

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour publication immédiate

Luxembourg, 27 mars 2025

Nouvelle étude à grande échelle pour explorer l'amorti des chaussures de course et la prévention des blessures

Le Luxembourg Institute of Health et Decathlon collaborent sur une recherche innovante impliquant plus de 1 000 coureurs.

Le groupe de recherche « Physical Activity, Sport and Health » (PASH) du Luxembourg Institute of Health (LIH), en partenariat avec l'enseigne française d'articles de sport Decathlon, lance une nouvelle étude ambitieuse visant à explorer le rôle de l'amorti des chaussures de course dans la prévention des blessures. Ce projet de grande envergure analysera l'impact de différentes solutions d'amorti sur le risque de blessure dans une cohorte de plus de 1 000 coureurs sur une période de six mois.

L'étude examinera en particulier comment le matériau d'amorti à l'arrière et à l'avant des chaussures de course influence la probabilité de blessure. Trois modèles distincts de chaussures seront testés, chaque participant recevant une paire gratuite et partageant ses données de course via sa montre de sport. Les participants signaleront également chaque semaine leurs éventuelles blessures via une application web dédiée et retourneront les chaussures à la fin de l'étude pour une analyse plus approfondie.

« Cette nouvelle étude s'appuie sur une collaboration longue et fructueuse avec Decathlon et vise à apporter un nouvel éclairage sur l'effet de l'amorti sur le risque de blessure », déclare le Dr Laurent Malisoux, responsable du groupe PASH au LIH.

Cédric Morio de Decathlon ajoute : « En tant que concepteur et fabricant majeur d'équipements sportifs, Decathlon et Kiprun sont ravis de collaborer avec le LIH sur cette étude essentielle. Comprendre le rôle de la construction des chaussures de course dans la prévention des blessures contribuera à améliorer la santé et le bien-être des coureurs du monde entier. »

Cette recherche fait suite à une précédente étude de grande envergure menée par le LIH et Decathlon entre 2017 et 2020, qui a analysé plus de 24 000 sessions de course totalisant 220 000 km chez plus de 800 coureurs amateurs. Les résultats ont révélé qu'un amorti accru était associé à un risque plus faible de blessures liées à la course. Notamment, les coureurs portant des chaussures avec un amorti réduit présentaient un risque de blessure supérieur de 52 %, les blessures affectant principalement les chevilles (26 %), les genoux (22 %) et les jambes inférieures (18 %). Ces résultats soulignent l'importance du design des chaussures dans la prévention des blessures, en particulier pour les coureurs plus légers, qui semblaient plus vulnérables aux blessures avec des chaussures moins amorties.

Avec cette nouvelle étude, les chercheurs du LIH visent à mieux comprendre les propriétés de l'amorti, en particulier les nouvelles mousses « extra souples » situées à l'arrière et à l'avant de la chaussure, et leur impact sur le risque de blessure. Les résultats devraient fournir des recommandations précieuses tant pour les coureurs que pour les fabricants de chaussures, influençant ainsi les futurs designs pour optimiser la prévention des blessures et la performance en course.

Les chercheurs encouragent toute personne intéressée à postuler pour participer à l'étude [sur le site du LIH](#).

A propos du Luxembourg Institute of Health (LIH)

Le Luxembourg Institute of Health (LIH) est un établissement public de recherche biomédicale focalisé sur la santé de précision et investi dans la mission de devenir une référence de premier plan en Europe pour la traduction de l'excellence scientifique en avantages significatifs pour les patients.

Le LIH place le patient au cœur de toutes ses activités, animé par une obligation collective envers la société d'utiliser les connaissances et les technologies issues de la recherche sur les données dérivées des patients pour avoir un impact direct sur la santé des personnes. Ses équipes dévouées de chercheurs multidisciplinaires visent l'excellence, en générant des connaissances pertinentes liées aux maladies immunitaires et au cancer.

L'institut considère les collaborations, les technologies de rupture et l'innovation des processus comme des opportunités uniques d'améliorer l'application des diagnostics et des thérapies dans le but à long terme de prévenir les maladies.

À propos de Decathlon et Kiprun

KIPRUN est une marque spécialisée du groupe DECATHLON, dédiée à la course sur route et au trail. Ses ingénieurs, designers et chefs de produit développent des produits toujours plus techniques et innovants, ainsi que des services visant à faciliter la pratique de la course sur route et du trail. KIPRUN couvre 100 % des besoins des coureurs et leur permet de se concentrer uniquement sur le plaisir de courir !

DECATHLON est un concepteur et fabricant innovant d'articles de sport pour tous les niveaux. Avec 101 000 collaborateurs et 1 750 magasins dans le monde, DECATHLON et ses équipes œuvrent depuis 1976 pour réaliser une ambition continue : faire bouger les gens à travers les merveilles du sport, afin de les aider à être en meilleure santé et plus heureux dans un avenir durable.

Contact scientifique :

Dr. Laurent Malisoux

Group Leader, Physical Activity, Sport & Health (PASH)

Luxembourg Institute of Health

E-mail : Laurent.malisoux@lih.lu

Contact presse :

Arnaud D'Agostini

Head of Marketing and Communication

Luxembourg Institute of Health

Tel: +352 26970-524

E-mail : communication@lih.lu