

LA BONNE PAIRE DE CHAUSSURES EN EPS

Lors de la pratique à l'intérieur du gymnase nous demandons aux élèves d'apporter obligatoirement une paire de **baskets propres réservées à l'EPS** qu'ils chausseront dans le vestiaire juste avant le cours.



Inadaptées pour l'EPS :



Semelle fine:
=
Aucun amorti



Semelle plate/lisse:
=
Pas de soutien de la voûte



Toile souple:
=
Aucun maintient



Trop rigide:
=
Pas de confort



Adaptées pour l'EPS :

Une **semelle suffisamment épaisse** et souple pour amortir les chocs!

Laçage adapté = serré sur toute la longueur de la chaussure + lacets noués **sur la languette**.



Type Running



Type Tennis



Type Multisports

(La marque n'a aucune importance. Sans volonté de pub ni de contre-pub, voici quelques exemples de chaussures!)