gardinenstange, Stoff	1	140 lang	☐



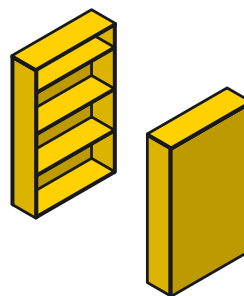
Zwei Regale, Liegefläche, Umrandung mit 40 cm Einstieg vorn.

Gerechnet: Böden $100 - 2 \times 1,5 = 97$. Seitenteile $30 - 1,5$ Rückwand = 28,5. Mittelstütze $160 + 1,5$ Deckel = 161,5. Einstieg vorn $200 - 2 \times 80 = 40$.

5

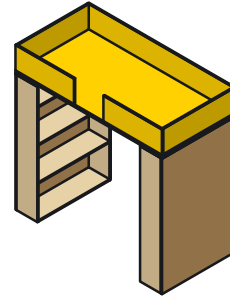
Regale

Je Regal die Rückwand mit vier Böden und zwei Seitenteilen verschrauben, Deckel aufsetzen. Je nach Plattenwerkstoff vorbohren. Für Schränke statt offener Fächer Platten mit Scharnieren oder Klavierband als Türen einsetzen.



6 Liegefläche und Umrandung

Regale aufstellen und mit der Wand verbinden. Die 3 cm Platte auflegen und mit den Deckeln verschrauben, den 6 × 6 Balken unter die Rückseite stellen. Umrandung: 200er hinten, 97er an die Enden, zwei 80er vorn.



7 Fertigstellen

Schraublöcher verspachteln, Flächen lackieren.
Gardinenstange zwischen den Regalen montieren und den Vorhang auffädeln.

Sicherheit

- ☐ Hochbetten sind nach DIN EN 747 für Kinder ab sechs Jahren
- ☐ Einstieg 30 bis 40 cm breit
- ☐ Sicherung mindestens 16 cm über der Matratze
- ☐ immer mit mindestens einer Wand verbunden, Dübel passend zu Mauerwerk, Trockenbau oder Holz
- ☐ Holzart, Schraubenlängen und Tragfähigkeit nennt dieser Plan nicht: für Erwachsene vorher von einer Fachkraft prüfen lassen