



DOWNHILL

BMX

HUR DU ANVÄNDER HJÄLMEN

Denna hjälm är endast avsedd för trampcyklister. Hjälmen är inte avsedd att användas som huvudskydd under motorfordonskörning eller andra sporter. Hjälmen är certifierad enligt EN 1078.

BEGRÄNSAT SLAGSKYDD

Hjälmarna kan inte alltid skydda dig mot skador. Även vid låga hastigheter kan olyckor medföra allvarliga skador eller dödsfall. Om en hjälm utsätts för en synnerligen hård stöt bör den kasseras eller förstöras, även om det inte har uppstått någon synlig skada. Eftersom denna hjälm är tillverkad av polystyrenskum finns det en möjlighet att vassa föremål kan tränga genom den.

HJÄLMAR KAN INTE SKYDDA DET DE INTE TÄCKER

Hjälmen kan inte skydda nacken eller delar av huvudet som den inte täcker. Den kan inte skydda mot skador på kotpelaren eller andra delar av kroppen som kan uppstå vid en olycka.

SÄKERHET

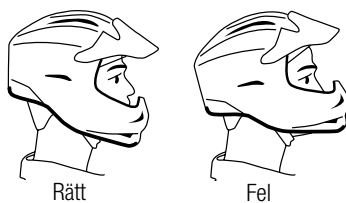
- Denna hjälm har begränsad livslängd vid användning. Den bör bytas ut när den visar uppenbara tecken på förslitning.
- Du bör inte ändra eller avlägsna hjälmens ursprungliga komponenter eller delar utom i fall när Bell Sports rekommenderar det. Anpassa inte hjälmen i syfte att montera tillbehör i andra fall än de som rekommenderas av Bell Sports.
- Denna hjälm skall inte användas av barn vid klättring eller vid andra aktiviteter där det finns risk för hängning om barnet fastnar med hjälmen.
- Var försiktig och visa gott omdöme när du cyklar. Följ alla trafikregler och gör allt du kan för att undvika olyckor av varje slag. Många olyckor inträffar nära hemmet.
- Se upp för bilister som svänger till höger framför dig. Det förekommer ofta att de inte ser cykeln eller dig.
- Bär kläder i ljusa färger.
- Cykla inte i mörker utan ordentlig belysning och reflexer. Se upp för parkerade bilar. Dörrar öppnas ofta utan varning
- Låtsas som om du är osynlig. Ta inte för givet att bilister kan se dig.

ANPASSA HJÄLMEN TILL DITT HUVUD

Denna hjälm kan bara skydda dig om den har rätt passform. Prova olika storlekar och välj den storlek som sitter ordentligt och bekvämt på huvudet. Bär aldrig något under hjälmen.

1. PLACERING

Bär hjälmen lågt framtill så att den skyddar pannan. Bär inte hjälmen lutad bakåt på huvudet (Figur A).



(Figur A)

2. PASSNING

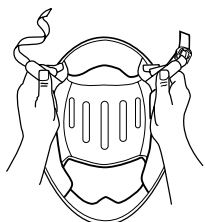
Hjälmen passar ordentligt när:

1. Stopningen håller hjälmen fast i rätt läge.
2. Remmarna har ställts in, satts fast och dragits åt så att hjälmrörelserna är begränsade.

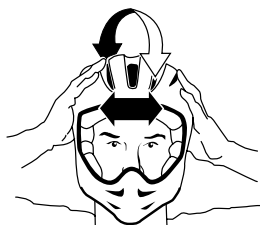
FÖLJ DESSA STEG FÖR ATT FÅ EN KORREKT PASSNING:

1. SÄTT PÅ DIG HJÄLMEN

- a. Lossa hakremmen genom att ta bort remmen från "D"-ringarna.
- b. Håll hakremmarna ur vägen med tummarna medan du sätter på dig hjälmen (Figur B).
- c. Placera hjälmen korrekt.



(Figur B)



(Diagram 1)

2. JUSTERA PASSNINGEN I SKALLOMRÅDET

- a. Stopningen skall nu hålla fast skallen på ett bekvämt sätt. Om den inte gör det skall du använda de medlevererade kudarna för att anpassa hjälmpassningen tills den hålls fast.
- b. När du skall justera passningen skall du fästa extrakudarna på fästdonen för hakar och slingor under den befintliga inre stopningen.
- c. Där du skall kontrollera passningen skall du titta i spegeln och vrida hjälmen från vänster till höger och framifrån och bakåt. Stopningen skall vara så trång att huden i pannan följer med i hjälmens rörelser (Diagram 1).

3. ANPASSA KINDOMRÅDET

- Stopningen i kindområdet reducerar hjälmens rörelser i sidled.
- Stopningen skall ligga väl an mot sidan av ansiktet för att kunna göra detta.

4. FASTSÄTTNING AV HAKBANDET

- Sätt fast hakbandet genom att föra bandänden genom "D"-ringarna (Figur C).
- Drag i den lösa änden tills hakbandet ligger tätt mot halsen.
- Banden skall nu täcka öronen, och "D"-ringarna skall vända bort från käkbenet.



3. KONTROLLERA PASSNINGEN

- Försök ta av dig hjälmen medan den sitter på dig och banden är fastsatta och väl åtdragna. Håll fast den ordentligt och gör ett allvarligt försök att rulla hjälmen över huvudet genom att röra den framåt och bakåt.
- Om du kan ta av dig hjälmen genom att rulla den tillräckligt långt bakåt för att frilägga pannan eller framåt så att du inte kan se, upprepa steg 2.
- Om du efter att ha upprepat STEG 2, ännu kan ta av hjälmen genom att skjuta den framåt så att den blockerar ditt synfält eller bakåt så att din panna blottas, **SKALL DU INTE ANVÄNDA HJÄLMEN**. Byt den mot en mindre storlek.
- Om du inte kan ta av dig hjälmen, och den inte kan rullas tillräckligt långt bakåt för att frilägga pannan eller framåt så att du inte kan se, är hjälmen rätt anpassad till dig.

4. TAG AV DIG HJÄLMEN

- Drag i frigöringsändan på "D"-ringarna så att spänningen i hakremmen försvinner (Figur C).
- Drag ut bandet ur "D"-ringarna.
- Tag av dig hjälmen.

5. JUSTERA OCH TA BORT SKÄRMEN

Skärmen hålls på plats av tre skruvar.

JUSTERING AV SKÄRMEN

Mindre justeringar av skärmen uppåt och nedåt kan du göra genom att lossa skruven i mitten med fingrarna. Rör skärmen något uppåt eller nedåt och drag åt mittskruven igen.

DEMONTERING AV SKÄRMEN

- Demontera skruvarna.
- Tag skärmen försiktigt av hjälmen.



6. PROVTUR

När du är nöjd med passningen skall du ta på dig hjälmen och ta en lång provtur. När du kommer tillbaka från provturen skall du omgående dubbelkontrollera remmarnas placering. Om hjälmen satt bekvämt och ordentligt på plats, om remmarna behöll sin inställning, och du är nöjd med skärmens placering, är din hjälm nu klar att användas. Om hjälmen kändes obekvämt, eller om remmarna eller skärmen behöver justeras, skall du upprepa steg 2 till steg 5 enligt behov så att du kommer tillrätta med problemen. Om du fortfarande inte kan justera hjälmen så att den uppfyller dessa krav, SKALL DU INTE fortsätta att använda hjälmen. Byt den mot en annan storlek eller modell.

KONTROLLERA INSTÄLLNINGARNA VARJE GÅNG DU ANVÄNDER DIN HJÄLM.

HUR DU SKÖTER DIN HJÄLM

HUR DU RENGÖR DIN HJÄLM

Hjälmarna är tillverkade av material som kan skadas av många vanliga rengöringsmedel. Oljebaserade lösningar eller rengöringsmedel är speciellt farliga. De kan skada en hjälm så att dess skyddsförmåga reduceras väsentligt. Denna skada är ofta inte synlig. Det bästa resultatet får du om du rengör hjälmen med en mjuk trasa, varmt vatten och en mild tvål.

HUR DU FÖRVARAR DIN HJÄLM

Efter varje användning skall du låta hjälmen lufttorka. Sedan skall du förvara den i ett kyligt och torrt utrymme. Lådan som hjälmen levererades i är lämplig för förvaring och transport av hjälmen. Hög värme kan skada hjälmen. I direkt solljus kan mörka utrustningsväskor och bagageutrymmen i bilar bli tillräckligt varma för att orsaka värmeskador. Skadade hjälmarna ser ut att ha ojämna eller bubbliga ytor.

VARNING! ANVÄND INTE värmeskadade hjälmarna.