

## UNA BUONA SCARPA



- Deve avere una pianta d'appoggio larga
- Non deve avere una suola scivolosa o troppo liscia
- La parte postero-inferiore deve essere più alta della punta
- Deve sostenere bene la caviglia
- Deve essere morbida sotto i malleoli
- Deve flettersi dorsalmente solo nel primo terzo anteriore
- Non deve flettersi plantarmente
- Deve avere poca torsione laterale
- Deve permettere una buona traspirazione del piede

SONO BANDITE LE SCARPE COI TACCHI