Как выбрать лыжи для ребенка?

Здравствуйте, друзья! Зима – это пора отдыха и веселья, хорошего настроения и школьных каникул. И те родители, которые сами ведут активный образ жизни, смело начинают приучать к нему и своего малыша. Катание на коньках, лыжах и санках — эти зимние развлечения на свежем воздухе подарят массу не передаваемых ощущений вашему крохе и укрепят, к тому же, его здоровье. Сегодня тема — лыжные прогулки. Мы поговорим о том, как выбрать лыжи для ребенка правильно. Выбор лыж для ребенка – весьма ответственный момент. Он требует некоторых знаний, ведь на кону не только удобство, но и о безопасность вашего малыша.

**Как правильно выбрать лыжи для ребенка?**

Таким вопросом задаются все родители, которые сами частенько выбираются покататься. Рассмотрим несколько видов детских лыж, таких как деревянные, пластиковые и комбинированные.

**• Деревянные лыжи.** Конечно, такой вид детских лыж встречается все реже, но в продаже они все еще есть. Их достоинство заключается в дешевизне, в отличие, например пластиковых. Но перед тем как использовать деревянные детские лыжи, стоит приобрести специальную лыжную мазь, и перед первым использованием промазать лыжи по всей длине. Многие профессионалы, которые катаются только на деревянных лыжах, знают один секрет. Для того чтобы дольше сохранялся первоначальный вид лыж, стоит после смазывания специальной мазью лыжи проутюжить ее на фольге. И тогда они будут лучше скользить и сохраняться в отличном состоянии долгие годы. Конечно, деревянные лыжи не такие прочные, и при неудачном падении могут сломаться.

**• Пластиковые лыжи.** Такие лыжи подходят для детей – новичков, они редко ломаются и имеют насечки от проскальзывания. Сами по себе они очень хорошо скользят и для некоторых – это минус. Пластиковые лыжи могут скользить не только вперед, но и назад, и вбок – что вселяет в ребенка страх падения. Поэтому обратите внимание на их качество и длину, а также наличие противоскользящих насечек.

**• Комбинированные лыжи.** Больше подходят для подростков и взрослых. Предназначены для различного рода передвижений – и прогулок, и спусков.

**Беговые лыжи**

Как выбрать беговые лыжи для ребенка? Дети в любом возрасте очень подвижны. Но есть ли конкретно у вашего малыша желание научиться ходить на лыжах? Если малыш пока не «влюбился» в такие зимние прогулки, то лучше остановить свой выбор именно на беговых лыжах. Подойдут деревянные или пластиковые беговые лыжи — они предназначены для неспешных длительных прогулок, и это лучший способ привить любовь к этому активному виду зимнего спорта. Помните, что беговые лыжи должны быть удобными и комфортными для малыша, и тогда сам процесс вызовет у него бурю положительных эмоций.

**Горные лыжи**

Как выбрать горные лыжи для ребенка? Они больше используются для горных спусков, и их необходимо выбирать более тщательно. Лучше всего для этого подойдут комбинированные или пластиковые лыжи, за счет их универсальности и прочности. Обязательно обратите свое внимание на экипировку. Самое главное в горных лыжах — это крепление, оно должно быть жестким и прочным. К ним идет специальный лыжный ботинок, который крепко фиксирует стопу ребенка к лыже. Он изготовлен из прочного пластика. И не забудьте о палках, они чуть короче, чем у беговых лыж — для удобства и размаха при спуске с горы.

**Длина лыжи, как выбрать?**

Можно много говорить о качестве и прочности лыж, о видах, но самое главное — выбрать лыжи по росту. Для юных маленьких лыжников, которые только встали на лыжи, стоит выбрать лыжи покороче, чуть выше их роста. Длинные лыжи стоит покупать, когда малыш уже немного попривыкнет и поймет весь принцип катания. Для тех, кто уже умеет кататься, можно выбрать лыжи подлиннее, а именно + 15-20 см к его росту.

От палок изначально стоит отказаться: ребенок сначала должен прочувствовать сам момент скольжения, и только после этого стоит предложить ему палки. Длина их должна примерно доходить до уровня подмышек.

**Какое крепление выбрать для ребенка?**

Существует несколько видов крепления: мягкое, жесткое и полужесткое.
В последнее время **мягкие крепления** редко встречаются в продаже, но они прекрасно подходят для детей в возрасте от 2 – 6 лет.

**Полужесткие крепления** позволяют использовать свою зимнюю обувь, чтобы малыш не замерз. При этом обувь прочно закреплена на лыже. Однако полужесткие крепления подходят только для беговых детских лыж.

Чем старше ребенок и чем больше у него опыта в этом активном виде спорта, тем ближе то время, когда его стоит переводить его на жесткое крепление. Обычно жесткие лыжные ботинки приобретаются для детей 5 – 6-лет, если ребенок уже имеет опыт катания на лыжах.

**Жесткие крепления,** в свою очередь, делятся на 2 группы: крепления старого образца – 75 мм, и современные — стандартов NNN и SNS. Крепление 75 мм, является отечественным, и подходят как для детей, так и для взрослых. С одним лишь уточнением, что лыжные ботинки идут от 30 размера, очень редко с 28-ого. Они больше используются для классического бега, и учиться на них одно удовольствие. Однако стоит помнить один маленький нюанс – коньковой ход с таким креплением не очень удобен.

Стандарты SNS и NNN подойдут для детских лыж или для юниоров. Детские лыжи с таким креплением стоят немного дороже, но зато вы можете быть 100% уверены, что ваш ребенок в безопасности. К тому же, такие детские лыжные ботинки прослужат максимум два сезона.

**Еще несколько советов о том, как выбрать лыжи для ребенка правильно:**

1. Ни в коем случае не покупайте лыжи для ребенка «на вырост». Это может не только полностью испортить вам отдых, но и привести к травмам у ребенка. Экономия в этом вопросе может обойтись вам и вашему малышу очень дорого!

2. При покупке тщательно проверьте качество и прочность лыж. Тщательно проверьте длину каждой лыжи, толщину, массу и, конечно, качество материала.

3. Перед поездкой стоит провести профилактику лыж, настроить, проверить крепление, скользящую поверхность. Такая подготовка может при случае сослужить вам хорошую службу.

Итак, теперь вы знаете, как выбрать лыжи для ребенка правильно. Отлично, вперед на свежий воздух!!!