

---

## Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: czajna - 2008/02/19 20:42

---

pedro napisa³:

co my¶licí na temat kasków rowerowych i urzywania ich na wyprawach rowerowych? nigdy w kasku nie jezdzi³em,ale od d³urzego ju¿ czasu coraz powarzniej siê nad tym zastanawiam:angry: :ohmy:

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: czajna - 2008/02/19 20:51

---

Ja je¿d¿ê :). Choæ wiele osób twierdzi, a tak¿e ró¿ne badania dowodz±, ¿e kaski wcale du¿o nie pomagaj± przy powa¿nym wypadku to jednak...je¿d¿ê. Raz niestety mia³em nieprzyjemno¶æ widzieæ zabitego rowerzystê z roztrzaskan± g³ow± i wtedy to postanowi³em zaopatrzyæ siê w kask. Nawet je¿eli ma mi zapewniæ 5 % wiêcej szansy na prze¿ycie przy jakim¶ wypadku, to i tak uwa¿am ¿e te 5 % to du¿o.

I na wyprawie zdejmujê go zazwyczaj tylko na podjazdy.

Poza tym, gdy ¶wieci ostre s³oñce to nie muszê zak³adaæ ¿adnej czapeczki, ani nic bo mam kask ;)

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: pedro - 2008/02/19 23:16

---

no w³asnie mnia³em dwa powa¿ne wypadki na rowerku , w tym dwie operacje i blachê w prawym reku i wi±zad³a mam w obojczyku rozwalone, i coraz czêsciej i powa¿nie sie zastanawiam nad kupnem kasku, troche mnie przera¿a jego wyglad ale na wiosne chba sobie go sprawiê , po co kusic los, przynajmniej do soebie cz³owiek nie bêdzie mia³ pretensi jak by co? pozdrawiam Darek;)

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: dareksucharek - 2008/02/20 01:45

---

Dobrze dopasowany kask na wyprawie to podstawa bezpieczeñstwa. Kto zaliczy³ glebê przy wiêkszej prêdko¶ci wie o czym piszê.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: bitels - 2008/02/20 01:57

---

Równie¿ jestem ZA.Szczególnie,gdy jedziemy drogami którymi ¶migaj± tiry.Oczywi¶cie-w bezpo¶rednim starciu z tirem,rowerzysta nie ma ¿adnych szans,ale kask mo¿e nas uchroniæ w sytuacji,gdy podmuch powietrza za takim kolosem zdmuchnie rowerzystê do rowu.Wtedy kask naprawdê mo¿e siê przydaæ.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: MSX - 2008/02/20 03:22

---

Nigdy nie je½dzi³em w kasku, ale jazda w nim by³a warunkiem puszczenia mnie na wyprawê przez osobê któr± lubiê i nie tylko.... wiêc jak widaæ s± ró¿ne powody jego u¿ycia :)

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: bebzon - 2008/02/20 11:34

---

---

tir mnie zmiot<sup>3</sup> z drogi i rzucił na glebę a zatem już 2 rok jeździ<sup>ê</sup> w kasku, przynajmniej czuje się bezpieczniej i lec<sup>±</sup>ce kasztany na głowę lekcewaze

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Anka - 2008/02/20 13:31

---

Ja też jakiś czas temu doros<sup>3</sup>am do kasku, po dok<sup>3</sup>adniejszej obserwacji szaleństw kierowców z Warszafki. Używam go jednak tylko w mie<sup>¶</sup>ście i na bardziej ruchliwych drogach. Na wyprawę zabra<sup>3</sup>am tylko raz. Wg mnie większe bezpieczeństwo daje kamizelka odblaskowa. Dzięki niej jeste<sup>¶</sup>my lepiej widoczni, kierowcy mają<sup>±</sup> więcej czasu na manewr wyprzedzania i zachowuj<sup>±</sup> większy dystans.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: pedro - 2008/02/20 20:58

---

Prawda wawaka dla rowerów to Masakra - widzia<sup>3</sup>em jeden taki wypadek rowerkowicza bez kasku w zderzeniu z autobusem , przykre to by<sup>3</sup>o starasznie, ale trochę winy by<sup>3</sup>o jego jecha<sup>3</sup> za uatobusem w tunelu areodynamicznym a ten zachamowa<sup>3</sup>, pozdrawiam

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: dareksucharek - 2008/02/21 20:19

---

W kamizelce lepiej nas wida<sup>æ</sup>, ale nie chroni podczas upadku. Dobrze dopasowany kask to same zalety. Latem jest ch<sup>3</sup>odniej i chroni przed s<sup>3</sup>ońcem . Wiem co pisać dosta<sup>3</sup>em udaru ciepłego w Grecji mojej Ma<sup>3</sup>żonce nic nie by<sup>3</sup>o ale ona mia<sup>3</sup>a kask na g<sup>3</sup>owie a ja przypi<sup>ê</sup>ty do sakwy.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: tomasz\_to2 - 2008/02/21 21:59

---

Osobi<sup>¶</sup>ście nie widzia<sup>3</sup>em ale kolega mi opowiada<sup>3</sup> jak na wylocie z Poznania w stron<sup>ê</sup> Wrocka starszy m<sup>ê</sup>żczyzna jecha<sup>3</sup> poboczem jezdni w powolnej jeździe samochodów ustawionych jeden za drugim w do<sup>¶</sup>ł<sup>æ</sup> d<sup>3</sup>ugim szyku, gdy nagle starszy Pan na chwile odjecha<sup>3</sup> od pobocza - zahaczy<sup>3</sup> o naczep<sup>ê</sup> tira co skrzy<sup>¿</sup>owa<sup>3</sup>o go z jego torem jazdy-odbi<sup>3</sup> się od niego jak pi<sup>³</sup>eczka pingpongowa zrobi<sup>3</sup> salto do przodu z rowerem i upa<sup>3</sup> na g<sup>3</sup>ow<sup>ê</sup>- prawdopodobnie go<sup>¶</sup>ł<sup>æ</sup> zmar<sup>3</sup>- akcja w bia<sup>3</sup>y dzień - zat<sup>3</sup>oczona droga wylotowa(wtedy by<sup>3</sup> tam remont ulicy) brak kasku niefortunna jazda, ¶mier<sup>æ</sup>.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: iwciasucharek - 2008/04/21 13:23

---

B) Kask ma g<sup>3</sup>ównie zalety. Jest w nim ch<sup>3</sup>odno - dzięki szczelinom, g<sup>3</sup>owa nie nagrzewa się od s<sup>3</sup>ońca - steropian, a upadek amortyzuje bardzo dobrze. Nie znam nikogo kto jeździ<sup>3</sup> w kasku i z niego zrezygnowa<sup>3</sup>, a przeciwko wypowiadaj<sup>±</sup> się najcz<sup>ê</sup>¶ciej Ci którzy z niego nie korzystali. Sama nie mia<sup>3</sup>abym z<sup>3</sup>amanego nosa i rozbitych na nim okularów, gdybym za<sup>3</sup>o<sup>¿</sup>y<sup>3</sup>a go na krótk<sup>±</sup> wycieczk<sup>ê</sup> wiosenn<sup>±</sup> po okolicy. Kask w tym czasie le<sup>¿</sup>a<sup>3</sup> sobie w szafie. Mam już trzeci i na wyprawach ca<sup>3</sup>kiem zapominam, ¿e mam go na g<sup>3</sup>owie. Pozdrawiam

=====

---

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: ziabak - 2008/04/22 16:52

---

Jasne - dok³adnie zapomina siê, ¿e jest na g³owie. W gor±ce dni ¶wietnie ochrania przed s³oñcem, w deszczowe - wbrew pozorom - przed deszczem te¿ chroni, a jak siê ma daszek to ju¿ w ogóle w deszczu pomaga. Zawsze je¿dziê w kasku i w rêkawiczkach - i na krótkie wycieczki i na d³u¿sze, a ulic nawet ze ¶rednim ruchem samochodów unikam jak ognia, bo trudno mi ufaæ ka¿demu kierowcy a nie jestem typem ryzykanta i chcia³abym jeszcze parena¶cie lat przynajmniej poje¿dziæ ;) Uwaga, ¿e w Warszawie to niestety zawsze jest ryzykowne - nawet jak rowerzysta jedzie poprawnie, jest widoczny i ma kask to mo¿e trafiæ go jaki¶ zakrêcony kierowca i tyle... Jak siê ma wypadek samochód - samochód to przynajmniej szanse s± w miarê wyrównane, a jak rowerzysta - samochód to wiadomo :/

ps. mozna pod domem wyr¿n±æ niechc±cy i waln±æ o krawê¿nik, wiêc d³ugo¶æ wycieczki niewielkie ma tu znaczenie.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: bebzon - 2008/04/23 07:26

---

jezdze caly czas w kasku, obojetnie gdzie i o jakiej porze roku

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: mefju - 2008/04/23 11:00

---

Mam takie pytanie, czym siê sugerowaæ przy wybieraniu kasku? jakie firmy s± godne polecenia?

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: dareksucharek - 2008/04/23 11:32

---

Przy wyborze kasku nale¿y siê sugerowaæ wag±, ilo¶ci± otworów systemem regulacji. Po prostu musi byæ wygodny. Nazwa firmy ma ju¿ mniejsze znaczenie. Wygodny kask mo¿na kupiæ ju¿ od 130z³

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: iwczasucharek - 2008/04/30 11:42

---

Dobrze je¶li kask ma z ty³u regulacjê. Z w³asnego do¶wiadczenia wiem, ¿e lepsze s± te z pokrêtem z ty³u - do regulacji przylegania do czaszki ni¿ z suwanymi z±bkami - czasem same siê luzuj±. Nie polecam natomiast marketowych tylko z paskami. Wybieraæ nale¿y te z jak najwiêksz± ilo¶ci± otworów i niezbyt zabudowanym styropianowym ty³em - mniej poci siê ty³ g³owy i lepiej wentyluje. Je¶li kto¶ je½dzi zim± trzeba przewidzieæ miejsce na czapeczkê.

Pozdrawiam Iwona

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: krzysiekfx01 - 2008/05/04 22:57

---

Uwaga, ¿e jazda w kasku to podstawa. Ja na swój kask wyda³em prawie 3 stówy. W razie wypadku lepiej roztrzaskaæ kask ni¿ g³owê, wiêc warto zainwestowaæ w odpowiedni kask. Pozdrawiam

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Forum spo³eczno¶ci rowerzystów - Spo³eczno¶æ rowerzystów - rowery, wyprawy, ~~forum~~ Forum Component version: 1.0.2

Generated: 6 September, 2008, 05:41

Już 8 lat jeżdżę w kasku i już tak się do niego przyzwyczaiłem że praktycznie w ciągu każdego dnia jazdy zdejmuję go może 2 razy.

Nie zdarzyło mi się nigdy żaden groźny wypadek ale parę razy na technicznej ścieżce walnięciem w jakiejś gałęzi i to doflę mocno więc jakby nie patrzył kask się przyda.

A poza tym kask chroni przed słońcem więc nie trzeba żadnych czapek.

---

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Neelith - 2008/08/04 23:40

Zawsze jeżdżę w kasku, traktuję go jak czapkę i nawet nie czuję, że jest na głowie. W tym roku miałem wypadek, zagapiłem się i wjechałem w tył Mercedesa Sprintera, który gwałtownie zahamował, ja jechałem za nim. Uderzyłem bezpośrednio głową i barkiem, chyba też biodrem, odbiłem się i znowu głową tym razem o asfalt. Kończyło się tylko na otarciach, bólu karku i obtępieniach. W samochodzie było spore wgniecenie od kasku... nie chcę nawet wiedzieć jakby wyglądała moja głowa, gdybym kasku nie miał.

---

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Marek - 2008/08/15 00:10

Co do bezpieczeństwa, chyba wszyscy jesteśmy zgodni. Nie ma co sugerować się statystykami czy wynikami badań. Gdyby to miało sens, nikt nie grałby w Totka.

O kasku rzeczywiście można zapomnieć. I o tym, że jest na głowie i o tym, że się go zdjęło. Ja tylko przed zjazdem zawsze o nim pamiętam.

Ciekawi mnie jednak przekonanie o izolacji kaskiem od słońca. Pewnie kask jest lepszy niż goła głowa, ale to przecie styropian. Izolator cieplny na takim emiterze ciepła jak głowa? Może to subiektywne odczucie albo cecha indywidualna, ale ja ratuję się przed przegrzaniem zdejmując kask. Szczególnie w upalny dzień na podjazdach, mimo braku ochrony fryzurami. Skuteczna wentylacja pojawia się dopiero przy wyraźnym ruchu powietrza względem głowy. Przy powolnej jeździe przez starówkę lub na podjazdach nie działa, niezależnie od ilości otworów.

Wracając do pytania o kryteria doboru kasku...

Bardzo ważny jest daszek, choć dziwnie kaski bez daszka to już rzadkość. Jeśli słońce nie świeci bezpośrednio na oczy, widzieć lepiej. Lecz daszek przydaje się także w nocy, gdy opuszczenie głowy chroni przed światłem nadjeżdżających z przeciwka samochodów. Światła w oczy dezorientują i mogą spowodować upadek albo zjechanie na środek drogi lub do rowu. Liczba otworów to dobre kryterium, ale w połączeniu z ich wyprofilowaniem i gęstością styropianu. Otwory powinny przepuszczać powietrze. A miękki styropian i duża ilość otworów oznacza niewielką wytrzymałość kasku. Jako tako odegra swoją rolę podczas wypadku, to znaczy zgniecie się między czaszką i przeszkodą, absorbując energię uderzenia. Ale znacznie łatwiej go potłuc przypadkiem, na przykład w transporcie. System regulacji musi być solidny i stabilny. Dopasowany kask powinien trzymać się głowy jak przyrośnięty. Pokręć jest wygodne podczas regulacji. Ale ponieważ kask jest sprzętem osobistym jak szczoteczka do zębów i nie pożyczycza się go nikomu, regulację na dobre sprawę przeprowadza się kilka razy w roku. Do czepka i na głowę (ewentualnie pod chustą, jak kto lubi). To, czy się kręci, czy naciska i przesuwa, nie ma zatem żadnego znaczenia. A dobrze wykonany system regulacji sam się nie luzuje.

Jeszcze jedna uwaga o trwałości. Producenci zalecają wymianę kasku po każdym poważnym uderzeniu. Należy ich słuchać... albo nie. Wychodzą z założenia, że to tylko nakręcanie popytu a kask służy de facto do zgniatania, reperowałem go po wypadkach klejem polimerowym. Zmieniłem kask dopiero, gdy liczba sklejeń była znaczna i zacząłem wątpić w zdolności absorpcyjne takiego czerepu. Dlatego mimo kilkunastu lat jazdy w kasku i sporej liczby gwałtów w "szczeniackim" okresie, mam dopiero drugi egzemplarz (bez żadnych sklejek na razie). Jednak takiej opcji nikomu nie polecam:)

---

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: homek - 2008/08/15 10:33

Witam. Jeżdżę w kasku już od 10 lat. Wtedy to miałem trzeci z rzędu wypadek, w którym przywaliłem głową o asfalt (maluszek mnie nie zauważył i wyjechał z podporządkowanej). Jechałem ponad 30 km/h, bo było z górki, środek dnia,

---

a w dodatku kierowca patrzy<sup>3</sup> na mnie, więc nie spodziewa<sup>3</sup>em sie takiego manewru z jego strony. Na szczę<sup>3</sup>cie o asfalt najpierw uderzy<sup>3</sup>a kierownica a dopiero pó<sup>3</sup>niej g<sup>3</sup>owa. Skończy<sup>3</sup>o się na st<sup>3</sup>uczeniach mi<sup>3</sup>ni przedramion (piekielnie bolesna rzecz) i p<sup>3</sup>ekni<sup>3</sup>tej ko<sup>3</sup>ci. G<sup>3</sup>owa ca<sup>3</sup>a. Ale pierwsze co zrobi<sup>3</sup>em potem to zakup kasku. Dzisiaj nawet do spo<sup>3</sup>yzczaka na rogu wk<sup>3</sup>adam kask. I od tamtego czasu nie mia<sup>3</sup>em ju<sup>3</sup>ż żadnego powa<sup>3</sup>niejszego wypadku (moj<sup>3</sup>± dewiz<sup>3</sup>± jest-nie ufaj nigdy kierowcy, cho<sup>3</sup>æby si<sup>3</sup>e do ciebie u<sup>3</sup>miecha<sup>3</sup>).  
Pozdrawiam

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: pedro - 2008/08/15 23:22

---

Hej ja nie je<sup>3</sup>d<sup>3</sup>ę w kasku,ale coraz czę<sup>3</sup>ciej si<sup>3</sup>e nad tym zastanawiam:( kask jednak chroni g<sup>3</sup>ow<sup>3</sup>e przed wypadkiem,urazy g<sup>3</sup>owy jak i barków s<sup>3</sup>± bardzo czeste i powa<sup>3</sup>ne,ja mia<sup>3</sup>em trzy ostre wypadki-posz<sup>3</sup>y mi wi<sup>3</sup>±zad<sup>3</sup>a w prawym barku, mam blach<sup>3</sup>e w prawym nadgarSKU,p<sup>3</sup>êk<sup>3</sup>a mi <sup>3</sup>êkotka w kolanie i ostatni przywa<sup>3</sup>³em prawym barkiem i klatk<sup>3</sup>± piersiow<sup>3</sup>± w s<sup>3</sup>up na <sup>3</sup>cierzce rowerowej,do tej pory nie mog<sup>3</sup>e si<sup>3</sup>e pozbiera<sup>3</sup>æ nie wiem czy nie mam czego<sup>3</sup>± uszkodzonego,ale pomykam na rowerku,pozdrawiam

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: delta - 2008/08/16 14:33

---

Witamodnosnie jazdy w kasku io kask jest zalacznikiem do roweru w mej dlugoletniej praktyce moglem sie nie raz przekonac a zwlaszcza ze jezde wy<sup>3</sup>acznie po niemczech ze wzgledu na zamieszkanie Swinoujsciea tam ruch na szlakach w sezonie ogromny wiec nieraz widzialem duzo kolizji rowerowychi bezmyslosc letnikow starszych korzystajac z roweow z wypożyczalnia jest duzo szczytek o roznych nawierzchniach i nad morzem gorki gdzie zjazdy z nich sa ogromne do 60km/godza jezda starzy i dzieci wiec bez kasku ciezko .ja osobiscie jezde przewaznie w kaskuod wielu wielu lat.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Roberto - 2008/08/31 14:51

---

Na wyprawach kompletnie nie ma sensu bo w koncu z kim na wyprawach rywalizujesz?

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Roberto - 2008/08/31 14:55

---

A dlaczego sciagasz na podjazdach? Uważasz, że podjazdy są bezpieczne? Przecież kiedy ty podjeżdżasz to inni użytkownicy będą zjeżdżać a wówczas najechanie na ciebie jest wysoce prawdopodobne, nieprawdaz?

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Marek - 2008/08/31 16:58

---

Wys<sup>3</sup>any post mo<sup>3</sup>żna ponownie edytowa<sup>3</sup>æ. Nie ma sensu wysy<sup>3</sup>a<sup>3</sup>æ dwóch postów o tym samym ;). Tylko raz bra<sup>3</sup>em udział w zawodach. To nie jest zabawa dla mnie. I wtedy oby<sup>3</sup>o si<sup>3</sup>e bez wypadku. Na wyprawach rzeczywi<sup>3</sup>cie (prawie) nie ma rywalizacji wymuszaj<sup>3</sup>±cej agesywn<sup>3</sup>± jazd<sup>3</sup>e na granicy utraty kontroli nad rowerem. Ale to przecie<sup>3</sup>ż nie jest jedyna okoliczno<sup>3</sup>± mog<sup>3</sup>±ca spowodowa<sup>3</sup>æ nag<sup>3</sup>y kontakt g<sup>3</sup>owy z czym<sup>3</sup>± twardym. O wypadkach rowerowych nie pisz<sup>3</sup>± tu przecie<sup>3</sup>ż zawodnicy, tylko tury<sup>3</sup>ci. <sup>3</sup>ci<sup>3</sup>±gam kask na podjazdach bo mi si<sup>3</sup>e za bardzo <sup>3</sup>eb grzeje. Bez kasku grzeje si<sup>3</sup>e znacznie mniej. Po prostu. Zmiana prawdopodobieñstwa wypadku z ma<sup>3</sup>o prawdopodobnego na prawie niemo<sup>3</sup>żliwe nie ma na to wp<sup>3</sup>ywu. Nawet je<sup>3</sup>li prawie niemo<sup>3</sup>żliwe ju<sup>3</sup>ż mi si<sup>3</sup>e przytrafi<sup>3</sup>o ;). Bo spad<sup>3</sup>em kiedy<sup>3</sup>± w górach do potoku, gdy przy podje<sup>3</sup>dzie przednie ko<sup>3</sup>o zablokowa<sup>3</sup>o si<sup>3</sup>e w odwadniaj<sup>3</sup>±cym przekopie a tylne zabuksowa<sup>3</sup>o w b<sup>3</sup>ocie i pr<sup>3</sup>êdko<sup>3</sup>± spad<sup>3</sup>a do zera. Nie d<sup>3</sup>±y<sup>3</sup>em wyj<sup>3</sup>±æ nóg z koszyków (a kask wisia<sup>3</sup> na kierownicy).

---

Zatem uważam, że podjazdy mogą być niebezpieczne, ale czołówka ze zjeżdżającym nigdy nie będzie wysoce prawdopodobna. Na drogach publicznych obowiązuje ruch jednostronny i raczej wszyscy o tym wiedzą. A nawiedzonych downhillowców na turystycznych trasach spotykam bardzo rzadko. Na szczęście ostatnio poszukiwacze adrenaliny zaczęli preferować osiedlowe hopki i tory - samoróbki.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Roberto - 2008/08/31 21:20

---

Widzę, że się nie bardzo zrozumieliśmy. Ja piszę o zagrożeniu od wszystkich użytkowników dróg nie tylko dróg szutrowych czy też ścieżek ale także asfaltów natomiast ty jesteś w świecie ścieżek leśnych.

A jazda w noskach to zupełnie nieporozumienie w turystyce. O wiele praktyczniejsze są bloki lub platformy. Noski idealnie sprawdzają się na torze kolarskim.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Marek - 2008/08/31 22:00

---

Roberto, nie jestem w świecie Ciebie i leśnych. Nie należy do mountainbikerów, co przyciąga swoje maszyny z dachu samochodu na leśnym parkingu i znikają w krzakach. Dobrze znam realia drogi. Zrozumieliśmy się. Wszak napisałem również o drogach publicznych. Ja jadę swoim pasem, ci z góry swoim. Jeśli mam się pociążyć tylko dlatego, że jakiś Anglik mógłby zapomnieć, że jest w Europie kontynentalnej, to wolę ryzykować ;) . Oczywiście, jest jeszcze problem żuków na serpentynach, a raczej wynoszenie zbyt szybkich na zewnątrz i wycieczki zcinania zakrętów. Ale to tylko punkty na trasie, a na cichym rowerze auta i motory, a nawet szum rowerów sąycha z daleka. Sformułowanie "najechanie wysoce prawdopodobne" jest zatem mocno naciągane. Co do nosków, sprawa jasna. Lecz być może czas, że po górach jeździ się w sposób nie w nich. SPD i inne zatrzaski to w polskiej turystyce rowerowej dość młody patent. Zasada być może blokowanie troczków tak, by but wysuwał się jak noga z kapci. Niektórzy jeździli też bez troczków, ale to niezbyt pewnie trzymało but na platformie. Kłopot pojawia się wtedy, gdy noga skręca się w bok. Mnie udało się wtedy uwolnić tylko jedną nogę.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: marzarcz - 2008/09/04 22:03

---

Sam na własnej skórze przekonałem się o potrzebie jazdy w kasku. Jadąc jedną z ulic przemysłowych w Gdyni (ul. Hutnicza), musiałem uciekać przed duuuużym pojazdem. Uderzając w nasyp wyleciałem z roweru (Wyobraźcie sobie widok latającego morsa, waży 130 kg) upadając na trawnik uderzyłem m.inn. głową w podłogę. Uderzenie było na tyle silne, że kask pękł. Obyło się bez poważniejszych kontuzji, nie licząc wstrząśnienia mózgu. Żeby nie kask to moja czaszka byłaby roztrzaskana i nie mógłbym być w tak znamienitym towarzystwie. Kierowca został bezkarny. Pozdrawiam i zachęcam do jazdy w kasku.

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Roberto - 2008/09/05 09:43

---

Czytam o waszych upadkach i w głowie mi się nie mieści jak w/w sytuacjach można było przywalić głową! W takich sytuacjach wystarczy mieć podstawy ze sztuki upadania a wyszłoby się bez szwanku. Co innego gdy Tir cię atakuje ale w tym przypadku nawet najlepszy kask nic nie pomorze.:woohoo:

=====

## O:Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: marzarcz - 2008/09/05 12:44

---

---

Masz Rację Roberto. Tylko nie każdy jest giętki jak wąż i szybki jak puma żeby odpowiednio zareagować w takich sytuacjach. Wycie powodzenia i aby nie musiały wykazywać się wytrenowanymi sztukami upadania. Pozdrawiam.

=====

## O: Kaski rowerowe i wyprawy

Autor: Marek - 2008/09/05 21:46

---

Wybacz Roberto, ale to się tylko śmieję pisze. Przy wypadkach trudno o planowanie trajektorii lotu i jego "choreografii":). Oczywiście, żeby bezpiecznie wytracić energię kinetyczną po locie przez kierownicę, lepiej się zwinąć i przetrwać jak przy "skoku tygrysim" niż lądować na sztywnych rękach, które zwykle nie są w stanie utrzymać ciała. Ale często działają także dodatkowe siły zmieniające także model sytuacji. Czasem to rower ucieka spod rowerzysty. Czasem leci się po wypadkowej kierunku jazdy i kierunku uderzenia (np. autobusem z przecznicy ;)). Czasem dostaje się w ścianę rowerem lecącym z tyłu. Czasem lot przerywa pionowa przeszkoda... Różnie bywa. W czasie lotu po wypadku nie myśli się, tylko odbiera wrażenia i reaguje odruchowo. Trudno jednak oczekiwać od rowerzysty który się zwykle nie przewraca, by trenował takie odruchy. A nawet po opanowaniu "sztuki upadania" w zakresie rozszerzonym, nieraz zdarza się czekać z powrotem do pionu, aż w górze przestanie buczać po strzale czaszką w drzewo czy w glebę:).

A co do "atakujących Tirów"... mi kask pomógł:). Oczywiście nie uchroni przed skutkami zderzenia, tylko strachem przed czołwką. Ale biała się tylko koleżanka jadąca z tyłu, widząc moje tylne światło między światłami mijania TIRa, wyprzedzającego szeroko innego TIRa. Szofer zostawił mi, kończąc manewr, trochę miejsca między odbojnicami drogi a swoim zderzakiem, więc skończyło się jedynie na strachu. Ja się nie bałem, bo daszek kasku zasłonił mi całą akcję. A podmuch przyszedł po kluczowym momencie.

=====