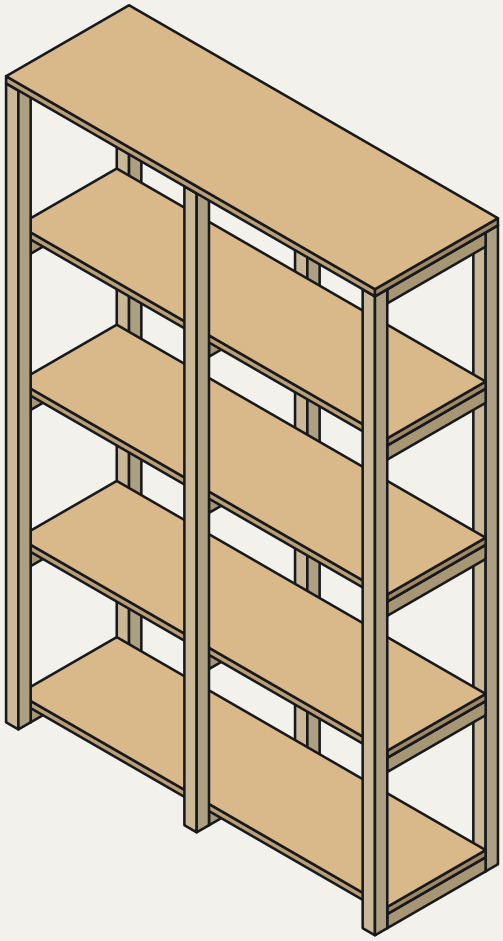
BAUPLAN · KOSTENLOS · OHNE ANMELDUNG

Regal selber bauen

Offenes Standregal aus drei Kantholzrahmen und fünf Brettern. Mit Bohrbild für Dübel und Schrauben, gleichmäßigen Fachhöhen und dem Hinweis, wie es sich auf andere Maße umrechnen lässt.



AUSSENMASS 120 × 40 × 182 cm (B × T × H)	**GESTELL** 3 Rahmen aus Kantholz 4 × 4 cm
BÖDEN 4 Einlegeböden, 1 Deckbrett	**VERBINDUNG** je Riegelende 1 Dübel und 1 Schraube
WERKZEUG Säge, Bohrmaschine, Akkuschrauber, Winkel	**SICHERHEIT** oben an der Wand befestigen

Inhalt: Zuschnittliste · Rahmen und Vorderansicht · Verbindungsdetail · 6 Bauschritte · Umrechnen

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

Zuschnittliste

Dieses Regal besteht aus drei gleichen Leiterrahmen: zwei Pfosten von 180 cm und fünf Riegeln von 32 cm. Die Rahmen stehen links, rechts und in der Mitte. Vier Böden liegen auf den Riegeln zwischen den Pfosten, das fünfte Brett deckt das Regal oben ab.

NR.	TEIL	ANZ.	MASS (CM)	HINWEIS	OK
1	Pfosten, Kantholz	6	180 × 4 × 4	je 10 Löcher	☐
2	Riegel, Kantholz	15	32 × 4 × 4	je Stirnseite 2 Löcher	☐
3	Einlegeboden	4	120 × 32 × 2	liegt zwischen den Pfosten	☐
4	Deckbrett	1	120 × 40 × 2	auf die Pfosten geschraubt	☐

Kleinteile

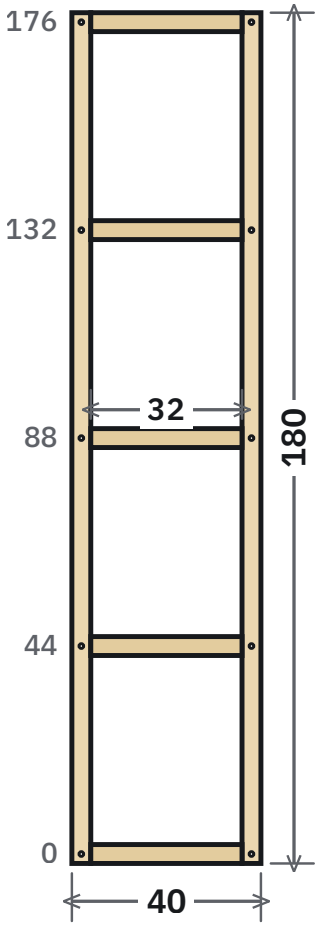
- ☐ 30 Holzdübel 8 × 40 mm
- ☐ 30 Holzschrauben 5 × 80 mm (Riegel)
- ☐ 12 Holzschrauben 4,5 × 60 mm (Deckbrett)
- ☐ Holzleim
- ☐ 2 Winkel mit Schrauben und Dübeln, passend zur Wand

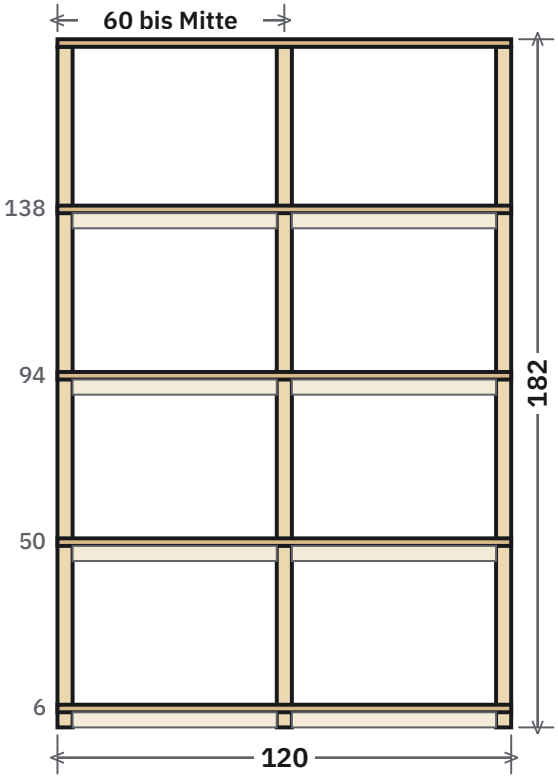
Fachhöhen

RIEGEL	UNTERKANTE	OBERKANTE BODEN
1	0 cm	6 cm
2	44 cm	50 cm
3	88 cm	94 cm
4	132 cm	138 cm
5	176 cm	Deckbrett 182 cm

Gerechnet: Unter dem obersten Riegel bleiben 176 cm. Darin liegen der unterste Riegel mit Boden (6 cm) und drei weitere Riegel mit Boden (je 6 cm); die übrigen 152 cm teilen sich auf vier gleiche Fächer von 38 cm lichter Höhe. Die Online-Fassung nennt 180 cm Höhe; mit dem aufgelegten Deckbrett sind es 182 cm. Die Riegelhöhen sind frei wählbar, die oberen und unteren müssen bündig mit den Pfostenenden sitzen.

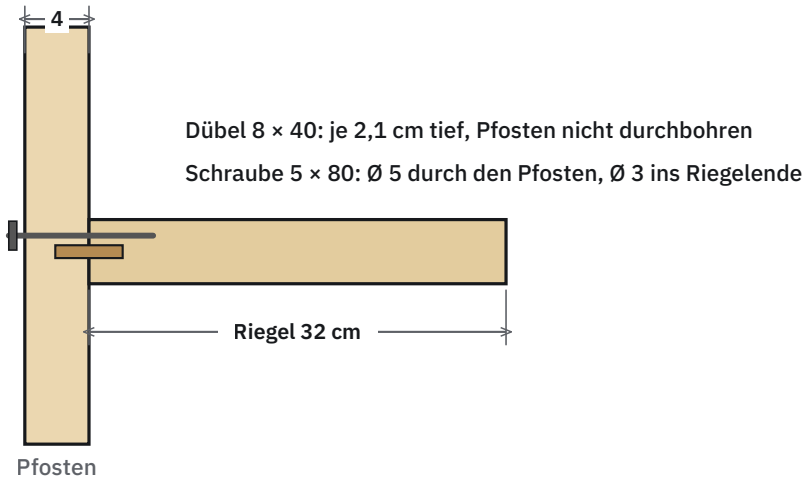
Rahmen, Vorderansicht und Verbindung





Vorderansicht. Zahlen links: Oberkante Boden über Fußboden.

Rahmen (3×). Zahlen links: Unterkante Riegel.

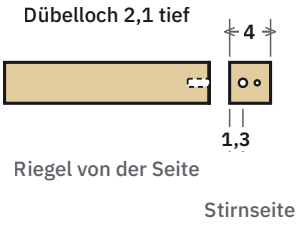


Jede Riegelverbindung: Ein Dübel mit Leim richtet aus, eine Schraube durch den Pfosten zieht zusammen. Die Schraubenköpfe liegen außen.

Schritt für Schritt bauen

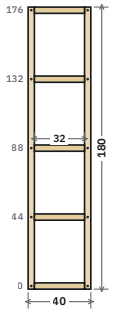
1 Riegel bohren

In beide Stirnseiten jedes Riegels zwei Löcher nebeneinander bohren: für den Dübel Ø 8 mm, 2,1 cm tief, 1,3 cm vom Rand; daneben für die Schraube Ø 3 mm, 4 cm tief. Dübel mit Leim einschlagen. Eine Bohrschablone aus einem Reststück spart Messarbeit bei 30 Riegelenden.



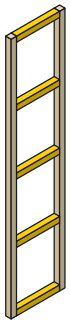
2 Pfosten bohren

Je Pfosten zehn Löcher auf einer Seite, paarweise in den Höhen der Tabelle (Riegelmitte = Unterkante + 2 cm). Dübellöcher Ø 8 mm nur 2,1 cm tief, damit sie außen nicht zu sehen sind. Schraubenlöcher Ø 5 mm durchbohren. Pfosten paarweise zusammenspannen und gemeinsam anreißen.



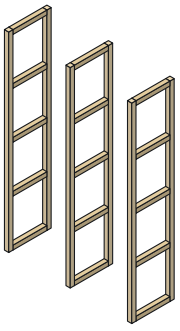
3 Rahmen bauen

Riegel mit Leim auf die Dübel setzen, Pfosten anlegen und von außen verschrauben. Oberster und unterster Riegel schließen bündig mit den Pfostenenden ab. Diagonalen messen. Drei Rahmen bauen.



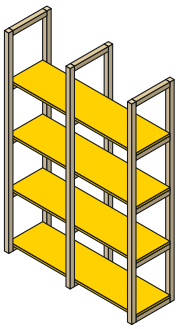
4 Rahmen aufstellen

Rahmen aufstellen: Außenkante links bis Außenkante rechts 120 cm, der dritte Rahmen genau in der Mitte (Außenkante 58 cm vom Rand). Die Pfosten zeigen mit den Schraubenköpfen nach außen.



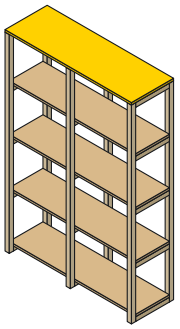
5 Böden einlegen

Von unten beginnend die vier 32 cm tiefen Böden auf die Riegel legen. Sie passen genau zwischen die Pfosten und halten die Rahmen auf Abstand.



6 Deckbrett und Wand

Deckbrett auflegen, bündig an allen Seiten, und mit zwei Schrauben je Pfosten befestigen (vorbohren). Regal oben mit zwei Winkeln an der Wand sichern: Ein 1,8 m hohes, 40 cm tiefes Regal kippt nach vorn, wenn oben schwer beladen ist oder jemand an einem Boden zieht.



Prüfen

- [ ] Rahmen rechtwinklig, Diagonalen gleich
- [ ] keine Dübelspitze außen sichtbar
- [ ] Böden liegen auf allen drei Riegeln
- [ ] Regal an der Wand befestigt

Andere Maße

Breite: Böden und Deckbrett um dasselbe Maß ändern, Mittelrahmen wieder mittig. Tiefe: Riegel und Böden um dasselbe Maß, Deckbrett ebenso. Höhe: Pfosten ändern und die Riegelhöhen neu teilen. Wird das Regal breiter, einen weiteren Rahmen einsetzen, damit die freie Spannweite der Böden bei rund 54 cm bleibt.

Online-Fassung

www.bauplan-bauanleitung.de/moebel/bauanleitung-regal/