

FOR YOUR MOUNTAIN



ВНИМАНИЕ! Некоторые виды горного туризма, альпинизма и скалолазания, включая техничные восхождения, зимние восхождения, а также ледолазание и прочие, потенциально опасны и могут привести к травмам. Любой человек, использующий снаряжение La Sportiva®, несет персональную ответственность за освоение правильных техник лазания и восхождения, самостоятельно взвешивает риски и берет на себя полную ответственность за любые травмы, в том числе за собственную смерть, которая может стать результатом занятий этими видами спорта.

Какие скальные туфли La Sportiva® выбрать

Какой размер скальных туфель мне взять?

- Ваша первая пара скальников должна быть не слишком узкой, но при этом достаточно плотно сидеть на ноге, в отличие от обычной повседневной обуви.
- Ваш большой палец должен доходить до самого носка туфель, но пальцы не должны загибаться полностью вверх. Если ваши пальцы скрючены, или свод стопы сводит судорогой, или если вы не можете полностью опустить пятку в туфли - попробуйте взять скальники на полразмера больше, пока не получите плотную посадку, которая также будет близка к комфортной.
- Не должно быть пустот под сводом стопы или вокруг пятки.
- Обратите внимание на материал. Кожаные модели туфель будут растягиваться больше, чем туфли из синтетических материалов. Скальники с накладками из резины поверх основного материала растягиваются меньше, чем обувь без них.

Пять основных ошибок, которые совершают новички при покупке первых скальных туфель

1. **Выбор чересчур комфортного размера туфель.** Хотя дискомфорт в ногах не является самоцелью, комфорт не является главным критерием, на который вы должны ориентироваться при покупке скальников. Вместо этого учитывайте вид скалолазания, которым вы планируете заниматься, и тип стопы.
2. **Использование носков.** Скальные туфли не предназначены для использования с носками, для этого попросту не должно оставаться место в туфлях.
3. **Покупка самой дешевой модели.** Если вы новичок и не знаете, сколько вы на самом деле будете заниматься, имеет смысл купить более демократичную модель туфель. Но если вы уже достаточно лазили, чтобы понять, что скалолазание будет частью вашей жизни, то лучше приобрести промежуточную модель скальных туфель, в которой вы сможете вырасти технически.
4. **Покупка самой дорогой модели.** Когда вы впервые начинаете лазить, ваша работа ног будет далека от идеала. А плохая работа ног сокращает срок службы ваших туфель. Новички могут сносить свою первую пару туфель намного быстрее, чем более продвинутые скалолазы, поэтому лучше купить более дешевую модель и поработать над своей техникой, прежде чем основательно потратиться и купить топовые туфли. К тому же, не имея в начале достаточно технических навыков, вы вряд ли сможете оценить по достоинству все преимущества профессиональных моделей.
5. **Доверять мнению продавца, который не лазает.** Разумно прислушиваться к мнению консультантов в магазине, но не относитесь к их словам как к истине. При выборе скальников ориентируйтесь на свой опыт лазания и личные ощущения.



Уход за скальными туфлями La Sportiva®

1. Не убирайте туфли в рюкзак сразу после использования. Дайте им проветриться в течение некоторого времени. Не забывайте вытащить туфли из рюкзака после тренировок!
 2. Подошва должна протираться после каждого использования, чтобы гарантировать оптимальные характеристики для лазания. Мы рекомендуем протирать её влажной тканью и сушить на воздухе, избегая попадания прямых солнечных лучей.
 3. Следите за износом вашей обуви и заботьтесь о ней, прежде чем появляются сильные повреждения.
 4. Подошву необходимо заменить до ее полного износа для предотвращения повреждения ранта на мыске туфель.
 5. Никогда не оставляйте вашу обувь в багажнике машины на жаре или под прямыми солнечными лучами.
 6. Если ваши туфли вдруг промокли, дайте им высохнуть самостоятельно на воздухе и не используйте нагревательные приборы.
 7. Чтобы минимизировать неприятный запах, то можно использовать специальные носки - Climbing socks.
 8. Храните обувь вдали от прямых солнечных лучей и сильной жары.
 9. **Никогда не стирайте скальные туфли в стиральной машине.**
- Стиральный порошок может повредить кожу, а стирка деформировать форму, натяжение и посадку туфель.

