

# EINE FRAGE DES UNFALLSCHUTZES

**TEST Fahrradhelme.** Guten Schutz vor Kopfverletzungen bieten nur 3 von 13 Helmen. Ein Markenprodukt fällt durch. Erstmals stehen S-Pedelec-Helme auf dem Prüfstand. Keiner davon ist besser als durchschnittlich.

Abbildungsnummer

Marke Bezeichnung

Mittlerer Preis in €

## FAHRRADHELME

1	Uvex	Urban Planet LED	110,-
2	Alpina	Gent MIPS	130,-
3	Limar	Torino	54,-
	Lazer	Codax Kineticore	54,-
	Giro	Fixture MIPS II	100,-
	Abus	HUD-Y	105,-
	Decathlon	Btwin City 540 Bowl	50,-
	Prophete	ECO Urban	60,-
	Cube	Fleet	41,-
	Casco	E.Motion 2	117,-

## FAHRRADHELME FÜR PEDELECS

	Abus	Pedelec 2.0 MIPS	210,-
	Ked	Mitro UE-1	140,-
	Cratoni	Commuter <sup>9)</sup>	116,-

Bremsen, Räder und Beleuchtung gilt es unter anderem vor der ersten Radtour im Frühling zu checken. Ein wichtiger Schutzfaktor ist auch der Fahrradhelm. Er sollte weder beim großen Radausflug noch bei kurzen Strecken zum Supermarkt fehlen. Denn ein ungeschützter Kopf kann schon bei einem Sturz mit nur 10 Stundenkilometern schwere Hirnschäden erleiden. Helme sollen das Risiko einer massiven Kopfverletzung bei einem Fahrradunfall vermindern. Wie gut das klappt, haben wir in einem internationalen Gemeinschaftstest bei 13 City-Helmen für Erwachsene getestet. Zudem prüften wir mit den Marken Abus, Ked und Cratoni erstmals Helme, die fürs Fahren mit S-Pedelecs vorgesehen sind (siehe Tabelle). Stockerl-

Fotos: Gulesa/Shutterstock.com

plätze erreichten aber drei konventionelle Helme. Als Bester im Rennen schlug sich, wie auch schon in KONSUMENT 7/2021, ein Uvex-Produkt. Knapp dahinter und fast genauso stark Alpina und Limar.

Schlusslicht Casco E.Motion 2 könnte beim Fahrradunfall vom Kopf rutschen. Bei den S-Pedelec-Helmen kam, in Schulnoten ausgedrückt, keiner über eine Drei hinaus. Preislich sind die getesteten Helme zwischen 41 und 210 Euro angesiedelt.

Um den Schutz vor Kopfverletzungen zu prüfen, haben wir die Produkte zum Crash-Test ins Labor geholt. Die Fahrradhelm-Prüfnorm sieht vor, dass die Helme senkrecht auf eine waagrechte Fläche oder Kante prallen. Wir testen



Produktfotos: Stiftung Warentest

TESTURTEIL Erreichte von 100 Prozentpunkten	AUSSTATTUNG / TECHNISCHE MERKMALE					UNFALLSCHUTZ 55 %	HANDHABUNG UND KOMFORT 40 %					SCHADSTOFFE 5 %										
	Gewicht in g	Vorrichtung zum Schutz gegen Rotationskräfte	Rücklicht <sup>1)</sup>	Fliegengitter	Verstellbarer Gurtverteiler		Kinnpolster	Schutz vor Kopfverletzungen	Abstreificherheit	Belastbarkeit von Riemen und Schloss	Erkennbarkeit im Dunkeln		Sichtfeld	Hitzebeständigkeit	Bedienungsanleitung	Kennzeichnung	Tragekomfort	Anpassen	Belüftung	Reinigung		
<b>gut</b> (70)	386	✓ <sup>2)</sup>	✓	✓	✓	+	+	+	o	o	++	++	+	+	+	+	+	+	+	++		
<b>gut</b> (66)	326	Mips	✓ <sup>3)</sup>	✓	✓	✓	+	+	+	o	o	++	++	+	+	++	+	+	+	+	++	
<b>gut</b> (66)	272		✓ <sup>4)</sup>	✓	✓	+	+	+	o	o	++	++	+	o	-	+	++	+	+	+	++	
<b>durchschnittlich</b> (58)	271	Kineticore		✓	✓	o <sup>5)</sup>	o	+	+	--	++	++	o	-	+	+	o <sup>5)</sup>	+	+	+	++	
<b>durchschnittlich</b> (54)	301	Mips				o <sup>5)</sup>	o	-	+	--	++	++	+	o	+	+	o <sup>5)</sup>	+	+	+	++	
<b>durchschnittlich</b> (50)	319		✓ <sup>6)</sup>	✓	✓	o <sup>5)</sup>	o <sup>5)</sup>	-	+	o	+	++	o	+	++	+	o <sup>5)</sup>	+	+	+	++	
<b>durchschnittlich</b> (48)	446		?)	✓	✓	o <sup>5)</sup>	o <sup>5)</sup>	+	+	o	+	++	o	-	+	o <sup>8)</sup>	o	o	o	o	++	
<b>durchschnittlich</b> (48)	386		✓ <sup>3)</sup>	✓	✓	o <sup>5)</sup>	o <sup>5)</sup>	o	o	o	++	++	+	++	++	o	o <sup>5)</sup>	o	+	+	+	
<b>durchschnittlich</b> (46)	316	Mips	?)	✓	✓	✓	o <sup>5)</sup>	o	o	o	--	++	++	o	+	+	+	o <sup>5)</sup>	+	+	+	
<b>nicht zufriedenst.</b> (0)	317			✓	✓	✓	-- <sup>5)</sup>	o	--	--	o	++	++	+	+	o	+	++	+	+	o	+
<b>durchschnittlich</b> (52)	426	Mips	✓ <sup>6)</sup>	✓	✓	✓	o <sup>5)</sup>	o <sup>5)</sup>	o	o	o	++	++	+	+	+	+	++	+	+	+	++
<b>durchschnittlich</b> (52)	352	Mips	✓ <sup>6)</sup>	✓			o <sup>5)</sup>	o <sup>5)</sup>	o	o	o	++	++	+	+	++	+	+	+	+	+	++
<b>durchschnittlich</b> (44)	451		✓ <sup>10)</sup>	✓	✓		o	o <sup>5)</sup>	+ <sup>11)</sup>	o	o	++	++	-	+	+	+	- <sup>5)</sup> 11)	o	o	o	+

Bei gleicher Punktezahl Reihung alphabetisch. **Zeichenerklärung:** ✓ = ja <sup>1)</sup> Diese Zusatzbeleuchtung ersetzt nicht die nach der Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung benötigte Fahrradbeleuchtung. <sup>2)</sup> Aufladbar per USB. Abnehmbar, aber leicht zu verlieren. <sup>3)</sup> Batterie (CR2023) <sup>4)</sup> Aufladbar per USB. Nicht intuitiv aufladbar. <sup>5)</sup> führt zur Abwertung <sup>6)</sup> aufladbar per USB <sup>7)</sup> als Zubehör erhältlich <sup>8)</sup> Der Helm sitzt sehr tief. Beim Tragen einer Sportbrille wird diese unangenehm auf die Nase gedrückt. <sup>9)</sup> laut Anbieter Produkt geändert <sup>10)</sup> Batterie (LR1130) <sup>11)</sup> Das Pad unter dem Gurtschloss muss zur Einstellung des Riemens entfernt werden. Nach dem Einstellen muss das Pad unbedingt wieder angebracht werden, weil man sonst riskiert, dass der Helm bei einem Unfall vom Kopf rutscht.

**Beurteilungsnoten:** sehr gut (+ +), gut (+), durchschnittlich (o), weniger zufriedenstellend (-), nicht zufriedenstellend (--)

**Prozentangaben** = Anteil am Endurteil **Preise:** März 2024





## KONSUMENT-TIPPS

**Gewinner.** Uvex Urban Planet zu 110 Euro ermöglicht den besten Unfallschutz. Er bietet Fliegengitter, Reflektoren und ein aufladbares Rücklicht, hat aber im Gegensatz zu den beiden Zweitplatzierten keinen Schirm. Mit 386 Gramm ist er eher schwer.

**Zweitplatzierte.** Alpina Gents Mips zu 130 Euro verfügt über einen abnehmbaren Schirm, Fliegengitter, Reflektoren und Rücklicht mit Batterie. Er wiegt 326 Gramm. Ex aequo Fliegengewicht Limar Torino (272 Gramm) ist der günstigste unter den Erstgereihten. Besitzt kein Fliegengitter, ist mit Schirm ausgestattet sowie mit Reflektoren und einem aufladbaren Rücklicht.

**Preistipp.** Günstigster Helm mit gutem Unfallschutz ist Limar Torino zu 54 Euro.

strenger, indem wir die Helme auf unterschiedlichen Punkten aufschlagen lassen, um auch Rotationsbeschleunigungen zu simulieren, wenn der Kopf beim Sturz schräg aufschlägt: mit knapp 20 km/h auf einen flachen Sockel und mit 21,6 km/h auf eine 45 Grad schiefe Ebene. Die aktuellen Helme sind, offenbar auch als Folge unserer Tests, bei denen wir Helme seit Längerem auch gefährlichen seitlichen Stößen im Schläfenbereich aussetzen, seitlich weiter heruntergezogen als früher. Dadurch sind die Schläfen beim Sturz besser geschützt. S-Pedelec-Helme absolvierten das Prüfprogramm mit etwas höherer Geschwindigkeit.

### Gebrochenes Gurtschloss

Zum Unfallschutz zählen neben dem Verhindern von Kopfverletzungen auch Abstreifsicherheit, Belastbarkeit von Riemen und Schloss, Erkennbarkeit im Dunkeln sowie das Sichtfeld. Schlusslicht Casco E.Motion 2 versagte sowohl bei der Belastbarkeits- als auch bei der Abstreifprüfung. Sein Gurtschloss zerbrach. Der Helm hält dadurch nicht zuverlässig am Kopf. Umso erfreulicher, dass die Verschlüsse aller anderen robust waren. Heikel war das „Abstreifen“

auch bei Giro. Er ließ sich nach hinten abstreifen, was beim Unfall problematisch sein kann. Er entspricht dennoch der EU-Fahrradhelm-Norm, da er nicht nach vorne abstreifbar ist. Die günstigeren Helme Lazer und Cube, aber auch der mit 100 Euro höherpreisige Giro sind weder mit Licht noch Reflektoren ausgestattet. Schade um die vergebene Gelegenheit zur Unfallverhütung.

### S-Pedelec-Helme: ernüchternde Ergebnisse

Für S-Pedelecs, also Fahrräder mit Elektromotor der Klasse L1-eB, die über Trittmotorunterstützung bis zu 45 Stundenkilometer erreichen und rechtlich als Mopeds gelten, besteht Helmpflicht. Für S-Pedelec-Helme gibt es keine EU-Norm. Sie werden nach der niederländischen Norm NTA 8766 zertifiziert. Bei dieser Norm prüfen wir den Aufprallschutz mit höherer Geschwindigkeit als bei der EU-Fahrradhelm-Norm. Teils werben die Anbieter ausdrücklich mit höherer Schutzfunktion. Wir ließen die S-Pedelec-Helme zur Kopfschutzprüfung daher mit höherer Geschwindigkeit aufschlagen als die anderen Testkandidaten. Alle drei waren nicht besser als durchschnittlich. Zusätzlich prüften wir die Pedelec-Helme mit der gleichen Aufprallgeschwindigkeit wie die zehn anderen Helme – der Schutz verbesserte sich nicht. Somit liegen die Pedelec-Helme von Abus, Ked und Cratoni hinter den besten konventionellen Produkten von Uvex, Alpina und Limar.

### Fehleranfällige Handhabung

Radler:innen schätzen das einfache Anpassen der Gurte. Hier schwächelte der S-Pedelec-Helm von Cratoni. Zum Einstellen ist das Kinnpolster zu lösen. Wer es nicht wieder anbringt, riskiert, wie unsere Abstreifprüfung zeigte, dass der Riemen durch den Verschluss und der Helm beim Unfall vom Kopf rutscht.

### Guter Tragekomfort

Damit der Helm bei allen Fahrten gerne aufgesetzt wird, muss er angenehm zu tragen sein. Drückende Helmelemente stören und mindern den Fahrspaß. Bei

elf Fahrradhelmen hatten wir einen guten Eindruck. Der Decathlon, einer der beiden Durchschnittlichen in puncto Tragekomfort, saß sehr tief. Die Folge: Die Sportbrille drückte auf die Nase.

### Mips und Kineticore

Fünf getestete Helme verfügen über ein zusätzliches Sicherheitssystem namens Mips (Multi-directional Impact Protection System). Der Lazer-Helm verwendet mit Kineticore eine ähnliche im Helm integrierte Vorrichtung. Die Funktionsweise: Eine im Helm angebrachte bewegliche Kunststoffschale reduziert bei einem schrägen Aufprall die auf den Kopf wirkende Rotationsenergie.

## MEHR ZUM THEMA

Mit Ihrem Abo bzw. bei Kauf eines 24-Stunden-Tickets haben Sie Zugriff auf den Online-Produktfinder auf [konsument.at/fahrradhelme-test](https://www.konsument.at/fahrradhelme-test). Eine Anleitung für die Nutzung unseres Produktfinders gibt es unter [konsument.at/produktfinder-hilfe](https://www.konsument.at/produktfinder-hilfe).

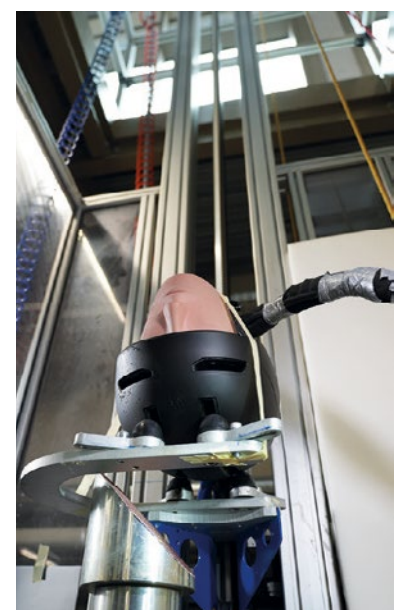


Foto: Sandra Kühnapfel, Stiftung Warentest / Daniel Coenen

**Sturzsimulation.** Beschleunigungssensoren im Prüfkopf messen, wie stark der Helm den Aufprall dämpft.