

2013-09-29

Att testa sina steg

Jag befinner mig på en klinik specialiserad på fötter. Måste vara en populär sådan för det tog över en månad för att få en tid. Anledningen kanske du frågar. Ja, det var att jag får ont i fötterna efter att jag spelat badminton, men aldrig annars.

Jag sitter alltså på en bänk i ett rum som liknar mer en affär än en klinik. Men om jag tittade längst bak i butiken så kunde jag se olika dörrar som jag misstänkte ledde till olika besöksrum. Nu så här efteråt vet jag att verksamheten är både att undersöka fötter, men även att sälja skor med eller utan tillverkade inlägg. Strax efter min ankomst blev jag hämtad av en kille i medelålderns. Mycket riktigt att vi gick in i en av de bakre dörrarna. Jag fick berätta om min åkomma och killen berättade att han förutom på denna klinik även arbetade på stadens lasarett med fötter.

Jag hade läst på lite om fötter inför besöket och kom då jag fram till att jag nog bara använde fel skor. Så syftet med besöket var svaret på om jag gissat rätt. Inför skoköp så ville jag också veta om det är några speciella skor som mina fötter behövde. Kanske behövde jag inlägg i dom vilken denna klinik då kunde konstruera. Inlägg som var anpassade till både skorna och just mina fötter.

Det kliniken gör när dom testar fötter är att man undersöker var man lägger tyngden på foten när man står och när man tar mig fram. Vid just "stå" så fick jag stå på en genomskinlig platta, som visade med färg var min tyngdpunkt låg.

Jag var lite nervös inför besöket eftersom jag hört att jag skulle få springa på ett löparband. Jag vet ju själv när jag löper att när jag väl kommer in i andra andningen så byter jag löpstil så stegen blir lättare. Det skulle i så betyda att jag skulle behöva löpa ganska länge...

Nervositeten handlade om om jag skulle klara av att löpa på ett sådant band över huvudtaget. I mitt huvud spelades upp en film som bestod av att jag bokstavligen flyger av löpbandet, så som man sett "tabbar" på någon Tv-kanal.

Mina misstankar var rätt att jag använde fel skor på badminton. Dom var för ostabila på skorna båda sidor. Men jag hade inget behov av inlägg. När det gällde löpbandet så sa killen samma sak som jag om tiden för att se den riktiga löpstilen och det räckte med att gå på det elektriska banan. När jag gick på banan i lite raskare takt spelades min gångstil in. Efteråt analyserade killen filmen som visade min gångstil i slowmotion vilket jag tyckte var mycket intressant. Skorna jag använde vid gång var två olika skor. Mina vanliga löparskor och några nya löparskor som fanns i butiken. Eftersom min åkomma gällde just badminton så hade jag tagit med dessa också. När det gällde oroligheten för löpningen så försvann den helt när jag började gå på banan som var bredare än dom jag sett förut och såg rejäl ut. Jag minns att jag tänkte att denna skulle jag visst kunna springa också på.

Nåväl, var besöket värt 300:-. Absolut. Jag fick svar på mina frågor och har en bra grund vid val av skor. Det enda som killen sa, som jag inte tyckte stämde var när han pratade om hur ofta man ska köpa nya skor. Det första han sa när han såg mina nuvarande löparskor och fick reda på att dom är ca 6 år var att dom hade väldigt lite slitage men dom börjar bli slitna. Senare efter gången frågade jag honom hur medelslivslängden var på löparskor och svaret var att man ska byta en gång per halvår...

En sista anteckning om denna händelse är väl att kille vid ett tillfälle sa att människor över 100 kg inte borde löpa. Jag skrattade till och sa;

- Här ser du en som gjorde det förr när jag vägde så...

/Ludde