



KAS SINU KIIVER ON ÕIGESTI PEAS?



Aseta kiiver pähe otse, mitte liiga ette, taha või küljele. Reguleeri kergelt, et rihmade sättimisel kiiver oluliselt ei liiguks.



Jälgi, et kiiver kaitseks sinu otsmikku – kiivri ääre ja kulmude vahele võib mahtuda kuni **2 sõrme** (mitte rohkem).



Kiivri rihmad peavad kõrva ümber moodustama **V-tähe**. Selleks liiguta kinniti kõrva alla, pingutades kõrva ümber asetsevaid rihmasid.



Reguleeri rihmade pikkust nii, et lõua ja kinnitatud kiivrihmade vahele mahub **1 sõrm**.



Viimasena reguleeri kiivri suurust. Kiiver võib veidi liikuda, liiga tugevalt kinnitamine tekitab peavalu, eriti sooja ilmaga.