

So ist es richtig:



Setzen Sie Ihren Fahrradhelm waagrecht auf den Kopf. Die Stirn, der Hinterkopf und die Schläfen müssen abgedeckt sein. Dadurch sind auch die Gesichts- und Stirnpartie geschützt.

So ist es falsch:



Zu weit vorn oder hinten aufgesetzt, kann der Helm nicht richtig schützen.



Stellen Sie den Kopfring (innen im Fahrradhelm) mit Hilfe des Drehverschlusses an der Rückseite des Helms auf Ihre Kopfgröße ein.

Zum Testen halten Sie Ihren Kopf nach unten: Der Fahrradhelm muss trotzdem fest auf dem Kopf sitzen bleiben; auch ohne dass Sie den Kinnriemen geschlossen haben.

Der Fahrradhelm soll jedoch nicht so fest sitzen, dass er drückt und ggf. Kopfschmerzen verursacht.

So ist es richtig:



Die seitlichen Bänder werden so eingestellt, dass sie ein enges Dreieck oder Y um die Ohren bilden.

Achten Sie darauf, dass die Bänder nicht verdreht sind, um einen optimalen Sitz zu gewährleisten. Die „Regulierungsschnalle“ befindet sich unmittelbar unter dem Ohrläppchen.

So ist es falsch:



Das Dreieck um das Ohr ist viel zu weit.

So ist es richtig:



Jetzt müssen Sie noch die seitlichen Bänder auf Ihre Größe einstellen. Schließen Sie den Kinnriemen. Zwischen Kinn und Kinnriemen sollten nicht mehr als zwei Finger passen.

So ist es falsch:



Zwischen Kinn und Riemen ist zu viel Platz

Polizei Gelsenkirchen
Direktion Verkehr
Verkehrsunfallprävention
Rathausplatz 4
45894 Gelsenkirchen

Ihre Ansprechpartner:

Alexandra Battefeld-Winkler

Polizeioberkommissarin

0174-6527221

0209/365-6151

alexandra.battefeld-winkler@polizei.nrw.de

Katja Flanz

Polizeihauptkommissarin

01525-4714277

0209/365-6154

katja.flanz@polizei.nrw.de

Christina Kleine

Polizeioberkommissarin

0174-7029038

0209/365-6152

christina.kleine@polizei.nrw.de

Thomas Wilger

Polizeihauptkommissar

0174-6738763

0209/365-6153

thomas.wilger@polizei.nrw.de



Nie mehr „oben ohne“

Ihr Fahrradhelm