



Правила подбора палок для скандинавской ходьбы

Рост см	200	195	190	185	180	175	170
Длина палок см	135-140	130-135	125-130	122-125	117-120	115-117	112-115
Рост см	165	160	155	150	145	140	135
Длина палок см	110	105-107	100-105	100	95	95	90

