

Vhodná obuv pro naše děti na fotbal



Dětská noha se pořád vyvíjí. Proto noha potřebuje pevnou stabilní obuv, která nebude zbytečně namáhat klenbu nohy a kloubní aparát. V tréninkovém procesu se snažíme rozvíjet „cit“ pro míč, tak aby hráči si uvědomovali a procítili každý kontakt s míčem. Pokud naši malý fotbalisti budou používat „kopačky“ s vysokýma špuntama neboli štoperama, kontakt s míčem podrážkou bude hodně obtížný a zároveň zbytečně bude zatěžovaný pohybový aparát dolních končetin. Proto doporučujeme spíše tzn. turfy, které poskytují lepší stabilitu při pohybu a zároveň ovládnání míče.

