



MANUÁL

VÝSTROJ A VÝZBROJ DĚTÍ

ÚVOD

Výstroj a výzbroj dětí je jedna z nejdůležitějších součástí celého sportu. V první řadě se jedná o ochranu samotného dítěte. Samotná výstroj nechrání pouze dítě, které ji má na sobě, chrání také protihráče. Děti jsou ta nejrizikovější skupina, co se týká nechtěných poranění. Ještě neovládají své pohyby na sto procent a nejsou tak obezřetné. Může tak jednoduše dojít k poranění. Proto jsme si pro vás připravili manuál, který by vám měl poradit, jak vybrat správnou výstroj.

Jednotlivé body by vám měly objasnit, jakou výstroj a proč byste si měli vybrat.

BAREVNOST

Barvy Stadionu jsou bílá, tmavě modrá (navy) a oranžová, ideální barvou jednotlivých kusů výstroje je tmavě modrá. Stejně tak, pokud si objednáte CCM výstroj přes klub, dostanete vždy tmavě modré kalhoty a helmu. Od sezóny 2024/2025 jsme také začali na zakázku objednávat rukavice, které jsou právě v modro oranžové kombinaci a jinak je nelze koupit. Je to z toho důvodu, že chceme, aby naše organizace byla jednobarevná a sladěná. Pokud se podíváte např. na zápasy „A“ týmu Stadionu nebo mládežnických kategorií deváté třídy až juniorů, že jednobarevné helmy, potažmo rukavice, jsou základním prvkem a zároveň přináší úplně jiný pohled na daný tým.

BRUSLE

Výběr bruslí je nejožehavější téma, které dítě nebo rodič musí řešit. Výběr samotné značky nebo modelu není jednoduchý a k tomu se ještě přidává otázka, jakou zvolit velikost či šířku brusle. Pokusíme se vám poradit ve všech ohledech.

Jako první se podíváme na značku brusle, největšími dodavateli bruslí jsou momentálně Bauer a CCM. Obě značky mají široké portfolio modelů a provedení. Nicméně platí pravidlo, že čím je hráč starší, silnější a těžší, tím víc potřebuje kvalitní brusle.

Začínající děti nepotřebují brusle za desítky tisíc a stačí jim základní modely. Postupem času, jak dítě roste, potřebuje kvalitnější brusle, které stojí násobně víc než ty základní. Naše doporučení je, abyste nekupovali použité brusle (platí pro vyšší kategorie), ale raději koupili loňský nebo předloňský model, který bude ve výprodejové slevě. Problém použitých bruslí je ten, že brusle je již vytvarovaná. To znamená, že další noha, která bude v brusli, už nebude bruslí tolik obepnuta. To zapříčiňuje zhoršený komfort a horší splynutí s bruslí. Kvalitní a dobře padnoucí brusle je základ dobrého bruslení, bez kterého se v dnešním hokeji žádný hráč neobejde.

Další nechvalně známou chybou je výběr větší velikosti doplněn o větu „do toho dorosteš“. Toto je ta nejhorší strategie, kterou může rodič zvolit. Pro představu je to asi jako kdybyste místo bot nosili ploutve, taky se vám v tom nebude chodit pohodlně. Pokud vyberete větší brusli, než je noha, tak hráč nemůže správně bruslit, překládat, bude zakopávat o špičky apod. Pokud nebude mít hráč správnou velikost výstroje, nemůže být tréninkový proces efektivní. V dnešní době už existují tzv. skenery chodidel, které vám řeknou přesnou velikost, jakou by měl hráč mít. Dle zkušeností je to zhruba o jednu velikost méně, než má hráč boty. Bohužel se setkáváme s argumentem, že hráči roste rychle noha a rodiče nejsou schopni mu kupovat dvoje brusle během jednoho roku. Z toho důvodu je možné u nejmenších kategorií na zimním stadionu brusle vypůjčit ze skladu výstrojí. Tam se nachází nespočet velikostí a také zodpovědná osoba, která vám poradí s výběrem velikosti.

HOKEJKA

Dalším důležitým prvkem je hokejka. Ta má stejně jako každá část výstroje rozdělení na věkové kategorie. Tedy Youth (YTH), Intermediate (INT), Senior (SR). Každá z těchto kategorií je určená pro jiné hráče. Bohužel se často setkáváme s tím, že hráči mají hokejky o kategorii výš, než by měli mít. To znamená, že nejmladší děti (přípravka – 4. třída) mají hokejky kategorie INT nebo dokonce SR a žáci (5. - 8. třída) mají hokejky kategorie SR.

Toto rozdělení není náhodné a diametrálně se odlišuje, a to hned v několika faktorech. Prvním bodem je velikost neboli šířka shaftu (tyče, rukojeti). Ten se podle kategorií rozšiřuje a zvětšuje. Proto by děti měly mít hokejku kategorie YTH, která má nejužší možný shaft a je nejlehčí, tudíž ji dítě bez problému udrží a může s ní manipulovat. Žáci by pak měli mít hokejky YTH nebo INT podle jejich velikosti a váhy.

Dalším bodem, podle kterého se dělí hokejky, je jejich tvrdost neboli flex. Tvrdost hokejky je základním parametrem bavíme-li se o střelbě nebo přihrávce. Při této činnosti využívá hráč pružnosti hokejky, čímž dosáhne lepší střely nebo přihrávky. Bohužel je známo, že rodiče při výběru hokejky na tento aspekt nekoukají, ať už protože tomu nerozumí nebo proto, že nechtějí. U začínajících dětí nehraje tvrdost hokejky až takovou roli. U nejmenších se klade důraz na dovednost bruslení, případně základní ovládní hole, nikoli na střelbu či přihrávku, kde tvrdost hole hraje zásadní roli. Situace se ovšem mění ve věku, kdy už dítě ovládá svoji hůl, je schopno přihrát a vystřelit. V ten moment by rodiče měli začít dbát na výběr hokejky, aby nebyla příliš tvrdá. Jednoduchým znamením je prohnutí hokejky. Jakmile se dítě opře do hokejky a prohne ji (ne o milimetr), tak to znamená, že má správnou tvrdost.

Pro orientaci při výběru tvrdosti hole dle věku.

U9 20-30

U11 20-40

U13 35-55

V pozdějším věku si hráči (hráčky určují, zda chtějí měkčí nebo tvrdší hokejku, nicméně stále platí, že hokejky s označením SR jsou určeny až pro kategorii dorostenců (stále může hrát s hokejkou označenou INT) nebo juniorů. Velmi individuálním parametrem hokejek je zahnutí čepele. Zahnutí čepele hole je zcela individuální. Každopádně se liší velikost čepele v návaznosti na kategorii hokejek. Od nejmenších YTH, až po největší SR. Posledním velmi důležitým aspektem u hokejek je jejich délka. Ta by měla být po bradu nebo lehce pod bradu – měřeno při nasazených bruslích. Délka hokejky ovlivňuje celkovou práci s pukem a její ovladatelnost. Často slýcháváme od rodičů, že děti do delších hokejek dorostou nebo že jsou moc krátké, protože je konec sezóny a nechtějí pořizovat novou. V dnešní době, kdy má skoro každý hráč kompozitovou hůl, není problém hokejku nastavit. Dají se pořídit dřevěné nástavce nebo kompozitové a stojí pár desítek korun. Proto už není problém vydržet s jednou hokejkou delší dobu, i když hráč roste. Vždy jeho výšku doženete nástavcem a nemusíte pořizovat novou hůl.

HELMA

Nejdůležitějším prvkem výstroje je rozhodně ochrana hlavy. V dnešní době již není prakticky možné koupit nekvalitní helmu, avšak stále je potřeba dbát na správný výběr velikosti. U helmy není výčet velikostí tak široký jako u zbytku výstroje. Velikosti dělíme pouze na XS, S, M, L. Všechny velikosti jsou navíc upravitelné, a proto není tak velké spektrum velikostí. Zároveň se můžete setkat s označením „combo“, což značí, že helma je spolu s mřížkou. Na výběr velikosti není žádná univerzální rada. Je spousta značek a modelů, a proto je potřeba helmu vyzkoušet a teprve poté koupit. Nákup na eshopu bez zkoušky není nejlepší variantou vzhledem k tomu, že každá helma je jinak velká na šířku i podélně. Zásadním aspektem výběru helmy je pohodlí. Nesmí nikde hráče tlačit. Podélně je možné helmu zvětšit, ale šířku upravit nelze.

ZÁVĚR

Celý tento dokument jsme připravili, abychom vám, rodičům, pomohli při výběru nové výstroje pro vaše děti. Tato naše doporučení jsou na základě letitých zkušeností a vycházejí z praxe. Zároveň je možné se zeptat jakéhokoliv trenéra, který vám rád poradí s výběrem, ať už se jedná o nákup či vypůjčení ze skladu.

Zbytek výstroje – holenní chrániče, kalhoty, vesta, chrániče loktů a rukavice – u každé části výstroje platí, že velikost musí být odpovídající velikosti těla, stejně jako u bruslí či hokejky. Můžete zvolit jak levnější, tak dražší variantu, přičemž nejdůležitější je výběr správné velikosti. Vše záleží na vašich možnostech, přičemž obecně platí, že začínajícím dětem stačí nejlevnější možná verze, a tedy Starter Kit v případě značky CCM, které jsou k dispozici v našem skladu. Na závěr bychom rádi zmínili další „drobnosti“, které jsou nedílnou součástí výstroje. Pod výstroj hráči nosí termo prádlo, které je standardně využíváno např. na lyžování. Dále je to suspenzor, který je jak v pánském, tak v dámském provedení. Podvazkový pás pak udržuje štlupny, které se dávají přes holenní chrániče, na svém místě. V neposlední řadě je to chránič krku, a přes vestu a chrániče loktů se navléká hokejový dres. Věříme, že vám tento manuál pomůže k výběru nejideálnější výstroje a výzbroje.