Спортивное питание Джоковича – специфическая диета, состоящая из перечня продуктов, которые не содержат глютен.

А вот картинг – не просто увлекательная для мальчиков игра, но также своеобразный вид спорта, закаляющий самый настоящий мужской дух, поскольку стремление к победе у малышей-картингистов вовсе не детское.

Если маленький спортсмен может подчиниться дисциплине, то можно работать с любым картингистом, абсолютно независимо от его темперамента. Начало тренировки обычно состоит из общего построения и переклички, подобно военным. На этом, правда, сходство с армейскими нормами не заканчивается, ведь тренер ставит каждому спортсмену задачу, которую обязательно нужно выполнить. Дисциплина здесь жесткая: к примеру, нельзя без разрешения старших садиться за руль, тем более запрещено выезжать на трассу или туда выходить. За подобное нарушение правил безопасности маленькому гонщику могут сделать строгий выговор.

Первый месяц занятий обычно посвящается именно технике безопасности, во время которого наставники читают ребятам целый курс, вначале которого теория, а потом отработка практических навыков. Реакции на меняющиеся быстро обстоятельства преодоления дороги доводятся тренерами до автоматизма. Ребенок заучивает, где ему нужно сбросить скорость, где прибавить, работая рулем подобно элементам спортивного стиля езды.

Начало учебного года картингистов обычно совпадает со школьным, поскольку в сентябре проще и безопаснее ездить. Также юные спортсмены осенью осваивают основы езды, плюс тренируют торможение.

Затем приходит более сложный этап – начинается снег и гололед. Зимой маленькие гонщики начинают отрабатывать скоростное прохождение поворотов в ситуации заносов, а также торможение при скользких условиях.