

Welche Fußballschuhe sollte man wo tragen?

Fußballschuhe sollte man am besten im Fachgeschäft kaufen, sie sollten aus Leder sein, wenngleich Kunstleder preiswerter ist. In Lederschuhem können die Füße aber besser „atmen“. Außerdem ist Leder wesentlich strapazierfähiger. Der Schuh ist am haltbarsten, wenn die Sohle angenäht ist. Der Fuß benötigt etwa 0,5 bis 1 cm Platz, weil er sich bei Belastung ausdehnt und im Wettkampf zudem noch Stutzen getragen werden. Fußballschuhe sollten daher niemals passgenau gekauft werden.

Anhand der nachfolgenden Übersicht kann man erkennen, welche Schuhe man wo tragen kann. Viele Spieler wissen das nicht und fragen häufig ihren Trainer, der dann informiert sein sollte. Ab der C-Jugend sollte jeder Spieler über mindestens 2 Paar Fußballschuhe verfügen (je eine für's Training und Spiel; nach Möglichkeit ein Paar für Rasen und eins für Asche – sofern dieser Untergrund überhaupt noch vorhanden ist).

	Stollenschuh	Nockenschuh	Multinockenschuh	Indoorschuh
trockener Rasen	ja	ja	ja	
tiefer Rasen	ja	ja	nein	nein
Asche	nein	ja	ja	
Kunstrasen	nein	ja	ja	(ja)
Frostboden	nein		ja	
Halle	nein	nein	(ja)	ja

(ja = Schuhe kann man tragen, nein = Schuhe sollten auf keinen Fall getragen werden, (ja) = in Ausnahmefällen machbar)