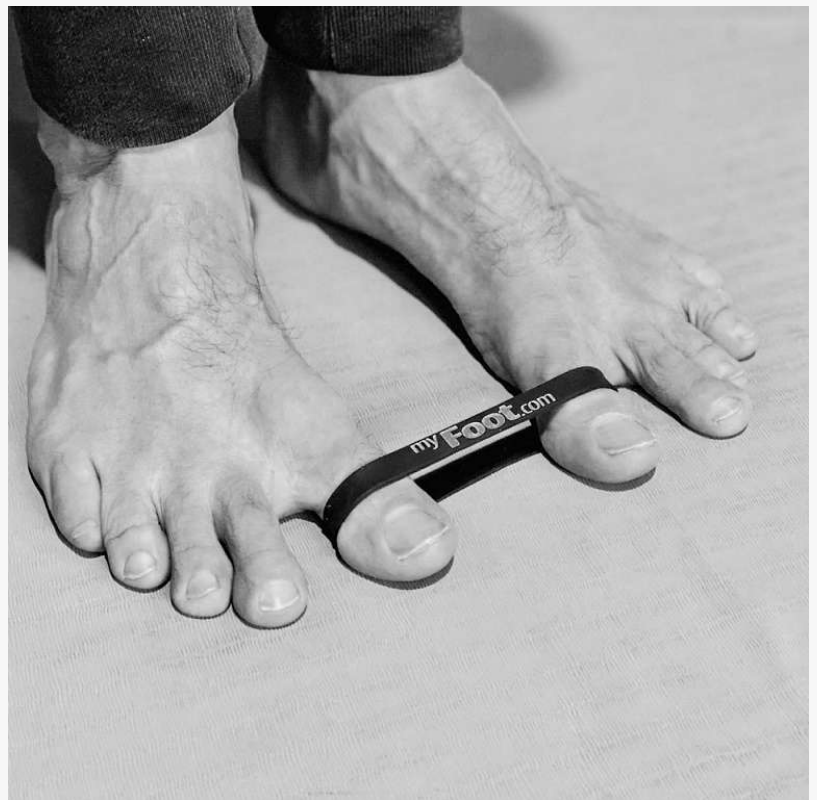


# Joe Nimble: Drei Fäuste gegen den Hallux Valgus

*Nur drei Prozent der Menschen in modernen Industriegesellschaften haben noch ihre natürliche Fußform.*

BIETIGHEIM-BISSINGEN, BADEN-WÜRTEMBERG, DEUTSCHLAND, October 7, 2021 /EINPresswire.com/ -- [Joe Nimble](#): 3 Fäuste gegen den Hallux valgus

Nur drei Prozent der Menschen in modernen Industriegesellschaften haben noch ihre natürliche Fußform. Der Rest leidet unter Fehlstellungen der Zehen, die sich im schlimmsten Fall zum Hallux valgus ausweiten können. Der Spezialist für Functional Footwear, Joe Nimble, stellt ein dreistufiges Maßnahmenpaket gegen Fußfehlstellungen vor.



Toega ist Yoga für die Zehen

An jedem letzten Mittwoch im Juni ist der "Tag des Fußes". Dabei hätten die Füße mehr als nur einen Ehrentag pro Jahr verdient. Denn das Gesamtwerk aus 28 Knochen, 33 Gelenken, drei Ebenen von Bändern und mehr als 100 inneren und äußeren Muskeln ist jeden Tag Höchstbelastungen ausgesetzt. Die Folge: bis zu 42 Prozent der erwachsenen Bevölkerung leiden unter Fußschmerzen.

Einer der Gründe für dieses Probleme ist falsches Schuhwerk. Jede fünfte Frau gibt in Befragungen an, mindestens einmal pro Woche Schuhe zu tragen, die Schmerzen verursachen. Acht Prozent tragen täglich schmerzende Schuhe. Insgesamt haben weniger als drei Prozent der Menschen in modernen Industriegesellschaften noch ihre natürliche Fußform beibehalten. Bei mehr als 97 Prozent der Menschen haben sich die Zehen im Laufe der Zeit falsch ausgerichtet und der klassischen Schuhform angepasst, die sich im Vorderfußbereich durch eine symmetrische und schmale Zehenbox auszeichnet, die die Zehen verschiebt und zusammendrückt. Das Problem beginnt früh: Schon bei Kindern im Alter von zehn Jahren lässt sich beobachten, dass die Füße anfangen, ihre natürliche Form und Funktion zu verlieren.



Wir beschäftigen uns seit mehr als 40 Jahren mit der Biomechanik des Fußes. Eine korrekte Zehenstellung ist elementar für lebenslang schmerzfreies Laufen."

*Sebastian Bär*

Im schlimmsten Fall entwickelt sich im Laufe der Zeit ein so genannter Hallux valgus, eine Fehlstellung der Großzehe, die häufig so große Probleme bereitet, dass sie operativ behandelt werden muss. Doch so weit muss es nicht kommen - wenn man seinen Füßen mehr Beachtung schenkt. Der Spezialist für Functional Footwear, Joe Nimble, hat einen Drei-Stufen-Plan entwickelt, um Fußfehlstellungen zu verbessern.

### Schritt 1: Fehlstellung messen

Weil Erkenntnis der erste Schritt zur Besserung ist, hat Joe Nimble als weltweit erster Schuhhersteller zusammen mit dem AR-Spezialisten Tryfit einen biometrischen [Fuß-Scanner per App](#) entwickelt, der ein millimetergenaues 3D-Modell des eigenen Fußes erstellt und dabei auch den Hallux-Winkel berücksichtigt. Um ihren Fuß zu vermessen, müssen die Nutzer diesen lediglich auf ein weißes Din-A4-Papier stellen und die App auf ihrem Smartphone öffnen. Anschließend unterstützt das Programm mithilfe von Führungslinien die Anwender\*innen dabei, die Kamera in der richtigen Einstellung über den Fuß zu bewegen.

Das errechnete 3D-Modell weist den Hallux-Winkel im Detail aus. Dabei gelten folgende Abstufungen:

Natürliche Zehstellung: +5 bis 0 Grad

Normale Zehstellung: 0 bis -8 Grad

Klinischer Hallux valgus: > -8 Grad

### Schritt 2: [Yoga für die Füße](#)

Auch bei der Verbesserung der Fußgesundheit unterstützt künftig die App - mithilfe sogenannter TOEGA-Übungen. Wer diese regelmäßig ausführt, kann Fehlstellungen aufhalten oder sogar verbessern. Spezielle Übungen finden sich auch unter

<https://www.joe-nimble.com/de/explore/be-nimble/toega/>.

### Schritt 3: Die Zahnsperre für den großen Zeh

Eine weitere Innovation von Joe Nimble ist die innovative Sandale recoverToes, die die Wiederherstellung der natürlichen Fußfunktion unterstützt und Schmerzen bei verschiedenen Fußproblemen reduziert. Das Prinzip ähnelt dem einer Zahnsperre: Sie bringt die Großzehe in ihre natürliche Position und verändert dadurch langsam und progressiv die Struktur des Fußes, während sie stark belastete Stellen entlastet. Dies hilft den Muskeln, sich entsprechend

anzupassen und unterstützt positive Auswirkungen auf die Biomechanik, den Gang und die Verletzungsprävention. Mithilfe von zum Patent angemeldeten ToeRite-Clips in drei Größen kann die Abspreizung der Großzehe Schritt für Schritt gesteigert werden. So wird der große Zeh allmählich wieder in seine natürliche Position gebracht sowie die ursprüngliche Funktion der Großzehe zur Verankerung und Stabilisierung des Fußes unterstützt.

“Wir beschäftigen uns seit mehr als 40 Jahren mit der Biomechanik des Fußes”, erklärt Joe Nimble-Geschäftsführer Sebastian Bär. “Eine korrekte Zehenstellung ist elementar für lebenslang schmerzfreies Laufen. Dafür setzen wir uns mit all unserem Wissen und unserer Kraft ein – getreu dem Firmenmotto ‘For the betterment of Runners’.

### Über Joe Nimble

Joe Nimble ist Pionier auf dem Gebiet „Toefreedom“ und "Functional Footwear". Seit rund zehn Jahren verfolgt Firmengründer Sebastian Bär dabei eine Mission: Läufer sollen ihren Sport dauerhaft schmerzfrei ausüben können.

Zusammen mit Lee Saxby und weiteren weltweit anerkannten Experten für Lauftechnik und Biomechanik hat Sebastian Bär ein revolutionäres Schuhdesign für natürliche Zehenfreiheit und maximale Stabilität entwickelt. Das Sortiment umfasst aktuell Schuhe aus dem Bereich Performance (Road, Trail, Gym und Recovery), Lifestyle und Kids. Für sein Engagement in Sachen Fußgesundheit wurde Joe Nimble unter anderem mit dem Red Dot Award, dem German Design Award Special Mention sowie als Top Innovator ausgezeichnet. Hinter Joe Nimble steht das Traditionsunternehmen BÄR GmbH, seit 40 Jahren eine der weltweit führenden Manufakturen für Schuhe, die gesundes und bequemes Gehen unterstützen. Der in zweiter Generation geführte Familienbetrieb setzt auf hochwertige Materialien, innovatives Design, handwerkliche Spitzenqualität und Nachhaltigkeit. Unter der Geschäftsführung der Gründersöhne Christof und Sebastian Bär sowie Werner Ruf beschäftigt die BÄR GmbH / Joe Nimble an Standorten Ludwigsburg und in Indien über 500 Mitarbeiter.

Saskia Müller

Saskia Müller PR, Events & Coaching

+491783421567 ext.

[email us here](#)

Visit us on social media:

[Facebook](#)

---

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/553089656>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2021 IPD Group, Inc. All Right Reserved.