

## SITZ DES HELMES

Überprüfen Sie bei aufgesetztem Helm und geschlossenem und richtig eingestelltem Kinnriemen, ob Ihr Helm die für Sie richtige Größe aufweist und korrekt sitzt.

Prüfen Sie, ob alle Polster der Innenausstattung straff, aber ohne zu drücken an Ihrem Kopf anliegen:

- *Kopfpolster*
- *Wangenpolster*
- *Stirnpolster*

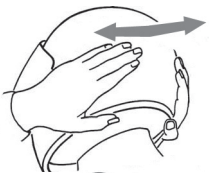
Sollten Sie einen störenden, wenn nicht sogar schmerzhaften Druck verspüren, probieren Sie die nächstgrößere Helmgröße.

Kontrollieren Sie, ob der Helm Ihnen ein ausreichend großes peripheres Sichtfeld gewährt. Seitliche Einschränkungen der Sicht treten konstruktionsbedingt bei jedem Helm auf, sollten aber nicht als störend oder wahrnehmungseinschränkend empfunden werden.



Halten Sie den aufgesetzten Helm fest zwischen Ihren Händen und bewegen Sie den Helm rauf und runter. Greifen Sie den aufgesetzten Helm am Kinnenteil und versuchen Sie ihn nach hinten vom Kopf zu ziehen. Gelingt Ihnen das, dann ist der Helm zu groß oder der Kinnriemen zu weit eingestellt. Bitte benutzen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit eine kleinere Größe bzw. stellen Sie den

Kinnriemen neu ein.



Versuchen Sie auch, den Helm zu drehen. Bei diesen Bewegungen sollten Sie spüren, wie Ihre Kopf- und Gesichtshaut bewegt wird. Lässt sich der Helm zu einfach bewegen, dann ist der Helm zu groß! Probieren Sie eine kleinere Größe.



Fassen Sie den Helm mit beiden Händen im hinteren Bereich und versuchen Sie, den Helm nach vorne über den Kopf zu drehen. Lässt sich der Helm so vom Kopf ziehen, ist entweder der Kinnriemen zu weit eingestellt oder der Helm zu groß. Stellen Sie den Kinnriemen neu ein bzw. wählen Sie eine kleinere Helmgröße.

Wiederholen Sie die Prüfschritte so lange, bis Sie den für Sie richtigen Helm bzw. die passende Helmgröße gefunden haben.

