

Sådan måler du dit hoved for den rigtige cykelhjelm størrelse

For at finde den rigtige størrelse til din cykelhjelm skal du måle omkredsen af dit hoved på det tykkeste sted ved hjælp af et målebånd.

Hvis du får en ny cykelhjelm, så tjek størrelsen på din nuværende eller brug en snor eller et målebånd til at måle dit hovedomkreds. Mål rundt om dit hoved, hvor hjelmens kant sidder, lige over dine ører (B), og den øverste del af din pande (A) – cirka 2-3 cm over dine øjenbryn.

At bruge et målebånd er den nemmeste måde at måle på, men hvis du ikke har et, kan du bruge en snor og måle dens længde med en lineal eller lignende værktøj. Cykelhjelmens størrelse er angivet i centimeter.

Som tommelfingerregel er det en god idé at vælge en hjelm, der er et par centimeter for stor frem for et par centimeter for lille. De fleste hjelme kan justeres, så de passer, og det er også rart med lidt ekstra plads til en hat eller andet hovedbeklædning. Så hvis dit hoved måler 57 cm, bør du vælge et størrelsesområde på 56-61 i stedet for et størrelsesområde på 52-58.