

# Checkliste Helmkauf

Der Motorrad-Helm schützt oft vor schweren Verletzungen und ist manchmal sogar lebensrettend. Um im reichhaltigen Angebot den richtigen Helm zu finden, sollte man sich nach einem Rat des ADAC beim Kauf Zeit lassen und sich schon vorher im Klaren sein, worauf es ankommt: Nur dort kaufen, wo eine große Auswahl, verbunden mit einer umfassenden Beratung, angeboten wird. Eine gründliche Anprobe, am besten mit einer kurzen Probefahrt, wäre ideal.

## **Ohne zu drücken !**

Nicht nach dem Motto "wird schon passen..." auswählen, sondern so lange probieren, bis der Helm optimal sitzt, ohne irgendwo zu drücken. Der Helm darf weder zu eng, noch zu weit sein und sich mit geschlossenem Kinnriemen auch mit großem Kraftaufwand nicht vom Kopf ziehen lassen. Brillenträger sollten darauf achten, daß der Helm nicht auf die Brillenbügel drückt.

Den ausgewählten Helm mindestens zehn Minuten aufbewahren. Nur so lässt sich beurteilen, ob er angenehm sitzt, ob der Kinnriemen drückt oder ob ein Wärmestau auftritt.

Fertigungsqualität beurteilen, das heißt prüfen, ob keine rauhen Kanten vorhanden sind, ob die Innenausstattung fest in der Schale sitzt, Visier und Verschluss einwandfrei funktionieren und ob die Helfunktionen auch mit Handschuhen zu bedienen sind.

## **Weites Blickfeld !**

Darauf achten, dass das Visier möglichst beschlagfrei und kratzfest ist und über eine Einstellung für Feinbelüftung verfügt, das heißt, dass die Unterkante fünf bis zehn Millimeter geöffnet werden kann. Zusätzliche Belüftungsmöglichkeiten ersetzen nur selten eine wirkungsvolle Feineinstellung des Visiers.

Nur einen Helm in hellen Farben kaufen. Besonders empfiehlt sich weiß oder eine Tagesleuchtfarbe, möglichst mit zusätzlichen Reflexstreifen für mehr Sicherheit bei Nacht. Ein heller Helm heizt sich im Sommer weniger stark auf und ist dadurch angenehmer zu tragen.

**Keine Helme kaufen, die aus dem Automobilsport kommen; sie haben oft einen zu kleinen Visier-Ausschnitt und sind zu schwer.**

Ferner rät der ADAC, sich nicht auf eine bestimmte Marke zu versteifen. Zwischen gleich großen Helmen verschiedener Hersteller können erhebliche Unterschiede in der Passform bestehen.

## **Guter Sitz ist wichtiger als gefälliges Design !**

Ein hoher Kaufpreis ist keine Garantie für besondere Qualität. Gute Motorrad-Helme, das haben viele Helm-Tests gezeigt, müssen nicht zwangsläufig auch teuer sein.

**Der Paragraph 21 a der StVO, wonach nur Helme getragen werden dürfen, die nach der Norm ECE R 22 geprüft sind und ein entsprechendes Prüfzeichen haben, ist bis auf weiteres ausgesetzt worden, weil verschiedene Prüfbestimmungen überarbeitet werden. Wer sicher gehen will, kauft sich einen Helm, der bereits der neuesten Prüfnorm ECE-22.04 entspricht.**