

Bron:
Podotherapie Sneek

Website:
<http://www.gerardpiek.nl/podotherapiesneek.nl/adviezen.html>

Versie:
8 mei 2010

Schoenadvies

Neem de tijd, koop nooit overhaast schoenen, wanneer ze niet lekker zitten; niet kopen. Ook kunt u vragen of u ze thuis mag uitproberen.

Een kwaliteitsschoen van leer met 2-3 cm hakhoogte, een stevig contrefort (hielomvang) en een sluiting (veters), dus liever geen instapmodel.

De schoen moet de juiste lengte en breedte hebben, dat lijkt logisch maar wanneer u ouder wordt kunnen de voeten platter worden waardoor ze langer en breder worden. Hierdoor kan het zijn dat u aan een andere schoenmaat toe bent.

Past u altijd beide schoenen in de winkel, het is normaal dat de ene voet langer is dan de andere. Koop de schoenen altijd op de langste voet.

LET OP STIKSELS!!!

Ze kunnen drukplekken veroorzaken. Stiksels rekken niet.

Let ook op stiksels aan de binnenzijde van de schoen !!!!!

- De tenen moeten recht naast elkaar kunnen liggen en moeten nog kunnen bewegen.
- De schoen loopt **NOOIT** in de lengte uit!
- De binnenlengte van de schoen moet bij volwassenen 5 mm en bij kinderen 15 mm langer zijn dan de voetlengte.