

TIPS PÅ HUR DU VÅRDAR DIN HOCKEYUTRUSTNING.



Det är viktigt att sköta sin hockeyutrustning. Smutsiga och svettiga skydd kan orsaka eksem och infektioner som i värsta fall kan hålla dig och dina medspelare borta från spelet i veckor. Men även för att den skall hålla längre och vara ren och snygg.

- **Underställ och hockeystrumpor** maskintvättas (önskvärt 60°) med liknande färger efter varje träning, utan sköljmedel, ha gärna dubbla uppsättningar.
- **Halsskydd** maskintvättas 40° varje vecka med liknande färger, utan sköljmedel, hängtorkning.
- **Damasker** maskintvättas 40° med liknande färger och hängtorkas.
- **Suspensoar** tvättas minst en gång i månaden. Ta ur plasten som går att torka av.
- **Kroppsskydd:** Skulderskydd, armbågsskydd, benskydd maskintvättas med en handduk i 40° eller i en i en tvättpåse, utan sköljmedel, hängtorkning. Skydden bör tvättas en gång i månaden. Är skydden i olika färger tvättar ni de var för sig. Skydden tål detta.
- **Handskar** maskintvättas korttvätt i 30° tillsammans med en handduk eller i en i en tvättpåse, "OBS" använd inte sköljmedel. Handskarna bör tvättas en gång i månaden. Lufttorkas, det kan ta ett tag. För att ytterligare ta bort lukt, kan man lägga handskarna i en plastpåse och lägga in de i frysen. Det som förstör handskarna är handsvetten.
- **Hjälmen** kan handtvättas med tvättsåpa och sköljas under kranen. Hängtorkas, dra skruvarna i hjälmen.
- **Hockeybyxor** maskintvättas i 30° vid behov, lätt centrifugering, hängtorkas. På en del byxor går plastplattorna att ta ut.
- **Skridskor** skenorna torkas av och sätt inte på fuktiga skridskoskydd, ta ur sulan. Kolla dina snören, längd och kvalité, ha gärna ett par extra i hockeybacken.

Övrigt :

För att inte riskera att tvättmaskinen tar skada, storleksinformation suddas bort på skydden kan du lägga skydden i en tvättpåse. Det ni inte tvättar hänger ni upp så det får torka, annars möglar det.

Vi ska inte bara vara duktiga hockeyspelare utan vi ska även vara friska snygga, hela och rena.

Vänliga hälsningar: Ledarna i Svedje U8