**Как правильно выбрать лыжи?**

Они должны быть по росту, ребенок должен доставать до их конца вытянутой рукой, а высота палок должна быть на уровне подмышечных впадин. Если лыжи длинные, ими трудно управлять, а короткие скользят и проваливаются в снег. Лыжи лучше всего полу пластиковые. Очень удобные во всех отношениях лыжи с жесткими креплениями и ботинками.

Для начала можно использовать лыжи в рост ребенка , легкие пластиковые под валенки или сапожки с мягкими креплениями, которые необходимо подогнать под обувь, в которой будет заниматься ребенок.