


靴の選び方とこんな工夫



右の写真の靴、同じスニーカー系ですが違いが分かりますか？
メーカーなどで呼び方にも違いはありますが…

- 赤 → カジュアルスニーカー
- 黒 → カジュアルスニーカー
- ピンク → スポーツスニーカー

です。
違いは靴底とかかとの強度です！！
靴底は平らかポコポコしているかでかなり違います。



スイッチでは山に行ったり、長距離を歩いたりしますので、カジュアルスニーカーよりもスポーツスニーカーをお勧め致します☆彡 硬さや重さも結構違うんです！勿論、柔らかくて軽いのがいいですねえ。
靴底が平らだと滑ったりしますし、クッション性が乏しくなると足への負担が大きくなります。
また、スポーツスニーカーはかかと部分がしっかりしているので、かかとを踏んでしまう子にもお勧めです。

メーカーによって、特徴がありますが、「N」の文字が特徴のニューバランスは、日本人向けなんでしょうか？
デザインも悪くないし、甲高や幅広の方でも履きやすいようです。 お値段も手ごろです◎



サイズが大きくなると、マジックテープの靴がなかなかなくなり、デザイン性も乏しい…、紐靴なら色んな靴があるのに…。という声も耳にしていました。
紐の代わりにつけることができるゴム状の物があるんです。
静北祭で売ってましたよね☆彡



Good idea!

ヘアゴムを紐のように通して使っている方のアイディアをお紹介いたします。
ヘアゴムは太さも色々ありますし色もカラフル、ゴムなので少しくつくしても伸びて調整も自由自在で履きやすい☆見た目もとってもかわいいです。
これなら、デザイン重視で紐靴を買っても紐さえ工夫すれば OK！(^~)/



靴の左右をトレーニング中の場合には、左右の紐の色を変えてみたり、
中敷きの色を変えてみたりでもいいかもしれませんよねえ(^.^)/~~~~
中敷きなら「みぎ・ひた」と書くことからスタートするものの一つの手立てかも☆☆