



## Oog op de Loop

Door **Mark Nonhebel** (VMA Starshoe)

Ronde 2 – nr. 10 PRAKTIJK BINNEN

Ronde 3 – nr. 28 PRAKTIJK BINNEN

Ronde 4 – nr. 46 PRAKTIJK BINNEN

---

**Mark Nonhebel** De visie van Starshoe is het voorkomen en verhelpen van blessures door middel van het juiste schoeisel. Starshoe VMA geeft een individueel advies ten aanzien van het optimale sportschoeisel. Eerst wordt naar het looppatroon en de voetbelasting gekeken. Vervolgens wordt door ons de juiste schoen voor u uitgezocht en getest door middel van een video analyse.

**Bij Oog op de Loop kijken we naar het looppatroon** en de voetstand van de wandelaar in combinatie met de schoen. Het is belangrijk dat de schoen past bij het voettype en het looppatroon van de wandelaar om klachten tijdens het wandelen te voorkomen.

Tijdens deze workshop voeren we een analyse uit waarbij we naar al deze elementen gaan kijken. De analyse bestaat uit drie onderdelen.

We kijken eerst naar de statische stand van de voet. Hiervoor maken we gebruik van een podoscoop om de stand en statische belasting van de voet te beoordelen. Dan kijken we door het afnemen van een aantal functietesten of er lichamelijke verstoringen zijn die blessures kunnen veroorzaken. Als we een verstoring vinden en er is ook sprake van een klacht of blessure, ligt het probleem niet alleen aan de schoen en is het misschien nodig een andere specialist in te schakelen. Tot slot maken we met behulp van video apparatuur een opname van het dynamische gangpatroon. Dit doen we eerst op blote voeten en daarna met verschillende schoenen. Door deze beelden terug te kijken en te vergelijken krijgen we een goed beeld van welke schoen het beste bij de wandelaar past. Dit gaat allemaal gepaard met deskundige uitleg en advies. Natuurlijk is er ook ruimte voor vragen.

Ons doel is om wandelaars bewust te maken van het belang van goede schoenen en ervoor te zorgen dat iedereen zonder klachten of blessures kan wandelen.