

# RICHTIG MASS NEHMEN!

**Es werden immer die Maße des rechten und linken Fußes benötigt!**

Trittspur und Maße werden am besten im Stehen oder im Sitzen, mit größerer Belastung auf den Fuß, abgenommen.

## **Zeichnen Sie zu Beginn eine Trittspur:**

Bei gleichmäßiger Belastung beider Füße wird die Trittspur (der Fußumriss), auf eine geeignete Unterlage gezeichnet. Der dafür verwendete Stift (in Bleistiftstärke) muss in senkrechter Haltung, den Fuß immer berührend, umfahren.

(Siehe Abb.: 1 )



Abb.: 1 Trittspur

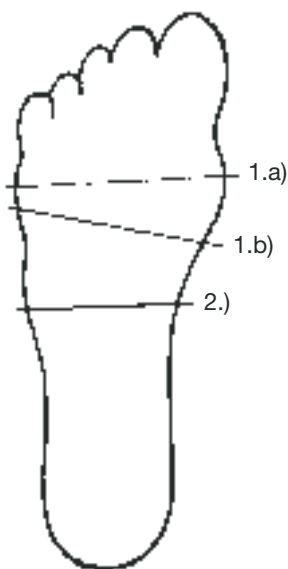


Abb.: 2 Weitenmaße

## **Der zweite Schritt ist das Abnehmen der Weitenmaße:**

Die abgenommenen Weitenmaße können Sie auf Ihrer Trittspur eintragen. *Kennzeichnen* Sie die genauen Stellen, wo Sie Ihr Maßband angesetzt haben, durch gut sichtbare Linien auf Ihrer Trittspur. Das Maßband muss um den Fuß, bei den zu messenden Stellen gelegt werden! Es darf nicht zu locker, aber auch nicht zu fest anliegen. Die Füße müssen während des Maßnehmens, unter Belastung auf der Trittspur verbleiben.

## **Messen Sie nun DEN UMFANG der angegebenen Reihenfolge an folgenden Stellen des Fußes.**

- 1.a) Ballenmaß: Über den Großzehenballen zum Kleinzehenballen.
- 1.b) Unter dem Großzehenballen zum Kleinzehenballen
- 2.) Ristmaß: Wird über das Keilbein und den Höcker des fünften Mittelfußknochens (höchste Stelle des Ristes) gemessen.
- 3.) Fersenmaß: Wird vom hinteren unteren Fersenrand zur Fußbeuge gemessen.
- 4.) Knöchelmaß: Messen Sie an der schwächsten Stelle des Beines oberhalb der Fußknöchel.

**Die nachstehenden Maße benötigen Sie, wenn Sie Stiefel anfertigen lassen.** Wenn Sie eine Hose im Stiefel tragen wollen, müssen Sie über die Hose messen und dies auf Ihrem Maßblatt vermerken:

- 5.) Wadenmaß: Nehmen Sie an der stärksten Stelle Ihrer Wade ab.
- 6.) Abschlußmaß: Messen Sie unterhalb der Kniekehle
- 7.) Höhenmaß: Von Ihrer Auftrittsfläche bis zum Köpfchen des Wadenbeines.

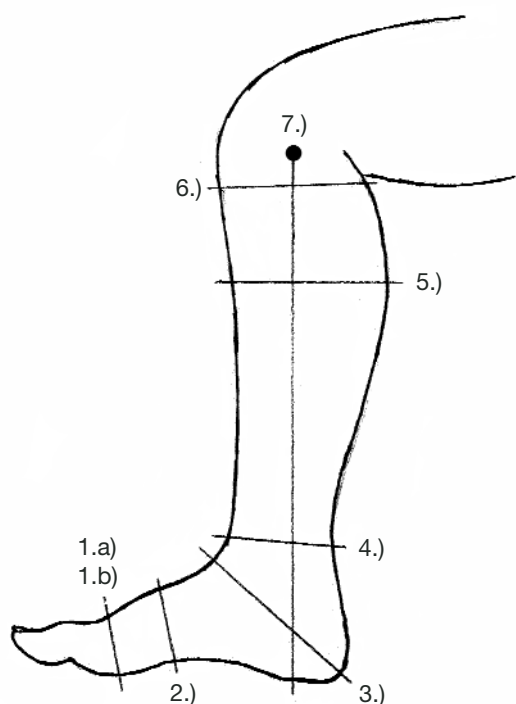


Abb.: 2a Weitenmaße



**Weitere wichtige Vermerke auf Ihrem Maßblatt:**

Falls Sie Druckstellen oder empfindliche Stellen an Ihren Füßen haben, vermerken Sie diese auf Ihrem persönlichem Maßblatt.

Sollten Sie zu diesem Zeitpunkt noch genug Ausdauer und Verständnis für meinen Wissensdurst, bezüglich Ihrer Füße, haben, hätte ich noch gern eine Seitenansicht Ihrer Füße:

Verwenden Sie dazu die Rückseite Ihres Maßblattes und ein Buch im Format A4, oder größer. Stellen Sie das Buch mit der Rückseite Ihres Maßblattes im rechten Winkel zum Boden, stellen Ihren Fuß dazu und zeichnen die Seitenansicht Ihrer Füße auf das Blatt. Dies ermöglicht mir die Höhe Ihrer Zehen, des Fußrückens und den Bogen Ihrer Ferse in meine weiterführende Arbeit zu berücksichtigen.

**WICHTIG:** Senden Sie mir bitte Ihre persönlichen Maßblätter per Post, da weder Fax noch e-mail die genauen Maße senden!!

---

An Schuhmachermeister  
Alfred Neidhart  
Hafnergasse 3  
A-1020 Wien

**Österreich**



**RECHTS:**

Ballenmaß 1.a): \_\_\_\_\_ cm

Ballenmaß 1.b): \_\_\_\_\_ cm

Ristmaß 2.): \_\_\_\_\_ cm

Fersenmaß 3.): \_\_\_\_\_ cm

Knöchelmaß 4.): \_\_\_\_\_ cm

Wadenmaß 5.): \_\_\_\_\_ cm

Abschlußmaß 6.): \_\_\_\_\_ cm

Höhenmaß 7.): \_\_\_\_\_ cm



**LINKS:**

Ballenmaß 1.a): \_\_\_\_\_ cm

Ballenmaß 1.b): \_\_\_\_\_ cm

Ristmaß 2.): \_\_\_\_\_ cm

Fersenmaß 3.): \_\_\_\_\_ cm

Knöchelmaß 4.): \_\_\_\_\_ cm

Wadenmaß 5.): \_\_\_\_\_ cm

Abschlußmaß 6.): \_\_\_\_\_ cm

Höhenmaß 7.): \_\_\_\_\_ cm



**RICHTIG MASS NEHMEN MUSTER:**




**RICHTIG MASS NEHMEN MUSTER:**

**PERSONLICHES MASSBLATT**                      **NAME:** Franz Müller

**RECHTS:**  
Ballenmaß 1.a): 24 cm  
Ballenmaß 1.b): 23,5 cm  
Ristmaß 2.): 25,3 cm  
Fersenmaß 3.): 33 cm  
Knöchelmaß 4.): 22,5 cm  
Wadenmaß 5.): \_\_\_\_\_ cm  
Abschlußmaß 6.): \_\_\_\_\_ cm  
Höhenmaß 7.): \_\_\_\_\_ cm

The diagram shows a hand-drawn outline of a right foot. A circle on the ball of the foot is labeled '- DRUCKSTELLE'. A bracket on the heel is labeled 'DRUCKSTELLE'. Three measurement points are marked with arrows and labeled: '1a' and '1b' on the ball of the foot, and '2' on the arch. The name 'Franz Müller' is written at the top right.

Bitte alle Maßangaben in ZENTIMETER!!



Seite 3

