

# Equitazione

Come per ogni attività sportiva, il tuo bambino deve sempre avere con sé abbastanza acqua nello zaino. Per le prime lezioni di equitazione, abbigliamento e scarpe comode sono più che sufficienti; solo in un momento successivo, a livello avanzato e professionale, il numero degli accessori da aggiungere alla lista aumenterà. Solitamente, i bambini vanno alle lezioni già in abbigliamento da equitazione e non hanno la possibilità di fare la doccia al termine del corso; pertanto, l'occorrente per la doccia non è necessario.

## Cosa non può mancare nel borsone

### Vestiti

- Abbigliamento comodo e funzionale, non troppo attillato e adatto al movimento

### Cura del corpo

- Asciugamano piccolo
- Deodorante (per gli adolescenti)
- Cambio e sacchetto per i vestiti sporchi (opzionale)

### In estate

- T-shirt leggera
- Crema solare (nel caso di escursioni all'aperto)

### In inverno

- Giacchetta o maglioncino, da indossare sotto al gilet di protezione

### Altro

- Sufficiente acqua
- Frutta, barrette energetiche (al termine dell'attività fisica)
- Carota per il cavallo (opzionale)

### Scarpe e abbigliamento per le lezioni di equitazione

- ✓ Casco protettivo omologato secondo le norme di sicurezza VG1 e PAS015
- ✓ Stivali da equitazione con suola non intagliata
- ✓ Pantaloni da equitazione lunghi e aderenti
- ✓ Guanti per l'equitazione
- ✓ Gilet di protezione

### Scarpe e abbigliamento per il volteggio a cavallo

- ✓ Scarpe da ginnastica con suola in cuoio (non in gomma)
- ✓ T-Shirt casual
- ✓ Pantaloni leggeri



### Accessori

- ✓ Elastico e forcine per capelli (se i capelli sono molto lunghi)
- ✓ Eventualmente rete per lo chignon (per le lezioni di volteggio)

Durante la visita al maneggio, chiedi all'istruttore di equitazione cosa serve concretamente al tuo bambino, per essere pronto nelle prime ore di lezione a cavallo. Per ulteriori informazioni sul tema equitazione per bambini, consulta il nostro [articolo](#).