

Vejle, 28. juni 2012

Jan har marcheret 11.000 kilometer med Formthotics

Jan Pennerup Kristensen tog for nylig afsked med en trofast følgesvend, som bogstaveligt talt har støttet ham igennem mere end 11.000 kilometers march.

Et par specialtilpassede Formthotics indlægssåler har siden 2002 været i støvlerne, når nordjyden har trænet til og deltaget i Hjemmeværnets såkaldte Makoni-marcher på 650 kilometer.

Men efter 10 års brug og en distance svarende til en kvart omgang jorden rundt, har Jan Pennerup fået fremstillet et par nye Formthotics indlægssåler, så han er klar til 2012-udgaven af marchen.

- Så har de gamle også holdt 11.264 kilometer, så det må siges at være godkendt, griner Jan Pennerup Kristensen, som fører log over samtlige trænings- og marchkilometer. En træningsweekend kan godt give op til 150 kilometer i bogen.



Dags-etaper op til 60 km

Den 30. juni lyder starten til Makoni-marchen 2012, som i løbet af 16 dage går fra Kastellet i København til Nijmegen i Holland. Herfra knytter danskerne sig til den berømte Nijmegen March, som strækker sig over fire dage og 140 kilometer.

Makoni-marchen havde premiere i 2002 og gennemføres hvert femte år, og Jan Pennerup og størstedelen af hans march-kammerater kunne ikke drømme om drage afsted uden Formthotics i støvlerne.

Når man går etaper på 30, 40 og op til 60 kilometer på en dag – iført støvler, uniform og med en halv snes kilos oppakning – så belaster man naturligvis kroppen og især fødderne ganske kraftigt:

Trykket fordeles

- Men der er Formthotics et fantastisk hjælpemiddel, som virkelig gør en forskel, kan vi konstatere. Formthotics gør, at man har perfekt støtte under hele foden, fordi indlægssålerne opvarmes, så de modelleres nøjagtigt efter ens fodflade. Det betyder, at trykket og belastningen fordeles over hele fladen, og derved er der langt mindre risiko for ømhed og overbelastning, fortæller Jan Pennerup.

Han tilføjer, at når han har slidt et par støvler op, flytter han blot indlægssålerne over i de nye, så de skal ikke "gås til" i nær samme grad som uden Formthotics.

Bruger sommerferien

Jan Pennerup bruger hele sin sommerferie på Makoni- og Nijmegen-marchen, og det gør han med den største fornøjelse.

- Der er så mange oplevelser undervejs og et fantastisk kammeratskab. Og når vi marcherer igennem Nijmegen med faner og flag, mens folk klapper os frem, ja så står alle ens hårinkelret på kroppen, lyder det fra Jan Pennerup.

Formthotics forhandles hos fysioterapeuter landet over via SportsPharma i Vejle – se mere på www.sportspharma.dk.

- Kontakt:
Direktør Niels Jensen, SportsPharma, tlf: 75 84 05 33, mail: niels@sportspharma.dk