
Sportschuh ist nicht gleich Sportschuh

Frankfurt, im Oktober 2009

Joggingschuhe und schwarze Sohlen sind in der Halle tabu. □Einkaufstipps für Eltern.

Sportschuhe müssen zu dem Boden passen, auf dem sie eingesetzt werden. Universal-Hallensportschuhe sind für die Halle die beste Wahl, zum Beispiel Basketball- oder Handballschuhe. Ungeeignet sind Joggingschuhe, da ihre Sohlenkonstruktion Sprünge zu wenig dämpft und bei Ballspielen in der Halle nur eine geringe Drehfreudigkeit bietet, ein Umknicken ist vorprogrammiert – die Verletzungsgefahr steigt. □Gymnastikschuhe sind gut für die Halle, solange es bei Turnen, Gymnastik und Tanz bleibt. Sie sind kein Allround-Schuh für den Sportunterricht. Darauf weist die Unfallkasse Hessen hin.

Einkaufstipps für Sportschuhe:

- ▶ Leichte Schuhe mit nicht zu dicker Sohle kaufen: Kinder müssen den Boden spüren, um ihre koordinativen Fähigkeiten ausbilden zu können.
- ▶ Die Sohle ist flexibel mit einer Versteifung im Rück- und Mittelfußbereich, da Kinder die Fers stärker belasten als Erwachsene. Die Sohle sollte in Höhe der Zehengelenke knickbar sein, nicht aber zwischen Absatz und Mittelfuß.
- ▶ Das Obermaterial ist formstabil und atmungsaktiv.
- ▶ Auf eine „Non-Marking“-Sohle achten. Sie hinterlässt keinen schwarzen oder farbigen Abrieb auf dem Hallenboden.
- ▶ Kleinere Kinder können Schuhe mit einem Klettverschluss leichter handhaben als Schuhe mit Schnürsenkeln.
- ▶ Regelmäßig messen und rechtzeitig kaufen. Kinder spüren zu kleine Schuhe oft nicht und fordern daher keine größeren Schuhe ein.
- ▶ Fußmessgerät und Messgerät für Schuhinnenlänge benutzen. Gekauft wird, was auf den längeren Fuß passt.

Zum Hintergrund: Passiert während des Sportunterrichts ein Unfall, steht das Kind automatisch unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Träger dieser Versicherung ist für Hesser die Unfallkasse Hessen. Sie bezahlt bei einem versicherten Unfall die medizinisch notwendige Heilbehandlung und eventuelle Reha-Maßnahmen. Für die Eltern ist diese Versicherung kostenlos.
