



### EJEMPLO



# MIDE TU PIE

con la ayuda de nuestro medidor

1. Verifica la escala de este medidor.

## COMPRUEBA LA ESCALA DEL MEDIDOR

*Imprime este documento al 100% y sin ajustar al borde.*

**VERIFICA LA ESCALA**  
con una regla

0 1 cm 2 cm 3 cm 4 cm 5 cm



2. Dobra la hoja sobre las líneas negras marcadas y apoya el pie contra una pared.
3. Coloca tu pie sobre la plantilla, comprueba que tu talón está pegado a la pared y flexiona ligeramente tus rodillas (imitando tu posición al esquiar).
4. Fíjate hasta dónde llega tu dedo gordo y así obtendrás tu número Mondopoint.

*Para facilitar la tarea puedes pedir a alguien que te ayude.*