

La bonne taille

Les chaussures Fivefingers sont différentes.

Il est important de choisir, la bonne taille et le bon modèle.

Sa première paire :

L'idéal serait de se faire conseiller dans un magasin , si ce n'est pas possible il est important de prendre du temps et de choisir le modèle de chaussures selon ses besoins.

Une semelle fine ne veut pas dire que le pied va mieux travailler, en montagne par exemple ; une semelle avec un profil plus important donnera du maintien et soutiendra vos pieds ils pourront se concentrer sur la marche et suivre les mouvements du terrain.

Afin de vous permettre de choisir la chaussure la mieux adaptée à vos besoins , nous offrons en plus du Shop online, la possibilité de venir dans notre magasin à Grellingen.

Le magasin est ouvert que sur rendez-vous.

Comment choisir la bonne taille:

Pour les novices qui essayent leur première de Fivefingers il est préférable de prendre une taille de plus que sur vos autres chaussures de sport.

Nous parlons de chaussures et non de chaussettes, votre pied a besoin de place , les orteils vont épouser le terrain et se mouvoir tant vers le haut que vers le bas et latéralement.

La taille ne sera pas la même pour tout les modèles.

Avec ou sans chaussettes?

Il est préférable d'essayer les Fivefingers avec des chaussettes, si vous ne rentrez pas dans la chaussure avec les chaussettes elles sont trop petites. De plus vos pieds vont être actifs donc transpirer les chaussettes permettront à vos pieds de rester au sec. Evitant ainsi de laver trop fréquemment vos chaussures.

De plus les chaussettes peuvent être portées dans toutes les chaussures , les chaussettes à orteils offrent les avantages suivant:

Avantages des chaussettes à orteils

Les chaussettes empêchent l'humidité de pénétrer dans la région des orteils et sont idéales comme aide à la prévention et au traitement contre la sueur, les mycoses, les démangeaisons et contre le froid au pied

Chaussettes anatomiques à 5 orteils, empêchent les ampoules et favorise une bonne posture et un bon équilibre

Les enfiler pour la première fois

Pas si facile d'enfiler ses chaussures pour la première fois , les astuces:

Se mettre debout ne pas regarder ses pieds et suivre avec le gros orteil la partie intérieure de la chaussure quand il rentre dans son emplacement bouger les autres orteils.

Quand ils sont tous dedans remonter la chaussure au niveau du talon.

Prenez votre temps c'est important.

Prenez garde, il peut arriver que certains orteils soient recroquevillés dans leur poche. Il faut que vos orteils soient bien dépliés.

Un espace de 3-5m ou plus sur le plus long orteil est nécessaire vos orteils iront tant vers le haut que vers le bas.

Attention:

Laisser de la place ne serrer pas les chaussures votre pied donnera la stabilité et non le tissu de la chaussure, en ne serrant pas trop vos chaussures vous prolongerez leur durée de vie

Si vous n'arrivez pas à passer le talon, la taille est trop petite. si possible il faut mesurer combien il manque car il faut envisager qu'il faille plus d'une pointure au-dessus.

Vous avez enfilé les chaussures , mais votre pied est serré , pas d'espace.

Cela peut aussi apparaître par une douleur à un orteil, ou un point de pression important au bout d'un orteil, alors elles sont trop petites.

Il est possible de n'avoir aucun espace et de sentir à l'aise dans les chaussures.

Vos FiveFingers vous vont comme des gants, dans ce cas lors d'un effort ou sous l'effet de la chaleur votre pied va gonfler et les chaussures seront trop petites !

Si vous avez de la place au niveau du talon ou que vous trouvez la chaussure large ce n'est pas grave, vos pieds doivent pouvoir bouger dans les chaussures, comme marcher pieds nus.

Une chaussure trop grande est mieux que trop petite.

Et maintenant on est prêt pour partir à l'aventure avec nos Fivefingers, bonne route