**Storleksguide: Ishockeyskydd**

**Shoulderprotection - Bauer**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** | **Chest (cm)** |
| Sr:XL | 180-190 | 107-117 |
| Sr:L | 175-185 | 102-112 |
| Sr:M | 170-180 | 97-107 |
| Sr:S | 165-175 | 91-102 |
| Jr:L | 150-163 | 76-86 |
| Jr:M | 140-152 | 71-81 |
| Jr:S | 130-142 | 66-76 |

**Shoulderprotection - CCM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** |
| Sr:XL | 185+ |
| Sr:L | 180-190 |
| Sr:M | 170-180 |
| Sr:S | 160-170 |

**Shoulderprotection - Reebok**

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** |
| Sr:XL | 185+ |
| Sr:L | 180-190 |
| Sr:M | 170-180 |
| Sr:S | 160-170 |
| Jr:L | 155-170 |
| Jr:M | 145-160 |
| Jr:S | 130-145 |
| Yt:L | 120-135 |
| Yt:M | 100-122 |

**Shinprotection - Bauer**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** | **Leg length (cm)** |
| 18 | 192+ | 43-46 |
| 17 | 185-198 | 41-43 |
| 16 | 180-190 | 38-41 |
| 15 | 175-185 | 36-38 |
| 14 | 170-180 | 33-36 |
| 13 | 165-175 | 30-33 |
| 12 | 150-163 | 25-30 |
| 11 | 140-152 | 25-28 |
| 10 | 130-142 | 23-28 |

**Shinprotection - Reebok & CCM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** |
| 17 | 185+ |
| 16 | 180-190 |
| 15 | 170-180 |
| 14 | 160-170 |
| 13 | 150-160 |
| 12 | 140-150 |
| 11 | 130-140 |
| 10 | 120-130 |
| 9 | 110-120 |
| 8 | 100-110 |

**Elbowprotection - Bauer**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** | **Length (cm)** |
| Sr:L | 175-185 | 38 |
| Sr:M | 170-180 | 36 |
| Sr:S | 165-175 | 33 |
| Jr:L | 150-163 | 30 |
| Jr:S | 130-142 | 28 |

**Elbowprotection - Reebok**

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** |
| Sr:XL | 185+ |
| Sr:L | 180-190 |
| Sr:M | 170-180 |
| Sr:S | 160-170 |
| Jr:L | 155-170 |
| Jr:M | 145-160 |
| Jr:S | 130-145 |
| Yt:L | 120-135 |
| Yt:M | 100-122 |

**Pants - Bauer**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** | **Waist (cm)** |
| Sr:XL | 180-191 | 91-102 |
| Sr:L | 175-185 | 86-97 |
| Sr:M | 170-180 | 81-91 |
| Sr:S | 165-175 | 76-86 |
| Jr:XL | 160-172 | 71-76 |
| Jr:L | 150-163 | 66-71 |
| Jr:M | 140-152 | 61-66 |
| Jr:S | 130-142 | 56-61 |

**Glove - Bauer**Guidelines for the gloves are approximate

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** | **Length (cm)** |
| 15 | 175-185 | 38 |
| 14 | 170-180 | 36 |
| 13 | 165-175 | 33 |
| 12 | 150-163 | 30 |
| 11 | 140-152 | 28 |
| 10 | 130-142 | 25 |

**Glove - Reebok & CCM**Guidelines for the gloves are approximate

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Player Length (cm)** |
| 15 | 180+ |
| 14 | 170-180 |
| 13 | 150-170 |
| 12 | 140-150 |
| 11 | 120-130 |
| 10 | 110-120 |

**Helmet - Bauer**5100

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure (cm)** |
| L | 57-62 |
| M | 55-60 |
| S | 52-57 |

RE-ACT HT Combo

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure(cm)** |
| L | 60-64 |
| M | 56.5-60 |
| S | 53.5-57 |
| XS | 51-56 |

IMS 9.0 Combo

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure(cm)** |
| L | 60-64 |
| M | 56.5-60 |
| S | 53.5-57 |

**Helmet - Reebok**5K Combo

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure (cm)** |
| L | 58-63 |
| M | 55-59 |
| S | 51-56 |

5K HH

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure (cm)** |
| L | 58-63 |
| M | 55-59 |
| S | 51-56 |

7K Combo

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure (cm)** |
| L | 58-63 |
| M | 55-59 |
| S | 51-56 |

11K Combo

|  |  |
| --- | --- |
| **Size** | **Head measure (cm)** |
| L | 58-68 |
| M | 54-59 |
| S | 46-56 |

**Tips!**
Det är viktigt att du kontrollerar att skydden sitter bra innan du börjar använda dem. Några tumregler som man kan använda sig av är:

• Hjälmkanten ska vara ungefär en centimeter ovanför ögonbrynen, hjälmen ska inte kunna rotera på huvudet och längden på hakbandet ska anpassas så att inte hakbandet kan glida över hakan. Om du använder galler – se då till så att gallrets hakkopp ligger an mot hakan.

• För att ge maximalt skydd på överkroppen så är det viktigt att det inte är något glapp mellan skulderskydd, armbågsskydd och handske.

• Byxan ska överlappa benskyddet. Alltså nå ner en bit över benskyddet.

• Benskydden ska inte vara för långa eftersom de då kan minska rörelsefriheten i vristen och inte heller vara för korta så att de inte skyddar tillräckligt. Det brukar vara lagom att benskyddet når ett par centimeter ovanför fotknölen.