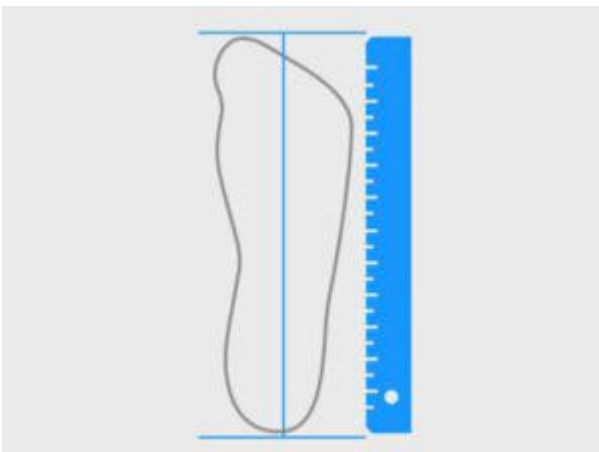


Guida misura del piede

1. Misura la lunghezza del piede : mettiti in piedi ed appoggia il piede su un foglio di carta, con una matita inclinata a 90 gradi, quindi il più possibile diritta rispetto al foglio, disegna sul foglio la forma del piede



Quindi misura, in centimetri, la lunghezza massima del piede dall'alluce al tallone



2. Misura il collo e la calzata del piede : ora, sempre restando in piedi, con un metro da sarta, misura, in cm, da destra a sinistra, *il collo del piede, cioè la parte più alta del piede, (A) e la calzata del piede, cioè la parte più larga del piede (B)*



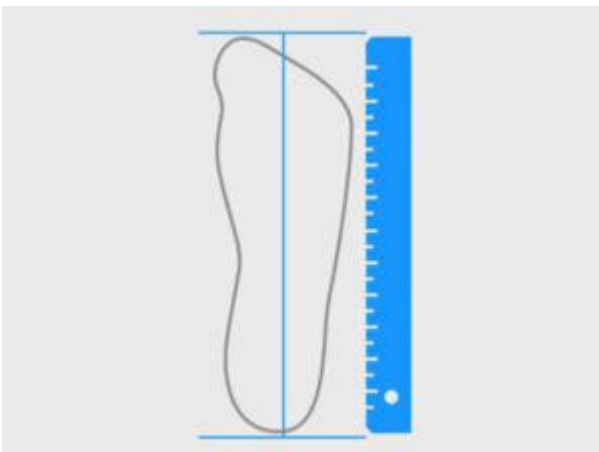
3. Ripeti la misurazione anche per l'altro piede, è utile avere le misure di tutti e 2 i piedi.

Foot size guide

1. Measure the length of the foot: stand up and place your foot on a sheet of paper, with a pencil inclined at 90 degrees, so as straight as possible with respect to the sheet, draw the shape of the foot on the sheet



Then measure, in centimeters, the maximum length of the foot from the big toe to the heel



2. Measure the instep and the fit of the foot: now, still standing, with a tape measure, measure, in cm, from right to left, the instep, that is the highest part of the foot, (A) and the fit of the foot, the widest part of the foot (B)



3. Repeat the measurement for the other foot as well, it is useful to have the measurements of all 2 feet..