

QUELLES CHAUSSURES DE SPORT POUR PRÉSERVER LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ DES ÉLÈVES EN EPS ?

Adolescents en pleine croissance, les chaussures adaptées permettent le respect de leur INTÉGRITÉ PHYSIQUE.

Une chaussure de sport est une chaussure :

- avec une semelle suffisamment épaisse et souple pour amortir les chocs
- avec une voûte plantaire soutenue
- avec un bon contrefort (rigidité de la chaussure au niveau du talon)
- pas trop lourde
- pas trop haute

Rappel : nous ne demandons pas une paire réservée à l'EPS. L'élève peut les avoir au pied toute la journée le jour de l'EPS. Par contre, elles doivent être parfaitement propres pour une pratique dans le gymnase.

La marque n'a aucune importance.

Sont adaptées à la pratique de l'EPS : chaussures type « running » ou tennis ou multisport		Ne sont pas adaptées à la pratique de l'EPS : sneakers, sportwear, montantes	
	Chaussures type running		Semelle plate = pas de soutien de la voûte
			Pas d'amorti
	Chaussures type multisport		Semelle fine = aucun amorti
			Trop lourdes
	Chaussures type tennis		Pas de contrefort : mauvais maintien du talon (acceptées en athlétisme uniquement)
			Trop hautes : dangereuses pour les sports de salle (acceptées en athlétisme uniquement)

IMPORTANT

Le laçage doit être **serré** sur **toute** la longueur de la chaussure et les lacets doivent être noués **sur** la languette.

