

HELMGRÖSSEN

Die richtige Helmgröße spielt eine maßgebende Rolle bei der Sicherheit Ihres Sturzhelms!

Wenn ein Helm zu groß gewählt wird kann er leicht verrutschen. Dadurch kann z.B. Ihr Sichtfeld eingeschränkt werden, bei einem Unfall ist es möglich, dass ihr Kopf nicht vollständig geschützt ist. Auch ein zu kleiner Helm hat Nachteile, er sitzt unbequem und kann zu schmerzhaften Druckstellen führen.

So messen Sie Ihre individuelle Helmgröße richtig:

- Messen Sie Ihren Kopfumfang an der breitesten Stelle des Kopfs (etwa 1cm über den Augenbrauen bzw. Ohren)
- Wenn Sie kein Maßband zur Hand haben, nehmen Sie einen Faden und messen Sie den Abstand an einem Lineal.
- Wenn Sie z.B. 59cm messen verwenden Sie Größe L.
- Testen Sie den Helm mit einer dünnen Sturmhaube, schon aus hygienischen Gründen.
- Wenn Sie Brillenträger sind müssen Sie den Helm unbedingt mit Brille testen da die Brille bei vielen Helmen nicht ins Innenfutter passt.
- Tragen Sie den Helm etwa eine Stunde vor Ihrer ersten Ausfahrt. Sollten Sie Kopfschmerzen bekommen ist der Helm wahrscheinlich zu klein!
- Auch wenn Ihre Wangen durch den Helm gequetscht werden, dass es Ihnen nach einigen Minuten schmerzt, ist der Helm zu klein!
- Der Kopf sollte an keiner Stelle vom Helm gequetscht werden. Achten Sie vor allem auf die Passform an Wangen, Kinn und Stirn!
- Der Helm darf sich nicht seitlich wegrehen lassen, dies könnte im Falle eines Unfalls gefährliche Folgen haben!



| Kopfumfang (cm) | Helmgröße |
|-----------------|-----------|
| 51-52 | XXS |
| 53-54 | XS |
| 55-56 | S |
| 57-58 | M |
| 59-60 | L |
| 61-62 | XL |
| 63-64 | XXL |
| 65-66 | XXXL |