

**1.** Imprime esta página a tamaño real (escala 100%).

**2.** Compara la medición de la hoja imprimida con tu metro o regla

**4.** Cuando esté ok, pon tu pie encima de esta hoja

**5.** Si tu pie se sale del perímetro, prueba con una talla más

**6.** Si hay más de 6mm entre tu talón y el borde inferior, prueba una talla menos

TALLA  
**45**

**3.** Si la medición no coincide, tus LightRun no van a ser correctas

