

Условия эксплуатации спортивной обуви

Спортивная обувь должна соответствовать погодным условиям и особенностям занятий различными видами физических упражнений и спорта. Эксплуатировать спортивную обувь необходимо в зависимости от ее назначения и характеристик, как например не носить на улице обувь, предназначенную для занятия спортом в помещении. Обувь должна подходить по длине и ширине. Не надейтесь разносить тесную пару. При активном движении кровь будет приливать к стопе, и ее размер увеличится. Вам будет неудобно заниматься. Болтаться на ноге обувь тоже не должна, и тугой шнуровкой проблему не исправить. Благодаря шнуровке можно немного отрегулировать кроссовки относительно полноты стопы, но не длины.

Уход за спортивной обувью:

Хорошая спортивная обувь будет выполнять свои функции и сохранять свойства только при грамотном уходе.

Повседневный уход за спортивной обувью:

1. После тренировки просушите кроссовки при комнатной температуре. Не используйте мокрую обувь: она сильнее деформируется. Если бегаєте 2 раза в день, то заведите 2 пары кроссовок, чтобы одна из них успела высохнуть.

2. Кроссовки стоит стирать по мере их загрязнения. Прежде осмотрите спортивную обувь. Если на ней имеются приклеенные детали или частично нарушена целостность изделий, то лучше избегать стирки в машине-автомат. Все детали должны быть качественно прошиты. Удалите с подошвы грязь и мелкие камушки. Используйте щетку и любое другое подручное средство. Также не помешает подержать обувь под струей воды, чтобы смыть остатки загрязнений.

Перед стиркой обязательно вытащите стельки и шнурки из обуви. Стельки всегда стираются отдельно. Их можно положить в стиральную машину вместе с кроссовками или очистить вручную. В таком виде спортивная обувь очистится гораздо лучше.

Многие спортсмены стирают стельки чаще, чем сами кроссовки в целях гигиенической профилактики — это вполне оправданно. Обычные стельки от производителя можно стирать в стиральной машине. Индивидуальные ортопедические стельки напротив — следует стирать вручную. Для их очистки очень удобно использовать губку с жесткой абразивной стороной. Разложив стельки в раковине можно эффективно отмыть их под проточной водой намыленной губкой. Как только пена станет белой — стельки чистые.

Используйте специальный мешок для обуви. Это необходимо во избежание повреждения барабана машины-автомат, а также иллюминатора. При отсутствии такого приспособления можно поместить к изделиям старые полотенца, что уменьшит вибрацию и улучшит качество стирки.

Выставьте температуру. Ее показатель не должен превышать 40 градусов. Это не нарушит целостность отдельных элементов и обеспечит хороший результат. Выберите режим. Каждая современная машина-автомат оснащена деликатным режимом,

обеспечивающим щадящую стирку, но при этом лучше включать специальную программу для стирки обуви, если она предусмотрена производителем техники. Засыпьте порошок. Если есть необходимость постирать темную пару кроссовок, то лучше применять жидкое средство, которое не оставит видимых разводов. К белым кроссовкам можно добавить отбеливающий порошок без хлора.

Отключите ненужные программы. Не рекомендуется использовать отжим при стирке обуви, а также нельзя включать функцию сушки. Это может привести к потере формы изделий и другим деформациям. Нажмите кнопку «Старт». Следите за процессом и ждите звукового сигнала о его завершении.

3. Не рекомендуется сушить обувь на источниках отопления и вблизи открытого огня — это влечет порчу текстиля и отслоение мембраны от ткани в случае мембранных кроссовок. Кроссовки быстро сохнут под прямыми солнечными лучами, но если солнца рядом нет, воспользуйтесь следующими советами:

- Перевернуть кроссовки подошвой вверх, чтобы вода стекала не внутрь кроссовка.
- Внутри обуви можно вложить скомканную газету, которая быстрее впитает влагу.
- Кроссовки можно поставить рядом с источником отопления, но не ближе 10-15 см.
- Ускорить высыхание кроссовок можно, установив рядом вентилятор. Стельки сушатся отдельно от обуви. После сушки рекомендуется обработать кроссовки и стельки антибактериальным спреем.

4. Всегда надевайте носки под кроссовки. Не обувайте кроссовки на босую ногу. Это не только может спровоцировать появление мозолей, но и приведет к возникновению неприятного запаха обуви. Пот впитается в сетчатый материал кроссовок и вывести его будет очень трудно

5. Одевая и снимая обувь необходимо использовать обувную ложку. Не снимайте обувь, наступая на задник.