

Potvrzení o správném seřízení lyží

Prohlašuji, že můj syn / má dcera

má správně seřízené vázání lyží.

V dne

.....
Podpis zákonných zástupců dítěte (pěstounů)

✂.....

Necháte-li lyže seřídít v servisu, vystaví Vám na požádání potvrzení o seřízení. Tento tiskopis použijte pouze v případě seřízení vázání doma.

Lyže: při výběru lyží je třeba zohlednit nejen výšku a váhu lyžaře, ale i jeho schopnosti a fyzickou sílu. Pro začátečníky jsou vhodné co kratší lyže, většinou pod bradu, s velkou flexí a středním krojením. Pokud máte doma již zkušenějšího lyžaře, zvolte lyže, které mu budou sahat po nos, případně budou ve výšce jeho postavy. Vázání na lyžích musí být přizpůsobeno hmotnosti a tělesné stavbě dítěte.

Lyžařské boty: Lyžařské boty nesmí tlačit nebo být příliš velké. U dětí platí, že čím víc klipsů má lyžařská obuv, tím lépe. Při výběru vhodných lyžáků je třeba nejprve si vyzkoušet vnitřní botu skeletu. Důležitý je také sklon boty, jelikož její náklon nutí dítě předklánět se a tím eliminuje nežádoucí zaklánění. Nesmí překážet při chůzi, ale ani při zaujetí optimálního postoje při jízdě na lyžích.

Lyžařské hůlky: Při výuce začátečníků se hůlky nepoužívají, protože odvádějí pozornost od výuky a zvyšují riziko úrazu. Pro výpočet optimální délky hůlek můžeme použít staré dobré pravidlo, a to, že když obrátíme hůlky držadlem dolů, měla by při jejich uchopení pod talířkem být ruka dítěte ohnuta přibližně do pravého úhlu.

Lyžařská přilba: Při jejím výběru dbejte na to, aby byla přilba odlehčená, prodyšná a splňovala technické normy. Kromě toho, že její vnitřní polstrování by mělo být příjemné na dotek, ověřte si i to, zda je vyjímatelné a dá se snadno vyprat. Některé přilby mají speciální mechanismus na zvětšení či zmenšení., volte modely s pevnými ušima. Přilba musí vždy pevně sedět, nesmí dítě tlačit a nesmí být ani volná.

Lyžařské brýle: Chrání oči lyžaře před větrem a padajícím sněhem. Při jejich výběru mějte sebou lyžařskou helmu.