



Material: Vad bör vi tänka på när vi sätter skydd på våra barn??

Barnen kör så det ryker, det går fort och övningarna utvecklas tillsammans med era barn. Till detta ligger ett ansvar från oss ledare och föräldrar att se till så våra barn har det skydd och förutsättningar som krävs.

Ansaret ligger på er föräldrar att se till att ert barn har rätt utrustning, vi är alltid tillgängliga för att stötta er vid frågor, tips eller åtgärder. Tveka inte!!

Nu följer råd om materialet som ert barn bär i vår sport Hockey!!

TÄNK: Skydd är för ert barns säkerhet, inte för att växa i !!

Hjälm

Hjälmen skall sitta fast på huvudet och inte glappa. Det finns oftast en del ställskruvar som kan justera passform. Normalt är det 3 remmar på en hjälm, alla skall finnas där och kunna knäppas. Gå över spännen och skruvar hemma inför träning/match. Skruva till skruvar och kontrollera status på hjälmen.

Hjälm skall INTE ha passerat bäst före datum och sprickor innebär: Förbrukad !!

Halsskydd

Barnen kommer inte in på isen utan detta skydd. Kontrollera att kardborren inte är utsliten? Finns även integrerat i typ av underställströja, kontrollera att allt är helt.

Skridskor

Viktigt att inte köpa för stora skridskor!! Lite större är ok, kan oftast ge någon halvsstorlek med en bra sula i. Det är sällan en bästa idé att köpa dyraste skridskon, är oftast (inte alltid) för hård för våra barn. Det är fördel att i så fall hålla sig till lite billiga modeller och byta vid växt. Ds: Vid köp av begagnade skridskor är det bra att ha koll på så att det finns bra med skena kvar, den slipas och blir mindre.

Gällande slipning av skridskor.

Vi underhållsslipar skridskorna i samband med träningar.

Meddela någon av oss i materialargruppen om ni behöver slipa.

Tänk på: Använd skridskoskydd när vi går mellan omklädningsrum och is, minsta sten eller gruskorn man trampar på skadar skenan och innebär att skridskon behöver slipas.

När man köper en ny skridsko, bör man se till att en profil slipas in, detta kan oftast göras i butiken, fråga någon av oss om ni vill ha och råd till vilken profil som kan rekommenderas. Profilslipning är inte detsamma som underhållsslipning. En profilslipning skapar en radie på skenan och avgör hur mycket av skenan som är i kontakt med isen. Profiler har olika egenskaper och passar olika typer av spelare och åldrar. Rekommendationen är att göra en profilslipning vid köp av nya skridskor eller en till två gånger per säsong.

Se till att ditt barn har vaxade skosnören, underlättar och spänner mer jämnt över skridskon. Skridsko skall knytas som en vanlig sko, INTE med snören som viras runt vrist. Bakkappan:s funktion tas ur bruk, vilket medför att skridskons uppbyggnad och funktion tillsammans med ert barns skridskoåkning, kraftigt försämras.

Det finns juniorlängder på snören, Seniorsnören går att klippa av.

Ha gärna 1 extra par snören i väskan.

Klubba

Viktigt att klubban är i rätt längd.

Ett bra riktmärke: Klubbans längd ska nå mellan hakan och näsan med skridskor på.

Vi hjälper gärna i materialet, Sågkap finns i ishallarna.

Barnen diskuterar gärna "Flex". Flex är klubbans "Böjlighet" vid skott.

Rekommendationen är att köpa klubba som har flex runt 20 under denna säsong.

Tejpling av Blad och skaft. Bladet tejpas för att öka kontroll i kontakt med den räfflade pucken, Det skyddar också bladet från skador. Tejpa hela bladet och en liten bit över klacken upp på skaft. Väldigt sällan barnen klarar att skjuta av dessa klubbor.

Alla spelare ska ha en knopp i änden på klubb skaftet. Knoppen ska hindra skaftet från att kunna komma igenom gallret på hjälmen och orsaka ansiktsskador.

Tejpling av klubbor är Föräldrar/barns ansvar. Vi bistår gärna med hjälp.

Benskydd

Skall sitta bra på benet och skydda knäskålen mot fall och yttre påverkan från slag etc.

Benskyddets längd skall vara så att det går från skridskon, inget glapp, till upp under byxan, även här utan glapp. Viktigt att det är heltäckande. Benskyddet kan/Skall gå ner lite över skridskon.

OBS: Skridskons plös, Tungan, Skall in under benskyddet. Detta är ett måste och vid felaktigt utförande blottar vi fotleden för kompisens nyslipade skridsko.

Armbågsskydd

Skall sitta bra och inte "snurra" på armbågen eller ta i remmar på Axelskyddet.
Skall överlappas av Axelskyddet för fullt skydd.

Byxor

Byxor skall vara så långa att de skyddar låren ner till benskyddet som det skall överlappa. Värt att veta är att det finns byxa med ett litet skydd som går upp lite över ryggen och möter axelskyddet.

Detta ger ett bra skydd över korsrygg mot hårda klubbor och slag.

Suspensoar

Används ALLTID!! Viktigt skydd som skall ha rätt passform. För stort eller för litet, uttöjda band, ger risker och skavsår mot ljumske.

Finns även integrerat i viss typ av underställsbyxa, Vilket fungerar utmärkt.

Handskar

Skall vara i rätt storlek och passa ert barns hand. Skyddar mot Slag och vassa skridskor. Alltid på när vi är på is.

Vattenflaska

Kan tyckas enkel. Men för att vi skall säkra att barnen får i sig vatten. Köp en siliconpip så barnen kan dricka igenom gallret.

TIPS: Kallt vatten är bra, Kroppsvarmt tas upp av kroppen direkt.

Lite tips om var man kan hitta utrustning

XXL Barkarby

Klubbssponsor. Om man registrerar sig som club-medlem får föreningen en bonus på alla köp som görs av medlemmar.

Hockeygear Solna

En renodlad hockeybutik med kunnig personal.

Duktiga på profilslipning

Blocket

Begagnat, Prisvärt, Byte och en del nytt.

Sök på sajterna: Storleksguide för att hitta olika leverantörers guide.

Gå gärna in på:

<http://www.swehockey.se/Hockeyakademin/Malgrupper/Foralder/>

Bra och nyttig information om Hur, Vad och när runt Hockey, med föräldrar guide.

Tveka inte att ta kontakt med oss på materialet. Vi är här för ert barns utveckling i hockey, där är ni som föräldrar en stor och viktig del.

Ni möter oss i och omkring hallen, omklädningsrummen, förrådet. Bäst tid är när barnen är på isen.

Patrik, Tomas

Materialarna JHC Team-15