**Tvättråd**

**Vårda din utrustning!**

All hockeyutrustning går utmärkt att tvätta. Det som gör att utrustningen ofta luktar illa är att bakterier växer i gammal svett och smuts. Det är inte coolt att ha en sunkig utrustning – det är ohygieniskt och kan i värsta fall orsaka infektioner eller eksem om elaka bakterier får fäste. Tänk på att någon i laget kan vara känslig för bakterier som kommer från din utrustning. Du kan därför orsaka att din lagkompis blir sjuk om du inte vårdar din utrustning.

• Underställ och hockey strumpor maskin tvättas 40° med liknande färger minst en gång i veckan.

• Halsskydd maskintvättas 40° med liknande färger. Hängtorkas. Ha gärna ett extra.

• Damasker för träning maskintvättas 40° med liknande färger.

• Suspensoar. Ta ur plasten som går att tvätta av. Tvätta tyget i 40°.

• Kroppsskydd: Skulderskydd, Armbågsskydd, Benskydd kan maskintvättas med en handduk eller tvättpåse i 40°, hängtorkas. Är skydden i olika fäger tvättas de separat.

• Handskar maskintvättas korttvätt i 30° i lindad i handduk alt tvättpåse. Använd inte sköljmedel!! Lufttorkas, det tar några dagar**. Det som förstör handskarna är** **handsvetten.**

• Hjälmen kan handtvättas med tvättsåpa och sköljas under kranen. Hängtorkas. Dra skruvarna i hjälmen.

• Hockeybyxor maskintvättas i 30°, lätt centrifugering, hängtorkas. På en del byxor går plastplattorna att ta ut.

• Skridskor skenorna torkas av och sätt inte på fuktiga skridskoskydd. Använd gärna en stöveltork. Kolla dina snören, ha gärna ett par extra i hockeytrunken.

• Övrigt **Det ni inte tvättar hänger ni upp så det får torka, annars möglar det.** För att inte riskera att tvättmaskinen tar skada och att grafiken på skydden försvinner kan du lägga skydden i en tvättpåse.