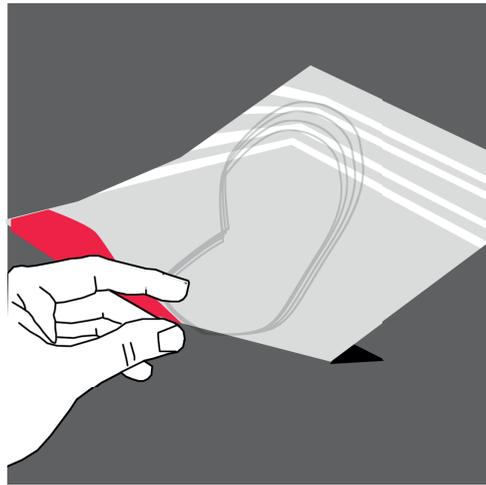
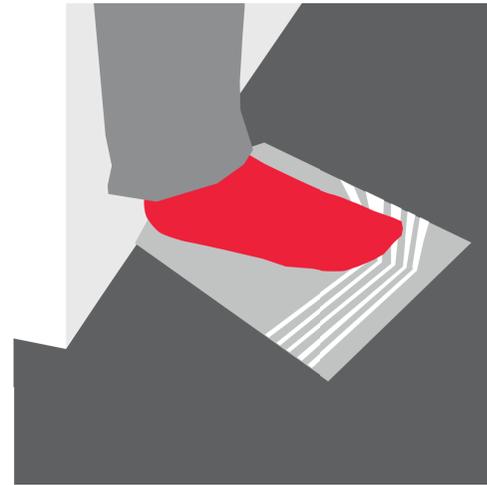


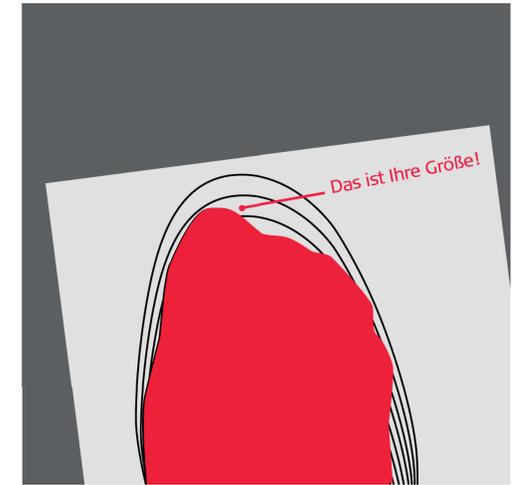
Überprüfen Sie, ob alle Seiten ausgedruckt sind. Kontrollieren Sie den Maßstab links auf der Seite mit einem Linal. Wenn es nicht übereinstimmt dann kontrollieren Sie bitte die Einstellungen Ihres Druckers unter Papier Format.



Falten Sie das Papier an der angedeuteten Linie und platzieren Sie es an der Wand.



Behalten Sie Ihre Socken an, stellen Sie sich auf das Papier mit Ihrer Ferse gegen die Wand an der angedeuteten Linie.



Der Bereich wo Ihre große Zehe steht ist Ihre optimale MBT Größe.