

# Солнце. Море. Дети.



**С**олнцезащитный крем самой высокой степени защиты, кепка, солнечные очки, сланцы, надувной круг... или нарукавники, а может быть, взять жилет? Если вы собираетесь в отпуск на море с детьми, то важно предусмотреть все возможные ситуации, главные задачи в таком путешествии — защитить нежную детскую кожу от прямых солнечных лучей и обеспечить безопасность на воде.

Очень долгое время детская «пляжная» экипировка включала в себя купальник или плавки, сланцы и круг для плавания. Шло время, на смену кругам пришли нарукавники, пояса и жилеты, в список вещей, необходимых ребенку на отдыхе, стали попадать очки, трубки для плавания и колобашки. Сейчас ситуация намного сложнее — стеллажи и витрины пестрят различными аксессуарами. Как не растеряться среди изобилия товаров? Как предусмотреть все и при этом не купить лишнего? Что стоит поискать в магазинах, а мимо чего можно смело проходить? Разобраться в тонкостях пляжной экипировки для детей нам помогут эксперты интернет-магазина профессиональных товаров для плавания Proswim.ru.

## ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Конечно, купальников или плавков должно быть как минимум две пары. Несмотря на то, что современные материалы сохнут очень быстро, все равно лучше подстраховаться.

Брать сандалии, сланцы или и то, и другое — зависит от вас и предпочтений вашего ребенка. По словам наших экспертов, даже самые качественные модели проверенных фирм с непривычки могут натирать ногу, помните об этом, когда покупаете обувь прямо перед отпуском. Узнайте заранее, есть ли кораллы

в месте, куда вы едете. Сейчас не составит никакой проблемы найти специальные тапочки, которые будут уместны на пляже — защитят детские ножки и от горячего песка, и от острых кораллов. Они вряд ли подойдут для прогулок по городу или экскурсий, но у воды помогут избежать неприятных ощущений и небольших травм.

Водные аттракционы, подводное плавание, серфинг — без всего этого сложно представить не только взрослый, но и детский отдых. К сожалению, в большинстве случаев он заканчивается ангиной, больным горлом и частично испорченным отпуском. Переохладиться на море легче простого, солнце кажется ласковым, вода — парным молоком, заставить ребенка сидеть на пляже и не плавать слишком много практически невозможно. В этом случае специалисты Proswim.ru советуют приобрести специальные детские гидрокостюмы — только не надо путать их с гидрокостюмами для соревнований, которые совсем не подойдут для отдыха — они помогут не только не переохладиться, но и защитят от укусов медуз. Обычно их делают из несколько материалов, например, из неопрена — он как раз сохраняет тепло тела — и лайкры, благодаря которой даже самый подвижный ребенок сможет пребывать в воде продолжительное время без переохлаждения и солнечных ожогов.

## КРУГИ И КОМПАНИЯ

В сезон на любом курорте, да даже на берегу каждой реки и на любом городском пляже представлена в действии целая галерея аксессуаров, которые помогают детям держаться на воде. От классического круга до нарукавников и целых костюмов для плавания. Прежде чем выбрать что-то из широчайшего ассортимента, эксперты советуют определиться с тем, чего вы хотите: помочь ребенку научиться плавать или просто быть уверенным в его безопасности. Классические круги неизменно пользуются спросом. Но для совсем маленьких детей они вряд ли будут надежным подспорьем на воде. Во-первых, из него просто выскользнуть, особенно если ребенок достаточно подвижен и много играет в



воде. Во-вторых, как аксессуар для обучения плаванию он почти бесполезен.

Правда, всё это касается обычного круга, если же вы хотите научить ребенка плавать и быть уверенным в его безопасности, то популярный во всей Европе и теперь в России, круг для обучения плаванию SwimTrainer, станет отличным приобретением. Выгодно от его собратьев его отличают две особенности: он не даёт ребёнку выскользнуть или перевернуться и он действительно учит держаться на воде детей в возрасте от 3 месяцев.

Если же вы не ставите целью научить ребёнка плавать во время своего отпуска, вполне подойдут нарукавники, жилет или пояс – тут выбор очень велик. И можно выбрать любой формы и с любым принтом. Для малышей 2 лет можно взять даже специальный костюм для плавания. Конечно, при этом лучше обращать внимание на аксессуары известных фирм, которые уже не первый год на рынке: например, Arena или Speedo.

Для подростков могут быть интересны аксессуары, которые разнообразят пребывание на море. При выборе очков для плавания в первую очередь нужно обращать внимание на материал, из которого сделан уплотнитель. Если на отдыхе вы не планируете многочасовых тренировок, и на море вы едете отдыхать, то предпочтение стоит отдавать

силиконовому уплотнителю – он самый мягкий и удобный.

Для любителей подводного плавания (снорклинга) можно найти уже сформированные наборы из ласт, трубки и маски – они очень удобны для тех, кто не очень хорошо разбирается в специфике аксессуаров и боится растеряться и выбрать ласты не той формы или трубку, которая предназначена для профессиональных тренировок.

**Дети всегда остаются детьми. Выбрать без них то, чем они будут пользоваться, не лучший вариант. Если же завести ребенка в магазин, велика вероятность, что ему понадобится практически половина ассортимента. Что делать? Один из вариантов – первым делом выберите ему рюкзачок или сумку для пляжных принадлежностей, сейчас их очень много, и постепенно наполняйте его. Понимание, что его вещи носить никто не будет, обычно сокращает количество вещей, которые кажутся необходимыми.**

