

Uppgift



Gå till din bil och sätt dig på förarplatsen **utan att justera någonting**.

Jämför hur stol och speglar var inställda när du lämnade bilen sist du körde med hur de skall vara inställda.

Kontrollera nedanstående punkter och jämför...

1. Stolen i färdriktningen

-Var stolen inställd så att ditt kopplingsben är nästan helt rakt (endast en liten böjning på knäet)?

2. Stolen i höjdled

-Skymdes ditt siktfält av instrumentbrädan eller innerspeglarna?

3. Ryggstödet vinkel

-Lägg händerna över ratten med handlederna vilande på ratten. Ligger ryggstödet ligger an mot hela ryggen? Är avståndet mellan ratten och bröstet längre än ca 30cm?

4. Nackstödet

-Är nackstödet överkant i höjd med hjässan? Är nackstödet längre än 4cm från nacken när du sitter som du brukar göra?.

5. Ratten

-Ser du hela instrumenteringen? Har du kontakt med ryggstödet när du lägger toppen av handflatan på den översta delen av ratten? Har du fri tillgång till hela ratten även mellan ben och nedre delen av ratten?

6. Spegelarna

-Ser du endast ytterst lite av bilens sida i ytterspeglarna? Har du god sikt bakåt i samtliga speglar?

PS....

-Du glömmer väl inte att spänna upp bältet mot kroppen när du skall köra?