运动需要“护头” 别让不合格头盔威胁你的安全

□本报记者 沈梦雪

进行户外运动时,很多人为了安全会戴上运动头盔。然而江苏省质监局官网近日发布的《2016年运动头盔产品监督抽查质量分析报告》显示,近8成产品不合格,其中儿童佩戴的小号运动头盔合格率为零。部分头盔非但不能在意外发生时有效保护好头部,甚至会造成二次伤害。

三月草长莺飞,又到了一年一度骑行踏春的时节,在运动过程中保护好自己的头部非常重要。为此,记者前往杭州正凯单车店咨询了负责自行车装配的师傅王锴,让他给喜欢骑行的车友们推荐了几款头盔。

选择适合自己的头盔

已经有七八年自行车装配经验的王锴是个骑行发烧友,前两年去了很多地方骑游旅行,对于头盔的选择更是颇有心得,他说在选择自行车头盔前,首先要知道自己的头围,这样才能更好的选择适合自己的头盔。

头盔的尺寸一般是在“53-56cm”,适用于头部最小的最大的圆周长。车友可以用软尺围绕前额处测量出头部的最大尺寸。

头围	53-54cm	55-56cm	57-58cm	59-60cm	60cmet+
头盔尺寸	XS	S	M	L	XL

(该数据由王锴建议)

儿童头盔需要重视

在江苏省质监局抽查的120批次样品中,仅有24批合格,合格率为20.0%,其中,儿童佩戴的小号运动头盔合格率为零。王锴说:“之前很多家长在给小孩选择头盔时存在误区,觉得小孩的头长大很快,不需要选择特别好的头盔,所以就从网上买,这其实是不对的。”王锴有个女儿,他给自己的孩子选择头盔时不仅注重外观,更重视质量。“确保头盔有足够的通风孔,并且符合CE头盔质量验证标准,小孩子在运动中容易摔倒,要是头盔出现碰撞,一定要第一时间更换,否则出现下一次碰撞,头盔可能就不能保护孩子的头了。”

利马(LIMAR)儿童头盔是王锴一直给女儿使用的,他说这款头款耐摔而且不会把孩子的头卡得太紧,女儿也用过别的头盔,最后还是喜欢利马。

成年人选择头盔指南

骑车在外头盔是保证人体安全的第一装备,成年人挑选一款既透气又能保护你脑袋的头盔至关重要。王锴说:“清醒的头脑更易取得竞赛的胜利。以下是他推荐的几款常用的头盔,性价比比较高。

指导价格:349元

1、品牌: TREK BONTRAGER Specter XR(崔克幽灵系列)

点评:专业的外观配合紧贴头部的设计,CFD测试保证中心通道空气流通效率最大化,增强透气孔设计,专利技术FIT系统可单手操作,使用方便。最新绑带锁定系统调节迅速简易排汗顺畅。内置前部纽带固定头盔前部改善空气流动,头盔前檐挡泥檐可拆卸。如果头盔在购买后一年内因为摔车而损坏,则可以免费更换。

指导价:649元

2、品牌:LOUIS GARNEA(路易斯)

点评:内壳骨架结构,环形塑胶圈加强了帽壳的保护力度,轻质复合材料骨架提供了结构上的支援和完整性。这款头盔是王锴自己使用的,他说夏天骑车出汗多,这就要求了头盔的通风系统更好一些,这款头盔可内置的凹槽以加速汗水的散发,汗水就不会影响骑车人的视线。

指导价:699元

3、品牌:MOSTRO(魔塔)

点评:这是一款针对亚洲人头型设计的头盔,佩戴起来特别舒服。王锴建议刚开始骑行的车友可以选择这款头盔,在骑行中可以避免很多不舒服。

指导价:789元

4、品牌:Scott Vanish(斯考特)

点评:这是一款公路和山地两用的头盔,单手锁扣调节是不少车友爱不释手的功能。头盔上17个通风孔、高透气抗菌内衬、内置防虫网、导流板还有gopro安装座,头顶还有顶灯可以安装。由于颜色鲜艳,王锴推荐女性车友选择这款头盔。

为你推荐

你有需求,我来推荐

三九已过,早春初暖,气温日渐回升。公园里出现了很多整装待发的跑友们,如果说冬天的凌冽寒风是不出来跑步的借口,那现在可以脱下厚厚的外套把懒散了一个冬天的筋骨拿出来溜溜了。自从本报推出《周末超市》的版面以来,得到了不少读者的关注,白领曹燕就是其中之一,之前她想选择一双好看又实用的跑鞋,无奈市场上跑鞋太多,她犯了“纠结症”。今天,小编在这里给大家精心挑选了两双跑鞋,作为参考。

推荐一:New Balance Fresh Foam Boracay V2

这是New Balance今年春天推出的第一款缓震系跑鞋,简单上脚之后可以感觉到前后掌充足的弹性,尤其是后掌的缓震特别厚实,像曹燕这样经常穿高跟鞋的女生后脚经常被磨,尤其适合在运动中穿这样的跑鞋。外观方面,红色的编织和蓝色的侧面也让这双鞋一眼就被人看到,视觉效果不错。根据New Balance官方建议,这双鞋适合一周运动量在10-20公里,不追求速度的慢跑跑友,而这个运动量对曹燕来说也是比较适合的。

指导价:1299元

推荐二:Asics GT-2000 4

一直在跑鞋圈有重要地位的Asics今年春夏主推这款慢跑鞋。无缝线的鞋面设计,使得鞋面更加柔软和贴合脚面,穿起来也更加舒适,复合型材料让跑者感觉更加轻便。鞋底使用了缓冲材质的材料,对于女生来说这款鞋更适合在塑胶跑道上使用。薄荷绿加粉色的配色让这双慢跑鞋不失俏皮和可爱,值得一选。

指导价:890元

以上指导价均来自淘宝

装备速递

复古骑行掀怀旧风潮

PUMA T7外套及Suede系列重磅回归

□本报综合报道

运动品牌PUMA(彪马)再次推出经典之作——诞生于1968年的T7运动外套及Suede系列。为重温70年代潮流标签,PUMA携手知名时尚达人重返复古年代,在上海开启复古新潮流骑行之旅,诠释PUMA历久弥新的复古态度。

PUMA Suede诞生于1968年,从最初的篮球跨界到B-boy街舞领域,70-90年代,无论在艺术还是各种文化的领域里独占鳌头并风靡至今,其经典地位无可取代。T7运动外套名字中的T来源于英文Track Jacket(运动外套),这份源于70年代的时尚也在不断地改进与创新中,在保留原有的精神和内涵的基础上使得潮流传奇继续延续。

骑行当天以复古骑行为主题,超模纪凌尘、吴佳烨,创作歌手郭一凡,以及知名潮流达人李丝丝、闻佳身着PUMA T7运动外套及Suede鞋款,骑行穿梭于沪上各大潮流街道,向经典致敬。