

## Velikostní tabulky bruslí

Výběr správné **velikosti bruslí** je jednou z **nejzákladnějších** věcí, na kterou by si měl každý dát **velký pozor**. Jednotlivé značky mají své individuální **velikostní tabulky**. Velikost CCM 8 není stejná jako Bauer 8. Nejlepším měřítkem pro zvolení velikosti je délka **chodidla v cm** (popřípadě přeměření stélky ze starých bruslí). Naměřenou hodnotu lze následně jednoduše porovnat s velikostní tabulkou.



U dětí a mládeže vybíráme brusle o něco **větší**. Větší však neznamená o 2 - 3 čísla. Doporučuje se volit **maximálně o číslo větší (cca 1 cm)**. Ve velkých bruslích se děti trápí, zakopávají, noha není pevně fixována apod. Pokud Vám již noha **neporoste**, volte velikost **brusle přesně** na Vaši nohu. Brusle by **neměly tlačit**, ale nedoporučuje se v ní mít zbytečně mnoho místa. **Jednoduché pravidlo**: když brusle zavázete a postavíte se v nich (napnuté nohy) palec nohy by se měl lehoulinka **dotýkat špičky brusle**.

### Seniorské brusle CCM a RBK

| CCM / RBK    | 6    | 6,5  | 7  | 7,5  | 8    | 8,5  | 9    | 9,5  | 10   | 10,5 | 11   | 11,5 | 12   | 13   |
|--------------|------|------|----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Velikost EUR | 40   | 40,5 | 41 | 42   | 42,5 | 43   | 44   | 44,5 | 45   | 45,5 | 46   | 47   | 48   | 49   |
| Délka v cm   | 25,2 | 25,6 | 26 | 26,5 | 26,9 | 27,3 | 27,7 | 28,1 | 28,6 | 29   | 29,4 | 29,8 | 30,3 | 31,2 |

### Juniorské brusle CCM a RBK

| CCM / RBK    | 1    | 2    | 3    | 3,5 | 4    | 4,5  | 5    | 5,5  |
|--------------|------|------|------|-----|------|------|------|------|
| Velikost EUR | 32,5 | 34   | 35   | 36  | 36,5 | 37,5 | 38,5 | 39   |
| Délka v cm   | 20,9 | 21,7 | 22,5 | 23  | 23,4 | 23,8 | 24,2 | 24,8 |

## Velikostní tabulky chráničů holení

Základní parametry při výběru velikosti chráničů holení je **výška hráče**, popřípadě rozměr od **středu kolena po nárt**. Obě tyto hodnoty lze porovnat s velikostními tabulkami. Správně zvolený chránič musí **jistě sedět** na noze. Koleno hráče v **kolenním výlisku** a spodní hrana chrániče přibližně 1 - 2 cm **nad úrovní nártu**. Chybně zvolená velikost má za následek nedostatečné chránění v **oblasti nad nártem** (malé chrániče). **Nejisté usazení kolene** ve výlisku chrániče (velké chrániče, kdy spodní hrana vytlačuje chránič nahoru). Tolik pouze **obecná pravidla**, každý hráč má své individuální návyky například při zavazování bruslí. Někteří strkají jazyk brusle **pod chránič** (mohou je mít delší), jiní po vzoru Ovechkina s **jazyky ven** (chránič může být kratší).



| Velikost            | 8"/20<br>cm | 9"/23<br>cm | 10"/26<br>cm | 11"/28<br>cm | 12"/31<br>cm | 13"/33<br>cm | 14"/36<br>cm | 15"/38<br>cm | 16"/41<br>cm | 17"/43<br>cm | 18"/46<br>cm |
|---------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Výška hráče<br>(cm) | 100-110     | 110-120     | 120-130      | 130-140      | 140-150      | 150-160      | 160-170      | 170-180      | 180-190      | 185+         | 185++        |

## Velikostní tabulky kalhot

Kalhoty by měly být tak akorát. **Výška postavy** je opět důležitým parametrem, ke kterému se přidává také **obvod pasu**. Délku kalhot bychom měli volit tak, aby **spodní hrana** byla přibližně ve **středu kolene**. Když si klekneme na zem, kalhoty by měly být lehce nad zemí. **Upínací pásek** by měl být v **úrovni pasu**, pokud jsou kalhoty moc nahoře, zvedají hráči vestu, což velmi znepříjemňuje pohyb.



| Velikost         | YTS | YTM    | YTL     | JRS     | JRM     | JRL     | JRXL    | SRS     | SRM     | SRL     | SRXL | SRXXL |
|------------------|-----|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|------|-------|
| Výška hráče (cm) |     | 95-105 | 105-120 | 120-135 | 135-150 | 150-160 | 160-170 | 160-170 | 170-180 | 180-190 | 185+ | 185++ |

## Velikostní tabulky chráničů ramen

Při výběru chráničů ramen se řídíme **výškou postavy**. Určující parametr může být také **obvod hrudníku**. Naměřené míry lze porovnat s velikostní tabulkou. Vždy je ideální, aby vaše míry byly přibližně **uprostřed** uváděného **rozmezí**. Špatně zvolená velikost může výrazně **snížit bezpečnost** hráče (nedostatečné krytí u menších vest). **Špatnou pohyblivost**, kdy se vesta „přetlačuje“ s kalhotami a **leze moc ke krku** (velká vesta) a **zároveň nechrání** ta místa, která by měla.



| Velikost         | YT S | YT M    | YT L    | JR S    | JR M    | JR L    | SR S    | SR M    | SR L    | SR XL |
|------------------|------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------|
| Výška hráče (cm) |      | 100-122 | 120-135 | 130-145 | 145-160 | 155-170 | 160-170 | 170-180 | 180-190 | 185+  |

## Velikostní tabulky chráničů loktů

U výběru chráničů loktů je důležité, aby přesně a **stabilně seděly** a měly **potřebnou délku** pro ochranu předloktí a bicepsu. Ideálně zvolené lokty by měly přímo **navazovat na chránič bicepsu** od hráčské vesty. **Úrazy** loketního kloubu jsou v hokeji **velmi časté**, proto je dobré věnovat výběru **potřebný čas a pozornost**.



| Velikost         | YT S | YT M    | YT L    | JR S    | JR M    | JR L    | SR S    | SR M    | SR L    | SR XL |
|------------------|------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------|
| Výška hráče (cm) |      | 100-122 | 120-135 | 130-145 | 145-160 | 155-170 | 160-170 | 170-180 | 180-190 | 185+  |

## Velikostní tabulky rukavic

Obecným pravidlem u výběru rukavic je **výška postavy**, podle které lze zkušeným okem odhadnout **přibližnou velikost**. Další možností je **přeměření ruky** hráče (a s tím troška matematiky). Ruku měříme **od zápěstí po konec prostředníčku**. Naměřenou hodnotu **vynásobíme dvěma**, pokud jsou **rukavice označené pouze v palcích**, je potřeba naměřenou hodnotu **převést na palce (1 palec = 2,54 cm)**. Příklad: rozměr zápěstí – prostředníček = **19 cm x 2 = 38 cm**! Převedené centimetry na palce  $38 : 2,54 = 15''$  :) Podle přiložených tabulek snadno dosadíme a zjistíme, že potřebujeme velikost **15'' – 38 cm**! Opět ale tyto dvě možnosti slouží pouze k usnadnění výběru. Nelze se podle nich 100% řídit. Vždy je lepší věci **vyzkoušet** osobně! Další užitečné informace naleznete také v sekci "Poradna".



| Velikost         | 8"   | 9"   | 10"     | 11"     | 12"     | 13"     | 14"     | 15"  | 16" |
|------------------|------|------|---------|---------|---------|---------|---------|------|-----|
| Výška hráče (cm) | -110 | -110 | 110-120 | 120-130 | 140-150 | 150-170 | 170-180 | 180+ |     |

## Druhy zahnutí hokejových čepelí CCM/Reebok

Vybrat si správné zahnutí není vždy úplně snadné. Názvy a jednotlivé označení čepelí se **velmi často mění**. Každý výrobce označuje čepele podle „svých“ hráčů, se kterými má podepsané smlouvy. Značka CCM má označení pomocí **jednotlivých čísel** jako například: **12, 19, 20, 29 a podobně**. Na obrázku níže se můžete podívat na typy zahnutí čepelí značky CCM a vybrat si tu **správnou pro Vás**.



## Velikostní tabulky helem

Velikostní tabulka přehledně znázorňuje jednotlivé modely hráčských helem Reebok a CCM podle **obvodu hlavy**, díky kterému lze zvolit **správnou velikost**. Velikost nejlépe změříme krejčovským metrem, který přiložíme přibližně **1 cm nad obočí**. Helmu při samotném zkoušení roztáhněte na **maximální velikost** a na hlavě **postupně stahujte**, tak aby pohodlně seděla (**nesmí tlačit**, ani být **příliš volná**). Věnujte výběru **patřičnou pozornost!** Špatně zvolená velikost helmy dokáže **znepříjemnit život**.



| Velikost  | S     | M     | L     |
|-----------|-------|-------|-------|
|           | cm    | cm    | cm    |
| 11K HELMA | 46-56 | 54-59 | 58-68 |
| 7K HELMA  | 51-56 | 55-59 | 58-63 |
| 5K HELMA  | 51-56 | 55-59 | 58-63 |
| 3K HELMA  | 51-56 | 55-59 | 58-63 |

| Velikost  | S       | M       | L       |
|-----------|---------|---------|---------|
|           | cm      | cm      | cm      |
| VECTOR 10 | 51-59   | 55-59   | 58-63   |
| VECTOR 10 | 53-58,5 | 57-61,5 | 58,5-63 |
| VECTOR 04 | 51-55   | 54-58   | 56-60   |