**Экипировка велосипедиста**

Правильно подобранная велоэкипировка ограждает от механических повреждений, не промокает и обладает многими полезными характеристиками для комфортной езды и сохранения здоровья.

Велошлем – главная экипировка велосипедиста. Носить шлемы рекомендуется не только профессиональным спортсменам, но и любителям покататься по общественным и загородным трассам, горам и местам повышенной травмоопасности.

Очки необходимы для защиты глаз от песка, камней, насекомых, ветра и солнечных лучей.

Наколенники, налокотники-приспособления для защиты голени, коленных суставов и локтевых суставов

Велосипедные перчатки. При поездке сильная нагрузка идёт на руки: управление, торможение, вибрация. При длительном контакте с рулем появляются мозоли, при падении можно получить серьезные травмы.

Поэтому велоперчатки обязательная атрибутика комфортной и безопасной езды

Велосипедная обувь. Для безопасной езды необходимо уделить особое внимание обуви. Обувь обеспечивает надежное сцепление с педалями велосипеда, при этом должна быть надежно закреплена на ноге.

