

**cannondale**

# **Bicycle Helmet Owner's Manual**

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands



## **WARNING**

**READ THIS MANUAL CAREFULLY.**

It contains important information.

Keep it for future reference.

## This Owner's Manual

This manual provides important safety, maintenance, and fit and adjustment information for your new bicycle helmet. You can download PDF copies of this manual from the SUPPORT section of our website: [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

The basic simplified illustrations and figures of this owner's manual may not be an exact representation of your helmet. Not all helmets have features illustrated or explained in this manual.

Don't use your helmet if you have questions or do not understand the information presented in this manual.

Please first contact your retailer or Cannondale per the following table:

### Contacting Cannondale

<p><b>Cannondale USA -</b> (Manufacturer) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>International Distributors:</b> Consult our website to identify the appropriate Cannondale Dealer for your region.</p>	

This helmet meets the requirements for the following standards:

- U.S. Consumer Product Safety Commission 16 CFR Part 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. This helmet is designed to protect against impact caused by collision of head with an obstacle while cycling. It has passed EN 1078:2012+A1:2012 to show conformity to the EHSR of Regulation (EU) 2016/425 and Regulation (EU) 2016/425 as brought into UK law and amended.
  2. Declaration of conformity internet address is [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

### Certifying Bodies for Cannondale Helmets

Body	Name	ID	Address
UKCA Approved Body	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
EU Notified Body	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

### Cannondale Helmet Models

This manual is intended for the following adult cycling helmets:

Brand	Helmet Model	Visor?	Visor Type
Cannondale	Dynam Adult Helmet	No	Not applicable
Cannondale	Terrus Adult Helmet	Yes	Adjustable position
Cannondale	Tract Adult Helmet	Yes	Adjustable position
Cannondale	Sidestreet Mips	No	Not applicable
Cannondale	Foton	No	Not applicable

## Important Safety Information

### **WARNINGS**

- This helmet is not designed for motor vehicle use.
- Helmet for pedal cyclists. This helmet is intended for ordinary cycling under normal conditions. This helmet is not intended for extreme riding, stunts, or very aggressive forms and styles of riding.
- This helmet is not designed for multiple impacts. Impacts can cause unseen damage to the helmet.
- A helmet subjected to a severe impact should be discarded, destroyed, and replaced.
- It is dangerous to modify or to remove any of the original components of the helmet other than those recommended by the manufacturer.
- Helmets should not be adapted for the purpose of fitting accessories in a manner not recommended by Cannondale.
- Do not purchase a used or second-hand helmet. You have no way of knowing if the helmet has been impacted or cared for properly.
- This helmet can only protect if it fits well. The buyer should try different sizes and choose the size which feels secure and comfortable on the head.

**You can be severely injured, paralyzed, or killed in an accident if you ignore warnings.**

## WARNINGS

- A helmet cannot always protect against injury. For maximum protection, a helmet must be fitted and attached properly to the wearer's head in accordance with the manufacturer's fitting instructions.
- Fasten all retention straps securely. The helmet should be adjusted to fit the user. The straps should not cover the ears. The buckles should be positioned away from the jawbone. The straps and buckles should be adjusted to be both comfortable and firm. If a proper fit cannot be achieved, do not wear the helmet.
- The helmet should protect the forehead and not be pushed too far back over the head. See fitting diagram under fitting instructions.
- This helmet provides no protection to parts of the body that it does not cover directly.
- This helmet is not for use by persons who cannot comfortably support the helmet's weight. Children under the age of one should be evaluated by a pediatrician to verify adequate neck musculature before using any helmet.
- This helmet should not be used by children while climbing or doing other activities when there is a risk of hanging if the child gets trapped with the helmet.

**You can be severely injured, paralyzed, or killed in an accident if you ignore warnings.**

## WARNINGS

- Use only a mild soap, water, and nonabrasive cloth to clean the shell, pads, and retention system. Use of chemical and cleaning solvents can cause unseen damage to the helmet.
- Exposure to extreme temperatures can cause unseen damage to your helmet. The helmet should be destroyed and replaced if damaged.
- Before wearing the helmet, the user shall confirm that the helmet is free from any deterioration which may impair the helmet's function.
- Barring a significant impact, the life span of a helmet will depend upon the length and frequency of its use. Like other safety devices, a bicycle helmet needs to be replaced over time. We recommend that you consider replacing your helmet after five years of use.
- This bicycle helmet is designed to absorb the energy of one major impact. If this occurs, the helmet should be destroyed and replaced. Damaged helmets must not be used again.
- Read the instruction manual thoroughly and store it after reading. For the protective helmet intended for use by a child or by a young child, the guardian shall read these instructions without fail to instruct the child on the contents.

**You can be severely injured, paralyzed, or killed in an accident if you ignore warnings.**

## **The Fit**

It is important that your helmet fit comfortably and snugly on your head. The helmet should sit level on your head, and the fit should be firm enough to keep the helmet from moving due either to vibration or to impact.

### **Foam Pads**

Your helmet comes with pads pre-installed inside the helmet. The pads or any other part of the helmet must not be removed from the helmet in order to adjust the helmet fit.

The foam pads in your helmet are removeable so they can be cleaned with a damp towel and water. After cleaning and air drying, the the pads are to be returned to the position within the helmet they were removed.

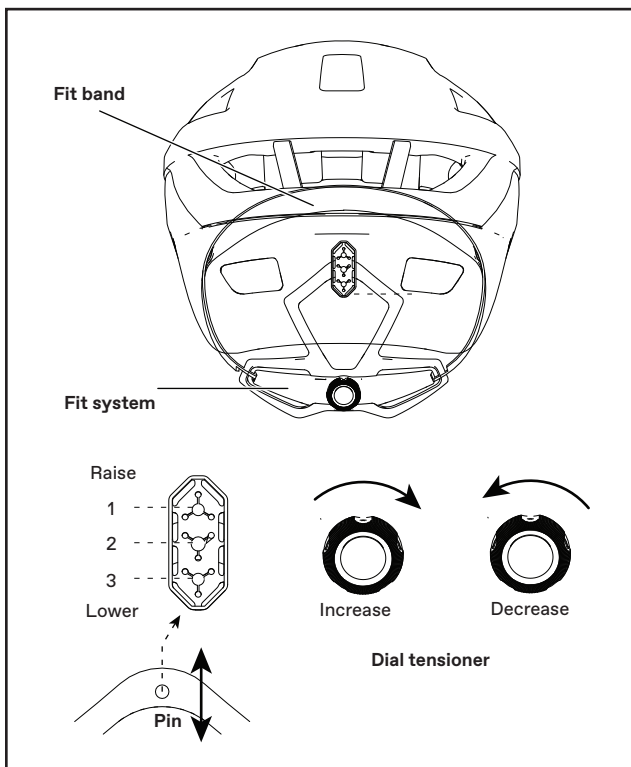
## **Methods Of Fitting The Helmet**

### **Adjusting a Rear Fit System**

Your helmet may also have a rear fit system which holds the helmet against the lower rear of your head. These systems have an adjustment mechanism.

The rear fit should be adjusted so that it fits snugly against the back of your head.

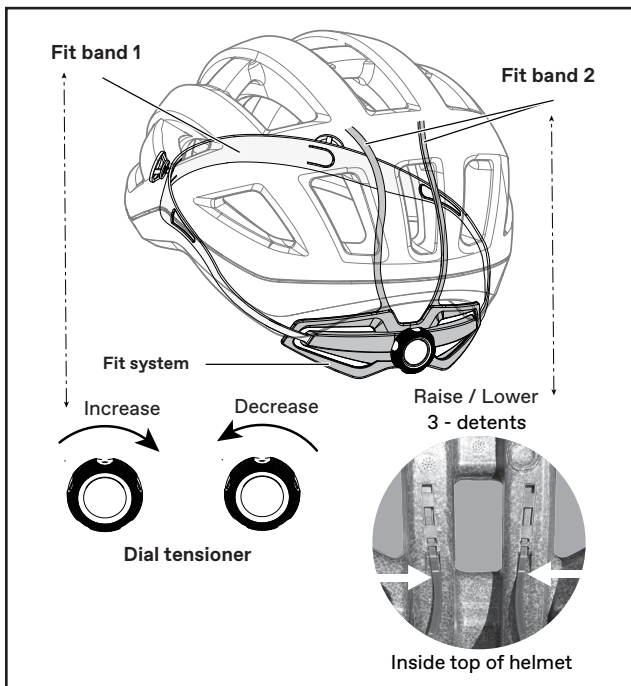
## Dial Tensioner Fit System



- Adjust fit position by moving the pin to a lower or to a higher position with the helmet on the head.
- Adjust fit tension by turning the tensioning dial of the fit band with the helmet on the head.

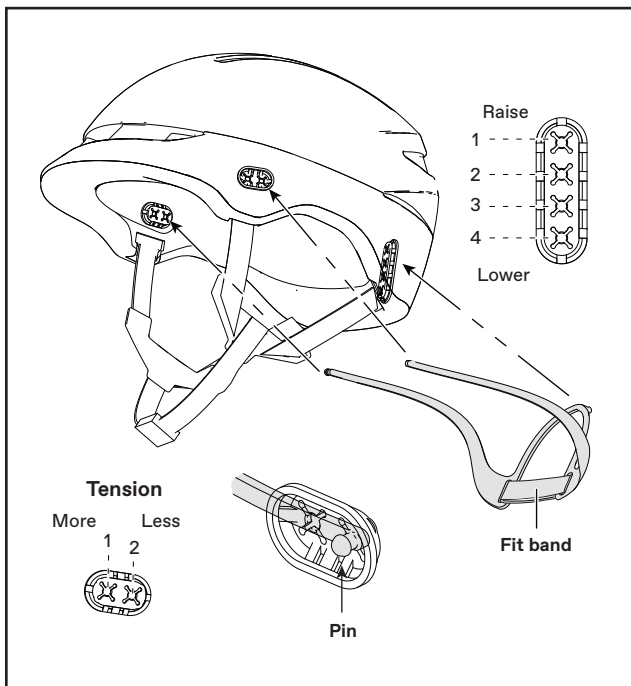


## Split Retention System



- Raise or lower Fit system, with finger slide Fit band 2 into sockets inside top of helmet. Bands have 3 detents each. Match positions so both are equal length.
- Adjust head band tension by turning dial tensioner with the helmet on the head.
- Test for correct fit by placing helmet on the rider. A series of adjustment changes may be needed for the best fit.

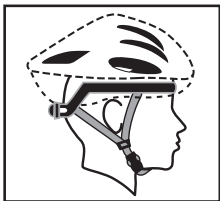
## Tension Band Fit System



- Adjust the back of the fit band by moving the rear fit band pin to a raised or to a lowered position.
- Adjust fit tension by moving the pin to more or to less tension. Use the same position on each side of the helmet.
- Test for correct fit by placing helmet on the rider. A series of adjustment changes may be needed for the best fit.

## Adjusting a Fit-Ring

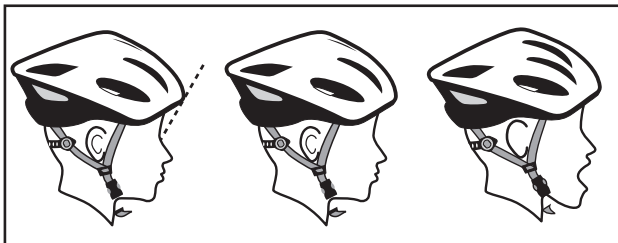
Many helmets come with a fit-ring which encircles the head. The fit-ring has an adjustment mechanism typically found at the rear of the ring. The ring should be tightened to a point that the fit is snug yet comfortable.



Fit ring

## Adjusting the Straps

With the helmet level on your head, fasten all straps securely so the straps provide equal tension. The Bicycle Coalition of Maine developed an ‘Eye-Ear-Mouth Test’ to check the adjustments of the straps. First, look up and adjust the helmet so that the front edge of the helmet is barely visible. Second, the side straps should meet in a “y” just below your ear. Third, the chin strap should be snug under your chin; when you open your mouth wide, you should feel the helmet pull down a bit.



Eye test

Ear test

Mouth test

If the straps do not meet these criteria, adjust the straps beginning at the rear.

1. First, adjust the straps through the rear fit system or rear-fit piece.
2. For models with adjustable straps, adjust the “Y” under your ear. You may need to loosen the side glides and lengthen either the front or the rear strap on each side. Be sure to re-tighten the side glides when a good fit is achieved.
3. Finally, adjust the buckle under your chin.
4. Recheck the fit with the ‘Eye-Ear-Mouth Test.’

### The Right Fit

The helmet should be worn level on the head with the front approximately one inch or one finger’s width above your eyebrow.



**Incorrect**



**Correct**



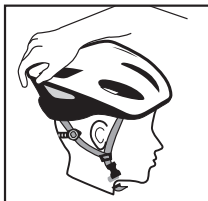
The retention straps and helmet should fit as snug as possible.

### Check the fit of your helmet:

- Look in a mirror and gently rotate the helmet on your head, front-to-back and side-to-side. As you rotate the helmet, notice the skin in the brow area. The fit should be comfortable, and the skin should move with the helmet.
- Try to roll the helmet backwards and forwards. Put your palm under the front edge of the helmet. Push up and back. If the helmet moves more than an inch, tighten the strap in front of your ear. Then, pull up on the rear of your helmet. If the helmet moves more than an inch, tighten the strap behind your ear.



**Push up and back  
on front**



**Pull up on rear**

You may need to work with your helmet's fit for several minutes to achieve a proper fit. If a proper fit cannot be achieved, do not wear the helmet. Each helmet has a slightly different shape and fit. Find the one that fits you best.

**ALL ADJUSTMENTS SHOULD BE CHECKED EACH TIME THE HELMET IS WORN. MAKE SURE THE FIT IS SNUG AT ALL TIMES.**

## Helmet Visors

To remove the visor, locate the pins on each side of the helmet and lift them away from the pin holes in the helmet. To replace the visor, center the visor on the helmet and press firmly to snap the visor pins into the holes on the helmet.

For helmets with an adjustable-angle visor: loosen the visor's pivot screws, move the visor, and re-tighten the screws.

If a visor becomes broken, cracked, damaged, or loose, remove it from the helmet. Do not use the helmet with a damaged visor.

## Friction Flange Mount

You should not modify your helmet to attach accessories. If your helmet is compatible with a friction flange (Go-Pro) mount, the helmet will have a small removable covering where the mount attaches to the helmet. To mount the friction flange mount, remove the cover and attach the friction flange mount using the supplied hardware.

## Helmet Care

- Use only a mild soap, water, and non-abrasive cloth to clean the shell, pads, and retention system. Use of chemical and cleaning solvents can cause unseen damage to your helmet.
- Store your helmet in a cool, dry place.
- Do not store your helmet in direct sunlight.

## Limited Warranty

For warranty information about this product please visit the SUPPORT area of our website at [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com). Scan the following with your phone:



This page is blank intentionally

www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk



**cannondale**

# Benutzerhandbuch für Fahrradhelme

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands

 **WARNUNG**

**LESEN SIE DIESES HANDBUCH  
SORGFÄLTIG DURCH.**

Es enthält wichtige Informationen.  
Bewahren Sie es zum späteren  
Nachschlagen auf.

## Über dieses Benutzerhandbuch

Dieses Benutzerhandbuch enthält wichtige Informationen zu Sicherheit, Wartung und Einstellung Ihres neuen Fahrradhelms. Sie können die PDF-Version dieses Benutzerhandbuchs im Bereich SUPPORT unserer Website herunterladen: <http://www.cannondale.com>.

Die vereinfachten Illustrationen und Abbildungen in diesem Benutzerhandbuch sind möglicherweise keine exakte Darstellung Ihres Helms.

Nicht alle Helme haben die in diesem Benutzerhandbuch abgebildeten oder erläuterten Merkmale.

Tragen Sie Ihren Helm nicht, wenn Sie noch Fragen haben oder die in diesem Benutzerhandbuch enthaltenen Informationen nicht verstehen. Bitte wenden Sie sich vorher an Ihren Fachhändler oder an Cannondale.

Die entsprechenden Kontaktdaten finden Sie in der nachfolgenden Tabelle:

### Cannondale kontaktieren

<p><b>Cannondale USA -</b> (Hersteller) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>Internationale Distributoren:</b> Rufen Sie unsere Website auf, um den Cannondale-Händler für Ihre Region zu finden.</p>	

**Dieser Helm erfüllt die Anforderungen der folgenden Normen:**

- US-Kommission für Verbraucherproduktsicherheit 16 CFR Teil 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. Dieser Helm schützt vor Stößen, die durch Kollision des Kopfes mit einem Hindernis beim Radfahren verursacht werden. Es hat EN 1078:2012+A1:2012 bestanden, um die Konformität mit der EHSR der Verordnung (EU) 2016/425 und der Verordnung (EU) 2016/425 in der in britisches Recht umgesetzten und geänderten Fassung nachzuweisen.
  2. Internetadresse der Konformitätserklärung ist [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

**Zertifizierungsstellen für Helme von Cannondale**

Körper	Name	ID	Adresse
Von der UKCA zugelassene Stelle	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
Benannte EU-Stelle	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

**Cannondale Helmet Models**

Dieses Handbuch ist für die folgenden Fahrradhelme für Erwachsene bestimmt:

Marke	Helmodell	Visier?	Art des Visiers
Cannondale	Dynam Helm für Erwachsene	Nein	Gilt nicht
Cannondale	Terrus Helm für Erwachsene	Ja	Einstellbare Position
Cannondale	Tract Helm für Erwachsene	Ja	Einstellbare Position
Cannondale	Sidestreet Mips	Nein	Gilt nicht
Cannondale	Foton	Nein	Gilt nicht

**Wichtige Sicherheitsinformationen****! WARNUNGEN**

- Dieser Helm ist nicht für den Gebrauch mit einem Kraftfahrzeug bestimmt.
- Helm für Radfahrer. Dieser Helm ist für normales Radfahren unter gewöhnlichen Bedingungen bestimmt. Dieser Helm ist nicht für extreme Fahrten, Stunts oder sehr aggressive Fahrweisen und Fahrstile geeignet.
- Dieser Helm ist nicht dafür ausgelegt, mehrere Stürze oder Stöße auszuhalten. Stöße und Schläge können unsichtbare Schäden am Helm verursachen.
- Daher muss der Helm nach einem schweren Stoß oder Schlag entsorgt und ersetzt werden.
- Es dürfen keine anderen als vom Helmhersteller empfohlenen Originalteile modifiziert oder entfernt werden.
- Helme dürfen für die Befestigung von Zubehörteilen nicht anders als von Cannondale empfohlen modifiziert werden.
- Kaufen Sie keinen gebrauchten Helm. Sie haben keine Möglichkeit zu prüfen, ob der Helm einem Schlag ausgesetzt war oder ordnungsgemäß gepflegt wurde.
- Nur ein gut sitzender Helm schützt gut. Beim Kauf sollten verschiedene Größen ausprobiert werden. Wählen Sie die Größe, die sich sicher und bequem auf dem Kopf anfühlt.

**Wenn Sie diese Warnhinweise missachten, können Sie bei einem Unfall schwer verletzt, gelähmt oder getötet werden.**

## **WARNUNGEN**

- Ein Helm kann nicht immer vor Verletzungen schützen. Um best-möglichen Schutz zu bieten, muss ein Helm gemäß den Pass-formanweisungen des Herstellers korrekt an den Kopf des Trägers angepasst und angebracht werden.
- Alle Befestigungsriemen sicher schließen. Der Helm muss an den Nutzer angepasst werden. Die Riemen dürfen die Ohren nicht verdecken. Die Helmverschlüsse sollten vom Kieferknochen weg positioniert werden. Die Riemen und Verschlüsse sind so einzustellen, dass sie bequem und gleichzeitig fest sitzen. Falls der Helm nicht richtig sitzt, sollten Sie ihn nicht tragen.
- Der Helm muss die Stirn schützen und darf nicht zu weit nach hinten über den Kopf geschoben werden. Entsprechende Abbildungen zur individuellen Einstellung der Passform finden Sie im Abschnitt Anleitung zur Einstellung der Passform.
- Dieser Helm bietet keine Schutzwirkung für Körperteile, die er nicht direkt bedeckt.
- Dieser Helm ist nicht für Personen geeignet, die das Helmgewicht nicht zuverlässig tragen können. Kinder im ersten Lebensjahr sollten von einem Kinderarzt untersucht werden, damit eine ausreichende Nackenmuskulatur gewährleistet ist, bevor sie einen Helm benutzen.
- Dieser Helm sollte von Kindern nicht beim Klettern oder bei anderen Aktivitäten getragen werden, wenn ein Risiko besteht, sich zu strangulieren/hängen zu bleiben, falls sich das Kind mit dem Helm verfängt.

**Wenn Sie diese Warnhinweise missachten, können Sie bei einem Unfall schwer verletzt, gelähmt oder getötet werden.**

## **WARNUNGEN**

- Helmschale, Polster und das Haltesystem nur mit milder Seife, Wasser und einem nicht scheuernden Tuch reinigen. Die Verwendung von Chemikalien und Reinigungsmitteln kann zu nicht sichtbaren Schäden am Helm führen.
- Extreme Temperaturen können zu nicht sichtbaren Schäden an Ihrem Helm führen. Bei Beschädigungen sollte der Helm entsorgt und ersetzt werden.
- Vor der Benutzung des Helms muss sichergestellt werden, dass der Helm keine Beschädigungen aufweist, die die Funktion des Helms beeinträchtigen könnten.
- Die Lebensdauer eines Helms hängt von der Dauer und Häufigkeit seiner Nutzung ab, sofern er nicht zuvor durch einen erheblichen Schlag oder Stoß beschädigt wird. Wie andere Sicherheitsausrüstungen muss auch ein Fahrradhelm nach einer gewissen Zeit ersetzt werden. Wir empfehlen, den Helm nach einer Nutzung von fünf Jahren zu ersetzen.
- Dieser Fahrradhelm wurde so konzipiert, dass er die Energie eines starken Aufpralls absorbiert. War der Helm einem starken Stoß oder Schlag ausgesetzt, sollte er entsorgt und ersetzt werden. Beschädigte Helme dürfen nicht mehr verwendet werden.
- Lesen Sie dieses Benutzerhandbuch aufmerksam durch und bewahren Sie es danach sorgfältig auf. Bei Schutzhelmen für ein Kind oder Kleinkind müssen die Aufsichtspersonen diese Anleitung unbedingt lesen und dem Kind den Inhalt sowie die korrekte Bedienung erklären.

**Wenn Sie diese Warnhinweise missachten, können Sie bei einem Unfall schwer verletzt, gelähmt oder getötet werden.**

## Die Passform

Es ist wichtig, dass Ihr Helm bequem und passgenau auf Ihrem Kopf sitzt. Der Helm muss waagrecht auf dem Kopf positioniert werden und fest genug sitzen, dass er sich weder durch Vibrationen noch durch Stöße bewegen kann.

## Helmpolster

Ihr Helm wird mit vorinstallierten Polstern geliefert. Die Polster oder andere Teile des Helms dürfen nicht vom Helm entfernt werden, um die Passform des Helms anzupassen.

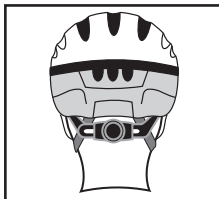
Die Schaumstoffpolster in Ihrem Helm sind abnehmbar, sodass sie mit einem feuchten Tuch und Wasser gereinigt werden können. Nach der Reinigung und Lufttrocknung sind die Pads wieder an die Stelle im Helm zu bringen, an der sie entfernt wurden.

## Verfahren zur Einstellung der Helmpassform

### Einstellung eines hinteren Haltesystems

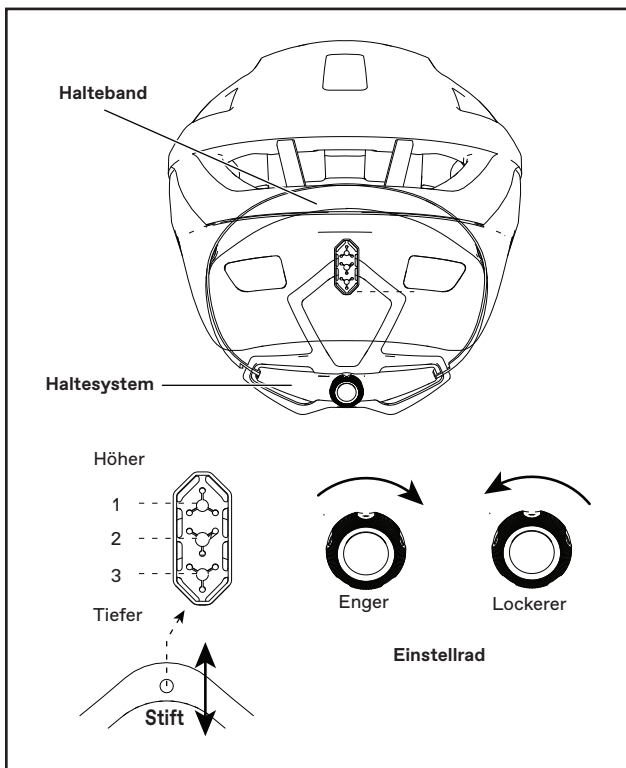
Darüber hinaus kann Ihr Helm durch ein hinteres Haltesystem verfügen, das den Helm im unteren Bereich des Hinterkopfs fixiert. Diese Systeme verfügen über einen Einstellmechanismus.

**DAS HINTERE HALTESYSTEM IST SO EINZUSTELLEN, DASS ES ENG AM HINTERKOPF SITZT.**



**Haltesystem mit Einstellrad**

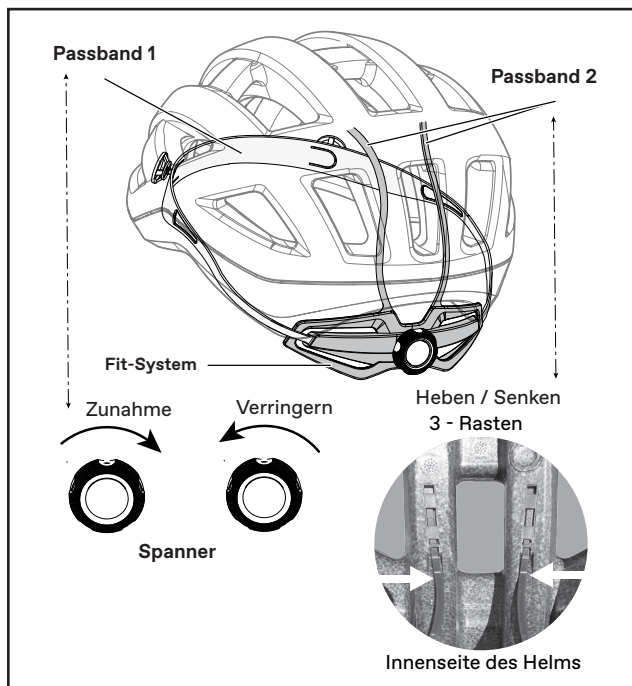
## Haltesystem mit Einstellrad



- Tragen Sie den Helm auf dem Kopf und stellen Sie die Höhe des Haltesystems durch Positionierung des Stifts in eine tiefere oder höhere Position ein.
- Stellen Sie die Passform des Haltebands durch Drehen des Einstellrads ein, während Sie den Helm auf dem Kopf tragen.

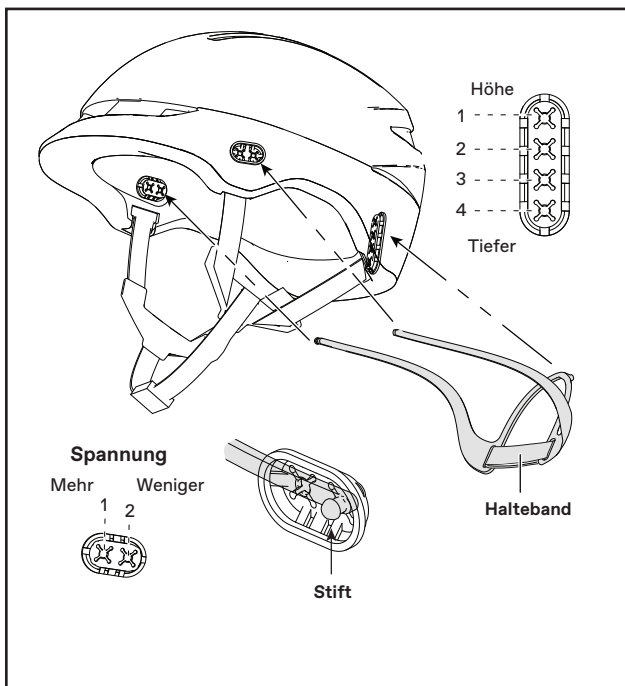


## Split-Retention-System



- Anheben oder Absenken Fit-System, mit Fingergleiten  
Passen Sie das Band 2 in die Buchsen im Oberteil des Helms ein. Bänder haben jeweils 3 Dellen. Passen Sie die Positionen so an, dass beide gleich lang sind.
- Passen Sie die Kopfbandspannung an, indem Sie den Einstellradspanner mit dem Helm auf dem Kopf drehen.
- Testen Sie den korrekten Sitz, indem Sie den Helm auf den Fahrer setzen. Für die beste Passform kann eine Reihe von Anpassungsänderungen erforderlich sein.

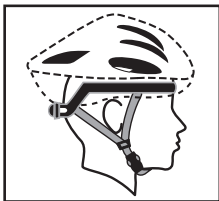
## Haltesystem mit Halteband



- Die Rückseite des Haltebands durch Positionierung des hinteren Haltebandstifts in einer höheren oder tieferen Position einstellen.
- Die Spannung des Haltebands durch Positionierung des Stifts in eine vordere oder hintere Position erhöhen oder reduzieren. Positionieren Sie die Stifte auf beiden Seiten des Helms gleich.
- Setzen Sie den Helm auf und prüfen Sie die richtige Passform. Unter Umständen muss die Einstellung mehrmals angepasst werden, um die beste Passform zu erzielen.

## Einstellung eines Fit-Ring

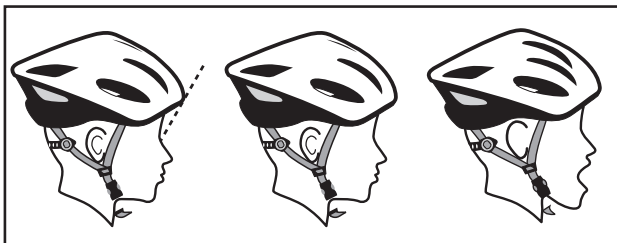
Viele Helme verfügen über einen Fit-Ring, der den Kopf umschließt. Der Fit-Ring hat normalerweise hinten am Ring einen Einstellmechanismus. Der Ring sollte so eingestellt werden, dass er fest, aber trotzdem noch bequem am Kopf sitzt.



Fit-Ring

## Einstellung der Riemen

Setzen Sie den Helm waagrecht auf den Kopf und stellen Sie alle Riemen ein, so dass sie eine gleichmäßige Spannung aufweisen. Die Bicycle Coalition of Maine hat einen „Augen-Ohren-Mund-Test“ entwickelt, mit dem die Einstellung der Riemen geprüft werden kann. Schauen Sie als Erstes nach oben und stellen den Helm so ein, dass die Helmvorderkante gerade noch sichtbar ist. Zweitens, die seitlichen Riemen sollten ein „Y“ bilden und sich direkt unter dem Ohr treffen. Und Drittens sollte der Kinn-riemen so eng sitzen, dass Sie beim weiten Öffnen des Mundes spüren, wie der Helm ein bisschen nach unten gezogen wird.



Augen-Test

Ohren-Test

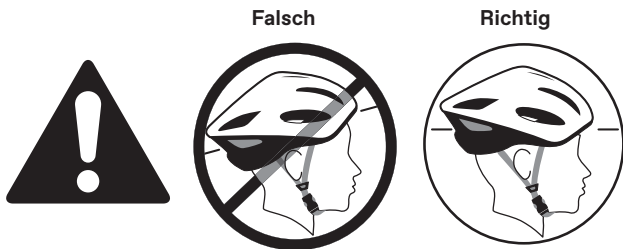
Mund-Test

Wenn die Riemen diese Kriterien nicht erfüllen, müssen die Riemen beginnend von der Helmrückseite neu eingestellt werden.

1. Stellen Sie die Riemen zunächst über das hintere Haltesystem oder hintere Passformteil ein.
2. Anschließend stellen Sie das „Y“ unter Ihren Ohren ein. Unter Umständen müssen Sie die Riementeiler lösen und auf jeder Seite entweder den vorderen oder hinteren Riemen verlängern. Vergessen Sie nicht, die Riementeiler wieder zu fixieren, wenn eine gute Einstellung erzielt wurde.
3. Zum Schluss stellen sie den Kinnriemen ein.
4. Prüfen Sie die Passform erneut anhand des „Augen-Ohren-Mund-Tests“.

### Die richtige Passform

Der Helm muss waagrecht auf dem Kopf getragen werden, wobei die Helm Vorderseite etwa einen Zentimeter oder eine Fingerbreite über der Augenbraue sitzen sollte.

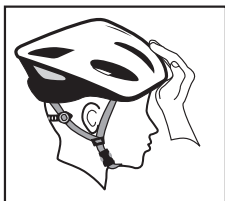


Die Riemen und der Helm sollten fest sitzen.

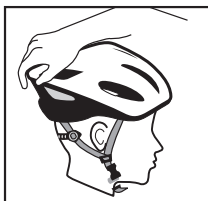
Prüfen Sie die Passform Ihres Helms:

Betrachten Sie sich in einem Spiegel und drehen Sie den Helm vorsichtig auf Ihrem Kopf: von vorne nach hinten und von Seite zu Seite. Beobachten Sie beim Drehen des Helms die Haut im Bereich der Stirn. Die Passform sollte bequem sein und die Haut sich mit dem Helm bewegen.

Versuchen Sie, den Helm vor und zurück zu schieben. Platzieren Sie dazu Ihre Handfläche unter der Vorderkante des Helms. Drücken Sie nach oben und hinten. Bewegt sich der Helm mehr als 2,5 Zentimeter, müssen Sie den Riemen vor den Ohren stärker spannen. Ziehen Sie danach den Helm hinten hoch. Bewegt sich der Helm mehr als 2,5 Zentimeter, müssen Sie den Riemen hinter den Ohren straffer ziehen.



Vorne nach oben und  
hinten schieben



Hinten nach oben ziehen

Es kann mehrere Minuten dauern, bis Sie die korrekte Passform Ihres Helms gefunden und eingestellt haben. Falls der Helm nicht richtig sitzt, sollten Sie ihn nicht tragen. Jeder Helm weist eine etwas andere Form und Passform auf. Finden Sie den Helm, der Ihnen am besten passt..

**BEI JEDEM TRAGEN DES HELMS SOLLTEN ALLE EINSTELLUNGEN ÜBERPRÜFT WERDEN. ACHTEN SIE DARAUF, DASS DER HELM IMMER GUT SITZT.**

## Helmvisiere

Um das Visier abzunehmen, müssen Sie die Stifte auf jeder Seite des Helms finden und sie aus den Stiftlöchern im Helm herausziehen. Beim Aufsetzen des Visiers das Visier mittig auf dem Helm platzieren und drücken, bis die Visierstifte in die Löcher am Helm eingerastet sind.

Bei Helmen mit verstellbarem Visier: die Schrauben am Drehgelenk des Visiers lösen, das Visier einstellen und die Schrauben wieder festziehen.

Wenn ein Visier bricht, einen Riss hat oder lose ist, entfernen Sie es vom Helm. Verwenden Sie den Helm nicht mit einem beschädigten Visier.

## Reibflansch-Halterung

Nehmen Sie keine Veränderungen an Ihrem Helm vor, um Zubehör daran zu befestigen. Wenn Ihr Helm mit einer Reibflansch-Halterung (Go-Pro) kompatibel ist, verfügt der Helm über eine kleine abnehmbare Abdeckung, um dort die Halterung am Helm zu befestigen. Zur Montage einer Reibflansch-Halterung entfernen Sie die Abdeckung und befestigen die Reibflansch-Halterung mit den mitgelieferten Befestigungsteilen.

## Pflege des Helms

- Helmschale, Polster und das Haltesystem nur mit milder Seife, Wasser und einem nicht scheuernden Tuch reinigen. Die Verwendung von Chemikalien und Reinigungsmitteln kann zu nicht sichtbaren Schäden an Ihrem Helm führen.
- Bewahren Sie Ihren Helm an einem kühlen und trockenen Ort auf.
- Bewahren Sie Ihren Helm nicht an einem Ort mit direkter Sonneneinstrahlung.

## Eingeschränkte Garantie

Garantieinformationen zu diesem Produkt erhalten Sie im Bereich SUPPORT auf unserer Website unter [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com). Scannen Sie folgenden Code mit Ihrem Smartphone:





www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk



**cannondale**

# Manuel de l'utilisateur de casque de vélo

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands



## **AVERTISSEMENT**

**LISEZ ATTENTIVEMENT CE MANUEL.**

Il contient des informations importantes.

Conservez-le pour référence ultérieure.

## À propos de ce manuel

Ce manuel contient des informations importantes concernant la sécurité, l'entretien, la préparation et l'utilisation de votre nouveau casque de vélo. Vous pouvez télécharger la version PDF de ce manuel dans la section SUPPORT de notre site web : [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

Les illustrations et les figures simplifiées de ce Manuel de l'utilisateur peuvent ne pas être une représentation exacte de votre casque. Ce manuel ne contient et n'explique pas les caractéristiques de tous les casques.

N'utilisez pas votre casque si vous avez des questions ou si vous ne comprenez pas les informations présentées dans ce manuel. Veuillez tout d'abord contacter votre revendeur ou Cannondale en vous aidant du tableau ci-dessous :

### Contacter Cannondale

<p><b>Cannondale USA -</b> (Fabricant) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>Distributeurs internationaux</b> Visitez notre site web pour trouver le revendeur Cannondale correspondant à votre région.</p>	

Ce casque répond aux exigences des normes suivantes :

- Commission américaine de sécurité des produits de consommation 16 CFR Part 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. Ce casque est conçu pour protéger contre les chocs causés par une collision de la tête avec un obstacle pendant le cyclisme. Il a passé la norme EN 1078:2012+A1:2012 pour montrer la conformité aux EHSR du règlement (UE) 2016/425 et du règlement (UE) 2016/425 tels qu'introduits dans la législation britannique et modifiés.
  2. Adresse internet de la déclaration de conformité est [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

### Organismes de certification des casques Cannondale

Corps	Nom	ID	Adresse
Organisme agréé UKCA	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
Organisme notifié de l'UE	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

### Modèles de casque Cannondale

Ce manuel est destiné aux casques de vélo pour adultes suivants :

Marke	Modèle de casque	Visière?	Type de visière
Cannondale	Dynam Casque adulte	non	n'est pas applicable
Cannondale	Terrus Casque adulte	Oui	Position réglable
Cannondale	Tract Casque adulte	Oui	Position réglable
Cannondale	Sidestreet Mips	non	n'est pas applicable
Cannondale	Foton	non	n'est pas applicable

## Informations de sécurité importantes

**! AVERTISSEMENTS**

- Ce casque n'est pas destiné à l'utilisation avec un véhicule à moteur.
- Casque pour cyclistes. Ce casque est prévu pour la pratique cycliste ordinaire dans des conditions normales. Ce casque n'est pas prévu pour la conduite extrême, les acrobaties, ou des formes et des styles de conduite très agressifs.
- Ce casque n'est pas prévu pour subir des impacts multiples. Les impacts peuvent provoquer des dommages invisibles au casque.
- Un casque ayant subi un impact important doit être mis au rebut, détruit et remplacé.
- Il est dangereux de modifier ou de supprimer tout composant d'origine du casque autre que ceux recommandés par le fabricant.
- Les casques ne doivent pas être adaptés afin d'y fixer des accessoires d'une manière non recommandée par Cannondale.
- N'achetez pas un casque usagé ou d'occasion. Vous n'avez aucun moyen de savoir si le casque a subi un impact ou s'il a été traité avec soin.
- Ce casque ne peut vous protéger que s'il est bien ajusté. L'acheteur doit essayer différentes tailles et choisir la taille qui lui procure une sensation de sécurité et de confort au niveau de la tête.

**Si vous ignorez cet avertissement, vous pourriez être gravement blessé(e), paralysé(e) ou tué(e) dans un accident.**

## AVERTISSEMENTS

- Un casque ne permet pas toujours de protéger contre les blessures. Pour une protection maximale, un casque doit être ajusté et attaché correctement sur la tête de l'utilisateur, conformément aux instructions de réglage du fabricant.
- Attachez solidement toutes les sangles de maintien. Le casque doit être ajusté selon l'utilisateur. Les sangles ne doivent pas couvrir les oreilles. Les boucles doivent être placées à l'écart des mâchoires. Les sangles et les boucles doivent être ajustées pour assurer à la fois le maintien et le confort. Si vous ne parvenez pas à ajuster le casque correctement, ne le portez pas.
- Le casque doit protéger le front et ne doit pas être placé trop loin vers l'arrière de la tête. Voir les illustrations à la section des instructions d'ajustement.
- Ce casque n'assure pas de protection des parties du corps qu'il ne couvre pas directement.
- Ce casque n'est pas destiné aux personnes qui ne peuvent pas supporter confortablement le poids du casque. Les enfants âgés de moins d'un an doivent être examinés par un pédiatre afin de vérifier que la musculature du cou est appropriée avant d'utiliser un casque.
- Ce casque ne doit pas être utilisé par les enfants pour grimper ou pratiquer d'autres activités lorsqu'il existe un risque de pendaison au cas où l'enfant serait coincé en portant le casque.

**Si vous ignorez cet avertissement, vous pourriez être gravement blessé(e), paralysé(e) ou tué(e) dans un accident.**

## AVERTISSEMENTS

- Utilisez uniquement une solution de savon doux diluée dans de l'eau et un chiffon non abrasif pour nettoyer la coque, les coussinets de protection et le système de maintien. L'utilisation de produits chimiques et de solvants de nettoyage peut provoquer des dommages invisibles au casque.
- Une exposition à des températures extrêmes peut provoquer des dommages invisibles à votre casque. Le casque doit être détruit et remplacé en cas de dommage.
- Avant de porter le casque, l'utilisateur doit vérifier que celui-ci ne présente pas de signes de détérioration susceptibles d'affecter ses fonctions de protection.
- Sauf impact important, la durée de vie d'un casque dépend de la durée et de la fréquence d'utilisation. De même que d'autres équipements de sécurité, un casque de vélo doit être remplacé de temps à autre. Nous vous recommandons d'envisager le remplacement de votre casque après 5 ans d'utilisation.
- Ce casque de vélo est conçu pour absorber l'énergie d'un seul impact important. Si une telle situation survient, le casque doit être détruit et remplacé. Les casques endommagés ne doivent plus être utilisés.
- Lisez le manuel d'utilisation en détail et conservez-le après l'avoir lu. Pour un casque de protection destiné à un enfant ou un enfant en bas âge, l'adulte en charge de l'enfant doit obligatoirement lire ces instructions et en transmettre le contenu à l'enfant.

**Si vous ignorez cet avertissement, vous pourriez être gravement blessé(e), paralysé(e) ou tué(e) dans un accident.**

## L'ajustement

Il est important que votre casque s'ajuste parfaitement et confortablement sur votre tête. Le casque doit reposer horizontalement sur votre tête et l'ajustement doit être suffisamment ferme pour empêcher le casque de bouger du fait des vibrations ou d'un impact.

## Coussinets de casque

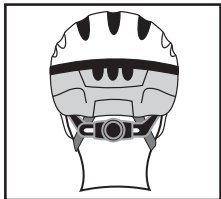
Votre casque est livré avec des coussinets préinstallés à l'intérieur du casque. Les coussinets ou toute autre partie du casque ne doivent pas être retirés du casque afin d'ajuster l'ajustement du casque.

Les coussinets en mousse de votre casque sont amovibles et peuvent donc être nettoyés avec une serviette humide et de l'eau. Après nettoyage et séchage à l'air, les coussinets doivent être remis dans la position à l'intérieur du casque où ils ont été retirés.

## Ajustement du système de réglage arrière

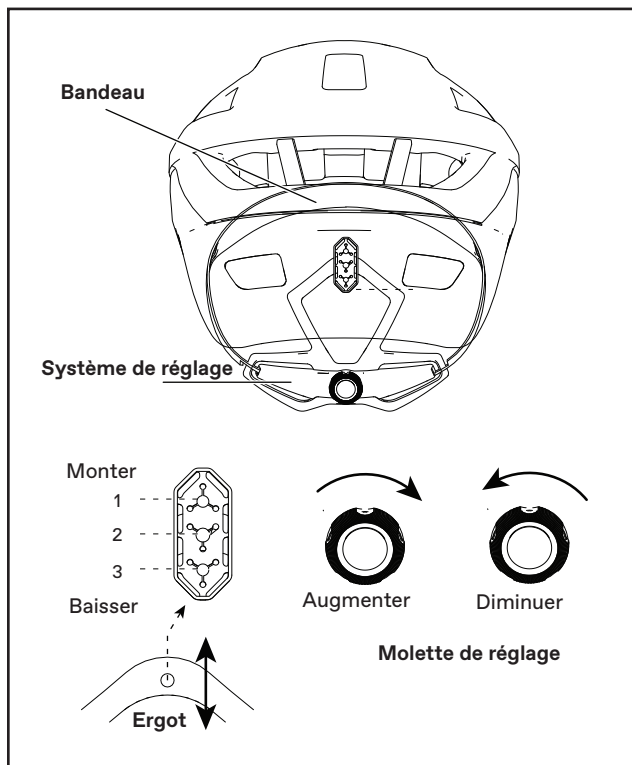
Votre casque peut également être muni d'un système de réglage arrière qui maintient le casque contre le bas de la partie arrière de votre tête. Ces systèmes sont dotés d'un mécanisme de réglage.

**LE SYSTÈME DE RÉGLAGE ARRIÈRE DOIT ÊTRE AJUSTÉ DE MANIÈRE À CE QU'IL SOIT ÉTROITEMENT AJUSTÉ CONTRE L'ARRIÈRE DE VOTRE TÊTE**



**Système de réglage arrière par molette**

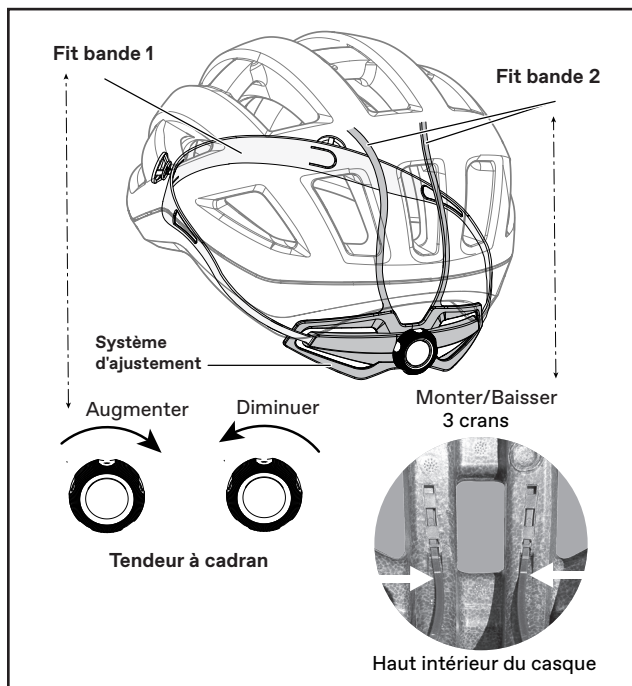
## Système de réglage arrière par molette



- Avec le casque sur la tête, ajustez la position en hauteur en déplaçant l'ergot vers le bas ou vers le haut.
- Avec le casque sur la tête, ajustez le serrage en tournant la molette du bandeau de réglage.

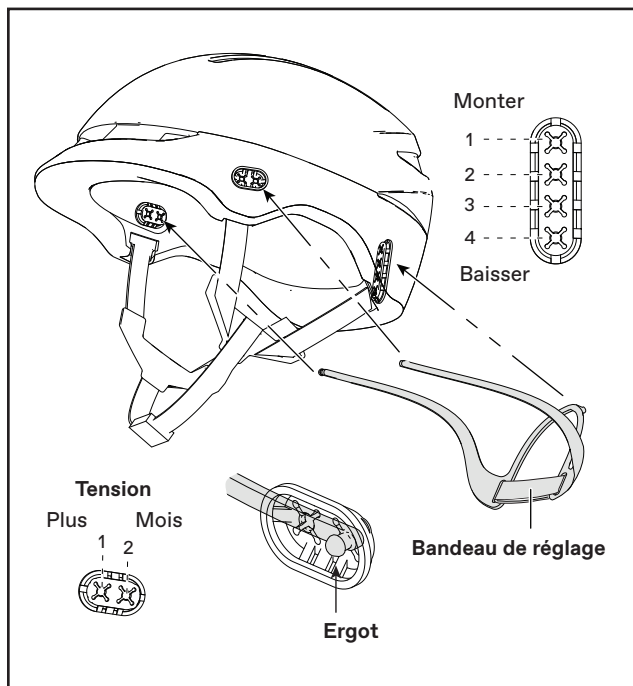


## Système de rétention fendu



- Lever ou abaisser le système d'ajustement, avec le doigt glisser Insérer la bande 2 dans les douilles à l'intérieur du haut du casque. Les bandes ont 3 bosses chacune. Faites correspondre les positions afin que les deux soient de longueur égale.
- Réglez la tension du serre-tête en tournant le tendeur à cadran avec le casque sur la tête.
- Testez le bon ajustement en plaçant le casque sur le cycliste. Une série de modifications d'ajustement peut être nécessaire pour obtenir le meilleur ajustement.

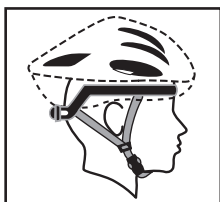
## Système de réglage arrière par bandeau de réglage



- Ajustez la position en hauteur en déplaçant l'ergot sur le bandeau de réglage arrière vers le bas ou vers le haut.
- Ajustez le serrage en déplaçant l'ergot de tension vers une position plus ou moins serrée. Utilisez la même position de réglage pour les deux côtés du casque.
- Vérifiez l'ajustement en plaçant le casque sur la tête de l'utilisateur. Une série de réglages peut être nécessaire avant de trouver le meilleur ajustement.

## Système de réglage arrière par bandeau

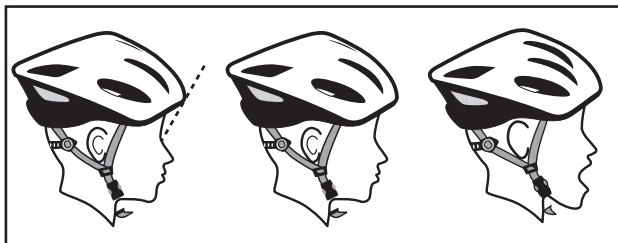
De nombreux casques sont dotés d'un bandeau de réglage qui encercle la tête. Le bandeau de réglage est muni d'un mécanisme d'ajustement généralement situé à l'arrière du bandeau. Le bandeau doit être réglé de manière à ce que l'ajustement soit serré tout en restant confortable.



**Bandeau de réglage**

## Réglage des sangles

Avec le casque placé horizontalement sur la tête, attachez solidement toutes les sangles de manière à ce qu'elles soient tendues uniformément. La « Bicycle Coalition of Maine » a développé un test « œil-oreille-bouche » pour vérifier l'ajustement des sangles. Tout d'abord, regardez vers le haut et réglez le casque de sorte que le bord avant du casque soit à peine visible. Ensuite, les sangles latérales doivent former un « Y » juste en-dessous de l'oreille. Enfin, la jugulaire doit être tendue sous votre menton ; lorsque vous ouvrez grand la bouche, vous devez sentir le casque descendre un peu.



**Test « œil »**

**test « oreille »**

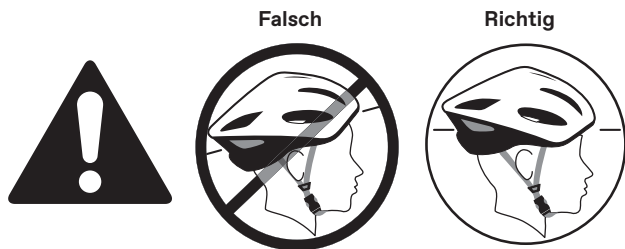
**Test « bouche »**

Si les sangles ne remplissent pas ces critères, réglez-le en commençant par l'arrière.

1. Tout d'abord, réglez les sangles à l'aide du système de réglage arrière ou des sangles arrières.
2. Ensuite, réglez le « Y » sous votre oreille. Vous devrez peut-être régler les boucles coulissantes et allonger la sangle avant ou la sangle arrière de chaque côté. Veillez à resserrer les boucles coulissantes lorsque vous avez trouvé le bon réglage.
3. Enfin, réglez la jugulaire sous votre menton.
4. Vérifiez à nouveau l'ajustement en effectuant le test « œil-oreille- bouche ».

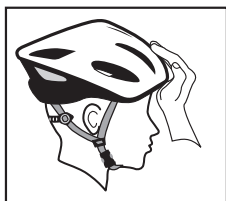
### Le bon ajustement

Le casque doit être porté horizontalement sur la tête, avec le bord avant environ un pouce (env. 2,5 cm) ou un doigt en largeur au-dessus de vos sourcils.

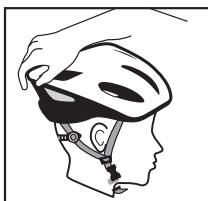


**Vérifiez l'ajustement de votre casque.**

- Regardez dans un miroir et faites tourner doucement le casque sur votre tête, d'avant en arrière et d'un côté vers l'autre. Tout en faisant tourner le casque, observez votre peau au niveau du front. L'ajustement doit être confortable et la peau doit se déplacer avec le casque.
- Essayez de déplacer le casque vers l'arrière et vers l'avant. Placez votre paume sous le bord avant du casque. Poussez vers le haut et revenez en position initiale. Si le casque se déplace de plus d'un pouce (env. 2,5 cm), resserrez la sangle située devant l'oreille. Puis tirez vers le haut sur le bord arrière du casque. Si le casque se déplace de plus d'un pouce (env. 2,5 cm), resserrez la sangle située derrière l'oreille.



**Poussez vers le haut  
et revenez en position  
initiale**



**Tirez vers le haut sur le  
bord arrière**

Vous devrez peut-être passer plusieurs minutes à régler votre casque avant de trouver le bon ajustement. Si vous ne parvenez pas à ajuster le casque correctement, ne le portez pas. Chaque casque a une forme et un ajustement légèrement différents. Trouvez le casque qui vous convient le mieux.

**TOUS LES AJUSTEMENTS DOIVENT ÊTRE VÉRIFIÉS À CHAQUE FOIS QUE LE CASQUE EST UTILISÉ. ASSUREZ-VOUS QUE LE CASQUE EST BIEN AJUSTÉ EN PERMANENCE.**

## Visières de casque

Pour retirer la visière, repérez les fermetures à pression de chaque côté du casque et tirez dessus pour les détacher du casque. Pour remettre la visière en place, centrez-la sur le casque et pressez fermement sur les fermetures à pression pour les verrouiller sur le casque.

Pour les casques avec une visière à inclinaison réglable : desserrez les vis d'articulation de la visière, réglez la visière et resserrez les vis.

Si une visière est cassée, fissurée, endommagée ou qu'elle ne tient pas correctement, retirez-la du casque. N'utilisez pas le casque avec une visière endommagée.

## Support d'accessoires

Vous ne devez pas modifier votre casque pour y fixer des accessoires. Si votre casque est compatible avec un support d'accessoires (style Go-Pro), le casque comporte un petit cache amovible sous lequel se trouve une fixation. Pour monter le support d'accessoires, retirez le cache et fixez le support d'accessoires à l'aide des pièces de fixation fournies.

## Entretien du casque

Utilisez uniquement une solution de savon doux dilué dans de l'eau et un chiffon non abrasif pour nettoyer la coque, les coussinets de protection et le système de maintien. L'utilisation de produits chimiques et de solvants de nettoyage peut provoquer des dommages invisibles à votre casque.

- Rangez votre casque dans un endroit frais et sec.
- Ne rangez pas votre casque exposé à la lumière directe du soleil.

## Garantie limitée

Pour obtenir des informations relatives à la garantie de ce produit, veuillez visiter la section SUPPORT de notre site web sur [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com). Ou scannez le code QR ci-dessous avec votre smartphone :





www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk



**cannondale**

# Manuale del proprietario del casco da bicicletta

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands

 **AVVERTENZA**

**LEGGERE ATTENTAMENTE  
QUESTO MANUALE.**

Contiene informazioni importanti.  
Conservarlo per riferimenti futuri.

## Questo manuale del proprietario

Questo manuale fornisce importanti informazioni sulla sicurezza, la manutenzione, la calzata e la regolazione del tuo nuovo casco da bicicletta. È possibile scaricare una copia PDF di questo manuale dalla sezione SUPPORTO del nostro sito Web: [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

Le illustrazioni e le figure semplificate di base di questo manuale utente potrebbero non essere una rappresentazione esatta del tuo casco. Non tutti i caschi hanno caratteristiche illustrate o spiegate in questo manuale.

Non utilizzare il casco se hai domande o non capisci le informazioni presentate in questo manuale. Si prega di contattare prima il rivenditore o Cannondale secondo la tabella seguente:

### Contattare Cannondale

<p><b>Cannondale USA -</b> (Produttore) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>Distributori internazionali:</b> Consulta il nostro sito Web per identificare il rivenditore Cannondale più vicino.</p>	

Questo casco soddisfa i requisiti per i seguenti standard:

- Commissione per la sicurezza dei prodotti di consumo degli Stati Uniti 16 CFR Parte 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. Questo casco è progettato per proteggere dagli urti causati dalla collisione della testa con un ostacolo durante il ciclismo. Ha superato la norma EN 1078:2012+A1:2012 per dimostrare la conformità all'EHSR del regolamento (UE) 2016/425 e del regolamento (UE) 2016/425 come introdotto nella legge britannica e modificato.
  2. L'indirizzo Internet della dichiarazione di conformità è [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com).

### Organismi di certificazione per caschi Cannondale

Corpo	Nome	ID	Indirizzo
Organismo approvato dall'UKCA	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
Organismo notificato dell'UE	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

### Modelli di elmetti Canondale

Questo manuale è destinato ai seguenti caschi da ciclismo per adulti:

Marca	Modello di casco	Visiera?	Tipo di visiera
Cannondale	Dynam Casco per adulti	No	Not applicable
Cannondale	Terrus Casco per adulti	sì	Adjustable position
Cannondale	Tract Casco per adulti	sì	Adjustable position
Cannondale	Sidestreet Mips	No	Not applicable
Cannondale	Foton	No	Not Applicable

**Informazioni importanti sulla sicurezza** **AVVERTENZE**

- Questo casco non è progettato per l'uso su veicoli a motore.
- Casco per ciclisti. Questo casco è destinato al ciclismo ordinario in condizioni normali. Questo casco non è destinato ad utilizzo estremo, acrobazie o forme e stili di guida molto aggressivi.
- Questo casco non è progettato per impatti multipli. Gli urti possono causare danni al casco non visibili.
- Un casco sottoposto a un forte impatto deve essere scartato, distrutto e sostituito.
- È pericoloso modificare o rimuovere componenti originali del casco diversi da quelli consigliati dal produttore.
- I caschi non devono essere adattati allo scopo di montare accessori in un modo non raccomandato da Cannondale.
- Non acquistare un casco usato o di seconda mano. Non c'è modo di sapere se il casco ha subito impatti o se è stato trattato con cura.
- Questo casco può proteggere solo se calza bene sulla tua testa. L'acquirente dovrebbe provare diverse taglie e scegliere quella che sente sicura e confortevole sulla testa.

**Se il presente avviso viene ignorato, è possibile incorrere in lesioni gravi, paralisi o decesso conseguenti a incidente.**

## AVVERTENZE

- Un casco non può proteggere sempre dalle lesioni. Per la massima protezione, un casco deve essere indossato e calzato correttamente sulla testa di chi lo indossa secondo le istruzioni di montaggio del produttore.
- Stringere saldamente tutte le cinghiette di ritenzione. Il casco deve essere regolato per adattarsi all'utilizzatore. Le cinghiette non devono coprire le orecchie. Le fibbie devono essere posizionate lontano dalla mascella. Le cinghiette e le fibbie devono essere regolate per essere comode e stabili. Se non si riesce ad ottenere una calzatura adeguata, scegliere un altro casco.
- Il casco dovrebbe proteggere la fronte e non essere spinto troppo indietro sulla testa. Consultare le istruzioni di calzatura nel relativo schema.
- Questo casco non fornisce protezione alle parti del corpo che non copre direttamente.
- Questo casco non è destinato all'uso da parte di persone che non possono sostenere comodamente il peso del casco. I bambini di età inferiore a un anno devono essere valutati da un pediatra per verificare l'adeguata muscolatura del collo prima di utilizzare qualsiasi casco.
- Questo casco non deve essere utilizzato dai bambini mentre si arrampicano o svolgono altre attività quando c'è il rischio di impiccarsi se il bambino rimane intrappolato con il casco.

**Se il presente avviso viene ignorato, è possibile incorrere in lesioni gravi, paralisi o decesso conseguenti a incidente.**

## AVVERTENZE

- Utilizzare solo sapone neutro, acqua e un panno non abrasivo per pulire la calotta, l'imbottitura e il sistema di ritenzione. L'uso di solventi chimici e detersivi può causare danni non visibili al casco.
- L'esposizione a temperature estreme può causare danni non visibili al casco. Il casco deve essere distrutto e sostituito se danneggiato.
- Prima di utilizzare il casco, l'utente deve confermare che il casco è esente da qualsiasi deterioramento che possa comprometterne il funzionamento.
- Salvo un impatto significativo, la durata di un casco dipenderà dalla durata e dalla frequenza del suo utilizzo. Come altri dispositivi di sicurezza, un casco da bicicletta deve essere sostituito con il tempo. Consigliamo di prendere in considerazione la sostituzione del casco dopo cinque anni di utilizzo.
- Questo casco da bicicletta è progettato per assorbire l'energia di un impatto importante. In questo caso, il casco deve essere distrutto e sostituito. I caschi danneggiati non devono più venir riutilizzati.
- Leggere attentamente il manuale di istruzioni e conservarlo dopo averlo letto. Per il casco protettivo destinato all'uso da parte di un bambino o ragazzino, il tutore deve leggere queste istruzioni senza mancare di istruire il bambino sul contenuto.

**Se il presente avviso viene ignorato, è possibile incorrere in lesioni gravi, paralisi o decesso conseguenti a incidente.**

## La calzata

È importante che il casco si adatti comodamente e comodamente alla testa. Il casco dovrebbe essere a livello della testa e la vestibilità dovrebbe essere sufficientemente solida da impedire al casco di muoversi a causa di vibrazioni o urti.

## Imbottiture del casco

Il tuo casco viene fornito con cuscinetti preinstallati all'interno del casco. Le imbottiture o qualsiasi altra parte del casco non devono essere rimosse dal casco per regolare la vestibilità del casco.

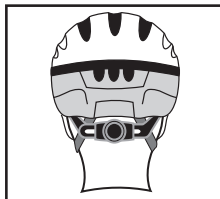
I cuscinetti in schiuma del casco sono rimovibili in modo che possano essere puliti con un asciugamano umido e acqua. Dopo la pulizia e l'asciugatura all'aria, le imbottiture devono essere riportate nella posizione all'interno del casco in cui sono state rimosse.

## Come indossare il casco

### Regolare un sistema di fissaggio Rear Fit

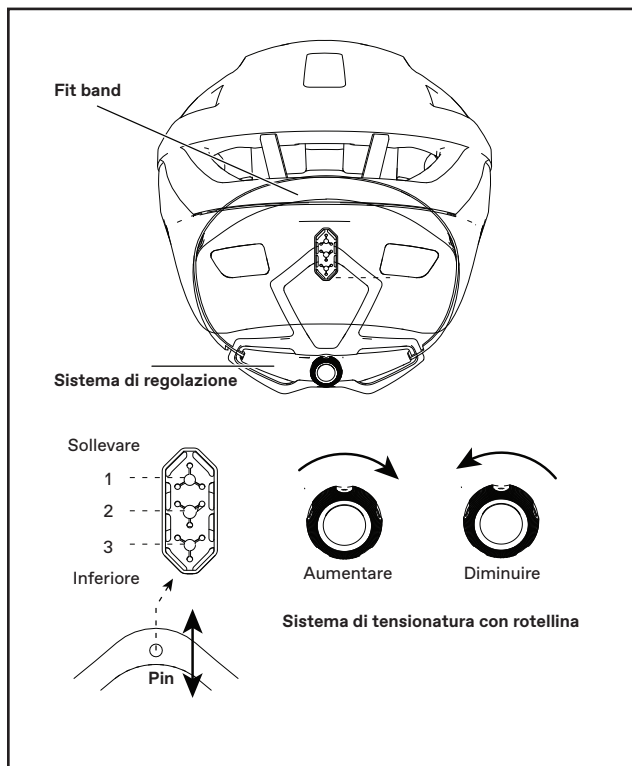
Il tuo casco potrebbe avere anche un sistema di regolazione posteriore (rear fit) che tiene il casco contro la nuca. Queste tipologie di caschi hanno un meccanismo di regolazione.

**IL SISTEMA DI FISSAGGIO POSTERIORE DEVE FAR SI' CHE QUESTO SIA ADERENTE CONTRO LA NUCA**



**Sistema di tensionatura con rotellina**

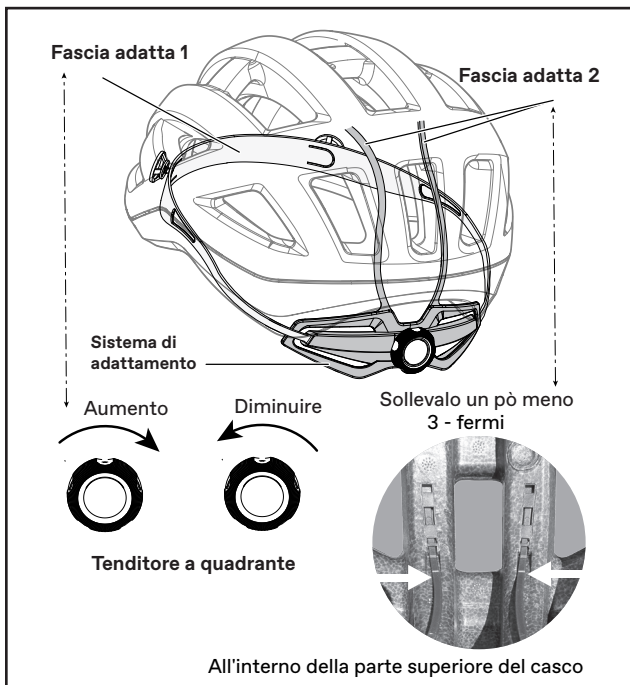
## Sistema di tensionatura con rotellina



- Regolare la calzata spostando il pin in una posizione più bassa o più alta con il casco sulla testa.
- Regolare la tensione di calzata ruotando la rotellina con il casco sulla testa.

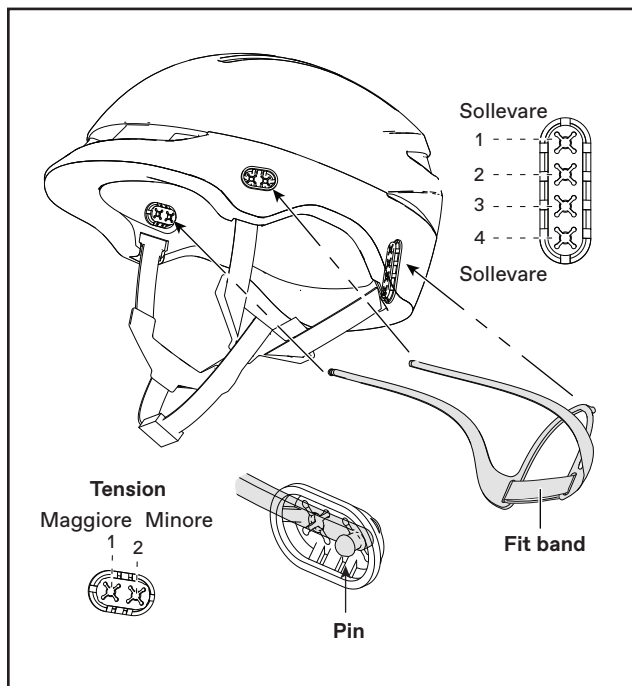


## Sistema di ritenzione diviso



- Alzare o abbassare il sistema Fit, con il dito far scorrere la fascia Fit 2 nelle prese all'interno della parte superiore del casco. Le bande hanno 3 ammaccature ciascuna. Abbina le posizioni in modo che entrambe abbiano la stessa lunghezza.
- Regolare la tensione della fascia per la testa ruotando il tenditore con il casco sulla testa.
- Testare la corretta vestibilità posizionando il casco sul pilota. Potrebbe essere necessaria una serie di modifiche alla regolazione per la migliore vestibilità.

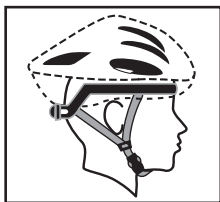
## Sistema di regolazione Fit Band



- Regolare la parte posteriore della fit band spostando il relativo pin in una posizione superiore o inferiore.
- Regolare la calzata spostando il pin per ottenere maggiore o minore tensione. Usare la stessa posizione su ciascun lato del casco.
- Verificare la corretta calzata posizionando il casco in testa. Potrebbe essere necessaria una serie aggiustamenti per ottenere la calzata ottimale.

### Sistema di regolazione Fit-Ring

Molti caschi sono dotati di un sistema di regolazione Fit-Ring che circonda la testa. Il Fit-Ring ha un meccanismo di regolazione che si trova tipicamente nella sua parte posteriore. Questo deve essere stretto in modo che la calzata sia aderente ma confortevole.

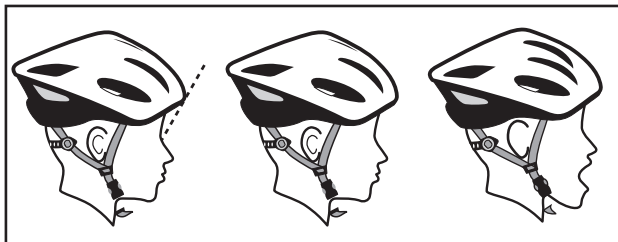


Fit ring

### Regolare le cinghiette

Con il casco posizionato in maniera corretta sulla testa, allacciare saldamente le cinghiette in modo che forniscano una tensione omogenea.

La Bicycle Coalition of Maine ha sviluppato un “test occhio-orecchio-bocca” per verificare le regolazioni delle cinghiette. Per prima cosa, guarda in alto e regola il casco in modo che il bordo anteriore del casco sia appena visibile. In secondo luogo, le cinghiette laterali dovrebbero incontrarsi in una “y” appena sotto l’orecchio. Terzo, il sottogola dovrebbe essere aderente sotto il mento; quando apri bene la bocca, dovresti sentire il casco abbassarsi un po’.



Test occhio

Test orecchio

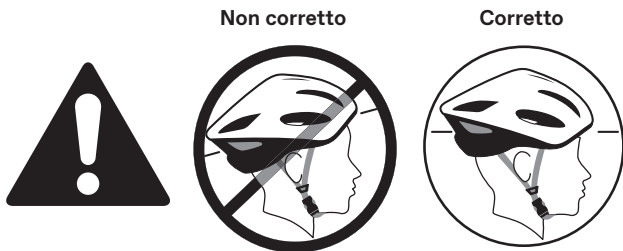
Test bocca

Se le cinghiette non soddisfano questi criteri, regolarle iniziando dalla parte posteriore.

1. Per prima cosa, regolare le cinghiette attraverso il sistema di regolazione posteriore o il componente di regolazione posteriore.
2. Successivamente, regola la „Y“ sotto l'orecchio. Potrebbe essere necessario allentare le guide laterali e allungare la cinghietta anteriore o posteriore su ciascun lato. Assicurati di stringere nuovamente le guide laterali quando si ottiene una buona calzata.
3. Infine, regola la fibbia sotto il mento.
4. Ricontrolla l'adattamento con il „Test occhio-orecchio-bocca“.

### La calzata corretta

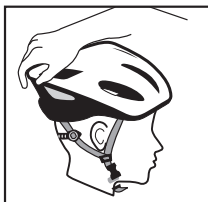
Il casco deve rimanere orizzontale sulla testa con la parte anteriore a circa un paio di centimetri o un dito sopra il sopracciglio.



- Prova a muovere il casco avanti e indietro. Metti il palmo della mano sotto il bordo anteriore del casco. Spingi all'insù e indietro. Se il casco si muove più di un paio di centimetri, stringere la cinghietta davanti all'orecchio. Quindi, sollevare la parte posteriore del casco. Se il casco si muove più di un paio di centimetri, stringere la cinghietta dietro l'orecchio.



**Spingere verso l'alto e indietro sulla parte frontale**



**Sollevare la parte posteriore**

Potrebbe essere necessario procedere per diversi minuti con varie regolazioni per ottenere una calzatura corretta. Se non si riesce ad ottenere una calzatura adeguata, scegliere un altro casco. Ogni casco ha una forma e una vestibilità leggermente diverse. Trova quello che si adatta meglio alla tua testa.

**TUTTE LE REGOLAZIONI DEVONO ESSERE CONTROLLATE OGNI VOLTA CHE SI INDOSSA IL CASCO. ASSICURARSI CHE LA CALZATURA SIA SEMPRE ADERENTE.**

## Visiere per caschi

Per rimuovere la visiera, individuare i pin su ciascun lato del casco e sollevarli dai relativi fori. Per sostituire la visiera, centrarla sul casco e premere con decisione per far scattare i pin della visiera nei fori del casco.

Per caschi con visiera ad angolo regolabile: allentare le viti di fissaggio della visiera, spostare la visiera e serrare nuovamente le viti.

Se una visiera si rompe, si crepa, si danneggia o si allenta, rimuoverla dal casco. Non utilizzare il casco con una visiera danneggiata.

## Supporto di montaggio accessori

Non modificare il casco per attaccare accessori. Se il tuo casco è compa-tibile con un supporto per montaggio accessori (es. Go-Pro), il casco avrà una piccola copertura rimovibile in cui il supporto si attacca al casco. Per installare il supporto, rimuovere la copertura e fissare il supporto utilizzando la bulloneria in dotazione.

## Cura del casco

- Utilizzare solo sapone neutro, acqua e un panno non abrasivo per pulire la calotta, l'imbottitura e il sistema di ritenzione. L'uso di solventi chimici e detergenti può causare danni non visibili al casco.
- Conserva il casco in un luogo fresco e asciutto.
- Non conservare il casco alla luce diretta del sole.

## Garanzia limitata

Per informazioni sulla garanzia di questo prodotto, visitare l'area SUPPORTO del nostro sito Web all'indirizzo [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com).

Scansiona quanto segue con il tuo telefono:





www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk



**cannondale**

# Manual de propietario de casco de bicicleta

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands

 **ADVERTENCIA**

**LEA ESTE MANUAL DEL USUARIO** Ambos contienen información de seguridad importante. Guárdelos para futuras consultas.

## Este Manual de Propietario

Este manual proporciona información importante de seguridad, mantenimiento y ajuste para su nuevo casco de bicicleta. Puede descargar copias en PDF de este manual desde la sección SOPORTE de nuestra web:

Las ilustraciones y figuras simplificadas de este manual de propietario pueden no ser una representación exacta de su casco. No todos los cascos tienen las características ilustradas o explicadas en este manual.

No use su casco si tiene preguntas o no entiende la información de este manual. Por favor, contacte primero con su distribuidor o con Cannondale según la siguiente tabla:

### Contacto con Cannondale

<p><b>Cannondale USA -</b> (Fabricante) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>Distribuidores Internacionales:</b> Consulta nuestra web para encontrar el Distribuidor Cannondale correspondiente a su región.</p>	

Este casco cumple con los requisitos de las siguientes normas:

- Comisión de Seguridad de Productos del Consumidor de EE. UU. 16 CFR Parte 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. Este casco está diseñado para proteger contra impactos causados por la colisión de la cabeza con un obstáculo mientras se monta en bicicleta. Ha pasado EN 1078: 2012 + A1: 2012 para mostrar conformidad con el EHSR del Reglamento (UE) 2016/425 y el Reglamento (UE) 2016/425 incorporados a la ley del Reino Unido y modificados.
  2. Declaración de conformidad La dirección de Internet es [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com).

### Organismos certificadores de cascos Cannondale

Cuerpo	Nombre	ID	Dirección
Organismo aprobado por UKCA	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
Organismo notificado de la UE	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

### Modelos de cascos Cannondale

Este manual está destinado a los siguientes cascos de ciclismo para adultos:

Marca	Modelo de casco	Visera?	Tipo de visera
Cannondale	Dynam Casco Adulto	No	No aplica
Cannondale	Terrus Casco Adulto	Sí	Posición ajustable
Cannondale	Tract Casco Adulto	Sí	Posición ajustable
Cannondale	Sidestreet Mips	No	No aplica
Cannondale	Foton	No	No aplica

## Información Importante de Seguridad

### ADVERTENCIAS

- Este casco no está diseñado para usarse en vehículos a motor.
- Casco para ciclistas. Este casco está diseñado para ciclismo ordinario bajo condiciones normales. Este casco no está diseñado para uso extremo, acrobacias o formas y estilos agresivos de ciclismo.
- Este casco no está diseñado para impactos múltiples. Los impactos pueden causar daños invisibles al casco.
- Un casco sometido a un fuerte impacto debería ser desechado, destruido y reemplazado.
- Es peligroso modificar o retirar cualquiera de los componentes originales del casco que no sean los recomendados por el fabricante.
- Los cascos no deben ser adaptados con el fin de ajustar accesorios de un modo no recomendado por Cannondale.
- No adquiera un casco usado o de segunda mano. No tiene manera de saber si el casco ha sido golpeado o cuidado adecuadamente.
- Este casco sólo protege si se ajusta bien. El comprador debería probarse diferentes tallas y elegir aquella con la que se sienta seguro y cómodo.

**Si ignora esta advertencia, puede sufrir lesiones graves, quedar paralizado o morir en un accidente.**

## **ADVERTENCIAS**

- Un casco no siempre puede proteger contra lesiones. Para la máxima protección un casco debe ser ajustado y atado adecuadamente a la cabeza del usuario de acuerdo con las instrucciones de ajuste del fabricante.
- Abroche todas las correas de sujeción con seguridad. El casco debe ajustarse a la medida del usuario. Las correas no deben tapar las orejas. Las hebillas deben colocarse lejos de la mandíbula. Las correas y hebillas deben ajustarse para que queden cómodas y firmes. Si no puede conseguir un ajuste adecuado no use el casco.
- El casco debe proteger la frente y no debe quedar demasiado atrás en la cabeza. Vea el diagrama de ajuste bajo las instrucciones de ajuste.
- Este casco no proporciona protección a partes del cuerpo que no cubre directamente.
- Este casco no es para el uso por personas que no soporten el peso del mismo cómodamente. Los niños menores de un año deben ser examinados por un pediatra para verificar la adecuada musculatura del cuello antes de usar cualquier casco.
- Los niños no deben usar este casco mientras realizan escalada u otras actividades si existe el riesgo de balancearse cuando el niño queda atrapado con el casco.

**Si ignora esta advertencia, puede sufrir lesiones graves, quedar paralizado o morir en un accidente.**

## ADVERTENCIAS

- Use sólo un jabón neutro, agua y un trapo no abrasivo para limpiar la cubierta, almohadillas y sistema de retención. El uso de productos químicos y disolventes pueden causar daños invisibles al casco.
- La exposición a temperaturas extremas puede causar daños invisibles a su casco. El casco debe ser destruido y reemplazado en caso de daño.
- Antes de usarlo, el usuario debe asegurarse que el casco está libre deterioros que puedan afectar a la función del casco.
- Salvo un impacto importante, la vida útil del casco dependerá de la duración y frecuencia de uso. Al igual que otros artículos de seguridad, un casco de bicicleta debe ser reemplazado con el tiempo. Recomendamos que considere reemplazar su casco después de cinco años de uso.
- Este casco de bicicleta está diseñado para absorber la energía de un impacto importante. Si esto ocurre, el casco debe ser destruido y reemplazado. Los cascos dañados no deben ser usados de nuevo.
- Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo después de leerlo. Para el casco destinado a ser usado por un niño o un niño pequeño, el tutor debe leer estas instrucciones sin falta para instruir al niño sobre su contenido.

**Si ignora esta advertencia, puede sufrir lesiones graves, quedar paralizado o morir en un accidente.**

## El Ajuste

Es importante que el casco se ajuste cómodamente y bien ceñido a su cabeza. El casco debe quedar nivelado en su cabeza, y el ajuste debe ser suficientemente firme para evitar que se mueva debido a vibraciones o impactos.

### Almohadillas

Su casco viene con almohadillas preinstaladas dentro del casco. Las almohadillas o cualquier otra parte del casco no deben quitarse del casco para ajustar el ajuste del casco.

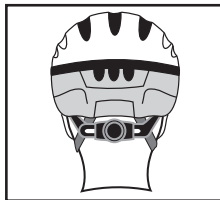
Las almohadillas de espuma de su casco se pueden quitar para que se puedan limpiar con una toalla húmeda y agua. Después de la limpieza y el secado al aire, las almohadillas deben devolverse a la posición dentro del casco en la que se quitaron.

### Métodos de Ajuste del Casco

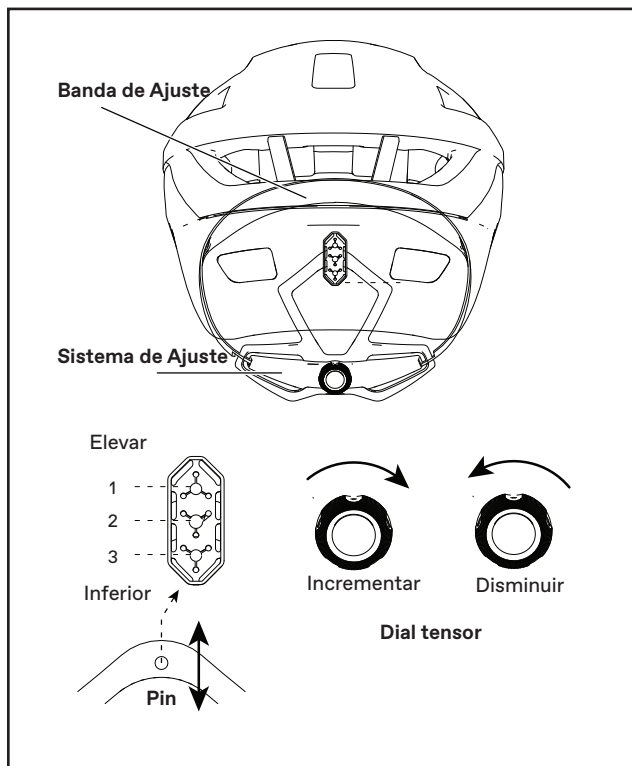
#### Ajustando un Sistema de Ajuste Trasero.

Su casco también puede tener un sistema de ajuste trasero que lo mantiene contra la parte inferior trasera de su cabeza. Estos sistemas tienen un mecanismo de ajuste.

**EL AJUSTE TRASERO DEBE AJUSTARSE DE FORMA QUE SE CIÑA BIEN A LA PARTE POSTERIOR DE SU CABEZA.**



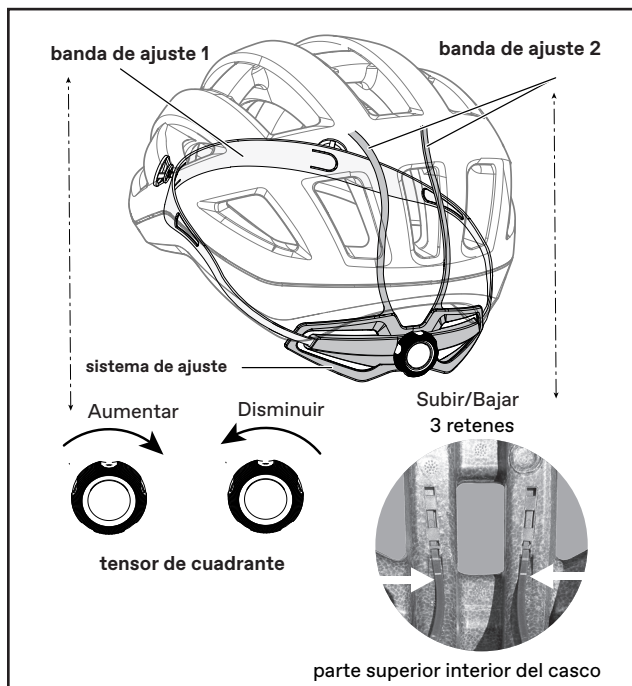
**Dial del sistema de tensado**

**Sistema de Ajuste del Dial Tensor**

- Ajuste la posición moviendo el pin de una posición inferior a superior con el casco en la cabeza.
- Ajuste la tensión girando el dial de la banda de ajuste con el casco en la cabeza.

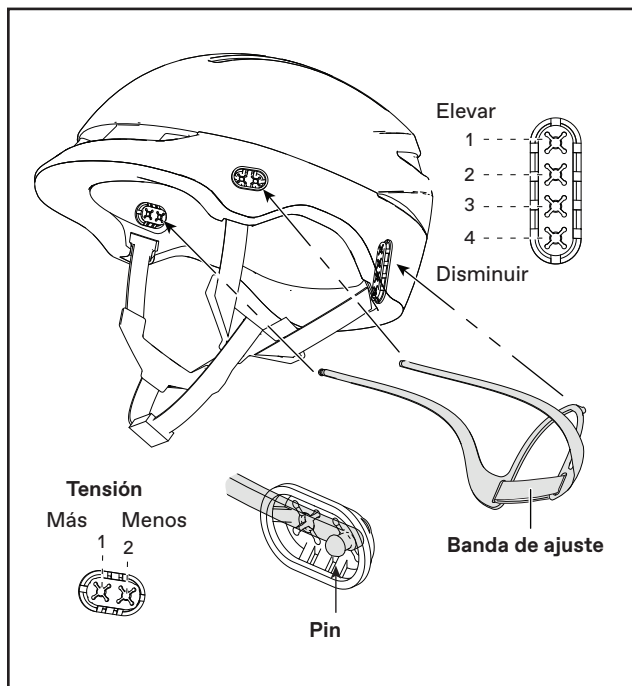


## Sistema de retención dividido



- Suba o baje el sistema Fit, deslizando con los dedos la banda Fit 2 en los encajes dentro de la parte superior del casco. Las bandas tienen 3 muescas cada una. Haga coincidir las posiciones para que ambos tengan la misma longitud.
- Ajuste la tensión de la banda para la cabeza girando el tensor del dial con el casco en la cabeza.
- Pruebe el ajuste correcto colocando el casco sobre el ciclista. Es posible que se necesite una serie de cambios de ajuste para obtener el mejor ajuste.

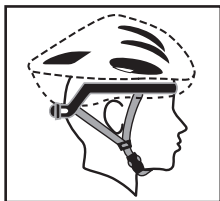
## Sistema de Ajuste de la Banda



- Ajuste la parte trasera de la banda de ajuste moviendo el pin trasero de la banda de ajuste a una posición más elevada o más baja.
- Ajuste la tensión moviendo el broche a más o menos tensión. Use la misma posición en cada lado del casco.
- Compruebe el ajuste correcto poniéndose el casco. Pueden ser necesarios una serie de cambios para el mejor ajuste.

## Regulando el ajuste perimetral

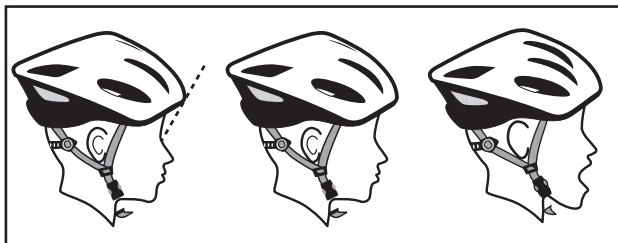
Muchos cascos pueden venir con un ajuste perimetral que rodea la cabeza. El anillo de ajuste tiene un mecanismo de regulación que normalmente se encuentra en la parte trasera. El anillo debe ser apretado hasta un punto en que el ajuste es ceñido aunque cómodo.



Dial de ajuste

## Ajustando las cintas

Con el casco derecho en su cabeza, abroche todas las correas de manera segura de forma que tengan la misma tensión. La Coalición de Bicicletas de Maine desarrolló un “Test Ojo-Oreja-Boca” para revisar los ajustes de las correas. Primero, mire hacia arriba y ajuste el casco de forma que el borde delantero del casco apenas sea visible. Segundo, las correas laterales deben unirse en “y” justo por debajo de su oreja. Tercero, la correa de la barbilla debe estar ceñida bajo su barbilla; cuando su boca completamente debe notar que el casco tira un poco hacia abajo.



Test ojo

Test oreja

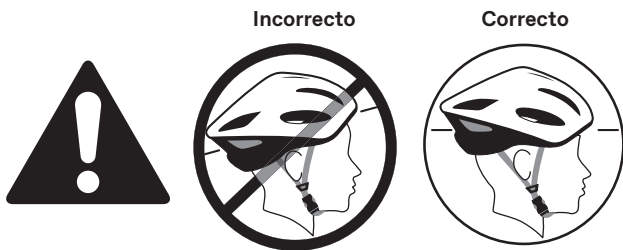
Test boca

Si las correas no cumplen estos criterios, ajuste las correas comenzando por atrás.

1. Primero, ajuste las correas en el sistema de ajuste o en la pieza de ajuste trasero.
2. Siguiendo, ajuste la "Y" bajo su oreja. Puede que necesite aflojar los deslizadores laterales y alargar la correa frontal o trasera en cada lateral. Asegúrese de volver a apretar los deslizadores laterales cuando haya conseguido un buen ajuste.
3. Finalmente, ajuste la hebilla bajo su barbilla.
4. Vuelva a revisar el ajuste con el "Test Ojo-Oreja\_Boca".

### El Ajuste Correcto

El casco debe llevarse nivelado en la cabeza con el frente aproximadamente una pulgada o un dedo sobre sus cejas.



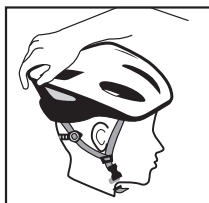
Las correas de retención y el casco deben ajustarse lo más ceñidos posible.

Revise el ajuste de su casco:

- Mírese en un espejo y gire ligeramente el casco en su cabeza, de delante a atrás y de lado a lado. Según gira el casco, fíjese en la piel de la zona de las cejas. El ajuste debe ser cómodo, y la piel debe moverse con el casco.
- Intente rotar el casco hacia atrás y hacia delante. Coloque su palma bajo el borde frontal del casco. Empuje arriba y abajo. Si el casco se mueve más de 2 cm apriete la correa delante de su oreja. Entonces tire hacia arriba de la parte trasera de su casco. Si el casco se mueve más de una pulgada, apriete la correa detrás de su oreja.



**Empuje hacia arriba y atrás desde el frente.**



**Tire hacia arriba desde la parte trasera**

Es posible que tenga que trabajar con el ajuste de su casco durante varios minutos para lograr un ajuste adecuado. Si no puede conseguir un ajuste adecuado, no use el casco. Cada casco tiene un ajuste y forma ligeramente diferentes. Encuentre el que mejor se le ajusta.

**TODOS LOS AJUSTES DEBEN SER REVISADOS CADA VEZ QUE USE EL CASCO. ASEGÚRESE DE CONTAR CON UN AJUSTE CEÑIDO SIEMPRE.**

## Viseras

Para retirar la visera, localice los pines en cada lateral del casco y sáquelos de los orificios del casco. Para recolocar la visera, céntrala en el casco y presione firmemente para encajar los pines de la visera en los orificios del casco.

Para cascos con una visera de ángulo regulable: afloje los tornillos del pivote de la visera, mueva la visera, y reapriete los tornillos.

Si una visera se rompe, se agrieta, se daña o suelta, retírela del casco. No use el casco con una visera dañada.

## Montaje de accesorios

No debe modificar su casco para acoplar accesorios. Si su casco es compatible con una pestaña de soporte (Go-Pro), el casco tendrá una pequeña tapa extraíble donde el soporte se encaja al casco. Para montar el soporte de anclaje, retire la tapa y fije el soporte de anclaje usando el material proporcionado.

## Cuidados del casco

- Use sólo jabón neutro, agua y un trapo no abrasivo para limpiar la cubierta, almohadillas y sistema de retención. El uso de productos químicos o disolventes pueden provocar daños invisibles a su casco.
- Guarde su casco en un lugar fresco y seco.
- No guarde su casco bajo la luz directa del sol.

## Garantía Limitada

Para información de la garantía de este producto, por favor visite la zona SOPORTE de nuestra web en [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com).



Escanee lo siguiente con su teléfono:



www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk



**cannondale**

# Handleiding fietshelm

English | Deutsch | Français | Italiano | Español | Nederlands

 **WAARSCHUWING**

**LEES DEZE HANDLEIDING  
ZORGVULDIG DOOR.**

Ze bevat belangrijke informatie.  
Bewaar hem voor toekomstig gebruik.

## Over deze gebruikershandleiding

Deze handleiding bevat belangrijke informatie over je nieuwe fietshelm met betrekking tot de veiligheid, pasvorm en het onderhoud. Je kunt PDF-versies van deze handleiding downloaden via de SUPPORT-pagina op onze website: [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com)

De versimpelde illustraties en figuren in deze gebruikershandleiding zijn geen exacte weergave van jouw helm. In deze handleiding worden niet de functies van alle helmen afgebeeld of uitgelegd.

Gebruik je helm niet als je nog vragen hebt of als je de informatie in deze handleiding niet begrijpt. Neem via onderstaande gegevens eerst contact op met je dealer of Cannondale zelf:

## Contactgegevens Cannondale

<p><b>Cannondale USA -</b> (Fabrikant) Cycling Sports Group, Inc. 4902 Hammersley Road, Madison, WI 53711, United States of America USA: +1.800.726.2453</p>	<p><b>Cannondale UK</b> Vantage Way The Fulcrum, Poole, Dorset BH12 4NU +44 1202 732288</p>
<p><b>CSG Europe</b> Cycling Sports Group Europe B.V. Geeresteinselaan 57 3931JB Woudenberg The Netherlands EU: +31.541.200374</p>	<p><b>Cannondale Japan</b> 1-20-22 Esaka Suita Osaka, Japan 564-0063 +81-(0)6-6330-1801</p>
<p><b>Internationale distributeurs::</b> Raadpleeg onze website om een Cannondale-dealer in jouw regio te vinden.</p>	

Deze helm voldoet aan de eisen van de volgende normen:

- U.S. Consumer Product Safety Commission 16 CFR Part 1203
  - EN 1078:2012 A1:2012
1. Deze helm is ontworpen om te beschermen tegen schokken veroorzaakt door een botsing van het hoofd met een obstakel tijdens het fietsen. Het heeft EN 1078:2012+A1:2012 doorstaan om conformiteit aan te tonen met de EHSR van Verordening (EU) 2016/425 en Verordening (EU) 2016/425 zoals opgenomen in de Britse wetgeving en gewijzigd.
  2. Conformiteitsverklaring internetadres is [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com).

### Certificeringsinstanties voor Cannondale-helmen

Lichaam	Naam	ID	Adres
Door UKCA goedgekeurde instantie	SGS United Kingdom Limited	0120	Rossmore Business Park, Ellesmere Port South Wirral, Cheshire CH65 3EN
Aangemelde instantie van de EU	SGS Fimko Oy	0598	Takomotie 8, FI-00380, Helsinki, Finland

### Cannondale-helmmodellen

Deze handleiding is bedoeld voor de volgende fietshelmen voor volwassenen:

Merk	Helmodel	Vizier?	Type vizier
Cannondale	Dynam Helm voor volwassenen	Nee	Niet toepasbaar
Cannondale	Terrus Helm voor volwassenen	Ja	Verstelbare positie
Cannondale	Tract Helm voor volwassenen	Ja	Verstelbare positie
Cannondale	Sidestreet Mips	Nee	Niet toepasbaar
Cannondale	Foton	Nee	Niet toepasbaar

**Belangrijke veiligheidsinformatie**** WAARSCHUWINGEN**

- Deze helm is niet ontworpen voor gebruik in/op motorvoertuigen.
- Deze helm is bedoeld voor fietsers. Deze helm is bedoeld voor normale fietsritten onder normale omstandigheden. Deze helm is niet bedoeld voor extreem rijgedrag, stunts of agressieve rijvormen en rijstijlen.
- Deze helm is niet ontworpen om meerdere klappen op te kunnen vangen. Een klap kan onzichtbare schade aan de helm toebrengen.
- Een helm die een zware klap heeft gehad, moet altijd worden weggegooid, vernietigd en vervangen.
- Het is gevaarlijk om originele onderdelen van de helm te modificeren of te verwijderen.
- Pas een helm nooit aan om er accessoires op te bevestigen op een manier die niet wordt aanbevolen door Cannondale.
- Koop nooit een gebruikte of tweedehands helm. Je weet nooit of een helm in het verleden klappen heeft gehad of op de juiste wijze behandeld is door de vorige eigenaar.
- Deze helm kan je alleen beschermen als hij goed past. Als koper moet je verschillende maten uitproberen en de maat kiezen die stevig zit en comfortabel aanvoelt.

**Als je deze waarschuwingen negeert, kun je door een ongeval ernstig letsel oplopen, verlamd raken of overlijden.**

## WAARSCHUWINGEN

- Een helm kan niet altijd tegen letsel beschermen. Voor maximale bescherming moet een helm op de juiste wijze worden afgesteld en bevestigd voor/op het hoofd van de gebruiker, volgens de instructies van de fabrikant.
- Maak alle bevestigingsbandjes goed vast. Stel de helm zodanig af dat hij goed past. De bandjes mogen de oren niet bedekken. De klemmen mogen nooit ter hoogte van het kaakbeen zitten. Stel de bandjes en klemmen zodanig af dat ze zowel comfortabel als stevig zitten. Lukt het niet de juiste afstelling te vinden, gebruik de helm dan niet.
- De helm moet het voorhoofd beschermen en mag niet te ver achter op het hoofd zitten. Zie de afbeeldingen onder Instructies pasvorm/afstelling.
- Deze helm biedt geen bescherming aan lichaamsonderdelen die hij niet direct afdekt.
- Deze helm is niet geschikt voor personen die het gewicht van de helm niet (comfortabel) kunnen dragen. Bij kinderen jonger dan 1 jaar zijn de nekspieren nog niet altijd sterk genoeg; laat hen eerst onderzoeken door een kinderarts.
- Laat kinderen met deze helm niet klimmen of andere activiteiten doen waarbij er risico is op ophanging wanneer het kind verstrikt raakt in de helm.

**Als je deze waarschuwingen negeert, kun je door een ongeval ernstig letsel oplopen, verlamd raken of overlijden.**

## WAARSCHUWINGEN

- Gebruik alleen milde zeep en water en een zachte doek om de schaal, pads en banden schoon te maken. Het gebruik van (chemische) reinigingsmiddelen kan onzichtbare schade aan de helm veroorzaken.
- Blootstelling aan extreme temperaturen kan onzichtbare schade aan de helm veroorzaken. Wanneer de helm beschadigd is, moet hij worden vernietigd en vervangen.
- Controleer voordat je de helm gebruikt altijd of de helm vrij is van schade die het functioneren van de helm kan verhinderen.
- De levensduur van een helm hangt af van de duur en frequentie van het gebruik (significante impact daargelaten). Net zoals andere veiligheidsuitrusting moet een fietshelm na verloop van tijd vervangen worden. We raden je aan om je helm na vijf jaar te vervangen.
- De fietshelm is ontworpen om de energie van één grote klap te kunnen absorberen. Na een dergelijke impact moet de helm worden vernietigd en vervangen. Een beschadigde helm mag nooit opnieuw worden gebruikt.
- Lees de handleiding goed door en bewaar hem. Bij de aanschaf van beschermende helmen die zijn bedoeld voor kinderen of jonge kinderen is het de verantwoordelijkheid van de verzorger om deze instructies te lezen en de kinderen te instrueren over het gebruik.

**Als je deze waarschuwingen negeert, kun je door een ongeval ernstig letsel oplopen, verlamd raken of overlijden.**

## Pasvorm

Het is belangrijk dat je helm comfortabel zit en nauw om je hoofd sluit.

De helm moet recht op je hoofd zitten en zodanig om je hoofd klemmen dat de helm niet beweegt door trillingen of impact(en).

## Pods

Uw helm wordt geleverd met voorgeïnstalleerde pods in de helm. De kussens of enig ander onderdeel van de helm mogen niet van de helm worden verwijderd om de pasvorm van de helm aan te passen.

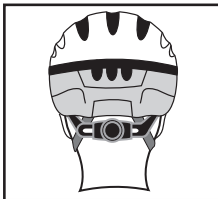
Las almohadillas de espuma de su casco se pueden quitar para que se puedan limpiar con una toalla húmeda y agua. Después de la limpieza y el secado al aire, las almohadillas deben devolverse a la posición dentro del casco en la que se quitaron.

## Methodes om de pasvorm aan te passen

### Verstelsysteem achterkant

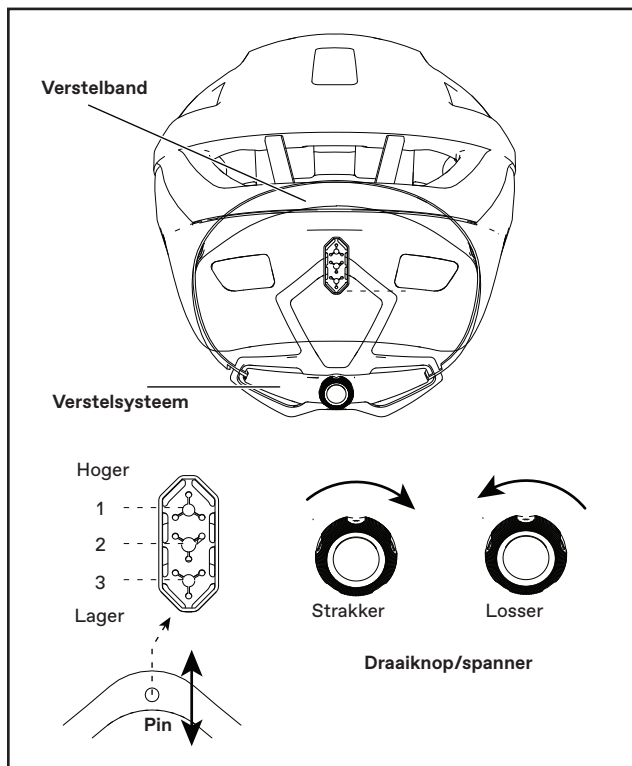
Mogelijk heeft je helm ook een verstelsysteem aan de achterkant dat de helm tegen de onderkant van je achterhoofd klemt. Deze systemen hebben een verstelmechanisme.

**STEL HET VERSTELMECHANISME ZO IN DAT HET STEVIG TEGEN DE ACHTERKANT VAN JE HOOFD KLEMT.**



**Draaiknop-spanner**

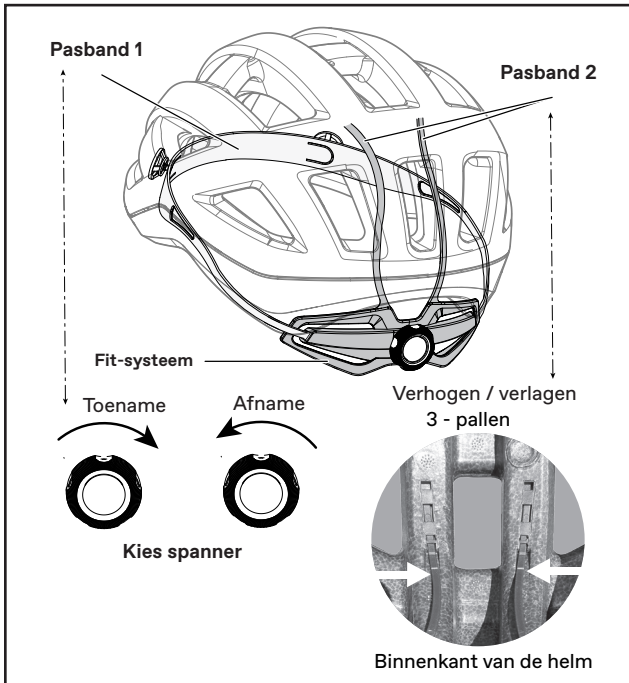
## Verstelsysteem met draaiknop



- Pas de pasvorm aan (met de helm op je hoofd) door de pin hoger of lager te zetten.
- Pas de spanning aan (met de helm op je hoofd) door aan de draaiknop van de verstelband te draaien.

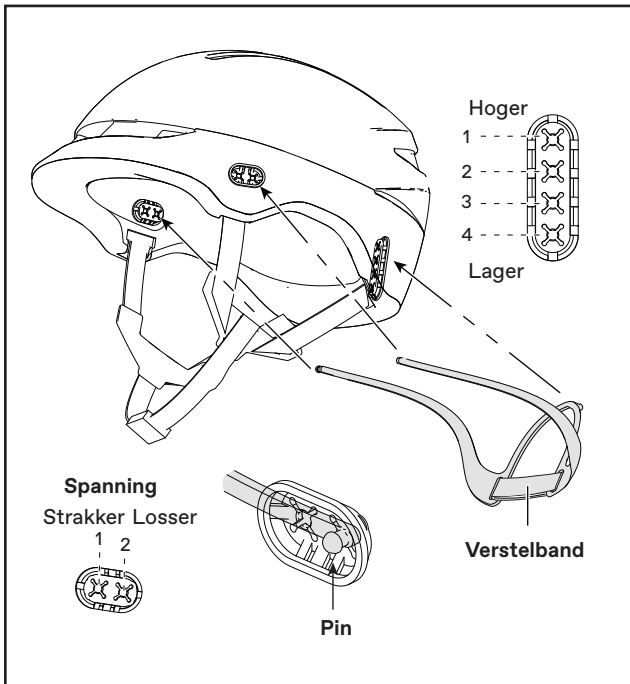


## Gesplitst retentiesysteem



- Verhoog of verlaag het Fit-systeem, schuif Fit-band 2 met uw vinger in de openingen aan de binnenkant van de helm. Banden hebben elk 3 deuken. Match posities zodat beide even lang zijn.
- Pas de spanning van de hoofdband aan door de spanner te draaien met de helm op het hoofd.
- Test de juiste pasvorm door de helm op de berijder te plaatsen. Voor de beste pasvorm kan een reeks aanpassingen nodig zijn

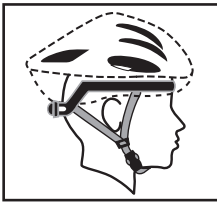
## Verstelsysteem met verstelband



- Pas de achterkant van de verstelband aan door de pin aan de achterkant van de band hoger of lager te zetten.
- Pas de spanning van de verstelband aan door de pin strakker of losser te zetten. Doe de pin aan beide zijdes van de helm in hetzelfde gaatje (symmetrisch).
- Zet de helm op en controleer of de pasvorm goed is. Mogelijk moet je de band meerdere keren verstellen voor je de optimale pasvorm hebt gevonden.

## Verstelsysteem met Fit-Ring

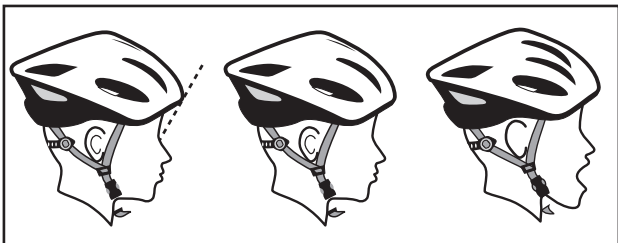
Veel helmen zijn uitgerust met een fit-ring die het hoofd omsluit. De fit-ring heeft een verstelmechanisme dat doorgaans aan de achterkant van de ring zit. De ring moet worden aangedraaid tot het punt dat de helm comfortabel en strak tegelijk zit.



Fit-ring

## Bandjes aanpassen

Zet de helm recht op je hoofd en maak alle bandjes stevig vast zodat ze overall even strak staan. Je kunt gebruik maken van de 'Oog-Oor-Mond Test' om de afstelling van de bandjes te checken. Eén: kijk omhoog en positioneer de helm zodanig dat de voorkant nauwelijks zichtbaar is. Twee: zorg ervoor dat de bandjes aan de zijkant vlak onder je oor een "Y" vormen. Drie: zorg ervoor dat de kindband strak onder je kin zit; wanneer je je mond wijd opent, voel je als het goed is dat je je helm een beetje omlaag duwt.



Oogtest

Oortest

Mondtest

Voldoen de bandjes niet aan de criteria van de test, verstel ze dan.

1. Verstel de bandjes eerst door middel van het verstelsysteem aan de achterkant.
2. Pas vervolgens de “Y” onder je oor aan. Het kan nodig zijn om de klemmetjes aan de zijkant los te maken en het voorste of achterste bandje aan elke zijde langer te maken. Zorg ervoor dat je de klemmetjes weer vastzet wanneer je de juiste pasvorm hebt gevonden.
3. Pas tenslotte de sluiting onder je kin aan.
4. Controleer de pasvorm opnieuw met de ‘Oog-Oor-Mond-test

### De juiste pasvorm

Zorg ervoor dat de helm recht op je hoofd zit; tussen de voorkant van de helm en je wenkbrauw moet je ongeveer 1 vinger kunnen leggen.



Fout



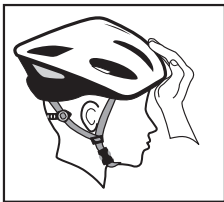
Goed



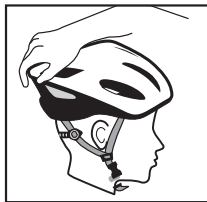
De bevestigingsbandjes en helm moeten zo strak mogelijk zitten (zonder dat het oncomfortabel is).

Controleer de pasvorm van je helm:

- Kijk in een spiegel en beweeg de helm op je hoofd zachtjes van voren naar achteren en van de ene naar de andere kant. Let bij het bewegen van de helm op de huid rondom je wenkbrauwen. De pasvorm moet comfortabel zijn en tegelijkertijd moet de huid rond je wenkbrauwen meebewegen.
- Probeer de helm heen en weer te schuiven. Leg je handpalm tegen de voorkant van de helm. Duw omhoog en omlaag. Als de helm meer dan een paar centimeter beweegt, trek dan het bandje voor je oor strakker. Trek vervolgens aan de achterkant van je helm. Als de helm meer dan een paar centimeter beweegt, trek dan het bandje achter je oor strakker.



Duw de voorkant omhoog en omlaag



Trek de achterkant omhoog

Het kan zijn dat het even duurt voor je de optimale pasvorm hebt gevonden. Kun je geen goede pasvorm vinden, gebruik de helm dan niet. Elke helm heeft een iets andere vorm en pasvorm. Vind degene die jou het best past.

**CONTROLEER ALLE AANPASSINGEN STEEDS WANNEER JE DE HELM GEBRUIKT. ZORG ERVOOR DAT DE PASVORM VAN JE HELM ALTIJD GOED IS.**

## Helmvizieren

Vizier verwijderen: zoek de pinnetjes aan beide zijdes van de helm en trek ze uit de hiervoor bestemde gaatjes in de helm. Vizier bevestigen: plaats het vizier recht op de helm en klik de pinnetjes (door stevig te drukken) in de hiervoor bestemde gaatjes in de helm.

Voor helmen met een verstelbaar vizier: draai de scharnierschroefjes los, beweeg het vizier, en draai de schroefjes weer vast.

Verwijder het vizier van de helm als het gebroken, gebarsten of beschadigd is of als het los is komen te zitten. Gebruik de helm nooit met een beschadigd vizier.

## Houder flensbevestiging

Pas je helm nooit aan om er accessoires op te bevestigen. Als je helm compatible is met een houder met flensbevestiging (Go-Pro), dan heeft je helm een kleine verwijderbare cover op de plek waar de houder moet worden bevestigd. Om de houder met flensbevestiging te monteren moet je de cover verwijderen en de houder met de meegeleverde onderdelen monteren.

## Onderhoud helm

- Gebruik alleen milde zeep water en een zachte doek om de schaal, pads en banden schoon te maken. Het gebruik van (chemische) reinigings-middelen kan onzichtbare schade aan de helm veroorzaken.
- Bewaar je helm op een koele, droge plek.
- Bewaar je helm niet in direct zonlicht.

### Bepaalde garantie

Kijk voor informatie over de garantie van dit product op het SUPPORT-gedeelte van onze website [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com). Scan deze afbeelding met je telefoon:





www.cannondale.com  
© 2023 Cycling Sports Group  
177586 Rev1 (03/23)

Manufacturer  
CANNONDALE USA  
Cycling Sports Group, Inc.  
4902 Hammersley Road, Madison, WI  
53711, United States of America  
+1.800.726.2453  
www.cannondale.com

Importer  
CSG EUROPE  
Cycling Sports Group Europe B.V.  
Geeresteinselaan 57  
3931JB Woudenberg  
The Netherlands  
+31.541.200374

Importer  
CANNONDALE UK  
Cycling Sports Group  
Vantage Way, The Fulcrum,  
Poole, Dorset, BH12 4NU  
+44 (0)1202732288  
sales@cyclingsportsgroup.co.uk