GREATER MONCTON FOOTBALL ASSOCIATION

PROCÉDURE RECOMMANDÉE POUR LES SÉANCES D'AJUSTEMENT DE CASQUE DE FOOTBALL

L'AFGM a la responsabilité d'assurer la sécurité de ses joueurs. Cela commence par s'assurer que leur équipement s'adapte correctement avant même de mettre le pied sur le terrain. Chaque joueur est l'enfant de quelqu'un.

Ces étapes doivent être suivies lors de l'installation de casques:

1. Mesurez la circonférence de la tête de l'athlète et sélectionnez le casque en utilisant les directives suivantes:

COMMENT CHOISIR LA TAILLE DE VOTRE CASQUE

COMMENT MESURER VOTRE TÊTE

Enroulez un ruban à mesurer autour de votre tête, juste au-dessus des sourcils. Note la mesure au point de chevauchement.

Si vous n'avez pas de ruban à mesurer, Utilisez simplement un morceau de ficelle et marquez le point de chevauchement, puis mesurer la chaîne avec une règle.

Utiliser le tableau des tailles pour établir la taille casque que vous devriez porter.

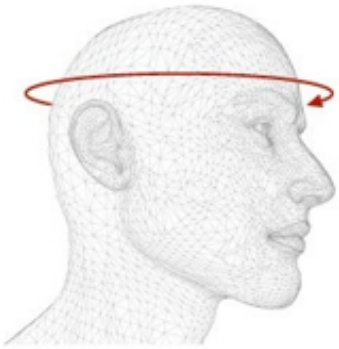


TABLEAU DES TAILLES

TAILLES	TOUR DE TÊTE	
S	Jusqu'à 20 3/8"	Jusqu'à 51.75cm
M	20 3/8" à 22"	51.75cm à 55.88cm
L	22" à 23 1/2"	55.88cm à 57.15cm
XL	23 1/2" et plus	57.15cm et plus

Si vous êtes entre deux tailles de casque, choisissez la plus petite taille.
En raison de la forme variable des têtes, les tailles ne sont que des RECOMMANDATIONS.

2. Il peut être bénéfique de mouiller les cheveux de l'athlète avant d'installer le casque. L'eau appliquée sur les cheveux par un chiffon humide ou un flacon pulvérisateur facilitera l'ajustement initial et se rapprochera également des conditions de jeu et de pratique lorsque le joueur transpire.

3. Vérifiez si les ouvertures de l'oreille du joueur sont centrées dans les ouvertures de l'oreille du casque ou au-dessus / au-dessous du centre:
   a) Si les ouvertures de l'oreille du casque sont trop hautes, le casque peut être trop petit ou la doublure intérieure est trop gonflée; ou
   b) Si les ouvertures des oreilles du casque sont trop basses, le casque peut être trop grand ou la doublure intérieure est sous-gonflée.

4. Vérifiez que les sourcils sont à environ 1-1 1/2 " (2,5-4,0 cm) sous la jante avant du casque. Un guide général consiste à utiliser 1-1 1/2 largeurs de doigts.
   a) S'il y a un écart de plus de 1 po, généralement le casque est trop petit; ou
   b) S'il y a un écart de moins de 1 po, généralement le casque est trop grand.

5. Essayez de faire pivoter le casque d'un côté à l'autre. Demandez au joueur de « taureau » leur cou. Attrapez le protège-visage au milieu et essayez de déplacer le casque d'un côté à l'autre. Il devrait y avoir un mouvement de la peau du front et des cheveux avec le casque, mais il ne devrait pas glisser. En utilisant les boucles médianes du protège-visage comme guide, le nez doit rester dans une ligne directement au centre du casque et au centre de la boucle. Si le nez se déplace vers la droite et la gauche au-delà de ces boucles, généralement l'ajustement doit être ajusté ou le casque est trop grand.

6. Vérifiez le réglage de la couronne du casque. Demandez au joueur de serrer ses mains sur la couronne du casque et de pousser directement vers le bas. La pression devrait être ressentie sur la couronne. Ce test recoupe également le test des sourcils.

7. Vérifiez la pression du front et l'ajustement dos à l'avant. Demandez au joueur de faire pivoter ses mains vers l'arrière du casque (après le test de la couronne). En gardant leurs mains jointes, ils devraient essayer de pousser le casque vers l'avant. Habituellement, un espace d'une largeur de doigt ou moins entre le front et le dimensionneur avant est acceptable.

8. Vérifiez les coussinets de mâchoire pour voir qu'ils s'adaptent correctement. Ils ne doivent être ni sous-dimensionnés ni surdimensionnés. Ils devraient suivre les contours des joues.

9. Vérifiez l'ajustement de la mentonnière. La fonction de la mentonnière est de maintenir le casque en place. Assurez-vous que la tasse est centrée sur la pointe du menton et que les quatre sangles ont le mou enlevé. Commencez à vous adapter avec le dos ou la mentonnière inférieure. Il est important que les mentonnières de branchement hautes passent sous le masque facial.

10. Vérifiez le faceguard. Il devrait y avoir un espacement adéquat entre le protège-visage et le bout du nez.

11. Vérifiez l'ajustement à l'arrière du casque. Le lobe occipital doit être recouvert par la coquille. L'arrière du casque devrait bercer le cou. Il ne doit pas se détacher d'un ajustement serré, ni laisser un grand écart par un ajustement lâche.

12. Vérifiez la vision du joueur, à la fois périphérique, ainsi que de haut en bas. En périphérie, le joueur devrait être capable de suivre un doigt d'environ 180 °; de haut en bas à environ 75°.

** LES CASQUES DOIVENT ÊTRE VÉRIFIÉS AVANT CHAQUE ENTRAÎNEMENT OU MATCH POUR S'ASSURER QU'ILS ONT SUFFISAMMENT D'AIR ET AJUSTÉS AU BESOIN**