

la chaussure minimaliste



LÉGÈRETÉ (6)

Plus c'est léger,
mieux c'est!



AMORTI (2)

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



SOUPLESSE (4)

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



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 n°c 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.

