

## Enneta kukkumisi väljas



Vali õige tallamuster! Jalatsi välistalla igal mustril on oma otstarve:

Varbaosa süvendatud muster annab parema tasakaalu (kallakust üles ronides asub inimkeha raskuskese eespool). Libisemise vältimiseks on varbaosa mustriga kontaktpinnad kannaosaga mustriga vastupidises suunas).

Jäik tallakaare tugi tagab kõndimisel parema tasakaalu, pakub jalküljele tuge ning vähendab väändumisriski.

Põrutuseneelaja vähendab põrutuse mõju lülisambale, põlvedele ja pahkluudele.



Kolme tugijoonega paindlik tald tagab parema takistuse. Sellise tallaga on mugav ka põlvili töötada.

Uuretega kannamuster suurel osal kannast tagab parema haardumise maapinnaga (kallakust alla minnes on inimkeha raskuskese suunatud tahapoole).

Allikas: Eesti Töötervishoid 4/2010  
Pilt: Deltaplus