

Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: trufla77 - 09/08/2014 07:04

Witam,jestem tutaj nowa.Mam na imię Ania.Proszę o pomoc dotyczącą skike v07 plus.Kupiłam je i niestety,po 2-3 minutach jazdy odczuwam przeogromny ból w śródstopiu.Przetestowałam kilka par butów,w każdej dzieje się tak samo.Ból uniemożliwia jazdę..

Nie wiem,co robić?Zależy mi na jeździe na rolkach terenowych.Może ktoś z Was ma podobne doświadczenia i mógłby się nimi podzielić?Z góry dziękuję.

Ania 😊

Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: Alicja - 09/08/2014 07:46

Na początku to typowy objaw. Napinasz mocno stopy, nie jesteś luźna, bo jednocześnie chcesz mocno czuć, że rolki trzymają się nóg. To z czasem mija, but powinien być dopasowany, a paski rolek dobrze przypięte, bez ucisku ale i bez luzu.

Poczytaj stary wątek na ten temat: www.nartorolki.pl/Forum/Powitania-i-pocz...rwszych-jazdach.html

Odp: Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: Michał Rolski - 09/08/2014 07:54

Chyba każdy, kto wcześniej nie biegał na nartorolkach, gdy wsiada na Skike, odczuwa ból w stopach, do czasu aż nie nabierze pewności i nie złapie równowagi. Jeśli to możliwe, spróbuj się rozluźnić podczas jazdy.

Odp: Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: trufla77 - 09/08/2014 07:54

BARDZO dziękuję za odpowiedź!!! Trochę nie Pani pocieszyła.TO prawda,że mocno napinam stopę..Jeszcze raz dziękuję.

Pozdrawiam serdecznie

Ania

=====

Odp: Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: trufla77 - 09/08/2014 07:59

Bardzo dziękuję z odpowiedź.TO prawda,bardzo napinam stopę,do tego rolka trochę waży,nie mam poczucia stabilności.

Wielkie dzięki! Szkoda,że nie znam nikogo w Szczecinie,kto mógłby mi pomóc na początku,udzielić jakiś wskazówek..

Pozdrawiam Ania

=====

Odp: Ból w śródstopiu przy jeździe na Skike

Autor: Matek - 09/08/2014 08:40

Jeśli masz drobną stopę z niskim podbiciem, to wtedy doradzałbym dobranie butów typu turystyczno-trekkingowego. Charakteryzują się tym, że mają trochę grubsze (wyższe) podeszwy, dzięki czemu osoby o drobniejszej stopie mają lepiej dopięte paski w skikach. Mojej zonie to znacznie poprawiło komfort używania skike'ów

=====