

## هل الخوذة التي ترتديها ملائمة بشكل سليم؟ اخضع لفحص مدى ملائمة الخوذة

**العينان:** ضع الخوذة على رأسك. انظر للأعلى.  
ينبغي أن ترى الطرف السفلي للخوذة.



1

**الأذنان:** تأكد من أن الأحزمة على شكل حرف "V"  
تحت أذنيك عندما تربطها. ينبغي أن تكون الأحزمة  
مشدودة قليلاً ومريحة بنفس الوقت.



2

**الفم:** افتح فمك واسعاً بقدر ما يمكنك. هل تعانق  
الخوذة رأسك؟ إذا لم يكن كذلك، قم بشد الأحزمة  
أكثر.



3

## أنت الآن جاهز للانطلاق!