**Przygoda z łyżwami, czyli za co kochamy zimę**

**Zimowe miesiące to tradycyjnie okres mniejszej aktywności. Dni są krótkie, a temperatury za oknem nie zachęcają do opuszczania ciepłego, przytulnego domu. Postępując w ten sposób, popełniamy jednak poważny błąd. Zima jest piękną porą roku i niesie ze sobą mnóstwo atrakcji. Jedną z nich jest możliwość jazdy na łyżwach. Mimo że początki bywają trudne, warto przełamać strach i wyruszyć na podbój lodowiska.**

**Łyżwy we dwoje**

Idealnym pomysłem na randkę może być wypad na lodowisko. Zimowa sceneria, nastrojowe oświetlenie i Wasze roześmiane twarze. Jazda na łyżwach to doskonała okazja na wspólne spędzenie święta zakochanych. W takich okolicznościach, nawet niegroźny upadek to okazja do zbliżenia i okazania czułości.

*Do tegorocznych Walentynek pozostało 11 dni, więc nie ma za wiele czasu. Jeżeli potrzebujesz nowej pary łyżew, z radością udzielimy Ci kilku wskazówek. W tym celu zapraszamy do zapoznania się z artykułem na portalu Kalkuluj.pl;* [*Jakie łyżwy wybrać?*](http://kalkuluj.pl/euslugi/sport_turystyka_i_hobby/sporty_i_zabawy_zimowe/jakie_lyzwy_wybrac.html)

**Dlaczego warto jeździć na łyżwach?**

Jazda na łyżwach niesie ze sobą mnóstwo korzyści. To świetny sposób na spędzanie wolnego czasu. Możemy zabrać rodzinę lub skrzyknąć znajomych i wyruszyć na najbliższe lodowisko. Gdy nauczymy się już podstaw, jazda stanie się ogromną przyjemnością. Łyżwy to również bardzo efektywny sposób na trening. Jeżeli prowadzicie aktywny tryb życia, biegacie, pływacie, czy jeździcie na rowerze, to jazda na łyżwach będzie idealnym uzupełnieniem treningu. Przygodę ze ślizganiem warto zacząć od zakupu własnej pary łyżew. Dla osób stawiających pierwsze kroki na lodowisku, polecamy łyżwy hokejowe. Bardziej doświadczone osoby, bądź takie, którym nie straszne są wyzwania, mogą wybrać łyżwy figurowe. Jazda na nich jest trudniejsza, ale mają one znaczne większe możliwości w zakresie kontroli kierunku ruchu. Ze względu na swój wygląd, łyżwy figurowe są również chętniej wybierane przez panie, nie oznacza to jednak, że panowie mają ich unikać. Wybór konkretnego rodzaju łyżew powinien przede wszystkim uwzględniać nasz umiejętności i potrzeby w zakresie preferowanej techniki jazdy.

**Pamiętaj o bezpieczeństwie**

Jazda na łyżwach, tak jak praktycznie każdy rodzaj aktywności, niesie ze sobą ryzyko kontuzji, a nawet poważnego wypadku. Aby jak najlepiej się przed tym zabezpieczyć, nie zapominajcie o ochronie, w szczególności głowy. Do zobaczenia na lodowisku!