

# Schoenen

Voor elke sport zijn er schoenen verkrijgbaar. Aangezien het hier specifiek om badminton gaat, is het ook belangrijk om de juiste schoenen aan te schaffen, waaraan specifieke eisen worden gesteld. Blessures in de badmintonsport worden daarom ook vaak veroorzaakt door het gebruik van foutieve schoenen.

## Waaraan moeten goede badminton schoenen voldoen:

Om achillespeesblessures te voorkomen, moet de hiel (met name rond de hielkap) verstevigd zijn uitgevoerd, terwijl de zool (het belangrijkste onderdeel) goede wendingeigenschappen moet hebben. Het profiel van de zool is in deze erg belangrijk, bekijk maar eens het profiel van een trimschoen en het profiel van een badminton schoen. De zool van een badminton schoen moet voorzien zijn van een zg. draaipunt, deze bevindt zich onder de bal van de grote teen, of moet voorzien zijn van een fijnmazig gekarteld profiel. De schoen moet verder een goede stabiliteit hebben (óók aan de bovenzijde). Eveneens moet de verbinding tussen het voorste deel én het achterste deel van de voet in goede balans en ietwat stug zijn, de schoen moet verder een goede demping hebben, welke verspreid is over de hele zool, en aan de binnenkant van de schoen moet de zool a.h.w. doorlopend via een extra versteviging (dit i.v.m. extra slijtage) zijn uitgevoerd, de schoen moet om zijn as goed kunnen torderen. Ook moet de juiste schoen goed vocht kunnen ventileren en mag niet té zwaar zijn.

Voor spelers met zwakke enkels zijn er halfhoge (Asics) en hoge schoenen verkrijgbaar. Laat je bij de aanschaf van de juiste schoenen hierover informeren.



Zoolaanzicht (let op de structuur van de zool !!)