

**Wer riskiert schon gerne seinen Kopf? Moderne Fahrradhelme bieten ihren Trägern fast ausnahmslos guten Schutz. Das ist das Ergebnis eines aktuellen ADAC-Tests.**

Von zehn überprüften Helmen erhielten neun das Urteil "gut". Bester im Vergleich wurde mit der Testnote 1,8 der Daimor Road von Casco. Das schlechteste Ergebnis erzielte der Scott Karma. Er erhielt die Note 2,6 und damit nur ein "befriedigend".

**10 Fahrradhelme im ADAC-Test**

	Casco Daimor Road	Lazer O2 RD	Uvex Xenova	Ked Zenith	Giro Rift	Abus Lane-U	Bell Citi*	Prophete 0903**	Alpina Spice L.E.	Scott Karma
Größe	59-63	55-61	55-60	56-62	54-61	56-62	54-61	55-60	58-63	59-61
Preis ca. [€]	75	109	60	55	75	50	55	20	60	100
Sicherheit 65,0%	1,5	1,9	2,0	1,7	1,8	2,1	1,8	1,7	2,2	2,4
Handhabung 35,0%	2,4	2,3	2,3	2,7	2,7	2,4	2,9	3,1	2,5	3,0
Testnote	1,8	2,0	2,1	2,1	2,1	2,2	2,2	2,2	2,3	2,6
ADAC-Urteil	gut	gut	gut	gut	gut	gut	gut	gut	gut	befriedigend

Meist Infos im Internet: [www.adac.de/Tests](http://www.adac.de/Tests)

Stand: April 2009

ADAC Infogramm

■ sehr gut (0,6-1,5)  
 ■ gut (1,6-2,5)  
 ■ befriedigend (2,6-3,5)  
 ■ ausreichend (3,6-4,5)  
 ■ mangelhaft (4,6-5,5)

Quelle: ADAC

Dass Sicherheit nicht teuer sein muss, bewies der günstigste Helm im Vergleich, der Prophete 0903. Für nur 20 Euro bekommt der Käufer ein Modell mit der Gesamtnote 2,2. Verbesserungswürdig ist nach Ansicht der ADAC-Tester die Nachsichtbarkeit. Die meisten getesteten Helme weisen keine oder nur sehr unscheinbare Reflexionsflächen auf.

Wichtig bei der Kaufentscheidung ist vor allem die Passgenauigkeit des Helms. Auch gute Helme können ihr gesamtes Schutzpotential nur ausschöpfen wenn sie optimal sitzen. Dazu sollte der Helm beim Fachhändler ausgiebig Probe getragen werden, um festzustellen, ob er an irgendeiner Stelle drückt. Außerdem sollte der Kopfschutz gut an die Kopfform des jeweiligen Trägers anzupassen sein und eine dauerhafte Einstellung gewährleisten. Ebenfalls für den Tragekomfort wichtig: eine gute Belüftung mit zahlreichen, großen und durch Insektengitter geschützten Öffnungen.

