



Ein Fahrradhelm ist für jeden Radfahrer ein entscheidender Teil seiner Überlebensausrüstung. Beim Tragen sollte man sich wohlfühlen und der Helm sollte einfach an die jeweilige Kopfform angepasst werden können.

Die [POC Sweden AB](#) hat uns einen [OCTAL AVIP MIPS](#) Helm zum Test zur Verfügung gestellt und da wollen wir mal sehen, ob er die obigen Kriterien erfüllt.



POC OCTAL AVIP MIPS

Technische Daten

Thema	Info
Gewicht	231 g, nachgewogen in Größe 54-60
Preis	UVP: 350,00 € Internet: 269,95 - 350,00 €
Sicherheitsstandards	EN 1078 / CPSC 12.03
Material	Polycarbonat (PC) (außen), EPS (innen), Innenhelm auch an den Kanten vollständig umhüllt
Farben	weiß, orange (extra auffälliges fluoreszierendes Orange)
Lüftungsöffnungen	21
Größen	Small: 50-56 cm (210 g), Medium: 54-60 cm (215 g), Large: 58-62 cm (225 g)
Belüftung	eindrucksvoll



Geräusentwicklung je Aero, desto leiser

Ersatzteile Polster und Gurtsystem gibt es als Ersatzteile

Lieferumfang Helm, Transportbeutel, zahlreiche Reflektoraufkleber, Ersatzpolster, ICE Tag

Sonstiges

- Es gibt noch einen „Eye Park“, mit dem man eine Sonnenbrille mit Magnet am Helm befestigen kann. Nicht getestet

- Zwei große Reflektoren hinten

Verarbeitung

Auf der POC Website haben wir uns über die Technik des Helms und die Einstellkomponenten schlau gemacht.

Das MIPS (Multi-directional Impact Protection System) soll beim Sturz besonderen Schutz bieten. Die PC-Hülle reicht über die Helmkante und bedeckt überall die komplette Unterkante (s.Foto).

Die Schaumstoffpolster im Inneren sind klein, aber gut verarbeitet. Das gesamte innere Haltesystem ist beweglich gelagert und liegt nicht direkt auf der Helmschale auf. Die großen Lüftungsöffnungen sorgen für reichlich durchströmende Luft.



POC Octal AVID MIPS Innseite

Zusätzlich wird zum Helm ein ICE (in Case of Emergency) Tag geliefert, das man auf den Helm kleben kann. Unter der Code-Nummer kann man bei icedot.org wichtige medizinische Daten registrieren lassen, die im Falle eines Unfalls schnell verfügbar sind.



Optik

Der Helm wirkt, besonders in der Farbe „Zink Orange/ Hydrogen White“ und mit den großen Lüftungsöffnungen erst mal ungewohnt. Müsste ich ein Prädikat vergeben, würde ich allerdings sofort für „absoluter Hingucker“ plädieren. Den Helm gibt es auch in der Farbe Hydrogen White.

Ersatzteile/ Zubehör



POC OCTAL AVIP MIPS
Zubehör

Zusätzliche Innenpolster und Reflektoraufkleber gehören zum Lieferumfang und sind sicher auch als Ersatzteile zu bestellen.

Praxistest

Anpassung



POC OCTAL AVIP MIPS
Einstellrad



POC OCTAL AVIP MIPS
eingearbeitetes Gurtsystem

Das Anpassungssystem erlaubt einmal die Einstellung der Kopfgröße mit einem Drehrad am Hinterkopf. Damit kann man in ausreichend kleinen Schritten die notwendige Einstellung vornehmen. Das Einstellrad ist allerdings ziemlich klein.



Die Gurte sind direkt in die Helmschale eingearbeitet.



POC OCTAL AVIP MIPS
seitliche Einstellung



POC OCTAL AVIP MIPS
Kinnverschluss

Die Balance des Gurtbandes zwischen vorne und hinten lässt sich stufenlos einstellen. Allerdings ist die Einstellung ein bißchen „fummelig“. Das Gurtband mit dem Verschlussstück selbst lässt sich leicht und stufenlos einstellen. Allerdings muss man darauf achten, dass sich die Einstellung beim Lösen des Kinnverschlusses nicht verstellt. Der Verschluss selbst fällt eher in die Kategorie „Strafe für Barträger“. Man klemmt sich da leicht das eine oder andere Barthaar ein.

Na ja, und dann muss man nur noch die perfekte Einstellung finden. Nach aller Erfahrung ist das ein iterativer Prozess. Erst mal so einstellen, dass es sich gut anfühlt und dann auf's Rad, die eine oder andere Proberunde fahren und ggf. nachjustieren. Da alle Einstellungselemente leicht erreichbar sind, ist das auch nicht wirklich ein Problem. Ist die Einstellung abgeschlossen, kann das ganz normale Fahren beginnen. Dabei werden wir dann hoffentlich weitere Eindrücke sammeln.

Tragekomfort

Nachdem er einmal eingestellt ist, sitzt der Helm gut und leicht auf dem Kopf. Nein eigentlich sitzt der Kopf perfekt im Helm. Das habe ich bei diesem Helm das erste Mal erlebt und das hat mir sehr gut gefallen.

Belüftung

Mit den 21 Lüftungsöffnungen und der Tatsache, dass der Innenhelm Abstand zur Helmschale hat, ist die Belüftung beeindruckend. Je nach Geschwindigkeit und Kopfhaltung bringt ein Föhn da auch nicht mehr ☐

Geräusentwicklung

Naturgemäß nimmt die Geräusentwicklung bei höheren Geschwindigkeiten zu. Bei diesem Helm fällt zusätzlich auf, dass je nach Geschwindigkeit das Fahrgeräusch zwar deutlich zunimmt. Allerdings reduziert sich das Geräusch auch wieder, wenn man den Kopf in eine jeweils geeignete Aeroposition bringt. Das fällt besonders auf dem Aerolenker auf. Gefühlt hätte man sich auch bei 60 km/h noch verständigen können.



Fahrttest

Gefahren sind wir den Helm auf einem Rennrad (Cucuma Foía) sowie auf einem Triathlonrad (Cucuma Veloz Pro²). Dabei haben wir darauf geachtet, ob der Helm auch in diesen sehr unterschiedlichen Sitzpositionen und bei den naturgemäß unterschiedlichen Geschwindigkeiten angenehm zu tragen ist. Weitere Aspekte waren, wie oben schon angeführt, die Belüftung und die Geräuschentwicklung.

Insgesamt wurde der Helm im Rahmen des Tests mehr als 300 km gefahren. Die Durchschnittstemperaturen lagen zwischen 16 °C und 23 °C . Es herrschten also nicht gerade hochsommerliche Temperaturen, was die Aussagen über Belüftung bzw. Wärmeentwicklung etwas einschränkt.

Insgesamt habe ich unter dem Helm nicht ernsthaft geschwitzt. Die Geräuschentwicklung ist je nach Geschwindigkeit und vor allem Kopfhaltung sehr unterschiedlich. Die Lautstärke steigerte sich naturgemäß zwischen 30 und 60 km/h. Aaaaaber je konsequenter man die Kopfhaltung aerodynamisch ausrichtet, desto leiser wird das Ganze wieder. Sehr interessant!

Die Kinnriemen haben auch in den unterschiedlichen Sitzpositionen und damit bei unterschiedlicher Kopfhaltung nicht gespannt.

Pros und Contras

Und hier noch einmal die Pros und Cons, die uns im Umgang mit dem POC OCTAL AVIP MIPS aufgefallen sind.

Pro

Große Lüftungsöffnungen

Super Belüftung

Die Innenhalterung ist beweglich aufgehängt und liegt nicht auf der Helmschale auf

Zwei große Reflektoren hinten

ICE Tag

Contra

Das Drehrad könnte ein bißchen größer sein

Kinnkordel kann sich beim Öffnen verstellen

Fazit

Ich denke, mein Kopf ist eher schmal und ich hatte keine Probleme, den Helm für mich passend einzustellen. Die Einstellung der Gurtbalance zwischen vorne und hinten ist zwar ein bißchen „fummelig“. Dafür sitzt der Teilgurt mit dem Verschlussstück jeweils mittig und die Gurte laufen vernünftig um die Ohren. Das Drehrad zur Größeneinstellung ist zwar klein, erlaubt aber trotzdem, dass man den Helm auch beim Fahren bei Bedarf enger oder weiter stellen kann. Der Helm, die Pads und das Gurtsystem sind gut verarbeitet. Die Tatsache, dass der Kopf wirklich im Helm sitzt habe ich als sehr angenehm empfunden.

Ich kann mir vorstellen, dass es einem mit dem Helm bei niedrigeren Temperaturen etwas kühl am Kopf wird und man bei Regen nasser wird als mit anderen Helmen. Die Situationen haben sich allerdings nicht ergeben.

Mit 350 € UVP ist der Helm wirklich nicht billig, aber die Entscheidung, ob er sein Geld wert ist, muss jeder selbst treffen.

