

Bequemlichkeit ist Trumpf

MBT Schuhe gewährleisten gesundes Gehen

Menschen mit Knie- oder Rückenproblemen haben ihn längst für sich entdeckt: den Antischuh MBT. Eigentlich ist dieser Schuh ein modernes Trainingsgerät. Er nutzt die Masai Barefoot Technology. Das weltweit patentierte Sohlensystem des MBT simuliert Barfußgehen auf weichem Sandboden.

Die positive Wirkung von MBT beruht auf einem Prinzip, das "natürliche Instabilität" genannt wird. Ein Effekt, der eigentlich auch ganz ohne Hightech-Footwear erreichbar wäre: indem man sich ausschliesslich barfuss auf weichen, unebenen Naturböden wie Sand oder Moos fortbewegt. In der westlichen Industriegesellschaft ist dies nicht ganz einfach zu bewerkstelligen – aber für unsere Gesundheit ein Segen: Denn nur wenn der Körper selbst ohne stützendes Schuhwerk seine natürliche Balance halten muss, wird die wichtige gelenksnahe Muskulatur trainiert, die unseren Bewegungsapparat gesund hält. MBTs trainieren und kräftigen genau diese gelenksnahen, kleinen Muskeln, die unser "körpereigenes

Stossdämpfersystem" bilden. Dies geschieht durch eine patentierte Sohlenkonstruktion, deren Herzstück und wichtigster Bestandteil der weiche Masai Sensor ist. Er liegt unmittelbar unter der Ferse und imitiert einen unebenen Untergrund.



Dadurch entsteht die natürliche Instabilität, auf die der Körper automatisch mit kleinen Ausgleichsbewegungen reagiert. Die Zwischensohle mit integriertem Balancierbereich erfordert eine aktive Abrollbewegung des Fusses.

Im Zusammenspiel mit dem Masai Sensor wird auf diese Weise die Stütz- und Haltemuskulatur des gesamten Körpers angeregt und trainiert. Der MBT führt von einem passiven Haltungsmuster, das unser Skelett falsch belastet, in ein neues Gangbild, das Gelenke und den Rücken schont. Viele Träger nennen ihre MBT-Schuhe auch das kleinste Fitness-Studio der Welt! Die Anwendung ist gewöhnungsbedürftig. Gute Beratung und eine Testphase sind notwendig und hilfreich..

In Chiclana gibt es einen der wenigen Fachhändler: Titan-Sport, der darauf spezialisiert ist und wichtige Tipps geben kann. Der Fachhändler hält auch Sportkleidung und Spezialschuhe für alle Sportarten bereit. Weitere Händler sind in Nerja, Jaen und Madrid.



Fachgeschäft für Kleidung und Schuhe für Laufsport und Triathlon

Offizielle Verkaufsstelle für MBT



Avd. Pescadores s/n. Centro Comercial Hércules, 3. La Barrosa. Chiclana.

www.titansports.es

Geöffnet: Montag bis Samstag: 11.00 bis 14.00h und 17.30 bis 20:30h

Telefon: 956 49 84 60