

Suksien ja sauvojen ohjeellinen pituustaulukko

Lasten suksien ja sauvojen ohjeellinen pituustaulukko

Lasten hiihtovarusteet kannattaa hankkia ajatuksella. Oikeankokoisilla ja käyttötarkoitukseen parhaiten sopivilla varusteilla hiihdon opettelu on hauskaa ja palkitsevaa. Vääränkokoiset varusteet, esimerkiksi liian pitkät sukset haittaavat menoa ja sotkeutuvat helposti jalkoihin.

Alla olevasta taulukosta löydät ohjeellisen pituustaulukon pienille hiihtäjille. Kasvunvaraa saisi enimmillään olla 15 cm.

Hiihtäjä (cm)	Sukset (cm)	Sauvat (cm)
90	90	70
100	100	75
110	110	80
115	120	85
120	130	90
125	140	95
130	150	100
135	150/160	105

Perinteisen suksen suuntaa antava valintataulukko

Hiihtäjä (cm)	Sukset (cm) perinteinen
140	157-166
145	163-166
150	166-175
155	173-175
160	175-183
165	183
170	190
175	197
180	203
185	203
190	208
195	208
200	208

**Perinteisensauvan pituus aloittelijalle =
0,85 x hiihtäjän pituus**

Luisteluksen suuntaa antava valintataulukko

Hiihtäjä (cm) Luistelukset (cm)

140 150

145 150-160

150 160

155 160-170

160 170

165 175

170 181

175 188

180 188

185 193

190 193

195 193

200 193

**Aloittelijan luistelusauvan pituus =
0,90 x hiihtäjän pituus**