

Kunstløpskøyter, tips, vedlikehold og kjøp

Hva er en god kunstløpskøyte?

Trenerne lærer først barn å stå riktig på skøytene. Det er viktig å ikke stå skjevt på skøyten, fordi det kan være skadelig for føtter og ankler. Skøyteløperen står på et smalt jern 3-4 cm over isen, og påkjenningen på anklene er store.

Vanlige skøyter, som kjøpes i norske sportsforretninger er ofte myke. Skoens form gjør at løperen ikke klarer å holde ankelen rett. Er skøytetøvelen for lav, slik at den ikke rekker opp over ankelen, mister benet nødvendig støtte. På slike skøyter står barnet skjevt. Kontroller at læret er hardt og kraftig når du kjøper skøyter. Skøyter bør være av god kvalitet med god støtte rundt fot og ankel. Såkalte «ekte kunstløpskøyter», kjøpes i spesialforretninger. Jar Kunstløp kan formidle kontakt eller se i oversikten over kunstløpbutikker.

Skøyten må knyttes riktig og godt!

Årsaker til at barn står skjevt på skøytene, kan være at skøytetøvelen er for stor, for myk eller for løst knyttet. Ekstra sokker kan hjelpe, likeså en hard knytting. Løst knyttede skøyter ødelegges også fort. De blir myke hvis barnet står skjevt i støvelen. Lissen kan gjerne surres motsatt vei (nedover og opp) på de siste hakkene for å stramme ekstra godt. En lissestrammer kan kjøpes i Jar Isforum eller i kunstløpbutikkene. Se kapittel om hvor finner kunstløpskøyter og utstyr ([lenke](#))

**Bruk kalosjer når du er av isen for å beskytte stålet og hindre skader!
Husk å ta kalosjene av når du legger skøytene i bagen etter trening.**



Etter trening

1. Sett alltid på kalosjer når du går av isen. Merk de med navn.
2. Tørk godt av skøytene og stålet med en myk klut.
3. Sett på jernbeskyttere eller skøyteposer i tøy materiale. Poser og jernbeskyttere til oppbevaring kjøpes i hallen på Jar eller i spesialbutikker (se egen oversikt butikker). Her finnes også løse innlegg

som trekker opp fuktighet inne i støvelen. Skøytene kan også pakkes inn i et håndkle eller du kan sy poser av frotté og lignende.

4. Vask kalosjene av og til!
5. Sett skøytene til lufting og tørk i et varmt rom. Aldri direkte på gulv oppvarmet med varmekabler. Må ikke stå i varm bil om sommeren.
6. Før konkurranser må skøytene alltid være perfekt stelt.

Hvordan sjekke at jernet er skarpt nok?

Skøytene må være skarpe. Hvis kanten på jernet ikke er skarpt, skyver barnet i fra med piggen og det er feil. Løperen skal skyve fra med hele skjæret på isen.

1. Kjenn langs skjæret på stålet og skrap på tvers med negles overflate. Om du ikke får avskalling på neglen, eller kjenner mange hakk, trenger skøytene sliping.
2. Skøytene bør slipes to ganger i året, dersom de kun benyttes i ishaller. De som trener fem ganger i uken sliper som regel en gang i måneden.
3. Sliping gjøres kun av fagfolk - aldri i sportsbutikker. De har ikke utstyr eller kunnskap - det har ødelagt mange skøytejern. Se kapitel om hvor du kan slipe nedenfor (lenke)

Behandling og stell av skøytstøvelen

Skøytstøvler av kunstmaterialer: Følg bruksanvisning for vask og stell. Korreksjonsfarge som passer til støvlene fås kjøpt i de fleste merker.

Ekte lærstøvler og såler: Tannpasta er fin å fjerne svarte flekker med. Sett inn støvel og såle med godt lærfett jevnlig. Det hindrer vann i å separere hælen fra det ytterste sålelaget. Hindrer også forråtning som blant annet medfører at skruene løsner. Løse skruer må plugges.

** Lisser kan med fordel vaskes. Husk å ha reservelisser tilgjengelig.

Vi har erfarne folk som sliper og monterer i Jar Isforum.

Her finner du noen av de som anbefales:

Bærum:
Jar Isforum
v/ Terje

Sliper kunstløpskøyter fagmessig

Storengveien 28

Telefon 936 77 777

www.jarisforum.no

Kontakt Terje for avtale

Her er noen av stedene du kan kjøpe utstyr

<p>Min Skøyte</p> <p>Yvonne Olstad Toppenhaugberget 114 1353 Bærums Verk</p> <p>E-post: yvonne@minskoyte.no Telefon: 41 90 64 64 http://minskoyte.no/</p> <p>Sliper skøyter hver mandag i Askerhallen.</p> <p>Avtal tid på forhånd via sms eller mail.</p>	<p>Her kan du kjøpe kunstløpskøyter fra Jackson Ultima og Edea med eller uten jern. Se under "Skøyter" eller "Jern" for mer informasjon om hva vi anbefaler. Ta gjerne kontakt med oss dersom det er noe du lurer på eller dersom du ønsker å bestille. Vi kan skaffe alle skøyter og jern fra Jackson Ultima og Edea.</p> <p>Vi holder til på Bærums Verk i Bærum og det vil også være mulig å besøke oss for å prøve skøyter. Vi kan være behjelpelige med å velge ut riktig skøyte og jern ut fra nivået til utøveren.</p>
<p>Skøyteshop</p> <p>Tollbodgaten 15 3111 TØNSBERG</p>	<p>Fysisk butikk med godt utvalg i Tønsberg, samt nettbutikk.</p> <p>Vi fører kunstløp, ballett og danseutstyr. Merker vi fører er; Edea,</p>

<p>960 47 546 mandager og torsdager, kl. 16-19 Eller jeanett@skoyteshop.com</p> <p>Butikken sine åpningstider er:</p> <p>Mandager 16 - 19 Torsdager 16 - 19 http://www.skoyteshop.com/</p>	<p>Risport, Riedell, Graf, JW, MK, Paramount,</p> <p>Jerry's, Mondor, Grishko, SoDanca, Happy Dance, Body Wrappers, Bunga Pads, Sagester m.m</p> <p>Alle våre produkter finner du på også i nettbutikken! Følg oss på facebook hvor vi legger ut ekstra åpningstider og tilbud! https://www.facebook.com/skoyteshop</p>
<p>Tinas Konståkningsshop</p> <p>Magdalenagatan 5 70286 Örebro</p> <p>Tel: 0704 830894</p> <p>E-post: postmaster@konstakning.net</p>	<p>Finner du ikke det du trenger i de norske butikkene kan Tinas Konståkning være et alternativ. Tina fører også sorte herreskøyter og har på lager hele året. Sender mye til Norge.</p> <p>Tinas Konståkningsshop AB erbjuder de senaste kollektionerna från erkända kvalitetsmärken som Mondor, Elitexpression, Jerry's, Chloe Noel, Intermezzo, Sagester, Zuca, Transpack mfl, får konståkarna ta del av det bästa som finns på marknaden. Vi är stolta över att kunna tillhandahålla ett brett sortiment av allt du kan tänkas behöva för att utöva konståkning.</p>

Måndag-fredag 16.30-19.30, lör-sön
10-18

<http://konstakning.net/>

Vi har ett långvarigt samarbete med olika sömmerskor i USA, som syr upp underbara konståkningsdräkter efter åkarens mått. Det finns mängder av dräktförslag att välja mellan. Du har alltid möjlighet att få din unika dräkt som verkligen är "one of a kind".