

Jak vybrat správnou velikost

Aby nám boty pro turistiku dobře sloužily, musíme si vybrat tu správnou velikost. Větší boty nebudou dobře fixovány na nohy a budou se nám pravděpodobně při chůzi vyzouvat. Naopak menší boty nás budou po delší chůzi tlačit, budeme v nich mít stísněný pocit.

Doporučujeme při nákupu obuv řádně a důkladně vyzkoušet, ať už ve specializovaných prodejnách s vyškoleným personálem nebo v klidu domova (při nákupech v internetovém obchodě). Obuv by měla dobře padnout tvarem i velikostí. Nespoléhejte se na číslování výrobců – jsou mezi nimi velké rozdíly.

Je žádoucí držet se při výběru a zkoušení velikosti těmito zásadami:

- Zkoušejte vždy celý pár
- Obuv zkoušejte nejlépe v odpolední nebo večerní době, jelikož chodidlo se v průběhu dne zvětšuje
- Vezměte s sebou do obchodu i silnější ponožky, pokud je budete také používat
- Pokud si nebudete jisti správnou velikostí, vyzkoušejte i velikost menší (popř. větší)
- V botě byste se měli cítit komfortně, prsty by měly mít dostatek prostoru pro pohyb a nejdelší prst by se neměl dotýkat špičky vnitřku obuvi. Pokud posunete chodidlo nadoraz do špičky boty, měl by vzniknout v patní části volný prostor cca 5 - 10 mm - přibližně na prst
- Chodidlo by se nemělo v botě výrazně pohybovat nebo naopak by Vás neměla bota tlačit (svírat) v žádném místě
- Při chůzi se bota nesmí v patní části vyzouvat
- V ohybu při sešlápnutí špičky by se neměl dělat příliš výrazný lom materiálu svršku boty směrem k chodidlu. Výrazný lom znamená, že bota je příliš velká, nebo že tvar kopyta boty je příliš vysoký nebo široký vzhledem k vašemu chodidlu.

Správnou velikost chodidla můžete zjistit i vlastním měřením. Přitiskněte patu chodidla kolmo ke stěně. Pod nohu vložte papír. V místě, kde je nejdelší prst udělejte rysku. Změřte kolmici od této rysky ke spodní hraně papíru. Změřená délka v cm představuje metrickou míru (cm) – viz naše tabulka velikostí. Z metrické míry si můžete snadno odvodit správnou velikost v anglickém (UK) nebo francouzském (EU) číslování.

Tabulka velikostí:

CM - metrické číslování - v cm (délka vnitřní stélky)

EU - francouzské číslování

UK - anglické číslování

		
EU	UK	Délka stélky (cm)
36	3,5	23,4
37	4	24
38	5	24,6
39	6	25,3
40	6,5	26
41	7	26,6
42	8	27,2
43	9	27,9
44	9,5	28,6
45	10	29,3
46	11	30
47	12	30,6
48	13	31,3