

Pressinformation juni 2011

Undvik reafällor genom att kolla skornas datummärkning

Visste du att dina löparskor är datummärkta? Nu när sommarrean drar igång uppmanar Gå & Löpkliniken dig att vara uppmärksam och kontrollera datummärkningen innan du fyndar nya löparskor.

De flesta löparskor har en datummärkning som du hittar på plösen där storleken står eller på sidan inne i skon. Om du köper skor som är på rea eller som inte tillhör årets/säsongens nyheter kan det vara bra att kolla datumstämplingen så att du inte köper skor som redan är några år gamla.

– Många känner till att löparskor är en färskvara, men däremot inte att det faktiskt finns en datummärkning, säger Johan Svedelius, butikchef på Gå & Löpkliniken.

Riktlinjer för hållbarhet vad gäller nyinköpta löparskor är generellt 2-3 år eller 120-150 mil, men då gäller det att butiken inte haft skorna på lagret i flera år. Det som åldras i skon är gummiblandningen och de levande materialen i skosulorna. Efter några år har dämpningen försämrats så mycket att skorna inte längre bör användas till löpning.

Den viktiga stötdämpningen i löparskorna hjälper till att minska belastningen som läggs på knän och fötter när du motionerar. När du promenerar belastar du knän och fötter med en vikt på en eller två gånger din kroppsvikt. Vid löpning är det en vikt som motsvarar två till fem gånger din kroppsvikt som belastar dina knän och fötter.

Det är inte bara tiden som försämrar skornas kvalitet, utan även att tvätta skorna i tvättmaskinen eller att torka skorna i ett torkskåp försämrar kvalitén. För att du ska få ut så mycket som möjligt av dina löparskor bör du följa skötselråden som du får när du köper löparskor.

För mer information

Ida Fredriksson, presskontakt Gå & Löpkliniken

ida.fredriksson@gaochlopkliniken.se

073 – 069 45 85

www.gaochlopkliniken.se

www.facebook.com/GaochLopkliniken

Fakta: löparskors hållbarhet

Skor som är på rea kan vara bra att undersöka lite extra. Gå & Löpkliniken, med butiker runt om i Sverige, är specialister på att ge råd och prova ut rätt skor till rätt tillfälle.

Datummärkning: Sitter på plösen eller på sidan inne i skon, anger när skon producerades

Hållbarhet: ca 2-3 år eller 120-150 mil

Påverkansfaktorer: Tiden, skötsel, förvaringsutrymme, användningsfrekvens

Om Gå & Löpkliniken:

Gå & Löpkliniken, med fem butiker runt om i Sverige, är specialister på att prova ut rätt skor utifrån individuella krav och förutsättningar. Butikernas ortopedtekniker provar ut och tillverkar ortopediska fotbäddar och skoinlägg och i butikerna finns ett brett utbud av personligt anpassade löpskor, promenadskor, sandaler och gympskor.