

# HUR MAN SÄTTA PÅ EN HJÄLM



Hjälmen ska täcka och skydda både hårbotten, tinningarna och pannan. Om hjälmen lutar bakåt och blottar pannan kommer den inte att skydda dig. Hjälmen ska sitta plant på huvudet och hjälmens kant ska vara ungefär två fingerbredder ovanför ögonen.

1

Med hjälp av justeringssystemet för retentionsvaggan kan man justera mycket exakt för att ge en stabil passform. Huvudringen ska sitta så tätt och bekvämt som möjligt.



2

Hjälmen ska sitta på samma nivå som huvudet och täcka pannan - helst två fingrar från ögonbrynen. från dina ögonbryn.

3

Spännet och hakpartiet på remmen ska sitta nära undersidan av hakan när de är fastsatta. De ska dock tillåta att du öppnar munnen för att äta eller dricka vatten ur flaskan. Mellan hakbandet och hakan ska det finnas ett fingerbrett utrymme.



4

Den övre delen av hjälmens remmar passar dig bäst när de bildar en v-form precis under örsnibben. Det främre och bakre bandet ska bilda en triangel runt örat på båda sidor.



More Info!



The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.