



# GOEDE SPORTSCHOENEN MINDER BLESSURES!

“Mooie sportschoenen! Laat me de onderkant eens zien?”  
Dat is de standaard vraag die elke trainer/coach zou moeten vragen aan elk lid die net nieuwe sportschoenen heeft gekocht.

Onze trainers merken steeds vaker dat jeugdleden met verkeerd schoeisel rondlopen.



## Outdoor- en loopschoenen zorgen beslist voor blessures!

Ook dit seizoen horen we klachten van pijn in de voeten, verzwikken van enkels en last van knieën. Dat komt doordat de “goedkope” loopschoen zorgt voor frictie en tegenwerking in de bewegingen die je met handbal maakt! Uit ervaring weten we dat de blessures als gevolg van slechte schoenen niet mis zijn; breken van een middenvoetsbeentje tot en met gescheurde kruisbanden!

**Jeugdtrainers en coaches hebben de bevoegdheid om jeugdleden met verkeerd schoeisel te weren van deelname aan een training of wedstrijd voor de veiligheid van uw eigen kind!**

Koop beslist schoenen voor een INDOOR ZAALSPORT, ook voor het veldseizoen! Deze hebben over het algemeen een minder hoog profiel aan de onderkant en zijn voorzien van verschillende bewegingsvlakken en eventueel een draaivlak onder de bal van de voet. Kijk ook naar goede ondersteuning aan de enkel!

Prijzen van goede sportschoenen variëren uiteraard enorm, maar voor jeugd kunt u rond de 60 tot 70 euro zeker slagen! Koop nieuwe schoenen op het moment als we het zaalseizoen ingaan, zo heb je het langst plezier van goede schoenen!

Zie hier een aantal voorbeelden van zolen die goed en absoluut fout zijn.



**FOUT!**  
Outdoor zool



**FOUT!**  
Outdoor zool



**GOED!**  
Indoor zool

Voor goede sportschoenen raden wij u aan [handbalshop.nl](http://handbalshop.nl) te raadplegen