



Voor iedere voet de perfecte wandelschoen

15%

Nu 15% korting voor leden van Service van Envida!

Smeets Loopcomfort is een multidisciplinair kennis- en expertisecentrum in Limburg voor vraagstukken op het gebied van voeten, schoenen en bewegen.

Op vertoon van uw ledenpas biedt Smeets Loopcomfort 15% korting bij aanschaf van één paar comfort schoenen in de maanden april en mei 2015 (exclusief producten gekoppeld aan de Zorgverzekeringswet Reglement Hulpmiddelen). Bezoekadres: Lissabonlaan 10 in Sittard, www.loopcomfort.nl.

“Een goede wandelschoen is een vereiste bij het voorkomen van voetklachten”, vertelt Thijs Smeets, eigenaar van Smeets Loopcomfort in Sittard. “Wie op verkeerde schoenen wandelt, loopt het risico op blaren, eeltvorming, verzwikking, letsel aan de enkelbanden of pijn onder de bal van de voet.”

Om de beste wandelschoen te vinden, is het van belang het gebruiksdoel en de omstandigheden te achterhalen.

“Mensen denken bij wandelen al snel aan een bergschoen”, vervolgt Thijs. “Maar voor bijvoorbeeld een strandwandeling is de Teva-sandaal of Birkenstock vaak meer geschikt dan een hoge schoen. Wie in de bossen op zachte naalden wandelt, kan een schoen met veel grip en een dunne zool gebruiken. Maar als je de Oostenrijkse bergen opzoekt, is juist een dikke zool raadzaam om de voet te beschermen tegen de scherpe, rotsachtige ondergrond.”

Een goede wandelschoen voldoet volgens de loopdeskundige aan twee voorwaarden: de zool heeft grip op de ondergrond én de pasvorm komt overeen met de vorm van de voet.

“Wij meten altijd de lengte en breedte van de voet en bieden naast allerlei lengtematen ook breedtematen. Voor iedere wandelvoet de perfecte wandelschoen.”

Wandelschoentips:

- Voeten zwellen op bij warmte. Kies daarom voor een sluiting die verstelbaar is, zoals veters of klittenband.
- Om overbelasting van de voorvoet te voorkomen, mag de hoogte van de hak niet méér dan drie centimeter zijn.
- Het type activiteit bepaalt of een schoen licht of zwaar, hoog of laag, zeer stevig, flexibel of minder ondersteunend mag zijn.
- Draag sokken die goed vocht opnemen en afstoten én voor extra demping rondom de voet zorgen.
- Doe kapotte bergschoenen niet meteen weg. Deze kunnen vaak nog gerepareerd worden.
- Wanneer u nieuwe wandelschoenen koopt, neem dan uw oude schoenen mee. Uit het slijtpatroon van de zool is veel informatie af te lezen.