

Börja spela hockey

TIPS TILL FÖRÄLDRAR OCH NYBÖRJARE

Vilken utrustning behövs?

För att börja spela hockey behöver man inte köpa på sig hela utrustningen på en gång. Det är först när leken övergår till mera spel som man bör tänka på att skydda kroppens "stöt-fångare" för att undvika onödiga skador på huvud, ansikte och leder. Det mesta går att hitta begagnat, men även nya skydd kan man hitta till bra priser i sportbutik eller på nätet.



UTRUSTNING HOCKEYNS DAG:

- Hjälms
- Skridskor

KOMPLETTERING, NYBÖRJARE:

- Halsskydd
- Klubba

KOMPLETTERING, STEG 2:

- CE-godkänd hjälm + galler av samma fabrikat
- CE-märkt halsskydd
- Armbågsledsskydd
- Benskydd
- Handskar

Försäkring

När ditt barn går med i en förening och blir licensanmält omfattas barnet automatiskt av föreningens försäkring. Försäkringen gäller om barnet drabbas av olycksfallsskada när det deltar i träningar, matcher eller ishockeyskola som anordnas av Svenska Ishockeyförbundet eller dess distriktsförbund och föreningar. Försäkringen gäller också under resor till och från dessa aktiviteter.

Läs mera

Mera information finns i "Föräldrafoldern" som du hittar under www.swehockey.se/hockeyakademin
Under fliken Utbildning klickar du på länken Föräldrar.

Tips!

- 1 Köp billigt till nybörjare! Dyra produkter är avsedda för vuxna och erfarna spelare som kan utnyttja t.ex. klubbans konstruktion.
- 2 Köp aldrig för stora grejer "att växa i". Är de för stora finns risk för onödiga skador.
- 3 Slipa både nya och begagnade skridskor innan barnet åker på dem.
- 4 Klubban ska anpassas till kroppens längd. När barnet står på skridskorna ska klubban inte nå längre än till hakan.
- 5 Från början kan barnet använda en välstoppad skidhandske istället för ishockeyhandske.

