



ZET 'M OP EN GA VOOR VEILIGHEID!

Alles wat je moet weten in verband met de ruitershelm!



SAFETY FIRST

1 BESCHERM JE HOOFD

Ruitersport is een risicosport. Om in alle veiligheid paard te rijden, is het belangrijk om de juiste ruitershelm te kiezen en je hoofd optimaal te beschermen!



2 ZORG DAT JE HELM GOED PAST

Om te weten welke maat je nodig hebt, moet je gewoon je hoofdomtrek meten. Meet je hoofd ter hoogte van je voorhoofd, waar de omtrek het grootst is.

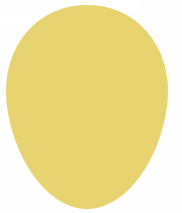


De ruitershelm moet je hoofd goed omsluiten en er mag geen speling zijn tussen de helm en je hoofd.

De helm moet je volledige voorhoofd beschermen (vanaf enkele centimeter boven je wenkbrauwen). De gesp mag niet te strak gespannen zijn, maar ook niet te los!

3 VORM VAN JE HOOFD?

Geen twee hoofden hebben dezelfde vorm en maat. Daarom zijn er ook ruitershelmen in alle vormen en maten. Zoek een helm die past op jouw hoofd!



4 HOUDBAARHEIDSDATUM



Opgelet, je helm is niet eeuwig bruikbaar! Je dient je helm te vervangen na een zware val of na vijf jaar. De materialen die je hoofd beschermen verslijten ook door gebruik en omstandigheden!



ZET 'M OP EN GA VOOR VEILIGHEID!