

Podotherapie Zolen

Gebruik

- Licht ongemak of spierpijn is normaal tijdens de gewenningsperiode. Bouw het gebruik van de zolen langzaam op met enkele uren per dag. Binnen 2 weken moet u de gehele dag de zolen kunnen verdragen. Daarna mag u de zolen ook dragen tijdens sporten.
- Zorg voor een vlakke ondergrond in de schoen. Verwijder alle onregelmatigheden of comfortzooltjes.

Onderhoud

- Haal uw zolen iedere avond uit de schoenen. Klop uw schoenen af en toe uit, om zand en stof te verwijderen.
- De meeste zolen hebben een kunststof bovenlaag, deze is eenvoudig schoon te houden met een vochtige doek.
- Leg natte zolen nooit bij de verwarming of kachel om te drogen, hierdoor kunnen ze opkrullen.

Tips & Trucs

- Krakende schoenen? Strooi een laagje talkpoeder in uw schoen.
- In een open schoen worden zolen eenvoudig op hun plaats gehouden met een stukje klittenband aan de onderzijde.
- Blote voeten in de schoen? Een kousenvoetje (katoen of badstof) om de zool met het elastiek aan de onderzijde bevordert het draagcomfort, de levensduur en maakt het schoonhouden makkelijker.
- Neem bij het kopen van nieuwe schoenen de zolen mee!
- Een jaarlijkse controle is aan te bevelen, de meeste verzekeringen vergoeden (gedeeltelijk) een paar zolen per kalenderjaar.
- **Bij nieuwe klachten, slijtage of vragen altijd contact opnemen!**

Podotherapie InKa

St. Willibrordusstraat 10, 6031 CZ Nederweert
Bernhardlaan 8, 6006 ZP Weert
T 0495-460001 | www.podotherapie-inka.nl

