

# FOR YOUR MOUNTAIN



## Как подобрать правильно размер трекинговых кроссовок

### 1. Измерьте стопу

- Встаньте на лист бумаги вечером (когда стопа немного увеличена).
- Обведите контур и измерьте длину от пятки до самого длинного пальца.
- Сравните с таблицей размеров La Sportiva.

### 2. Учитывайте особенности

- Пальцы не должны упираться в переднюю часть.
- Оптимально 1-1,5 см свободного пространства (проверьте, нажав на носок: палец не должен чувствовать край).
- Пошевелите пальцами – они не должны быть сжаты.
- Стопа не должна "ездить" внутри.
- Шнуровка должна плотно фиксировать среднюю часть стопы.
- В подъеме не должно быть сильного давления.

◆ **Важно!** В трекинговых кроссовках нельзя брать размер впитык – на спусках нога будет упираться в носок, что приведет к травмам ногтей.

Учитывайте, что российский размер на 1,5 - 2 размера меньше, чем европейский размер в обуви La Sportiva.

### !!! Пример подбора размера

Если ваш российский размер — 43RU (российский), то заказывайте 43RU/44,5.

В заказе будут кроссовки 44,5EU (европейский) размер.

? Остались вопросы по выбору размера или модели?

Напишите нам — поможем подобрать идеальный вариант!

