

WER KÖPFCHEN HAT, DER SCHÜTZT ES

Der kinderleichte Helmsitz-Test

Wir wollen wissen, ob der Radhelm richtig sitzt und uns auch wirklich gut schützt. Der Helmsitz-Test wird am besten vor einem Spiegel ausprobiert – und dann vor jeder Fahrradfahrt durchgeführt!



Falsch!

1. Helm aufsetzen, Kopfring festziehen und Gurtband unter dem Kinn schließen. Die Helmschale mit beiden Händen ergreifen und zur Seite drehen. Der Kopf muss sich sofort mitbewegen.

⇒ Lässt sich der Helm ohne gleichzeitige Kopfbewegung drehen: Kopfring straffer ziehen!

2. Den Helm mit beiden Händen oberhalb der Ohren halten und versuchen, ihn nach vorne zu kippen.

⇒ Lässt sich der Helm über die Augen oder gar bis zur Nase kippen: Hintere Gurtbänder straff ziehen!



Falsch!

3. Den Helm in den Nacken schieben.

⇒ Lässt sich der Helm so weit nach hinten schieben, dass die Stirn frei liegt und so im Fall des (Un-)Falles ungeschützt ist: Vordere Gurtbänder und Kinnriemen straff ziehen!



Richtig!



Falsch!

4. Den Helm nach oben ziehen.

⇒ Lässt sich der Helm mehrere Zentimeter auf und ab bewegen: Kinnriemen straff ziehen!

5. Den geschlossenen Kinnriemen nach vorne in Richtung Gesicht schieben.

⇒ Lässt sich der Kinnriemen über das Kinn hinaus in Richtung Gesicht verschieben: Kinnriemen straffer ziehen! Das Kinnband soll fest sitzen, darf aber nicht drücken.

WICHTIG: Der Helm schützt nur dann richtig, ...

- ⇒ wenn er so gut sitzt, dass weder Helmschale noch Gurtbänder verschoben werden können.
- ⇒ wenn er weder ins Gesicht noch in den Nacken verrutscht.
- ⇒ wenn alle Gurtbänder eng am Kopf anliegen und das Kinnband während der Fahrt geschlossen ist.

Achtung!

Lockere Gurtbänder können bei einem Sturz strangulieren. Daher: Fester Sitz – bester Schutz!