



Instructions for use

Thank you for purchasing this SHOEI product. For your enjoyment and correct use of the product, we suggest that you read these instructions fully.

Mode d'emploi

Nous vous remercions d'avoir choisi SHOEI. Afin de profiter au maximum des caractéristiques de ce nouveau modèle SHOEI, nous vous prions de lire attentivement ces instructions.

Gebrauchsanleitung

Wir danken Ihnen für den Kauf dieses SHOEI-Produkts. Lesen Sie diese Anleitung bitte sorgfältig durch, um sich mit den vielen Sonderfunktionen und den Hinweisen zum sicheren Tragen Ihres neuen Helms vollständig vertraut zu machen.

Istruzioni per l'uso

Vi ringraziamo per l'acquisto di questo prodotto SHOEI. Per apprezzare al massimo ed usare in modo corretto questo prodotto, vi preghiamo di leggere attentamente le istruzioni.

Instrucciones de uso

Muchísimas gracias por la compra de este producto SHOEI. Para que pueda aprovechar al máximo las características de este producto, le sugerimos leer detenidamente las instrucciones de uso.

Instruções de uso

Muito obrigado por ter escolhido um produto shoei. Para utilizar e desfrutar ao maximo este produto, sugerimos que leia estas instruções por completo.

EnglishP03~14

FrançaisP03~14

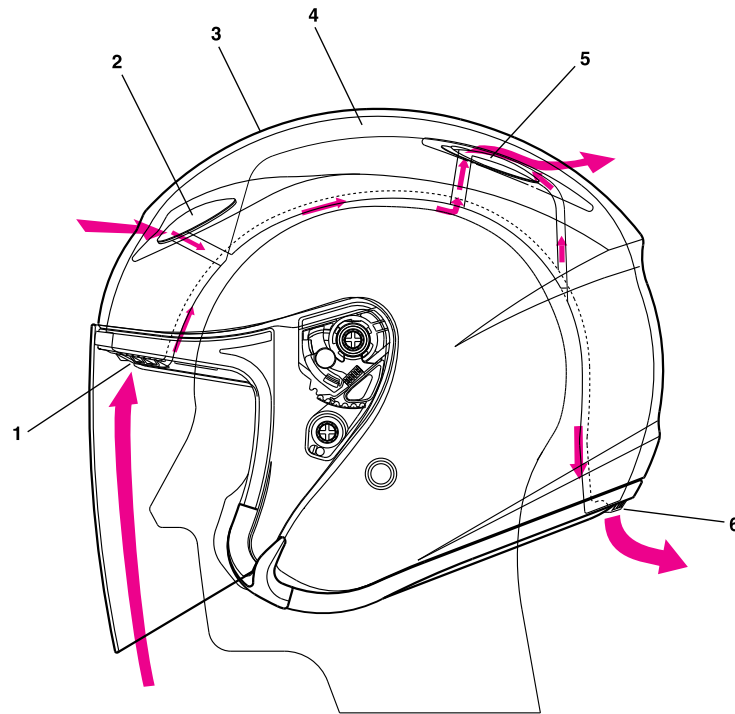
DeutschP15~26

ItalianoP15~26

EspañolP27~38

PortuguêsP27~38

Ventilation system Système de ventilation



1 Visor/Shield Misting Prevention Ventilation System
Système de ventilation à écran anti-condensation

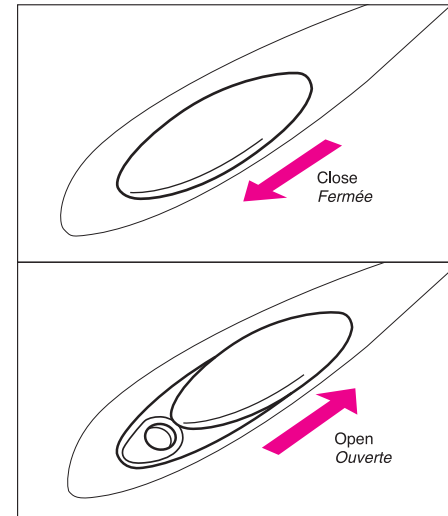
2 Oval Intake
(Upper Air Intake)
(Prise d'air supérieure)

3 Shell
Coque

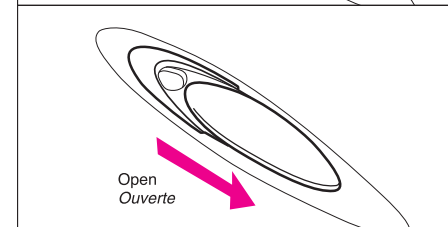
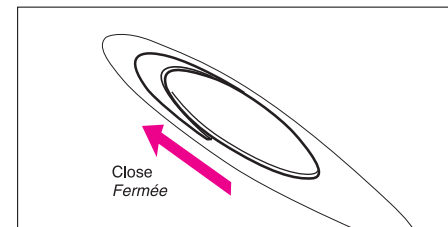
4 Shock Absorbing Liner
Rembourrage d'amortissement

5 Oval Vortex Ventilation
(Top Air Outlet)
(Sortie d'air supérieure)

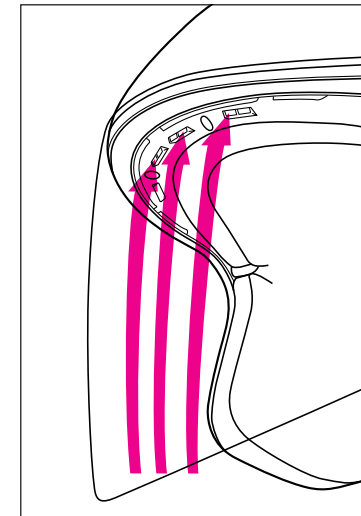
6 Rear Air Outlet
Orifice d'air arrière



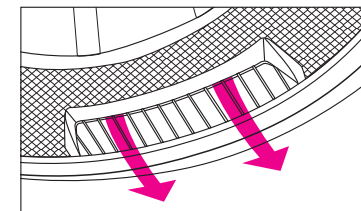
2 Oval Intake
(Upper Air Intake) (Prise d'air supérieure)



5 Oval Vortex Ventilation
(Top Air Outlet) (Sortie d'air supérieure)



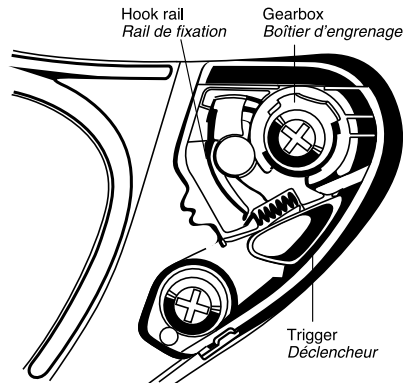
1 Visor/Shield Misting Prevention Ventilation System
Système de ventilation à écran anti-condensation



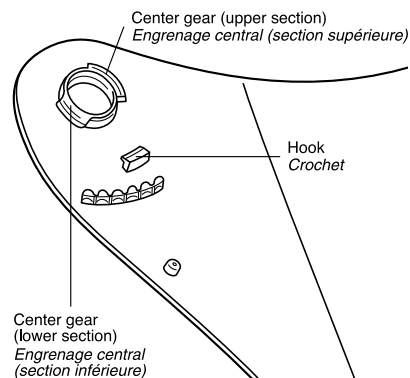
6 Rear Air Outlet
Orifice d'air arrière

Built-in MecaShield and quick-release base plate *MecaShield incorporé et base de visière à libération rapide*

Quick-release base plate <Q.R.B.P. TYPE-J> *Base de visière à libération rapide <Q.R.B.P. TYPE-J>*



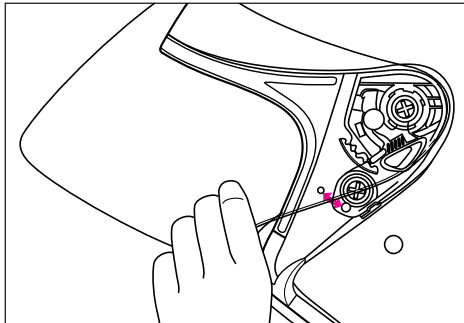
CJ-1 Visor / shield *Visière CJ-1*



The CJ-1 MecaShield has the mechanism for attaching and adjusting the visor/shield built into the visor/shield itself, rather than mounted in a cover on the shell. This unique SHOEL construction simplifies fitting and removing the visor/shield, and because there is no protruding cover to cause wind resistance, the helmet is astonishingly quiet.

Le MecaShield CJ-1 possède un mécanisme de fixation et de réglage incorporé à la visière proprement dite et non monté dans un couvercle de la coque. Cette construction particulière à SHOEL simplifie la fixation et le retrait de la visière tandis que l'absence de toute saillie présentant une résistance au vent rend le casque extrêmement silencieux.

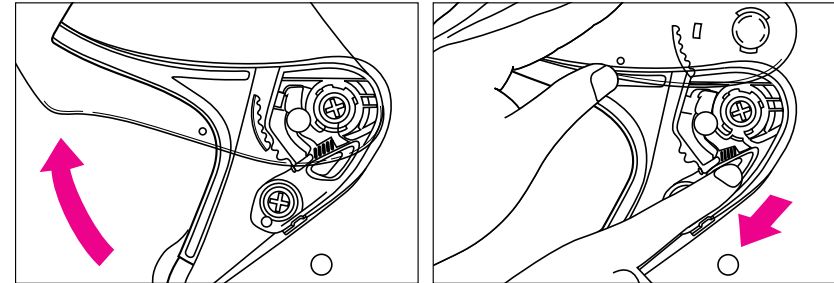
Opening and Closing the Visor / Shield *Ouverture et fermeture de visière*



When the visor/shield is fully closed, it locks into place. To open the visor/shield, use the left hand and pull the side of the visor/shield out slightly to release it from the hook. Using one hand, you can easily set the visor/shield as you ride to closed, half or fully open positions.

Complètement refermée, la visière se verrouille. Pour l'ouvrir, tirer légèrement de la main gauche vers l'extérieur pour la libérer son attache. Il est facile de régler d'une main la visière en position fermée, semi-ouverte ou ouverte tout en conduisant.

Changing the Visor / Shield *Changement d'écran*



●Removing the visor / shield

Open the visor/shield completely. Pull the trigger on one side down to release the lock. Ease the hook off the hook rail and pull the center gear out of the gearbox. Repeat these instructions for the opposite side, and remove the visor/shield.

●Fitting the visor / shield

Reverse the procedure for removing the visor/shield. With the visor/shield completely open, press the upper section of the shield center gear on one side into its gear box. Press firmly until the lower section locks in place. Make sure that the hook has securely engaged with the hook rail. Repeat these instructions for the other side.

●Retrait de l'écran

Ouvrez l'écran complètement. Abaissez le déclencheur d'un côté pour relâcher le verrouillage. Dégagez le crochet du rail de fixation et retirez l'engrenage central hors du boîtier d'engrenage. Effectuez la même démarche pour l'autre côté et ôtez l'écran.

●Fixation de l'écran

Inversez les démarches du retrait de l'écran. L'écran étant complètement ouvert, enclenchez d'un côté la section supérieure de l'engrenage central dans le boîtier d'engrenage. Appuyez fermement de manière que la section inférieure se verrouille bien en place. Assurez-vous que le crochet est convenablement engagé sur le rail de fixation. Répétez la même démarche pour l'autre côté.

Important points to remember when replacing or fitting a new shield base *Points importants lors du remplacement des platines d'écrans*

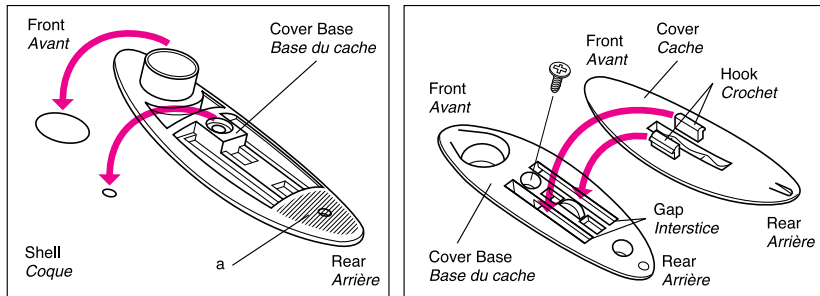
●After fitting the visor/shield and the shield base, close the visor/shield and check the rubber rim to be sure that it fits the helmet tightly at the top of the visor/shield. Any gaps will allow wind to enter the helmet. Adjust the position of the visor/shield for a tight fit, then secure the screws.

※When attaching the visor/shield, double check that it is firmly mounted on the shield base. It can be very dangerous if the visor/shield comes loose at speed.

●Après installation de l'écran et des platines, refermez l'écran et vérifiez que l'arête caoutchoutée se loge correctement sur le haut de l'écran, car tout interstice laisserait pénétrer l'air dans le casque. Ajustez la position de l'écran pour assurer une parfaite correspondance, puis serrez les vis.

※Lors de la mise en place de l'écran, assurez-vous que celui-ci soit bien fixé dans ses points d'ancrage. Un mauvais montage entraînerait la perte de l'écran en roulant.

How to Fix the Oval Intake Unit or the Oval Vortex Ventilation Unit Fixation de l'ovale de prise d'air ou de l'ovale de ventilation vortex



● Both the oval intake unit and the oval vortex ventilation unit can be fixed in the same manner. Therefore, the same way is applied for fixing the oval outlet unit although the explanation and the diagram are for fixing the oval intake unit.

After you remove the old cover base, take out the both sides sticky sheets and the dusts from the shell. Peel the protection film (a) from the both sides sticky sheet of the base. Then, align the projection and the screw hole of the base with the vents on the shell, and tighten the screw. Identify the front and rear ends of the cover. Attach the hook of the cover on the rail of the base and then, press the cover.

※ Take care not to damage the shell when you take out the both sides sticky sheet or the screw of the old base.

※ Note that you cannot remove the cover from the base after the cover is fixed on the base.

※ **Don't make a new hole to fix the oval intake unit or oval outlet unit. Otherwise, the head protection function of the helmet cannot be maintained.**

● L'ovale de prise d'air ainsi que l'ovale de ventilation vortex peuvent être fixés de la même façon. Pour cette raison, la même méthode est appliquée pour fixer l'ovale de sortie d'air bien que l'explication et l'illustration s'appliquent à la fixation de l'ovale de prise d'air. Après avoir retiré l'ancienne base du cache, retirer les feuilles adhésives double face et la poussière de la coque. Décoller le film protecteur (a) de la feuille adhésive de la base. Ensuite, alignez la saillie et le trou de la vis de la base avec les orifices de la coque, et serrez la vis. Identifier l'avant et l'arrière du cache. Attacher le crochet du cache au rail de fixation puis effectuer une pression sur le cache.

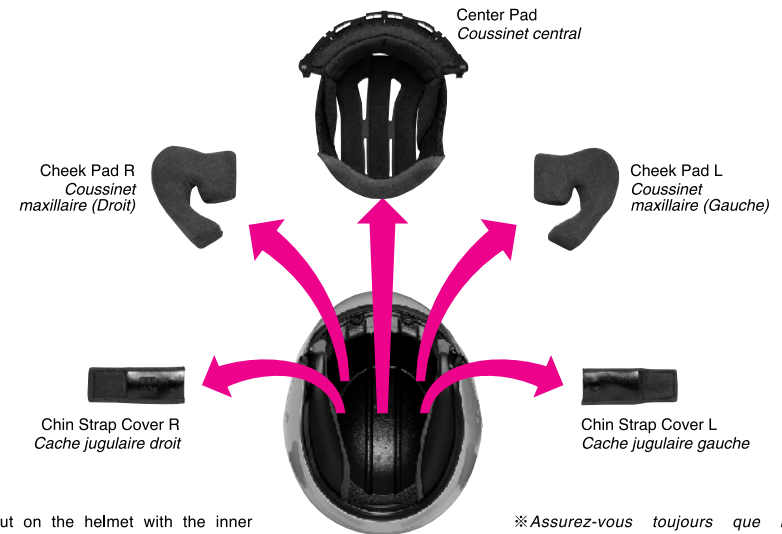
※ Attention à ne pas endommager la coque lorsque vous retirez la feuille adhésive double face ou la vis de l'ancienne base.

※ Il n'est pas possible de retirer le cache de la base après l'avoir fixé.

※ **Ne faites pas un nouveau trou pour fixer l'ovale de prise d'air ou l'ovale de sortie d'air. Sinon, la protection de la tête par le casque ne sera plus assurée.**

SHOEI

Detachable Inner Parts Pièces intérieures détachables



※ Put on the helmet with the inner parts fixed for sure.

※ Assurez-vous toujours que le coussinet central et les coussinets maxillaires soient installés avant d'utiliser le casque!

All the inner parts of this helmet are fully detachable and washable. Detach or attach these parts referring the above diagram.

Le coussinet central, les coussinets maxillaires (gauche et droit) et les cache-jugulaires (gauche et droit) peuvent être détachés pour les laver. Identifiez les pièces sur les illustrations et, étape par étape, suivez les instructions ci-après.

Detaching the cheek pads : Diagram 1

Detaching the chin strap covers : Diagram 2

Detaching the center pad : Diagrams 3 and 4

Retrait des coussinets maxillaires: Fig 1

Retrait des cache-jugulaires: Fig. 2

Retrait du coussinet central: Fig. 3 et 4

There are varieties of sizes of inner parts. When you replace them, be sure to select the proper size for the size of your helmet.

Les coussinets ont des tailles différentes. Lors de leur remplacement, prenez soin de choisir la taille qui convient à votre casque.

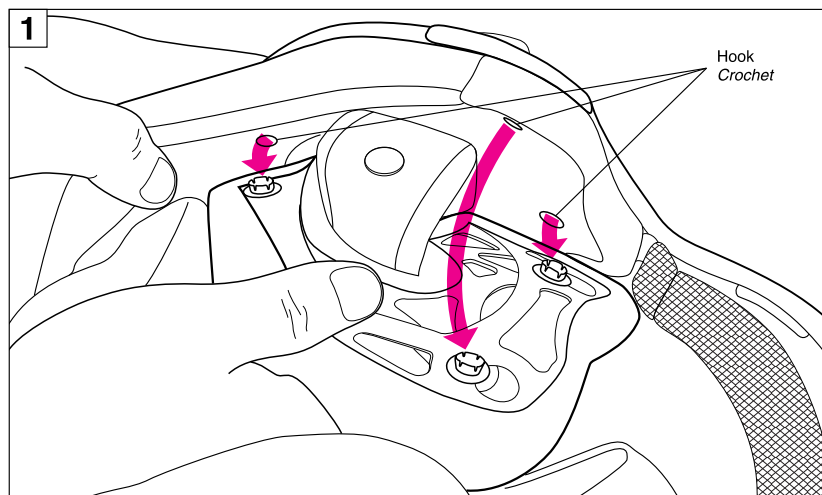
Standard Pad Sizes / Tailles standards de coussinet

Helmet size / Taille de casque		XXS	XS	S	M	L	XL	XXL
Center pad / Coussinet central		XS13	XS9	M13	M9	L9	XL9	XL5
Cheek pad / Coussinet maxillaire	Std	39	35	39	35	35	35	31
	OP	37 41	33 37	37 41	33 37	33 37	33 37	33

How to Remove Interiors Comment changer les intérieurs

■How to Remove Cheek Pad

■Comment changer les coussinets de joue



Pull each cheek pad inward to release it from its 3 snaps.

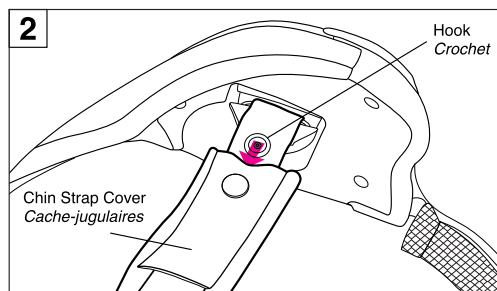
※When fitting the cheek pads, first ensure that they are correctly aligned, then press the pads firmly in until you hear them click into each snap.

Tirez chaque coussinet maxillaire vers l'intérieur afin de le libérer de ses trois crochets.

※Lors de la mise en place des coussinets maxillaires, assurez-vous d'abord qu'ils soient correctement disposés, puis appuyez fermement jusqu'à entendre un déclic à chacun des crochets.

■How to Remove Chin Strap Cover

■Comment remplacer la mentonnière

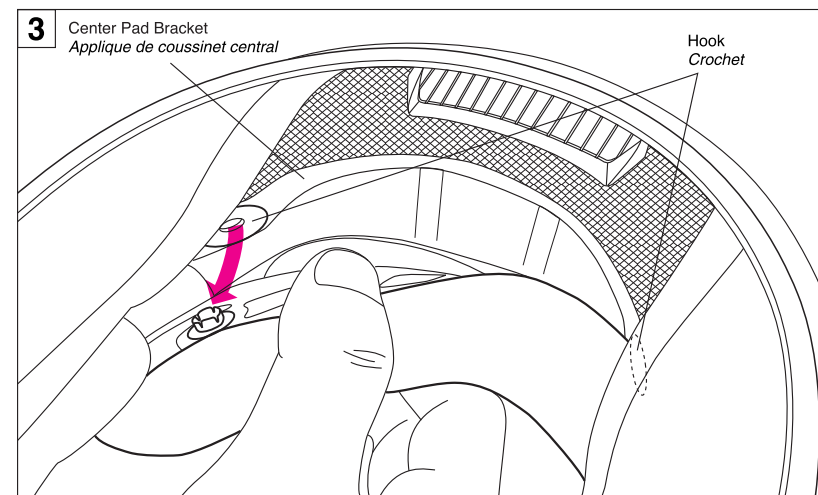


After removing a cheek pad, release a hook of a chin strap cover and take out a cover from a strap.

Après avoir remplacé un des coussinet de joue, libérer le crochet de la mentonnière en soulevant le revêtement intérieur.

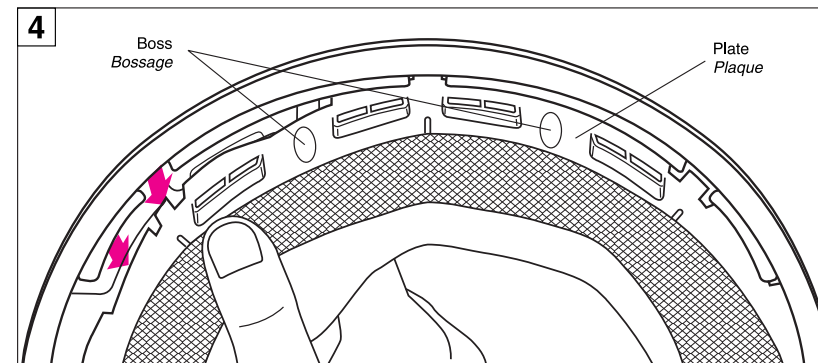
■How to Remove Center Pad

■Comment remplacer le coussinet central



To remove a rear head portion of a center pad, release two hooks of center pad bracket.

Pour remplacer la partie arrière du coussinet central, libérer les deux crochets de fixation du coussinet.



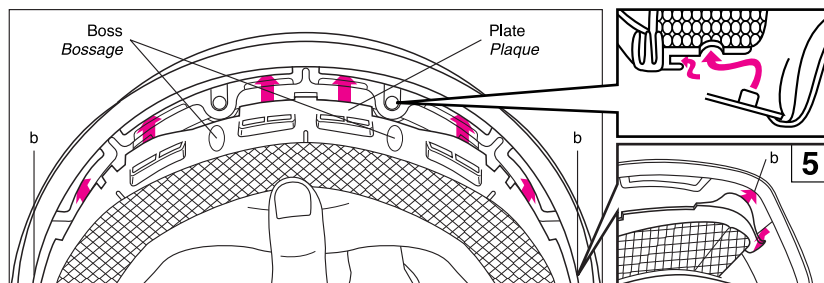
Hold near a plate and pull out plate.

Tenir la fixation, puis l'ôter.

How to Fix Interiors *Comment fixer les intérieurs*

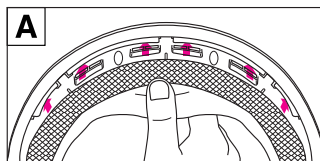
●How to Fix Center Pad

●Comment fixer le coussinet central



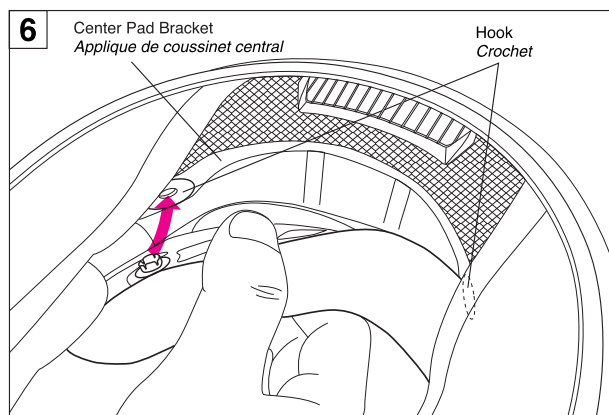
Slide a pad along a center pad bracket and hook a front portion of a plate on a front portion of a bracket at two points. Then, insert a right and a left ends of a plate into a gap (b) as shown in a drawing 5.

Glisser le coussinet le long de la fixation centrale et insérer la partie avant du coussinet sur deux points puis insérer à droite et à gauche jusqu'au bout de la fixation dans l'espace comme montré fig 5.



Make it sure that the plate of the front portion of the pad is fixed as shown in diagram A.

Assurez-vous que la plaque de la partie avant du coussinet soit fixée conformément à l'illustration A.

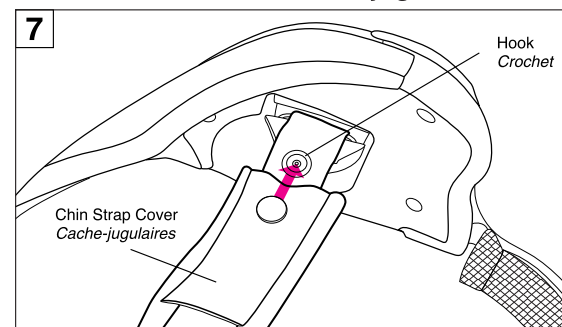


Then, hook two points of a rear head portion until it clicks.

Glisser ensuite jusqu'à ce que la partie arrière s'enclique.

●How to Fix Chin Strap Cover

●Comment fixer les caches jugulaires

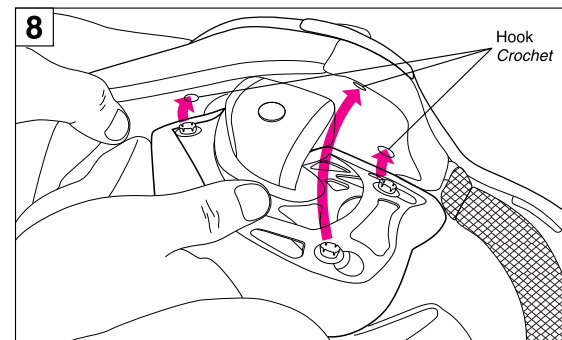


Fix the chinstrap cover (same for right and left) before fixing the cheek pad. Fix the hook until it clicks into position.

Positionnez la jugulaire (gauche et droite) par rapport aux joues démontables. Attachez les pressions jusqu'au clic.

●How to Fix Cheek Pad

●Comment fixer les coussinets de joue



Hook at three points. Press upper portion of hooks from pad side strongly until they click.

Fixer aux trois points puis presser fortement sur les fixations jusqu'au click.

Important Points to Remember when Fitting the Inner Parts Points importants lors de la fixation des éléments internes

To attach the inner fittings, simply reverse the instructions for detaching (refer to Figs. 1 to 4).

※Hold the pad close to the boss when pulling or pressing a boss into place.

※Hand or machine wash (use a mesh bag if machine washing) in cold water, wipe with a dry cloth and dry in the shade. After removing the inner fittings, wipe the polystyrene foam inside the helmet with a cloth moistened with water or neutral detergent. NEVER use solvents such as benzene, thinner or gasoline.

Pour fixer les éléments internes, il suffit d'inverser l'ordre des démarches du retrait (cf. Fig. 1 à 4).

※Tenez le coussinet aussi près que possible du bossage lors de l'enclenchement ou du déclenchement de celui-ci.

※Lavez à l'eau froide les éléments internes à la main ou à la machine (placez-les dans un filet dans le second cas), frottez avec un linge sec et séchez-les à l'ombre. Après le retrait des éléments internes, nettoyez la mousse de polystyrène à l'intérieur du casque avec un linge humide ou un détergent neutre. N'utilisez JAMAIS de solvant, tel que benzène, diluant ou essence.

Precautions Précautions d'utilisation

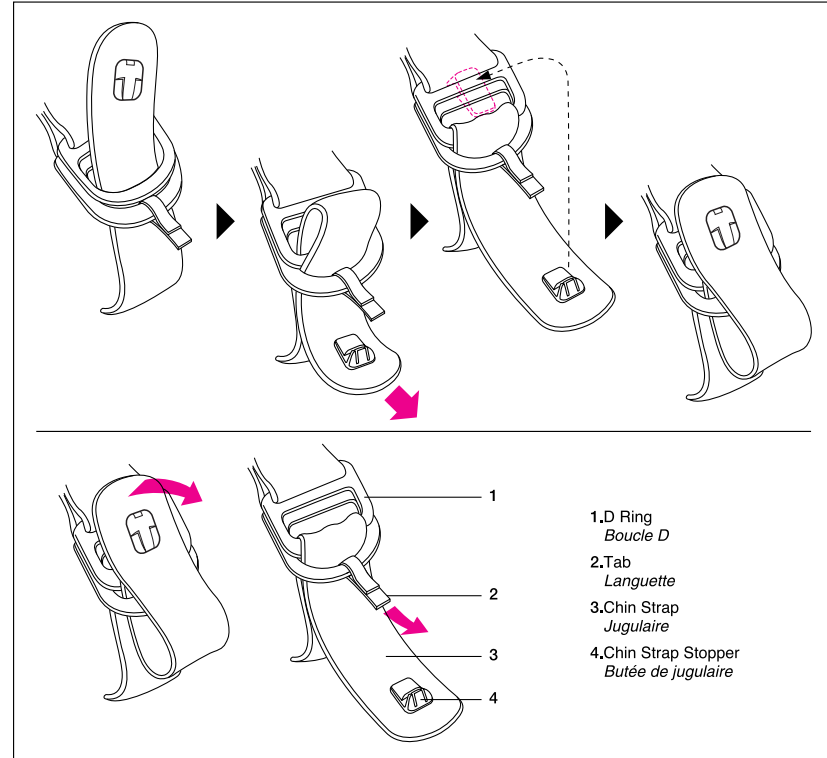
1. Before wearing the visor/helmet, check that the hooks and the lower sections of the shield center gears on each side are locked in place.
2. Clean the visor/shield and the ventilation system parts with a dilute solution of neutral detergent and water, rinse the visor/shield well and dry it with a soft cloth. Never use benzene, thinner, petrol or any kind of harsh cleaner.
3. Always make sure that the center pad and the cheek pads are attached before you use the helmet!

1. Avant de mettre le casque, vérifiez que les crochets et les sections inférieures des engrenages centraux de l'écran sont verrouillés de part et d'autre.

2. Nettoyez l'écran et les pièces du système de ventilation avec une solution diluée de détergent neutre, rincez bien et séchez avec un linge doux. N'utilisez jamais de benzine, diluant, essence ou détergent puissant d'aucune sorte.

3. Assurez-vous toujours que le coussinet central et les coussinets maxillaires soient installés avant d'utiliser le casque!

How to Use the Chin Strap Utilisation de la jugulaire



●Pass the chin strap through both D-rings as shown and pull until the helmet is firmly secured. Pass the end of the strap back between the D-rings and pull tightly. Finally fold the end of the strap over and secure it with the stopper.

●To unfasten the strap, first unhook the chin strap stopper, then pull the tab downwards.

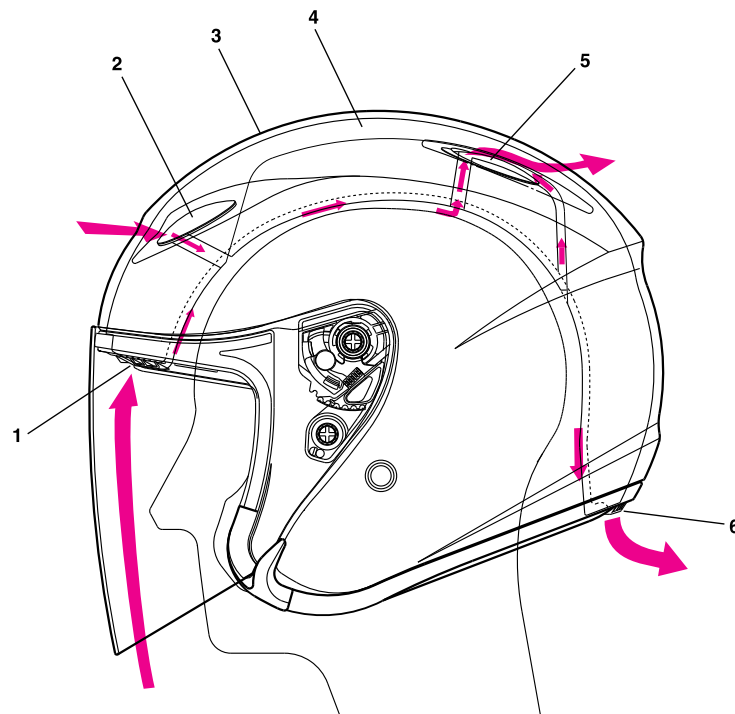
※Pull the chin straps out toward the sides when putting on or taking off the helmet. This makes more room for your head to pass. Do not pull on the chin strap covers (they will slide off).

●Passer la jugulaire dans les deux boucles en D, comme sur l'illustration, et tirer jusqu'à ce que le casque soit fermement en place. Repasser l'extrémité de la lanière entre les deux boucles en D et tirer à fond. Pour terminer, rabattre l'extrémité flottante de la lanière pour la fixer par la butée de la jugulaire.

●Pour défaire la lanière, décrocher d'abord le crochet de mentonnière, puis tirer la languette vers le bas.

※Tirer les mentonnières vers les côtés pour mettre ou enlever le casque. Cela ménagera plus d'espace pour passer la tête. Ne pas tirer sur les protections de mentonnière (elles glisseront).

Belüftungssystem Sistema di ventilazione



1 Visier mit Antibeschlag-Belüftungssystem
Sistema ventilazione antiappannamento visiera

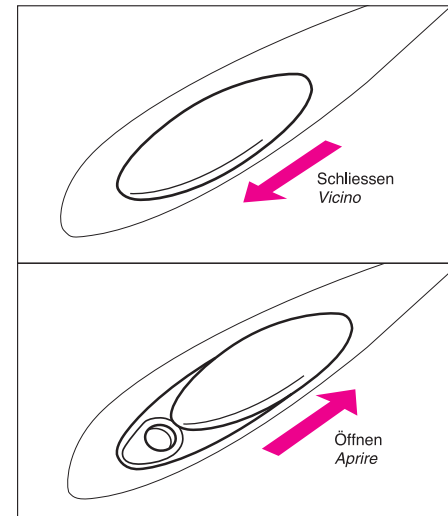
2 Oval Intake
(Oberer Lufteinlaß)
(Preso d'aria superiore)

3 Helmschale
Calotta

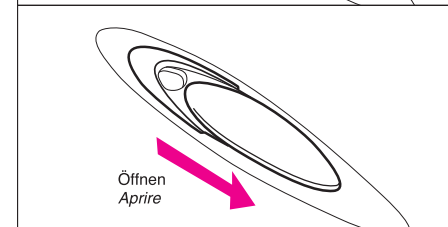
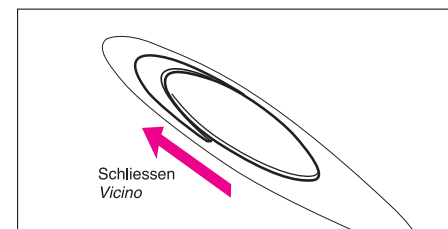
4 Stoßdämpfende Innenpolsterung
Imbottitura antiurto

5 Oval Vortex Ventilation
(obere Luftauslaßöffnung)
(presa d'aria superiore)

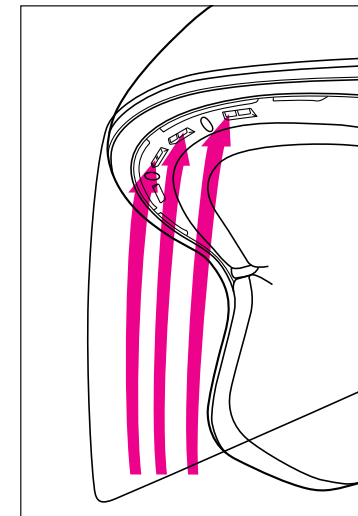
6 Hinterer Luftauslaß
Uscita aria posteriore



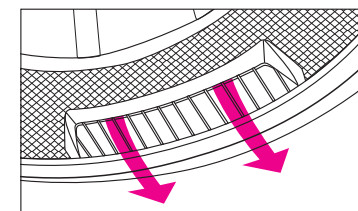
2 Oval Intake
(Oberer Lufteinlaß) (Preso d'aria superiore)



5 Oval Vortex Ventilation
(obere Luftauslaßöffnung) (presa d'aria superiore)



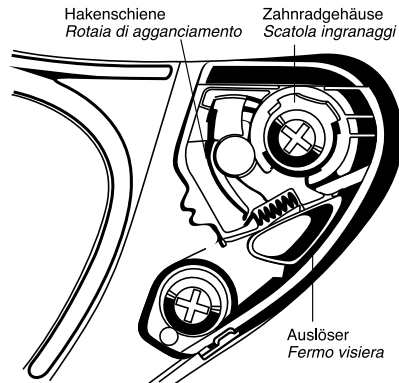
1 Visier mit Antibeschlag-Belüftungssystem
Sistema ventilazione antiappannamento visiera



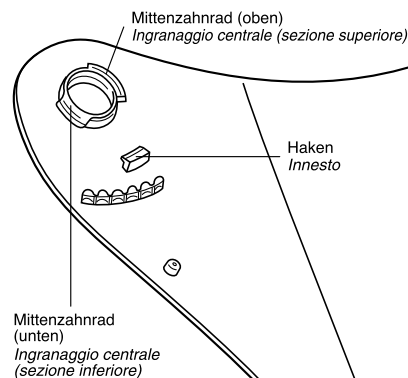
6 Hinterer Luftauslaß
Uscita aria posteriore

Eingebautes Meca-Visier und schnelllösende Basisplatte Sistema Mecashield incorporato con base visiera a sganciamento rapido

Schnelllösende Basisplatte <Q.R.B.P. TYPE-J>
Base visiera a sganciamento rapido <Q.R.B.P. TYPE-J>



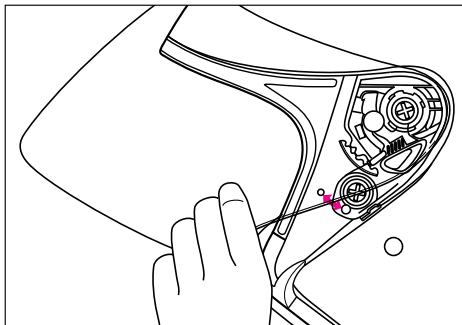
Visier CJ-1
Visiera CJ-1



Beim Meca-Visier CJ-1 ist der Mechanismus zum Anbringen und Einstellen des Visiers in das Visier selbst integriert, befindet sich also nicht wie üblich in der Helmschale. Diese SHOEl-Neuheit erleichtert das Anbringen und Abnehmen des Visiers. Aufgrund der neuartigen Konstruktion gibt es weniger hervorstehende Teile, so daß nicht nur erhöhte Windschlupfbarkeit, sondern auch weniger Wind-geräusche gewährleistet sind.

La visiera CJ-1 Mecashield ha il meccanismo di agganciamento e regolazione della visiera incorporato nella visiera stessa, invece che montato su una copertura separata. Questo originale sistema della SHOEl semplifica l'installazione e la rimozione della visiera e, poiché non vi sono parti sporgenti che causano resistenza, rende il casco estremamente silenzioso.

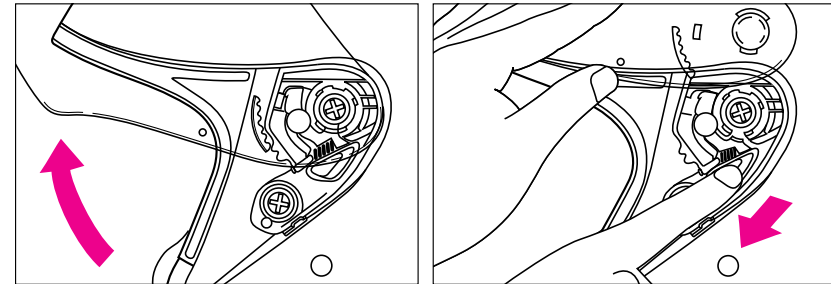
Öffnen und Schließen des Visiers Apertura e chiusura della visiera



Das Visier rastet in geschlossener Stellung ein. Zum Öffnen das Visier mit der Hand an der linken Seite fassen und durch Ziehen nach außen ausrasten. Auf diese Weise läßt sich das Visier leicht mit der linken Hand verstellen, d.h. halb oder ganz öffnen bzw. schließen.

Quando la visiera viene chiusa completamente, essa si blocca in posizione. Per aprire la visiera, utilizzare la mano sinistra e tirare leggermente il lato della visiera verso l'esterno per rilasciare il meccanismo di bloccaggio. La visiera può essere regolata con facilità durante la guida nelle posizioni di chiusa, semi aperta o completamente aperta utilizzando una sola mano.

Visierwechsel Sostituzione della visiera



●Abnehmen des Visiers

Das Visier vollständig öffnen. Den Auslöser an einer Seite nach unten ziehen, um die Verriegelung freizugeben. Den Haken aus der Hakenschiene befreien, und das Mittenzahnrad aus dem Zahnradgehäuse ziehen. Den gleichen Vorgang für die andere Seite wiederholen.

●Anbringen des Visiers

In umgekehrter Reihenfolge des Abnehmens vorgehen. Bei vollständig geöffnetem Visier den oberen Abschnitt des Mittenzahnrad auf einer Seite in den Zahnradkasten drücken, bis der untere Abschnitt in Stellung rastet. Sicherstellen, daß der Haken sicher in der Hakenschiene sitzt. Den gleichen Vorgang für die andere Seite wiederholen.

●Rimozione della visiera

Aprire completamente la visiera. Tirate verso il basso il fermo visiera su uno dei lati per rilasciare il blocco. Fate fuoriuscire l'innesto dalla rotaia di agganciamento ed estraete l'ingranaggio centrale dalla sua sede. Ripetete la stessa operazione sull'altro lato e rimuovete la visiera.

●Installazione della visiera

Invertite la procedura di rimozione. Con la visiera completamente aperta, inserite la sezione superiore dell'ingranaggio centrale della visiera nella sua sede. Premete saldamente fino a che la sezione inferiore non si blocca in posizione. Accertatevi che l'innesto sia agganciato alla rotaia in modo corretto. Ripetete la stessa operazione sull'altro lato.

Wichtige Punkte beim Anbringen einer neuen Visierbasis Punti importanti da ricordare quando sostituite o installate una nuova base visiera

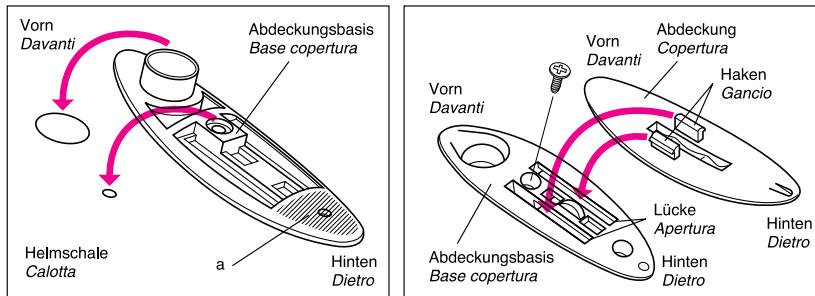
●Nach dem Anbringen des Visiers und der Visierbasis das Visier schließen und sicherstellen, daß die Gummileiste oben am Visier dicht am Helm anschließt. Ein undichter Sitz bedeutet Fahrtwindeintritt. Ggf. die Visierposition korrigieren und danach erst die Schrauben anziehen.

※Beim Anbringen des Visiers sicherstellen, daß es fest auf der Visierbasis montiert wird. Ein sich lösendes Visier während der Fahrt bedeutet schwere Unfallgefahr.

●Dopo aver installato la visiera e la sua base, chiudete la visiera e controllate che la guarnizione in gomma aderisca bene alla parte superiore della visiera. Un qualsiasi spazio permetterà l'ingresso del vento all'interno del casco. Regolate la posizione della visiera in modo da ottenere una buona aderenza e quindi stringete la vite.

※Accertarsi di aver applicato bene la visiera. Se dovesse staccarsi durante la corsa, potrebbe causare incidenti gravi.

Fixierung der ovalen Lufteinlaßeinheit oder der ovalen Vortex-Belüftungseinheit Come fissare l'unità di aspirazione ovale o l'unità di ventilazione ovale a vortice



● Sowohl die ovale Einlaßeinheit als auch die ovale Vortex-Belüftungseinheit kann in derselben Weise fixiert werden. Daher gilt dasselbe Verfahren auch für die Fixierung der ovalen Auslaßeinheit, auch wenn sich die Beschreibung und das Diagramm auf die Fixierung der ovalen Einlaßeinheit bezieht.

Nach dem Ausbau der alten Abdeckungsbasis an beiden Seiten die Klebefolien und die Staubfolien aus der Helmshale herausnehmen. Den Schutzfilm (a) von den beiden Seiten der Klebefolie der Basis abziehen. Danach den vorstehenden Teil und die Schraubenbohrung in der Basis mit den Belüftungsschlitzen an der Helmshale fluchten und die Schraube festziehen. Das vordere und hintere Ende der Abdeckung identifizieren. Den Haken der Abdeckung in die Schiene an der Basis einhängen und dann auf die Abdeckung drücken.

※ Beim Herausnehmen der Klebefolien auf beiden Seiten oder Herausdrehen der Schraube aus der alten Basis keinesfalls die Helmshale beschädigen.

※ Unbedingt stets beachten, daß sich die Abdeckung nicht mehr von der Basis lösen läßt, nachdem sie einmal an ihr befestigt ist.

※ **Keinefalls zur Fixierung der ovalen Einlaß- oder Auslaßeinheit eine neue Öffnung erzeugen. Andernfalls wird der Helm als Kopfschutz unbrauchbar.**

● L'unità di aspirazione e l'unità di ventilazione ovali a vortice possono venire fissate allo stesso modo. Le spiegazioni ed i diagrammi dati per l'unità di aspirazione ovale possono quindi venire applicate anche a quella di emissione.

Tolta la vecchia base, togliere i foglietti adesivi da ambedue i lati ed i parapolvere dal casco. Togliere la pellicola protettiva (a) dal foglietto adesivo su ambedue i lati della base. Allineare quindi la protezione ed il foro della vite della base con le fessure di ventilazione del casco e stringere la vite. Identificare la parte anteriore e quella posteriore della copertura. Applicare il gancio della copertura alla guida della base e quindi premere la copertura.

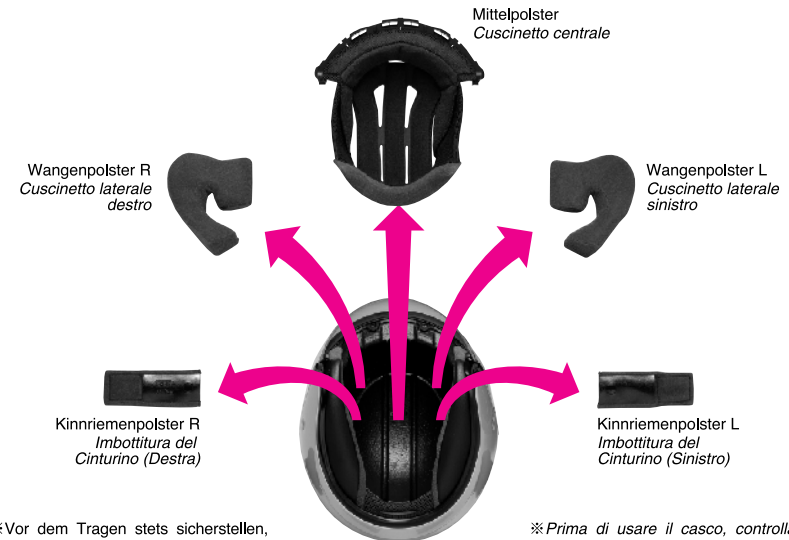
※ Fare attenzione a non danneggiare il casco quando si toglie il foglietto adesivo su ambedue i lati o la vite dalla base vecchia.

※ Tenere presente che non si può togliere la copertura dalla base dopo che queste sono state fissate l'una all'altra.

※ **Non aprire un nuovo foro per fissare l'unità di aspirazione ovale o quella di emissione ovale. Altrimenti totale, il casco non può più proteggervi la testa con completa sicurezza.**

SHOEI

Herausnehmbare Innenpolster Imbottitura interna estraibile



※ Vor dem Tragen stets sicherstellen, daß das Mittelpolster und die Wangenpolster korrekt angebracht sind!

※ Prima di usare il casco, controllate sempre che il cuscinetto centrale ed i cuscinetti laterali siano nella giusta posizione.

Kopfpolster und Wangenpolster (rechts und links) und Kinnriemenpolster (rechts und links) sind nach dem Entfernen aus dem Helm waschbar. Identifizieren Sie die Teile anhand der Abbildungen und befolgen Sie das nachstehende Verfahren in der beschriebenen Reihenfolge.

Il cuscinetto centrale, i guanciali laterali (sinistro e destro) e le protezioni del sottogola (sinistra e destra) sono completamente estraibili e lavabili. Per rimuovere o fissare gli interni, consultare le illustrazioni e seguire passo per passo le istruzioni che seguono.

Entfernen der Wangenpolster: Abb. 1

Entfernen der Kinnriemenabdeckungen: Abb. 2

Entfernen des Mittelpolster: Abb. 3 und 4

Rimozione dei cuscinetti laterali: Fig. 1

Rimozione delle protezioni del sottogola: Fig. 2

Rimozione del cuscinetto centrale: Fig. 3 e 4

Die Polster gibt es in unterschiedlichen Größen. Beim Erneuern von Polstern die korrekte Größe für Ihren Helm wählen.

I cuscinetti hanno varie dimensioni. Quando se ne sostituisce uno, sceglierlo delle dimensioni corrette.

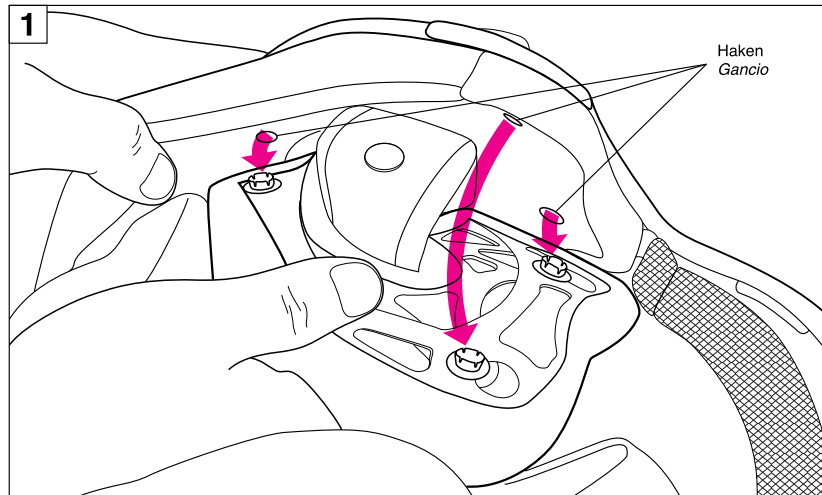
Standard-Polstergößen/Dimensioni standard cuscinetti

Helmgröße/Dimensioni casco		XXS	XS	S	M	L	XL	XXL
Mittelpolster/Cuscinetto centrale		XS13	XS9	M13	M9	L9	XL9	XL5
Wangenpolster/Cuscinetti laterali	Std	39	35	39	35	35	35	31
	OP	37 41	33 37	37 41	33 37	33 37	33 37	33

Das Herausnehmen von Innenpolstern *Come rimuovere gli interni*

■ Das Herausnehmen von Wangenpolstern

■ Come rimuovere i guanciali

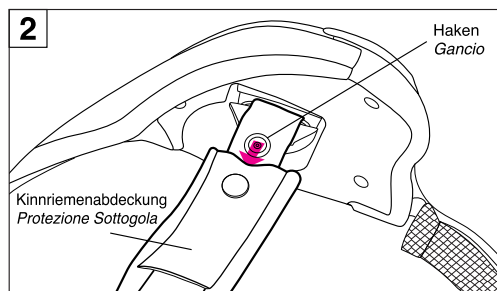


Die Wangenpolster einzeln nach innen ziehen, um sie von den jeweils drei Haken zu lösen.
* Zum Einsetzen sicherstellen, daß die Wangenpolster korrekt ausgerichtet sind, dann hörbar in alle Haken einrasten.

Tirare i guanciali verso l'interno e staccarli dai tre ganci.
** Nel reinserirli, controllare che siano bene allineati, quindi premerli sino a che non si inseriscono in ciascun gancio.*

■ Das Entfernen des Kinnriemenpolsters

■ Come rimuovere l'imbottitura del cinturino di chiusura

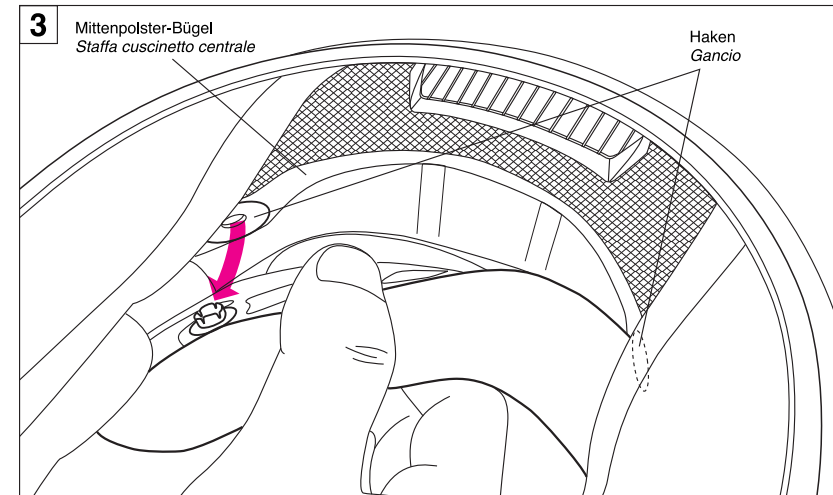


Nachdem Sie das Wangenpolster entfernt haben, lösen Sie bitte die Druckknöpfe des Kinnriemenpolsters und entfernen die Abdeckung vom Riemen.

Dopo aver rimosso un guanciaie, allentare il gancio del cinturino e togliere da questo l'imbottitura.

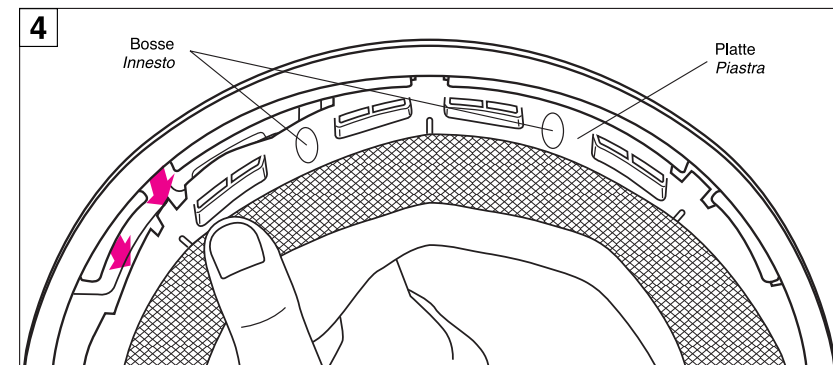
■ Das Entfernen des Kopfpolsters

■ Come rimuovere cuscinetto centrale



Um den hinteren Teil des Kopfpolsters zu entfernen, lösen Sie bitte die beiden Druckknöpfe im Nackenbereich.

Per rimuovere la sezione posteriore del cuscinetto centrale, allentare i 2 ganci.

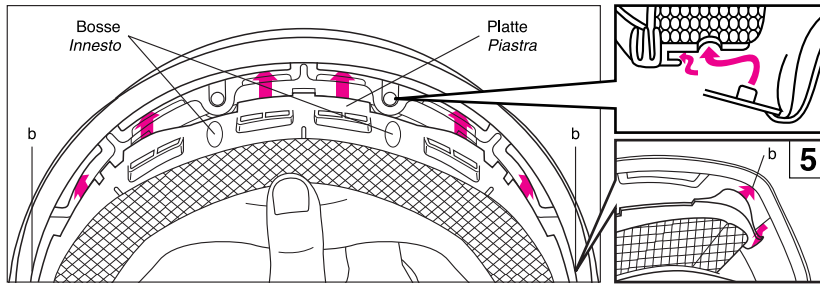


Halten Sie das Innenpolster an der Platte fest und ziehen Sie die Platte heraus.

Tenere fermamente vicino la base del cuscinetto e tirarla.

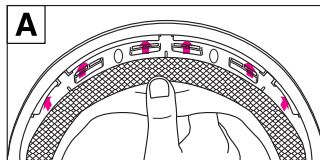
Befestigung der Innenpolster Come fissare gli interni

- Befestigung der Kopfpolster
- Come fissare il cuscinetto centrale



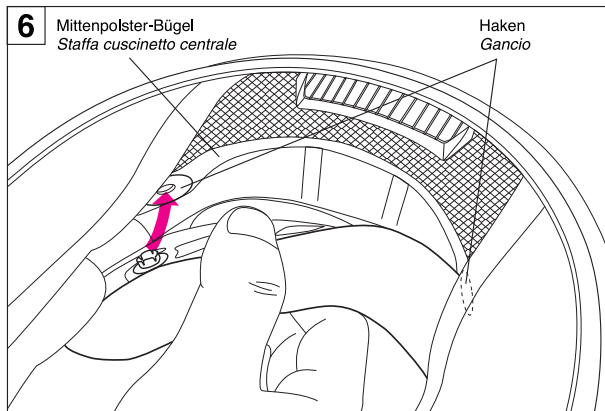
Befestigen Sie das Polster an dem dafür vorgesehenen Sockel und drücken dazu den vorderen Teil der Platte auf den vorderen Teil des Sockels an zwei Punkten. Schieben Sie daraufhin das linke und das rechte Ende in den Spalt B, wie auf Zeichnung 5 erkennbar ist.

Far scorrere il cuscinetto lungo la sezione centrale ad aggancia la base della sezione frontale nei 2 punti. Poi, inserire le estremità destra e sinistra della base nello spazio (b), come indicato nel disegno 5.



Sicherstellen, daß die Platte des vorderen Polsterteils gemäß Diagramm A fixiert ist.

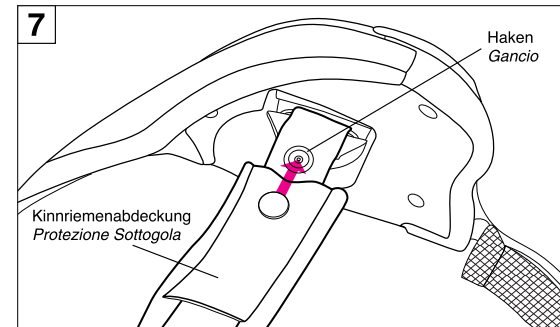
Controllare che la piastra della porzione anteriore del cuscinetto sia fissata come indicato nel diagramma A.



Anschließend drücken Sie die beiden hinteren Druckknöpfe bis sie in die dafür vorgesehenen Stellen einrasten.

Poi aggancia i 2 punti della sezione posteriore finchè non si sente il click.

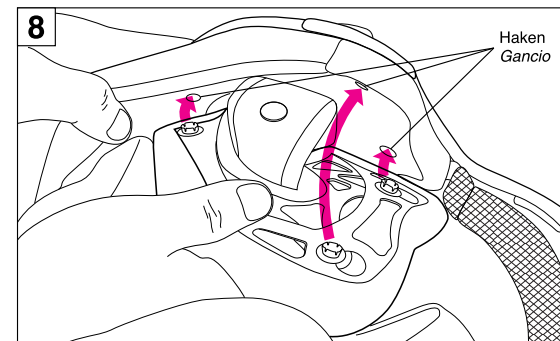
- Befestigung des Kinnriemenpolsters
- Come fissare l'imbottitura del cinturino



Befestigen Sie den Kinnriemenbezug (links + rechts) bevor Sie die Wangenpolster befestigen. Drücken Sie den Druckknopf bis Sie ein Klicken vernehmen.

Fissare le protezioni sottogola del casco (sia sul lato destro che sul lato sinistro) prima di inserire i guanciali. Fissare il gancio facendolo scattare.

- Befestigung der Wangenpolster
- Come fissare i guanciali



Einrasten der Druckknöpfe an drei Punkten. Drücken Sie den oberen Teil der Druckknöpfe von der Polsterseite aus fest, bis Sie ein klickendes einrasten hören.

Agganciare i 3 punti. Premere con forza sopra la sezione dei ganci dal lato del guanciale, sino a sentire il click.

Wichtige Punkte beim Wiedereinsetzen der Teile *Punti importanti per la reinstallazione delle parti tolte*

Zum Wiedereinsetzen der Teile gehen Sie in umgekehrter Ausbaureihenfolge vor (siehe Abb. 1-4). Zum Einsetzen der Komfortauskleidung gehen Sie wie unter "Wichtige Punkte beim Einsetzen der Komfortauskleidung" beschrieben vor. Drücken Sie die Komfortauskleidung und Wangenpolster fest in ihre Bossen, so daß sie hörbar einrasten.

※Zum Einbau die Bosse des Wangenpolsters dicht an den Napf halten und dann in die richtige Stellung druecken.

※In kaltem Wasser waschen (bei Maschinenwäsche in einen grobmaschigen Beutel geben), mit einem trockenen Tuch abtupfen und im Schatten trocknen lassen. Nach Entfernung der Innenteile das Polystyrol im Helminnenen mit einem feuchten Tuch abreiben. Dabei darf ausschließlich neutraler Reiniger verwendet werden. Niemals scharfe Lösungsmittel wie Alkohol, Verdünner oder Benzin verwenden.

Per applicare gli elementi interni, invertire semplicemente le istruzioni per la rimozione (vedere le figure da 1 a 4). Quando si applica l'imbottitura, vedere la sezione sui "punti importanti" per il suo inserimento e premere saldamente la piastra in posizione. Premere saldamente sull'imbottitura e sui guanciali fino a che i loro innesti non si fissano con uno scatto.

※Tenere il guanciaie vicino all'innesto quando si tira o si preme su questo.

※Lavare a mano o in lavatrice (usare un sacchetto a rete per il lavaggio in lavatrice) in acqua fredda, strofinare con un panno asciutto e stendere all'ombra. Dopo aver rimosso gli elementi interni, pulire la schiuma di polistirene all'interno del casco con un panno inumidito con acqua o con un detergente neutro. Non utilizzare MAI solventi come benzene, diluente o benzina.

Zur besonderen Beachtung *Precauzioni*

1. Vor dem Tragen des Helms sicherstellen, daß die Schrauben in der Schirmmitte und an beiden Seiten fest angezogen sind. Ein lockerer Schirm, der sich während der Fahrt löst, kann sehr gefährlich werden.

2. Zum Reinigen der Helmtteile ein neutrales Lösungsmittel verwenden. Anschließend mit frischem Wasser nachwischen und mit einem weichen Tuch trockenreiben. Unter keinen Umständen Verdünner, Waschbenzin oder scharfe Reinigungsmittel verwenden.

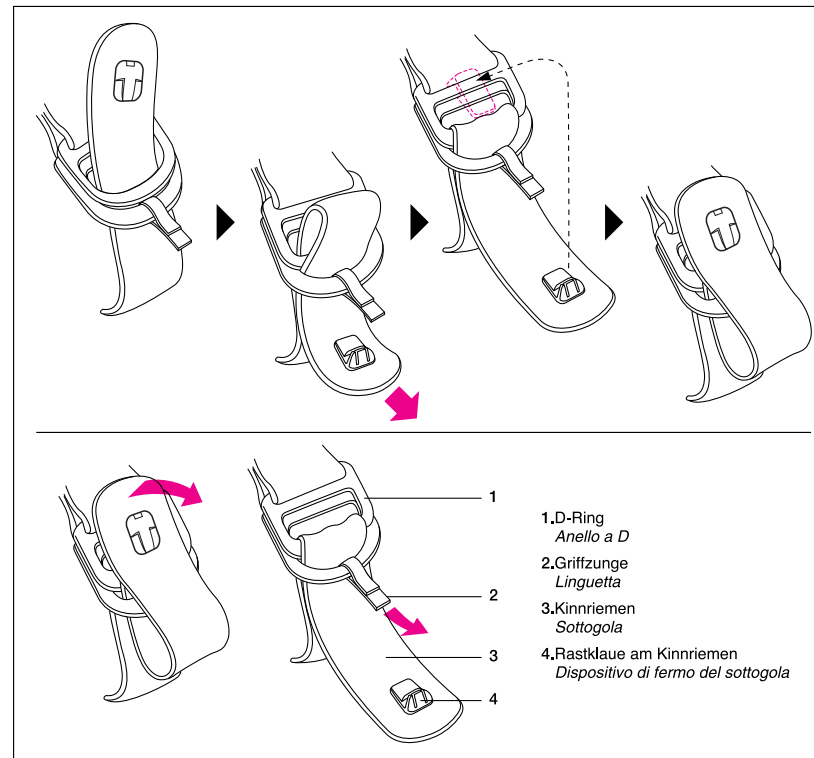
3. Vor dem Tragen stets sicherstellen, daß die Komfortauskleidung und die Wangenpolster korrekt angebracht sind!

1. Prima di indossare il casco, controllare che le viti centrale e laterale della visiera siano ben strette. Una visiera allentata che cade durante la guida può essere molto pericolosa.

2. Lavare il casco con una soluzione detergente neutra, sciacquate bene e quindi asciugate con un panno morbido. Non utilizzate mai benzolo, solvente, benzina o un qualsiasi tipo di detergente eccessivamente troppo forte.

3. Prima di usare il casco, controllate sempre che l'imbottitura ed i guanciali siano nella giusta posizione.

Korrekte Handhabung des Kinnriemens *Come utilizzare il cinturino di chiusura*



●Den Kinnriemen zunächst wie abgebildet durch beide D-Ringe führen und anziehen, bis der Helm sicher sitzt. Dann das lose Riemenende zwischen beide D-Ringe schieben und festziehen. Zum Schluß das Riemenende umlegen und mit der Rastklaue sichern.

●Zum Lösen des Kinnriemens zunächst den Endhaken aushaken und dann die Griffzunge nach unten ziehen.

※Beim Aufsetzen oder Abnehmen des Helms die Kinnriemen zur Seite ziehen. Auf diese Weise hat der Kopf mehr Spielraum. Keinesfalls die Kinnriemenabdeckungen überziehen (sie rutschen ab).

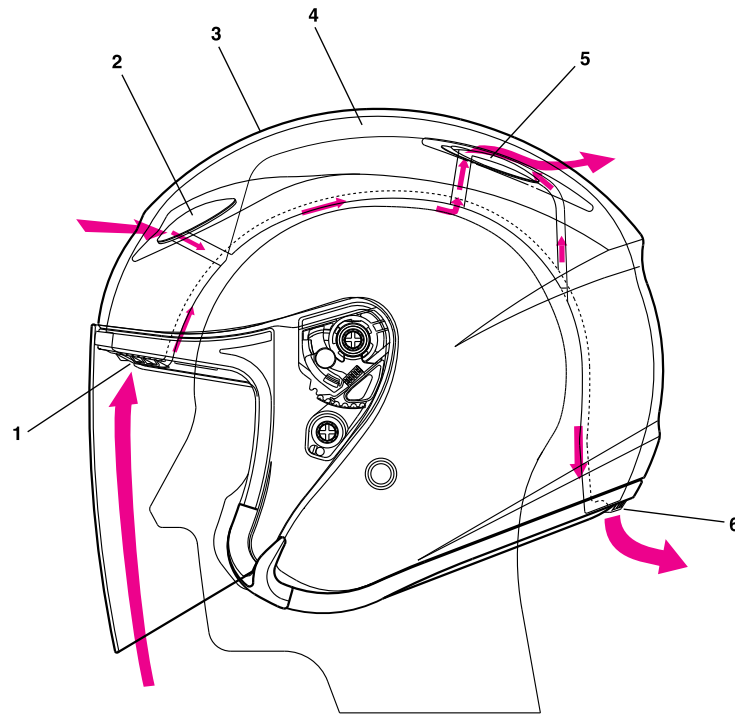
●Par passare il cinturino attraverso gli anelli a D come indicato in figura e tirare sino a che il casco non è fissato saldamente. Passare l'estremità del cinturino nuovamente fra gli anelli a D e tirare forte. Piegare infine l'estremità e fermarla al dispositivo di bloccaggio.

●Per slacciare il cinturino, sganciare prima il fermo del sottogola e quindi tirare la linguetta verso il basso.

※Tirare il cinturino verso i lati quando si indossa o si toglie il casco. Ciò aumenta lo spazio per il passaggio del capo. Non tirare le imbottiture del cinturino (esse si sfilano).

Sistema de ventilación

Sistema de ventilação



1 Sistema de ventilación antiempañamiento del visor
Sistema de Ventilação da viseira com Anticondensação

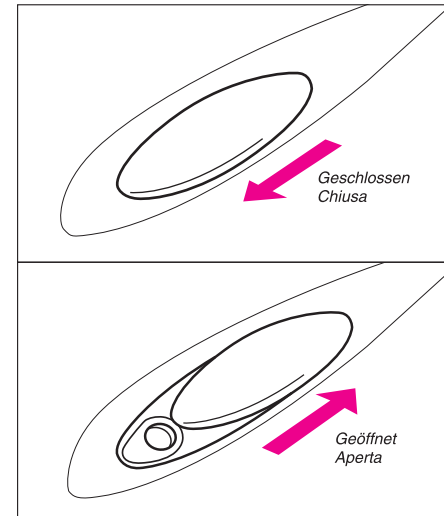
2 Oval Intake
(Entrada superior de aire)
(Entrada de ar superior)

3 Carcasa
Casco

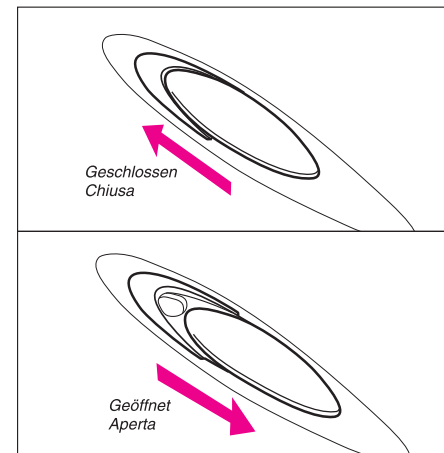
4 Revestimiento amortiguador
Forro amortecedor de choques

5 Oval Vortex Ventilation
(Salida de aire superior)
(saída de ar pelo alto)

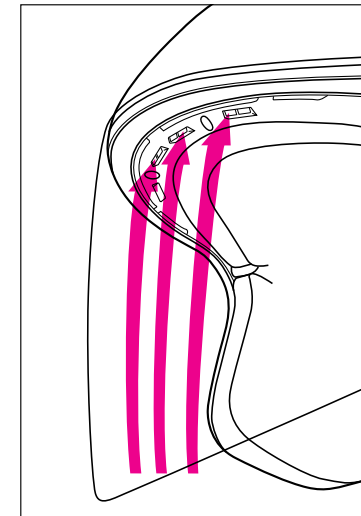
6 Salida de aire posterior
Saída de ar de trás



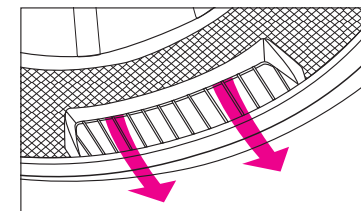
2 Oval Intake
(Entrada superior de aire) (Entrada de ar superior)



5 Oval Vortex Ventilation
(Salida de aire superior) (saída de ar pelo alto)



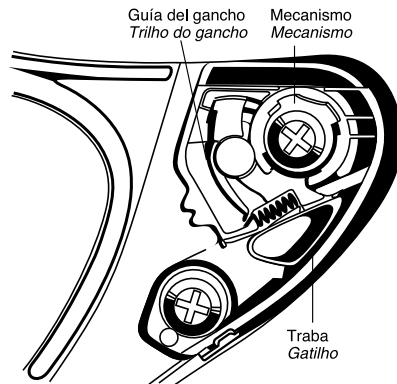
1 Sistema de ventilación antiempañamiento del visor
Sistema de Ventilação da viseira com Anticondensação



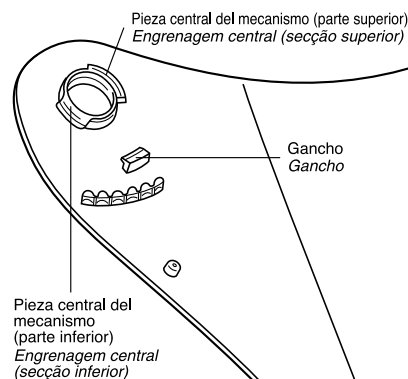
6 Salida de aire posterior
Saída de ar de trás

Visor MecaShield incorporado con base de liberación rápida *MecaShield embutida e base da viseira de remoção rápida*

Base de visor de liberación rápida <Q.R.B.P. TYPE·J>
Base da viseira de rápida remoção <Q.R.B.P. TYPE·J>



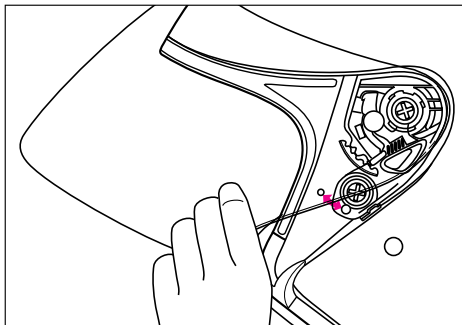
Visor CJ-1
Visor CJ-1



El visor MecaShield tiene incorporado el mecanismo para su colocación y ajuste, haciendo innecesaria la cubierta de visor. Este diseño exclusivo de SHOEI facilita la colocación y el desmontaje del visor, y la ausencia de una cubierta saliente disminuye la resistencia al aire. Esto hace al casco notablemente silencioso.

A MecaShield CJ-1 tem o mecanismo de engate e ajuste da viseira. embutido na própria viseira, em vez de montado em alguma cobertura do casco. Esta concepção original da SHOEI simplifica a colocação e remoção da viseira. E o capacete é surpreendentemente silencioso, pois não há nenhuma cobertura saliente capaz de provocar resistência de ar.

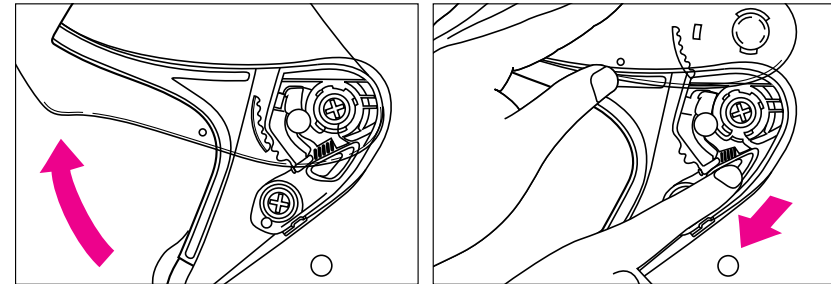
Abertura y cierre del casco *Abertura e fechamento da viseira*



Al cerrar totalmente el visor, éste queda ajustado a presión en su lugar. Para abrirlo, tire ligeramente del lado izquierdo del casco con la mano izquierda para liberar el visor de la presilla de sujeción. La posición del visor puede ajustarse fácilmente con una mano durante la marcha. Hay tres posiciones: cerrado, entreabierto y totalmente abierto.

Quando está totalmente fechada, a viseira fica firme em seu lugar. Para abrir a viseira, puxe de leve para fora, lateralmente, com a mão esquerda, libertando-a do colchete. Durante a locomoção, é fácil colocar a viseira nas posições aberta, semi-aberta ou fechada, com uma das mãos.

Reemplazo del visor *Troca da viseira*



●Cómo quitar el visor

Abra el visor por completo. Tire de una de las trabas hacia abajo para abrirla. Quite el gancho de su guía y tire de la pieza central del mecanismo extrayéndola. Repita el procedimiento del otro lado y quite el visor.

●Cómo colocar el visor

Proceda como se indica arriba pero en sentido inverso. Con el visor completamente abierto, presione la parte superior de la pieza central del mecanismo, introduciéndola en el mecanismo. Presione firmemente hasta que la parte inferior quede fija en su lugar. Asegúrese de que el gancho haya quedado bien unido con su guía. Repita el procedimiento del otro lado.

●Remoção da viseira

Abra completamente a viseira. Puxe para baixo o gatilho em um dos lados até soltar a trava. Afrouxe o gancho no trilho e puxe a engrenagem central para fora do mecanismo. Faça o mesmo no lado contrário e remova a viseira.

●Colocação da viseira

Procedimento inverso ao de remoção da viseira. Com a viseira completamente aberta pressione a secção superior da engrenagem central da viseira em um dos lados para dentro do mecanismo. Pressione com força até que a secção inferior fique firme no lugar. Verifique se o gancho está firmemente engatado no trilho. Faça o mesmo no lado contrário.

Puntos importantes a la hora de cambiar o instalar una nueva base para el visor *Pontos importantes a considerar na troca ou colocação de nova base da viseira*

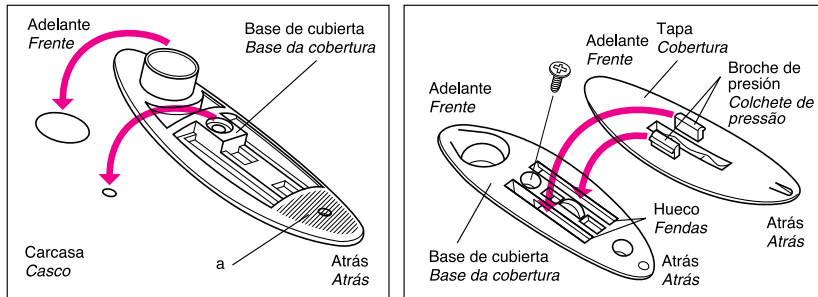
●Después de colocar el visor y su base, cierre el visor y confirme que no queden espacios entre el burlete de goma y el casco que puedan permitir la entrada de viento. Ajuste la posición del visor de modo que cierre herméticamente, y apriete luego los tornillos.

※Al introducir el casco, compruebe dos veces que ha quedado firmemente montado en su base. Puede ser muy peligroso que el casco se salga de la base mientras se conduce a gran velocidad.

●Depois de colocar a viseira e a sua base, feche a viseira e verifique se o rebordo de borracha se assenta firmemente ao capacete em cima da viseira. A existência de qualquer brecha permitirá que o vento penetre no capacete. Ajuste a viseira em uma posição firme e aperte os parafusos.

※Ao fixar a viseira, certifique-se atentamente de que a mesma esteja instalada com firmeza em sua base. Em alta velocidade, o desprendimento da viseira representa grave perigo.

Como fijar la entrada oval o la unidad de ventilación “oval vortex” Modo de fixar a unidade de entrada oval ou a unidade de ventilação de vórtice oval



● Tanto la unidad de entrada de aire superior y la unidad de ventilación “oval vortex” pueden ser fijadas de la misma manera. Si bien la explicación y el diagrama están diseñados para la unidad de ventilación de aire superior, el mismo procedimiento es utilizado para la unidad de entrada de aire superior.

Después de que haya removido la base anterior de la cubierta, desprenda de los dos lados las hojas pegajosas y el polvo de la carcasa, desprenda la cinta de protección (a) de ambos lados de la base. Entonces alinee la parte saliente y el hoyo para el tornillo de la base con la rejilla en la carcasa y apriete el tornillo. Identifique el frente y las partes traseras de la cubierta. Monte el broche de la cubierta en la guía de la base, entonces presione la cubierta.

※ Tenga cuidado en no dañar la carcasa al desprender de ambos lados la cinta protectora o el tornillo de la base anterior.

※ Recuerde que no puede remover la cubierta de la base después de que la haya fijado.

※ No haga un nuevo agujero para reparar la unidad de entrada de aire superior, de otra manera la función principal de protección del casco no podrá ser mantenida.

● A unidade de entrada oval e a unidade de ventilação de vórtice oval podem ambas ser fixadas da mesma maneira. Portanto, o mesmo modo aplica-se à fixação da unidade de saída oval, embora a explicação e o diagrama correspondam à fixação da unidade de entrada oval.

Depois de retirar a antiga base da cobertura, remova os adesivos dos dois lados e limpe a poeira do casco. Tire a película de proteção (a) dos dois lados dos adesivos da base. Então, alinhe a saliência e o furo do parafuso da base com as aberturas no casco, e aperte o parafuso. Identifique as extremidades dianteira e traseira da cobertura. Encaixe os retentores da cobertura nas fendas da base e em seguida pressione a cobertura.

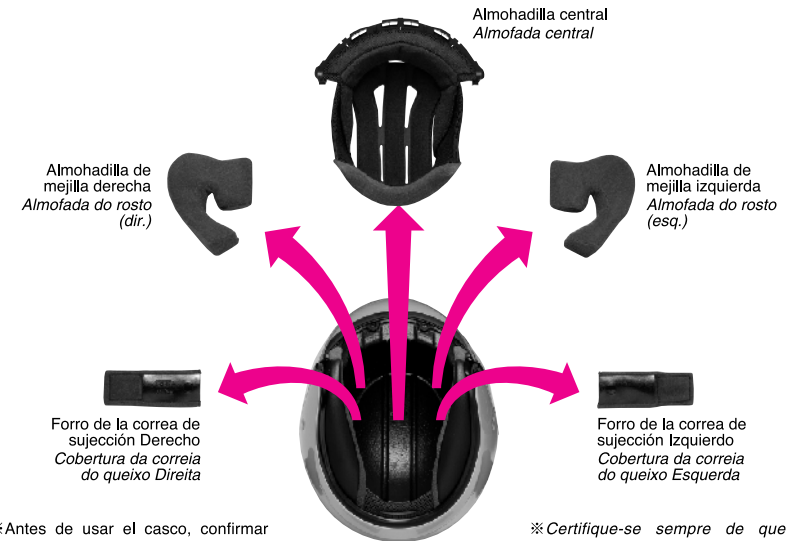
※ Tenha cuidado para não danificar o casco ao retirar os adesivos dos dois lados ou o parafuso da base antiga.

※ Note que não se pode remover a cobertura da base depois que a cobertura esteja fixa na base.

※ Não faça um buraco novo para fixar a unidade de entrada oval ou a unidade de saída oval. Se fizer, a função de proteção da cabeça do capacete não poderá ser mantida.

SHOEI

Partes interiores desmontables Interiores amovíveis



※ Antes de usar el casco, confirmar siempre que la almohadilla central y las almohadillas de las mejillas estén colocadas.

※ Certifique-se sempre de que a almofada central e a almofada do rosto estejam instaladas antes de usar o capacete.

Todas las partes interiores de éste casco son completamente desmontables y lavables. Desmontar y montar estas partes queda reflejado en el diagrama de arriba.

A almofada central, as almofadas do rosto (direita e esquerda) e os revestimentos da correa do queixo (direita e esquerda) são removíveis para lavagem. Identifique os componentes com o auxílio das ilustrações e execute as instruções detalhadas a seguir.

Desmontaje de las almohadillas de mejilla: Figs. 1

Desmontaje de las vainas de correa de sujeción: Fig. 2

Desmontaje de la almohadilla central: Figs. 3 y 4

Remoção das almofadas do rosto: figuras 1

Remoção dos revestimentos da correa do queixo: figuras 2

Remoção da almofada central: figuras 3 e 4

Hay diferentes tamaños de almohadillas. Al comprar nuevas almohadillas, elija el tamaño correspondiente a su casco.

Há almofadas de diferentes tamanhos. Ao substituí-las, certifique-se de selecionar o tamanho que corresponde ao do seu capacete.

■ Tamaños normales / Tamanhos de almofadas padrão

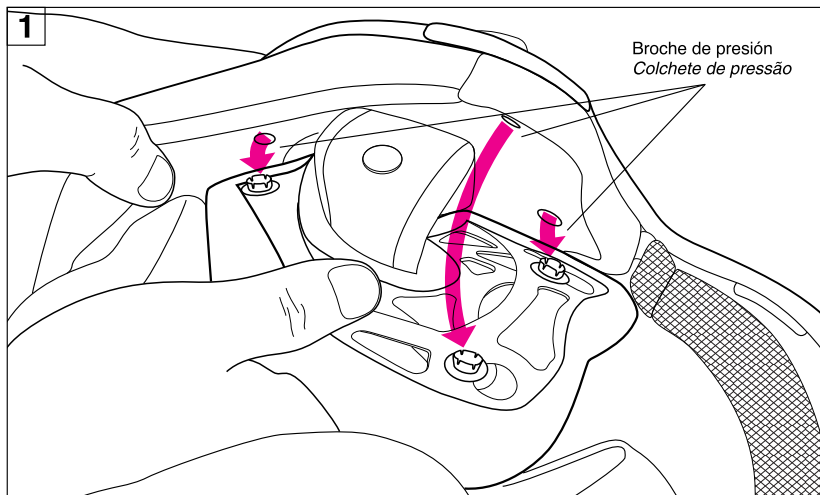
Tamaño del casco / Tamanho de capacete	XXS	XS	S	M	L	XL	XXL
Almohadilla central / Almofada central	XS13	XS9	M13	M9	L9	XL9	XL5
Almohadilla de mejilla / Almofada do rosto	Std	39	35	39	35	35	31
	OP	37	41	33	37	37	33

Cómo desmontar los interiores

Como remover os interiores

■Cómo desmontar los acolchados de las mejillas

■Como remover Almofada Facial



Tire de cada almohadilla hacia adentro para desprender los tres broches.

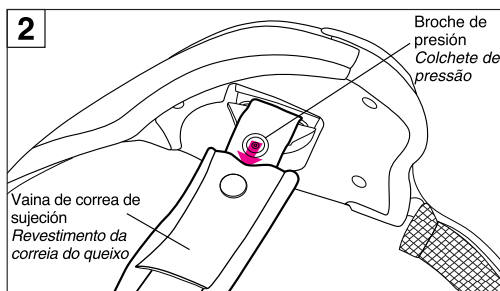
※Para colocar las almohadillas laterales, asegúrese de que estén en la posición correcta y apriete firmemente cada broche hasta escuchar un chasquido.

Puxe cada uma das almofadas para dentro a liberte-as dos três colchetes.

※Ao colocar as almofadas do queixo, primeiro verifique se estão correctamente alinhadas. Em seguida, pressione-as firmemente até ouvir um clique contra cada colchete.

■Cómo desmontar el forro de la correa de sujeción

■Como remover Coberturas da Correia do Queixo

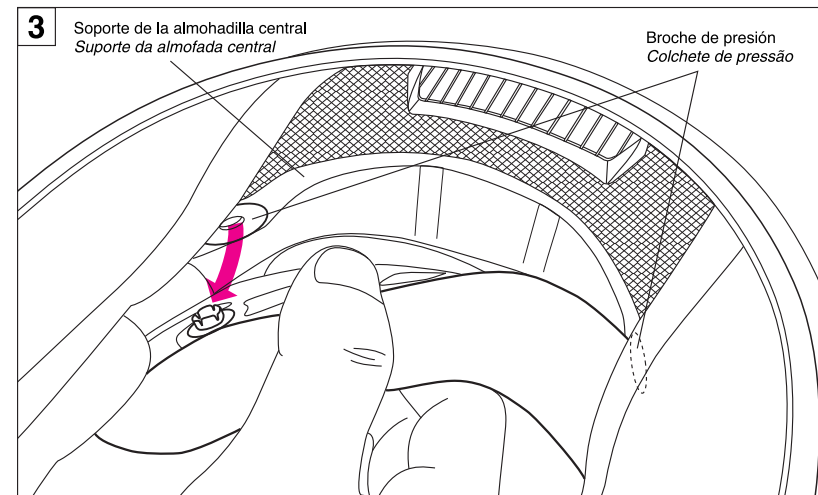


Después de desmontar el acolchado lateral, soltar el botón de la correa y sacar el forro.

Após remover a almofada facial, liberte o gancho da cobertura da correia do queixo e remova-a.

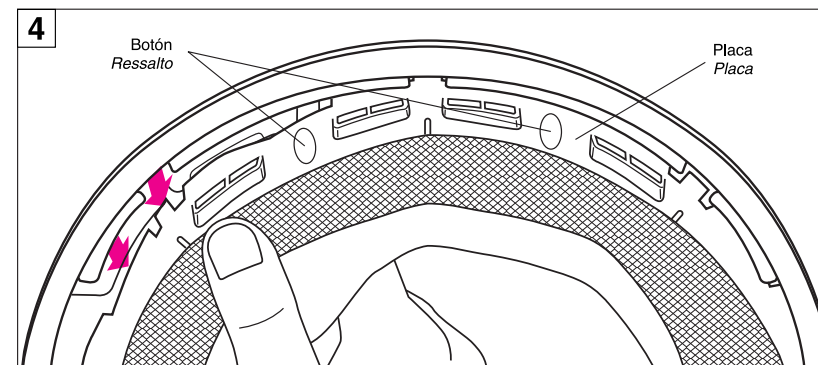
■Cómo desmontar el acolchado central

■Como remover a almofada central



Para quitar la parte trasera del acolchado central, soltar dos ganchos de los soportes del acolchado.

Para remover a parte traseira da almofada central, liberte os dois ganchos da base da almofada.



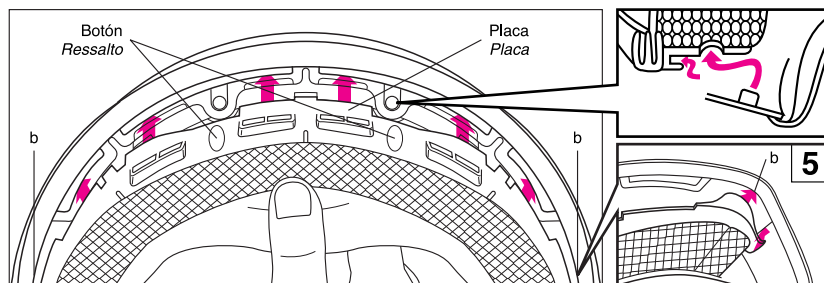
Desencajar la lámina.

Pegue junto à parte rija e liberte-a.

Cómo colocar los interiores Como fixar os interiores

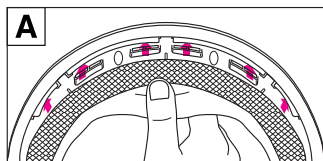
●Cómo colocar el acolchado central

●Como fixar a almofada central



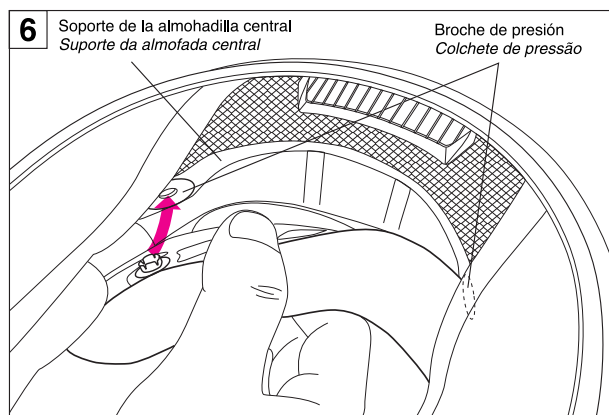
Deslizar el acolchado al soporte central y enganchar la lámina de la parte frontal en los dos puntos del soporte de la parte frontal. Entonces, insertar las láminas de los extremos derecho e izquierdo en los huecos (b) como se muestra en el dibujo 5.

Deslize a almofada pela base da almofada central e encaixe a parte frontal da almofada na parte frontal da base nos dois pontos. Depois insira as extremidades direita e esquerda na frincha (b) como ilustrado na figura 5.



Asegurese que la placa en la parte anterior de la almohadilla esté colocada como se muestra en el diagrama A.

Certifique-se de que a placa da parte dianteira da almofada esteja fixa, do modo como mostra o diagrama A.

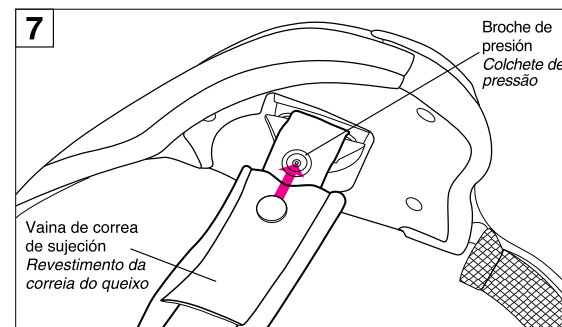


Entonces, enganchar los dos puntos de la parte trasera asta notar los clicks.

Depois encaixe os dois ganchos na parte traseira ate fazerem click.

●Cómo colocar los forros de las correas

●Como fixar a cobertura da correia do queixo

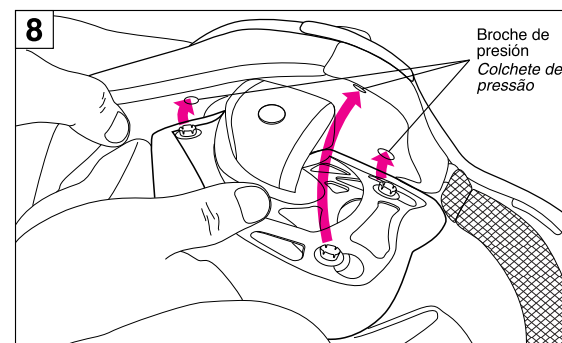


Instalar una nueva cobertura de la correa del mentón (lo mismo a la derecha que a la izquierda). Apretar hasta que haga "click".

Colocar uma protecção da correia do queixo (igual para direita e esquerda) antes de colocar a almofada facial. Encaixe o gancho até ouvir o click.

●Cómo colocar los acolchados de las mejillas

●Como fixar almofada facial



Enganchar en los tres puntos. Presionar sobre el acolchado en la parte de los botones hasta notar un click.

Encaixe os três ganchos e pressione até ouvir o click.

Colocación de las guarniciones internas

Pontos importantes para a colocação dos componentes internos

Para colocar las guarniciones internas, simplemente siga las instrucciones de desmontaje en sentido inverso (vea las Figs. 1 a 4).

※Al desprender o colocar las almohadillas, sostenerlas lo más cerca posible del botón.

※Lavar en agua fría a mano o a máquina (en este caso, dentro de una bolsa de red). Presionar con una toalla y dejar secar a la sombra. Después de desmontar las guarniciones internas, limpiar la espuma de poliestireno dentro del casco con una toalla humedecida en agua o en un detergente neutro. NUNCA usar solventes como bencina, disolvente de pinturas o gasolina.

Para fixar os componentes internos simplesmente execute ao inverso as instruções dadas para a sua remoção (ver as figuras de 1 a 4).

※Mantenha a almofada perto do ressalto ao puxar ou apertar um ressalto em seu lugar.

※Lave à máquina ou à mão em água fria (se lavar à máquina, use um saco de rede para protecção), enxugue com um pano seco e ponha a secar à sombra. Depois de remover os componentes internos, limpe a espuma de poliestireno do interior do capacete com um pano humedecido com água ou detergente neutro. NUNCA use solventes como benzina, diluentes ou gasolina.

Precauciones

Precauções

1. Antes de usar el casco, confirme que los ganchos y las partes inferiores de las piezas centrales del mecanismo estén firmes en su lugar.

2. Limpie el casco y las distintas partes del sistema de ventilación con una solución diluida de detergente neutro. Enjuague bien y seque con un paño suave. Nunca use gasolina, disolvente, gasolina ni ningún otro agente abrasivo.

3. Antes de usar el casco, confirmar siempre que la almohadilla central y las almohadillas de las mejillas estén colocadas.

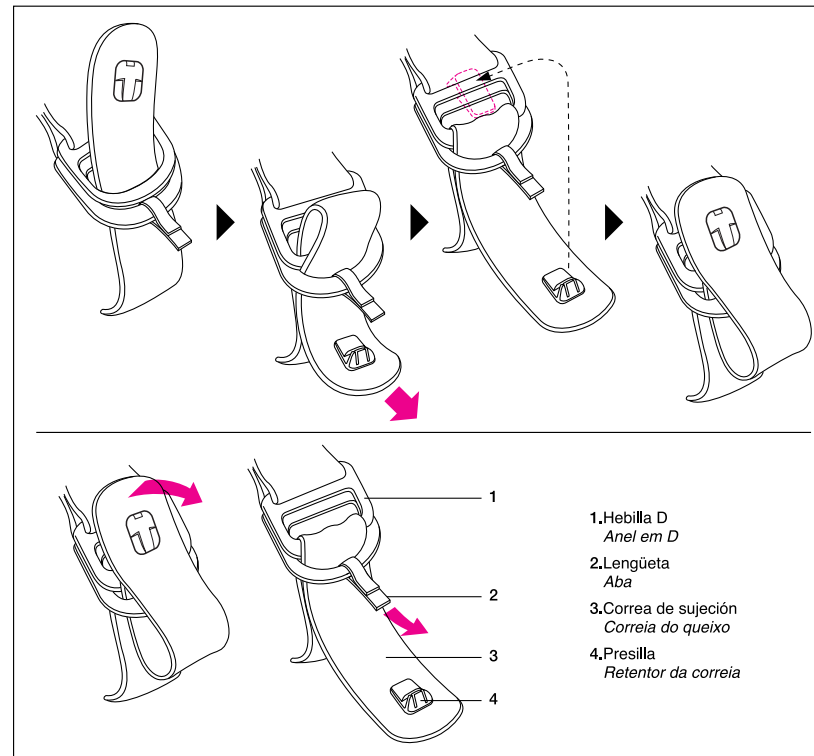
1. Antes de colocar o capacete, verifique se os colchetes e as secções inferiores das engrenagens centrais da viseira estão firmes no lugar em cada um dos lados.

2. Limpe a viseira e as peças do sistema de ventilação com uma solução diluída de detergente neutro, enxágüe bem e seque com um pano macio. Nunca use benzina, diluente, gasolina ou outro produto forte de limpeza.

3. Certifique-se sempre de que a almofada central e a almofada do rosto estejam instaladas antes de usar o capacete.

Uso de la correa de sujección

Como usar a correia do queixo



1. Hebilla D
Anel em D
2. Lengüeta
Aba
3. Correa de sujección
Correia do queixo
4. Presilla
Retentor da correia

● Pasar la correa de sujección por ambas hebillas D como se muestra y tirar de la misma hasta que el casco quede bien sujeto. A continuación, pasar la correa entre una hebilla y la otra y tirar firmemente. Por último, doblar el extremo de la correa y sujetarlo con la presilla de plástico.

● Para aflojar la correa, primero hay que desenganchar la presilla de sujección y luego tirar de la lengüeta hacia abajo.

※Al ponerse o quitarse el casco, empujar ambos lados de la correa de la mentonera para dejar más espacio libre para pasar la cabeza. No haga presión sobre los forros de las correas porque pueden salirse de su lugar.

● Passe a correia do queixo por ambas as argolas em D, como indica a figura, e puxe-a até que o capacete esteja firmemente seguro. Passe de volta a extremidade da correia entre as argolas em D e puxe firmemente. Por fim, dobre a extremidade da correia para cima e prenda-a com o retentor.

● Para desprender a correia, primeiro solte o retentor da correia de queixo e então puxe a aba para baixo.

※Puxe a correia do queixo para os lados ao pôr ou tirar o capacete, de modo a haver maior espaço para a passagem da cabeça. Não puxe as coberturas da correia de queixo (caso contrário, elas deslizarão para fora).