

ENFANT : BIEN CHOISIR SES SOULIERS DE SPORT

POUR DES PIEDS EN SANTÉ
ET DES ENFANTS ACTIFS !



⚠ À ÉVITER

ÉVITEZ LES SOULIERS
DE STYLE CONVERSE
ET AUTRES MODÈLES À
SEMELLE DURE OU PLATE

- ✗ Semelle rigide et plate
- ✗ Manque d'amorti
- ✗ Peu de soutien
- ✗ Moins de stabilité
- ✗ Risque de blessures et de douleurs



1 SOUPLESSE ET FLEXIBILITÉ

La semelle doit se plier facilement à l'avant du pied. Un soulier souple suit le mouvement naturel de l'enfant.



2 BON AMORTI

Privilégiez un bon amorti au talon et à l'avant du pied pour absorber les impacts.



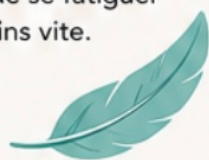
3 MAINTIEN ET STABILITÉ

Le talon doit être bien maintenu. Un bon soutien aide à prévenir les faux mouvements.



4 LÉGÈRETÉ

Un soulier léger permet à l'enfant de bouger librement et de se fatiguer moins vite.



5 TAILLE ADAPTÉE

Laissez environ 1 cm d'espace à l'avant du pied (largeur d'un pouce) pour permettre la croissance et le confort.



6 RESPIRABILITÉ

Choisissez des matériaux qui laissent le pied respirer pour garder les pieds au sec et éviter les irritations.



LE BON CHOIX =



CONFORT

+



PROTECTION

+



PERFORMANCE

=



PLAISIR
ET SÉCURITÉ !

UN BON SOULIER AIDE À :

- ✓ Prévenir les blessures
- ✓ Soutenir le bon développement des pieds
- ✓ Améliorer l'équilibre et la posture
- ✓ Favoriser le plaisir de bouger

À ÉVITER ABSOLUMENT

- ✗ Semelle dure et rigide



Manque de souplesse, fatigue le pied.

- ✗ Semelle plate et sans amorti



Moins d'absorption des chocs.

- ✗ Peu ou pas de maintien



Risque d'entorse et d'instabilité.

- ✗ Trop grand ou trop petit



Peut causer des douleurs et des blessures.

- ✗ Style mode avant tout



Pas adapté pour le sport et le jeu actif.

RAPPELEZ-VOUS



Les pieds des enfants grandissent vite ! Vérifiez la pointure régulièrement et remplacez les souliers au besoin.



CONSEIL : Faites essayer les souliers en fin de journée, lorsque les pieds sont un peu plus gros. Demandez conseil à un spécialiste en magasin.

