

Sport con la palla

Un cambio vestiti, sufficiente acqua e alcuni asciugamani. Nel borsone da sport ci deve essere sempre spazio a sufficienza per queste poche cose, così che il tuo bambino sia rifornito al meglio durante l'allenamento. La nostra pratica checklist ti offre una panoramica sull'occorrente necessario per gli sport con la palla

Cosa non può mancare nel borsone

Vestiti

- Maglietta
- Pantaloncini da ginnastica
- Calze sportive
- Biancheria intima
- Maglietta/giacca leggera per il riscaldamento
- Impermeabile

Cura del corpo

- Beauty con spazzola, shampoo e bagnoschiuma
- Ciabatte
- Asciugamani
- Asciugamano piccolo
- Deodorante (delicato per bambini)
- Un sacchetto per i vestiti sporchi

In estate

- Cappellino con visiera
- Crema solare

In inverno

- Maglietta a maniche lunghe
- Guanti
- Cappellino

Altro

- Sufficiente acqua
- Bende, taping
- Un piccolo set di pronto soccorso

Borsone da...

Calcio

- Scarpe da calcio
- Maglietta da calcio
- Pantaloncini da calcio
- Parastinchi
- Calze per parastinchi
- Calzettoni e ferma calzettoni
- (Guanti da portiere)

Basket

- Scarpe da basket
- Maglietta da basket
- Pantaloncini da basket
- Calze da basket
- Protezioni ginocchia

Pallavolo

- Pantaloncini da pallavolo
- Maglietta da pallavolo
- Scarpe da pallavolo
- Ginocchieri



Le scarpe adatte

Scarpe da calcio

- ✓ Suole con o senza tacchetti*
- ✓ Adatte alla corsa

Scarpe da basket

- ✓ Scarpe più alte per maggiore stabilità
- ✓ Ammortizzate, per facilitare i salti

Scarpe da pallavolo

- ✓ Antiscivolo
- ✓ Ammortizzate, per facilitare i salti

* Per i bambini sono da preferire le suole con i tacchetti, che assicurano una migliore distribuzione del peso