Автор: Administrator
27.03.2012 19:45



Самым надёжным и правильным способом выбора коньков является посещение магазина, в котором можно примерить несколько моделей и прислушаться к собственным ощущениям. Ботинок должен плотно сидеть на ноге и жёстко фиксировать ее на лодыжке. Также он должен прочно держать голеностоп, не позволяя ноге подвернуться, чтобы избежать получения серьезной травмы.

Также очень важно выбрать подходящий размер. В оптимальном варианте ботинки должны быть на размер больше, чтобы можно было надеть теплый носок. Желательно зашнуровать коньки и пройтись в них по магазину. Если на «земле» будет удобно, то на льду тоже будет комфортно. Определившись с ботинками, нужно обратить внимание на устойчивость коньков, для чего их ставят на ровную поверхность друг возле друга. Они не должны разъезжаться.

Если ботинки приобретаются отдельно от полозьев, то обязательно проверяется симметричность подошвы ботинка – чтобы носок и каблук были на одной линии, в противном случае возникнут проблемы с установкой.

После приобретения коньков необходимо выбрать каток. Качество скольжения в значительной мере зависит от типа ледового покрытия. На крытых катках кататься очень комфортно, так как в них обычно чистый, ровный и хороший лед. Ко второму плюсу катания на крытом катке относится минимальное наличие примесей в воде. То есть вода в них очень мягкая. А чем вода мягче, тем лучше будет скольжение. Именно поэтому многие стадионы сейчас оборудуются системами для очистки воды.

И еще один несомненный плюс крытого катка – это возможность кататься на нем в любую погоду и в относительно легкой одежде. Конечно, если не слишком важна скорость и техника скольжения, а просто хочется побыть на свежем воздухе и пообщаться с друзьями, тогда вполне подойдет ближайший каток. Возможно, качество льда на нем не самое лучшее, но активный отдых на свежем воздухе будет обеспечен.