

Varusteopas kiekkokoululaisille

Hartiasuojat



Sovita hartiasuojia pelihousujen ja kyynärsuojien kanssa. Hartiasuojien ja housujen väliin tulisi mahdollisimman pieni rako. Hartiakuppien pitää asettua hyvin paikalleen, jotta ne suojaavat tehokkaasti iskuilta.

Joustavat tarrakiinnitykset parantavat paikallaan pysyvyyttä ja käyttömukavuutta. Hyvissä suojissa on erillinen selkärankasuoja. Juniorin hartiasuoja pitää olla joustava. Liian jäykkä suoja haittaa pelaamista.

Kypärä ja kasvosuoja



Kypärän pitää olla CE -turvahyväksytty. Juniorikypärään pitää olla saatavissa kasvosuoja. Kypäriä on useampia säädettäviä kokoja. Kypärä pitää voida säätää tarkasti pelaajan mukaan. Liian iso tai löysäksi säädetty kypärä on huomattava turvallisuusriski. Kaikki remmit pitää säätää riittävän tiukalle, jotta kypärä pysyy paikallaan myös törmäystilanteessa.

Kasvosuoja on junioreilla pakollinen varuste. Kasvosuojan pitää olla CE -turvahyväksytty. Kasvosuojia on erikokoisia. Leukapehmusteen pitää pysyä leukaa vasten. Kasvosuojia on visiiri-, ristikko- ja niiden yhdistelmämalleja. Ulkojäillä ja kylmissä halleissa visiiri on altis huurtumiselle. Jos kypärässä on visiiri se kannattaa laittaa laukussa pyyhkeen sisään tai kangaspussiin, jotta visiiri ei naarmuunnu.

Kaulasuoja



Sääntöjen mukainen pakollinen varuste. Suojaa kaulaa luistimen terältä. Pitää pysyä hyvin paikallaan.

Kynnärsuojat



Kynnärsuojien pitää istua hyvin ja pysyä paikallaan. Kynnärsuoja ei saa estää käsivarren liikettä. Kynnärsuojien tarkoitus on suojat kyynärpäähän lisäksi käsivartta, niinpä kynnärsuojien tulisi peittää mahdollisimman tarkoin hartiasuojien ja hanskojen väli.

Hanskat



Sovita hanskoja aina mailan kanssa, jotta sormet asettuvat hanskassa oikeille paikoilleen. Sormenpäihin pitää jäädä riittävä liikkumisvaara. Esitaivutetut sormet parantavat mailaotetta.

Hanskoissa pitää olla suojaava mansetti ja kova peukalosuoja. Mansetin pituus ei saa rajoittaa liikkuvuutta, mutta sen pitää ylettyä kyynärsuojan alakäsivarsiosaan. Kuivaa ja pese hanskat säännöllisesti.

Polvisuojat



Sovita polvisuojia luistimien kanssa. Suojan pitää ylettyä riittävän alas, mutta se ei saa estää nilkan liikettä. Polvisuojassa tulee olla vääntymisriskiä vähentävä nivelrakenne. Uusimmissa malleissa anatominen muotoilu ja tarrakiinnitykset lisäävät paikallaan pysyvyyttä. Pohjesuoja parantaa turvallisuutta. Teippausta ei suositella, käytä joustavia polvisuojanauhoja.

Pelihousut



Housujen vyötärösuojan pitää ylettyä liikkussa hartiasuojien alareunaan, mutta ne eivät saa mennä päällekkäin suorassa seistessä. Lahkeiden tulee olla riittävän pitkät, jottei housun ja polvisuojien väliin jää rako.

Alasuojat



Tytöille ja pojille omat juniori mallit. Alasuojia löytyy monenlaisia esimerkiksi sukkaliiveillä tai hikipukuun yhdistettynä.

Harjoitussukat



Harjoitussukkien on oltava riittävän pitkät. Polvisuojien päälle vedettäviä sukkia on monen mallisia, sukkaliiveillä ripustettavia, tarroilla kiinnitettäviä ja sukkahousumallisia.