

la chaussure minimaliste



LÉGÈRETÉ (6)

Plus c'est léger, mieux c'est!



SOUPLESSE (4)

Flexibilité maximale afin de laisser le pied bouger et fléchir naturellement.

AMORTI (2)

Avoir un amorti le plus minimaliste possible afin d'améliorer la sensation de contact avec le sol.



STABILITÉ (5)



Éléments de soutien de la voûte plantaire et dispositif de contrôle de la pronation doivent être réduits au maximum!

CONFORT (1)



Forme de chaussure respectant l'anatomie et son expansion.

PENTE (3)



Pente de semelle quasi plate (différence de hauteur entre le talon et les orteils) afin de minimiser l'interférence entre le sol et le pied.

(*) Le chiffre associé à chacune des qualités de la chaussure minimaliste représente l'ordre de priorité des critères de sélection. Tous droits réservés © La Clinique Du Coureur^{MC} 2012.

Opposée à la chaussure moderne de course à pied, actuellement construite avec un Talon Amortissant surélevé et des technologies pour contrôler la Pronation (TAP), la chaussure minimaliste vous aidera à améliorer votre foulée en permettant à vos pieds et à vos jambes de fonctionner tel que prévu par la nature : foulée plus courte et plus amortissante, cadence de pas plus élevée et moins d'attaque talon.

