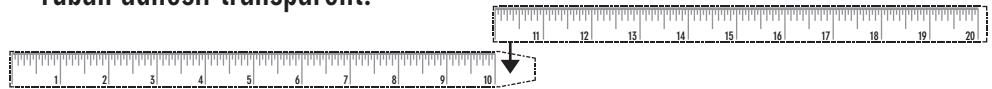
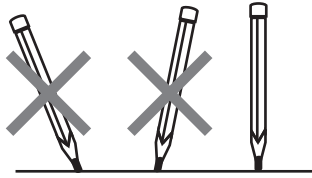


GUIDE DE PRISE DE MESURES

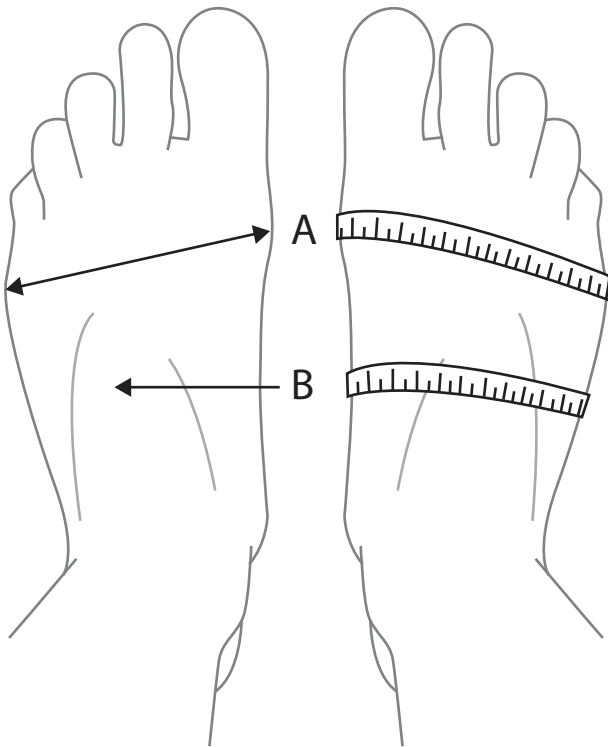
1. Imprimez ce document en format 8.5'' x 11''. **ASSUREZ-VOUS DE NE PAS AJUSTER À LA TAILLE DU PAPIER.**
2. Mesurez vos pieds à l'aide d'un centimètre mou (ruban). Si vous n'en possédez pas, découpez le ruban ci-contre en suivant la ligne pointillée. Superposez la première ligne de la deuxième moitié avec la ligne du 10 à la fin de la première moitié (voir l'image ci-dessous) et fixez à l'aide d'un ruban adhésif transparent.



3. Prenez vos mesures en portant des chaussettes de la même épaisseur que celles que vous allez mettre avec vos nouvelles chaussures. Pour des sandales ou d'autres chaussures que vous prévoyez porter sans chaussettes, mesurez nu-pieds.
4. Prenez vos mesures en position assise, les genoux pliés à 90°. Pressez légèrement le pied contre le sol. Notez qu'il est plus facile de demander à quelqu'un d'autre de vous mesurer les pieds.
5. Une fois le contour de vos pieds tracé et les dimensions inscrites dans les cases correspondantes, scannez les deux dernières pages de ce document et envoyez-les par courriel à l'adresse INFO@STMARC.CA

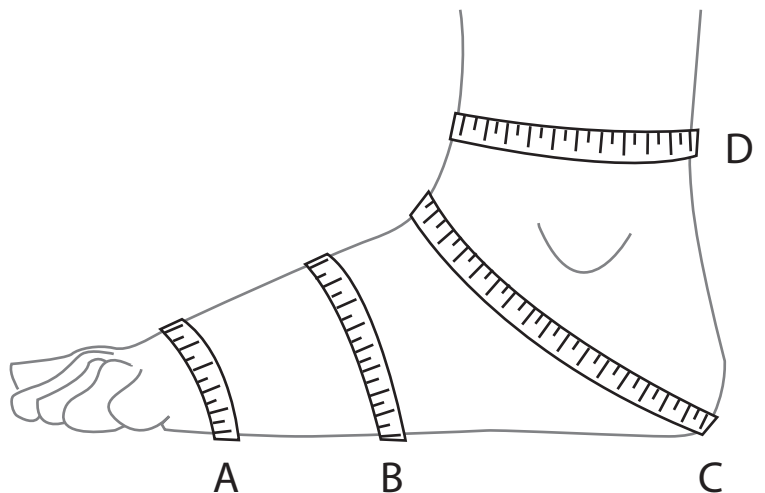


À l'aide d'un petit crayon, tracez le contour du pied. Il est important que le crayon reste perpendiculaire au sol : ne l'inclinez pas pour tracer sous le pied.



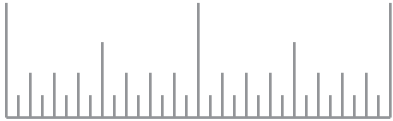
Employez un centimètre ruban pour mesurer le périmètre aux positions A, B, C et D. Chaque fois, enroulez le ruban autour du pied en suivant de près sa forme, mais sans le serrer. Prenez chaque mesure deux fois afin de vous assurer de son exactitude et n'oubliez pas de mesurer les deux pieds.

- Mesure A : Mesurez le périmètre à l'articulation des orteils, à l'endroit le plus large.
- Mesure B : Mesurez le périmètre à l'endroit où votre cou-de-pied est le plus élevé.
- Mesure C : Mesurez le périmètre, en diagonale, de l'arrière de l'os du talon à l'endroit où la cheville rencontre le pied.
- Mesure D : Mesurez le périmètre de la cheville, juste au-dessus de l'os.



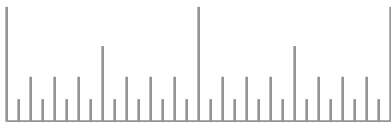


A	
B	
C	
D	



PIED GAUCHE

A	
B	
C	
D	



PIED DROIT



ST. MARC MONTREAL