



Kuvia toimitukselliseen käyttöön: <http://materialbank.footbalance.com/>

Yksilöllisesti muotoillut pohjalliset myös tennareihin ja työkenkiin

– Jäykkä niska voi johtua jalkaterän virheasennosta

Jokaisella on yksilölliset jalat, eivätkä ne ole keskenäänkään aivan samanlaiset. Parhaatkin lenkkikengät, arkipäivän tennarit tai työkengät ovat aina malleiltaan universaaleja, joissa jalkaterän yksilöllisiä ominaisuuksia kuten muotoa tai virheasentoja ei ole huomioitu. Yksilöllisesti muotoiltavat Footbalance-pohjalliset on kehitetty jalkaterän ja kengän väliin, jolloin kengästä tulee täydellisesti istuva ja se on entistä mukavampi käyttää. Footbalance-pohjalliset ennaltaehkäisevät vammojen ja vaivojen syntyä sekä parantavat suorituskykyä. Yksilölliset pohjalliset voidaan räätälöidä kymmenessä minuutissa Footbalance-analyysiyksiköllä.

Jopa 75 % ihmisistä kärsii eriasteisista jalan virheasunnoista

*– Yksilöllisesti muotoillut pohjalliset ovat urheillessa tärkeitä, kun kuormitus ja rasitus jaloille ja keholle on normaalia kovempaa. Kuntoliikkuajalla jalat ovat urheilukengissä kuitenkin suhteellisen lyhyitä aikoja, muutamia tunteja viikossa. Jalan hyvinvoinnin kannalta olisikin olennaista käyttää yksilöllisiä pohjallisia myös työskennellessä ja vapaa-ajalla. Kevyiden vapaa-ajan tennareiden ja tyylikkäiden pukukenkien rakenteelliset jalkineominaisuudet kun eivät yleensä yllä lähellekään esimerkiksi lenkkiosujen tasoa, huomioi Footbalancen brändi- ja markkinointiviestintäjohtaja **Hilkka Koskenranta**.*

Eri pohjallisvaihtoehdoilla oikeanlainen tuki käytöstä ja kehotyypistä riippuen

Footbalance-pohjalliset tehdään analysoimalla jalka ensin tietokoneen avulla, joka tuottaa kompaktin arvion jalkaterän ominaisuuksista ja niiden merkityksestä kehon toiminnalle. Tämän perusteella valitaan ja muotoillaan yksilölliset pohjalliset. Analyysistä saatu tieto myös auttaa liikkussa kiinnittämään huomiota esimerkiksi tekniikkaan ja askellukseen. Analyysin kautta saatu kokonaisvaltaisempi kokemus omasta kehosta voi myös kannustaa liikkumaan.

Footbalance-pohjallismalliston useista eri vaihtoehtoista löytyy eri vaimennus- ja tukiasteita. Pohjallisten valintaan vaikuttaa käyttäjän kehon rakenne ja paino; tukevarakenteisempi tarvitsee pehmustetumman ja jäykemmän pohjallisen kuin kevytrakenteinen henkilö. Pohjalliset tulee valita myös käyttötarkoituksen ja lajin mukaan, kävelyyn riittää kevyempi pohjallinen kuin vaikkapa hiihtoon. Niin kesäloman golfkenttäkierros, kävelyretket kaupungilla, iltalenkit tai maratontreenit tuntuvat entistä paremmilta jalkojen voidessa hyvin.

*– Eri käyttötilanteisiin valitaan Footbalance-pisteen asiantuntijan kanssa oikea pohjallisvaihtoehto. Esimerkiksi vapaa-ajan tennarit muuttuvat jalan asentoa ja oikeaa askellusta tukeviksi, kun niihin laitetaan yksilölliset tarpeet täyttävä, oikealla tavalla kiertojäykkä tai sopivan vaimentava pohjallinen, kertoo Footbalance-tuotetestauksesta vastaava **Joonas Laurila**.*

Pohjalliset korjaavat jalan virheasentoja ja ennaltaehkäisevät vaivoja

Yksilöllisesti muotoillut pohjalliset vaimentavat iskuja ja tekevät kengistä paremmin ja tiiviimmin istuvat. Footbalance-pohjalliset eivät pakota jalkaa tiettyyn asentoon, vaan pohjalliset mukautuvat ja joustavat sallien esimerkiksi jalan luonnollisen pronaation. Pronaatio tarkoittaa nilkan luonnollista, iskuja vaimentavaa liikettä. Pohjallisten muotoilulla virheasentoista johtuvia ongelmia voidaan ratkoa. Esimerkiksi tekemällä pohjalliseen erillinen poikittaiskaarentuki saadaan tukea jalkaterän laskeutuneeseen poikittaiskaareen.

– Puhuttaessa ylipronaatiosta tai liiallisesta supinaatiosta tarkoitetaan nilkan liiallista liikkumista suuntaan tai toiseen. Ylipronatoiva nilkka taipuu sisäänpäin, liikaa supinoiva puolestaan ulospäin. Molemmat voivat aiheuttaa esimerkiksi juostessa kipuja eri kohtiin jalkoja tai kehoa. Jalan virheasentojen korjaaminen on keskeistä koko kehon hyvinvoinnin kannalta. Keho on kineettinen ketju, jota voisi kuvailla kerrostaloksi: jolleivät perusteet ole linjattuina oikein ja kunnossa, huojuvat myös ylemmät kerrokset. Ryhti- ja asentovirheet, selkäkivut ja jopa niskan jäykkyys voivat olla peräisin jalkojen ongelmista. Keho on kokonaisuus, jossa osat vaikuttavat kiinteästi koettuun hyvinvointiin, Laurila jatkaa.

Footbalance-pohjallisten tarina alkoi, kun fysioterapeutti **Erkki Hakkala** näki työssään paljon eriasteisia jalan virheasentoja, joista monet olivat korjattavissa oikeanlaisilla pohjallisilla. Hakkala aloitti kehitystyön, jonka tulos on Footbalance-konsepti. Kolmivuotinen tuotekehitysprosessi oli syvälinen: fysioterapeutit ja lääkärit testasivat pohjallisia yli 3 000:lla vakavasta alaraajaongelmasta kärsivällä potilaalla ennen kuin pohjalliset tuotiin kauppoihin. Nyt suomalainen Footbalance on kasvanut kotimaisesta yrityksestä kansainväliseksi tekijäksi, ja pohjalliset voi teettää itselleen 18 maassa, kolmella mantereella. Suomessa Footbalance -pohjallisia on myyty useita vuosia mm. **Intersport**-urheiluliikkeissä.



Kuvia toimitukselliseen käyttöön: <http://materialbank.footbalance.com/>

Tuotetiedot

Kaikissa Footbalance-pohjallisissa on antibakteerinen käsittely, minkä ansiosta pohjalliset pysyvät pitkään hygieenisinä ja hajuttomina. Pohjalliset pitävät myös yksilöllisen muotonsa erittäin hyvin. Vaimennustasot: 1 ohut, 2 normaali, 3 iskunvaimentava, 4 voimakkaasti iskunvaimentava. Tukitasot: 1 normaali, 2 tukeva, 3 erittäin tukeva.



Footbalance Cushion Blue ja Cushion Pink: perusmalli, joka soveltuu mainiosti niin harrastelijoille kuin aktiivisemmillekin liikkujille. Antaa runsaasti iskunvaimennusta ja mukavuutta jalkineisiin sekä kevyen tuen. Erityisesti naisille suunniteltu Cushion Pink sopii hieman kapeamman muotonsa ansiosta erityisen hyvin sirojalkaiselle tai kapeisiin kenkiin, kuten jalkapallonappikiin. Koot: 34-52. Vaimennus: 3. Tuki: 1. Pintamateriaali: Atlanta. Paino (koko 42): 44 g. Suositushinta: 49,90 €



Footbalance Leisure soveltuu mainiosti useaan eri käyttötarkoitukseen vapaa-ajan tennareista kuntosalille. Antaa kevyen tuen ja ohuen ulkomuotonsa ansiosta se mahtuu tiukempaankin kenkään. Koot: 34–52. Vaimennus: 1. Tuki: 1. Pintamateriaali: Coolmax®. Paino (koko 42): 42 g. Suositushinta: 49,90 €



Footbalance MAX antaa riittävästi tukea myös tukevarakenteisemmille käyttäjille. Lisäksi suositellaan erityisesti voimakkaaseen ylipronaatioon ja jäykempiin jalkineisiin kuten vaelluskenkiin. Koot: 34–52. Vaimennus: 4. Tuki: 2. Pintamateriaali: Atlanta. Paino (koko 42): 50 g. Suositushinta: 54,90 €



Footbalance Race alppihiihtäjä Jukka Leinon kanssa yhteistyössä kehitetty malli, joka soveltuu erityisesti talvilajien aktiiviharrastajille ja ammattilaisille. Mahtuu myös tiukempiin ammattilaisten monoihin ja antaa napakan tunnun alustasta. Koot: 34–52. Vaimennus: 1. Tuki: 2. Pintamateriaali: Atlanta. Paino (koko 42): 48 g. Suositushinta: 59,90 €



Footbalance Active hyvä perusmalli arkikäyttöön mm. kävelykenkiin. Soveltuu mainiosti kävelyyn tai golfiin. Activea ei suositella nopeaan liikkumiseen kuten esim. juoksuun tai tennikseen. Kostuessaan pintamateriaali saattaa olla liukas ja siksi haastava urheilujalkineissa. Koot: 36–48. Vaimennus: 2. Tuki: 1. Pintamateriaali: Vita. Paino (koko 42): 49 g. Suositushinta: 49,90 €

Lisätiedot

Brändi- ja markkinointiviestintäjohtaja, Footbalance System Oy, Hilikka Koskenranta
Puh. 040 574 4445, hilikka.koskenranta@footbalance.com, www.footbalance.com

Tuotetestit ja showroom

Viestintätoimisto Akvamariini Porter Novelli, Arkadiankatu 23 D, 00100 Helsinki
Puh. 09 241 0072, lotta.lappalainen@akvamariini.fi

Footbalance-konsepti perustuu jalka-analyysiin ja yksilöllisiin pohjallisiin, jotka tehdään urheiluliikkeessä nopeasti ja asiakasystävälliseen hintaan. Footbalance-pohjalliset tekevät jalkineista mukavat ja istuvat, ennaltaehkäisevät vammojen ja vaivojen syntyä ja parantavat suorituskykyä. Neljässä vuodessa suomalainen Footbalance on kasvanut kotimaisesta yrityksestä kansainväliseksi tekijäksi, jonka pohjallisia myydään jo 18 maassa. Footbalancen vuoden 2010 liikevaihto oli lähes 6 miljoonaa euroa. Footbalancen jälleenmyyntipisteet ja lisätietoa yrityksestä löytyvät osoitteesta www.footbalance.com