

# DAS BLAUE FUSSBETT

Das NATURGEWOLLTE GEHEN  
für deine Absatzschuhe



**DE** **Der ideale Boden:**  
Beim natürlichen Fuß-  
abdruck auf nachgiebigem  
Boden liegt der Fuß mit der  
gesamten Fußsohle auf.  
Die Fußwölbungen werden  
unterstützt, der Druck  
gleichmäßig verteilt.



**DE** **Die harte Realität:**  
Büros, Gehwege, Fabrik-  
böden – bei hartem Unter-  
grund setzt der Fuß nur  
auf Ballen und Ferse auf.  
Dadurch entsteht punktueller  
Druck, der Mittelfußkno-  
chen wird nicht unterstützt  
und sinkt ein.



**DE** **Das BLAUE FUSSBETT:**  
Die anatomische Form  
basiert auf einem Fuß-  
abdruck im Sand. Sie  
unterstützt die natürliche  
Wölbung, sodass der Fuß  
großflächig aufliegen kann  
und entlastet wird.

## DAS BLAUE FUSSBETT Absatz

Seit fast 100 Jahren unterstützt das legendäre BLAUE FUSSBETT die natürliche Fußanatomie. Es basiert auf dem Prinzip des Barfußlaufens – wie beim Gehen im Sand. So schafft es eine natürliche Fußumgebung mit dem Ziel, Naturgewolltes Gehen auch in geschlossenen Schuhen anderer Hersteller zu ermöglichen. Perfekt für lange Geh- und Stehperioden und alle, die den einzigartigen BIRKENSTOCK Komfort genießen möchten.

## FUSSBETT IN SCHUHE EINLEGEN

Du kannst das Blaue Fussbett sofort in deinen Schuh einlegen. Lege das Fussbett direkt auf die bestehende Einlegesohle und achte darauf, dass das Fussbett im Schuh hinten an der Ferse anliegt. Stelle sicher, dass du die richtige Fussbett-Seite in den jeweiligen Schuh einlegst. Öffne den Einschluß der Schuhe so weit wie möglich bevor du den Schuh wieder anziehst, damit das Fußbett beim Anziehen der Schuhe nicht nach vorne rutscht.

## REINIGUNGSANLEITUNG

1. Fußbett aus dem Schuh entfernen.
2. Schmutz aus dem Schuh ausklopfen/entfernen.
3. Groben Schmutz auf und unter dem Fußbett mit Hilfe einer Bürste entfernen.
4. Fußbett mit sanfter, lauwarmen Seifenlauge abwischen und kurz einwirken lassen.
5. Verschmutzung nach dem Einwirken mit Hilfe einer Bürste entfernen.
6. Fußbett nach der Reinigung mit klarem Wasser auswaschen.
7. Fußbett bei Raumtemperatur lufttrocknen (nicht auf Heizung oder anderer Wärmequelle trocknen).
8. Getrocknetes Fußbett wieder in den Schuh legen.

## TIPPS

Fußbett nach langer Tragephase auslüften und aus dem Schuh nehmen. Feuchtes Fußbett vor dem nächsten Gebrauch trocknen. Fußbetten in regelmäßigen Abständen reinigen. Grobe Verschmutzungen wenn möglich sofort behandeln/reinigen. Fußbett nicht in der Waschmaschine oder Trockner reinigen. Keine aggressiven Reinigungsmittel verwenden.

# THE BLUE FOOTBED

The NATURAL GAIT  
for your heeled shoes



**EN** **The ideal ground:**  
When touching down on soft ground, the foot rests on the entire surface. The arches if the foot are supported, the pressure is distributed evenly.



**EN** **The hard reality:**  
Office, pavement, industrial floors – on hard floors, the foot only touches down on the balls and heel. There are individual pressure points and the midfoot is not supported, causing it to sink.



**EN** **The Blue Footbed:**  
The anatomically shaped form is based on the impression left by a bare foot in sand. It supports the natural arches so that the foot rests on the entire surface and pressure is reduced.

EN

## THE BLUE FOOTBED Heels

For almost 100 years, the legendary BLUE FOOTBED has been supporting the natural anatomy of the foot. It is based on the principle of walking barefoot – just like walking on sand. It creates a natural environment for feet with the aim of enabling a natural gait, including in other manufacturers' enclosed shoes. It is perfect for long periods of walking and standing and for everyone who wants to enjoy the unique BIRKENSTOCK comfort.

## INSERT FOOTBED INTO SHOES

You can put the Blue Footbed in your shoe right away. Place the footbed on top of your existing insole, ensuring that it is flush with the shoe at the heel. Make sure you place the right footbed in each shoe. Open the shoe opening as wide as possible before putting the shoe back on so that the footbed doesn't slide forward when you put the shoe on.

## CLEANING INSTRUCTIONS

1. Remove the footbed from the shoe.
2. Remove any dirt from inside the shoe.
3. Remove any coarse dirt on and under the footbed with a brush.
4. Wipe the footbed with mild, lukewarm soapy water and leave to soak in briefly.
5. Remove dirt with a brush.
6. After cleaning, rinse the footbed with clean water.
7. Air-dry the footbed at room temperature (do not place on a radiator or any other heat source).
8. Put the dry footbed in the shoe.

## TIPS

After longer periods of wearing the shoe, remove the footbed to air it. If the footbed is moist, let it dry before using it again. Clean footbeds regularly. If possible, treat/clean coarse dirt as soon as possible. Do not clean the footbed in the washing machine or dryer. Do not use aggressive cleaning chemicals.

EN

# LE LIT DE PIED BLEU

La MARCHE NATURELLE pour vos chaussures à talon



**FR** Le sol idéal:  
Sur un sol souple, toute la surface du pied épouse naturellement le support. La cambrure du pied est soutenue, la pression est répartie de manière uniforme.



**FR** La dure réalité:  
Bureaux, trottoirs, sols industriels – sur des supports durs, seuls la plante antérieure du pied et le talon entrent en contact avec le sol. Résultat : une pression ponctuelle apparaît, la zone des métatarses n'est plus soutenue et s'affaisse.



**FR** Le lit de pied bleu:  
La forme anatomique s'inspire de l'empreinte laissée par un pied nu dans le sable. Elle soutient la cambrure naturelle et soulage le pied, qui repose ainsi sur toute sa surface.

## Le talon du LIT DE PIED BLEU

Depuis près d'un siècle, le légendaire « LIT DE PIED BLEU » soutient l'anatomie naturelle du pied. Son concept : le principe de la marche pieds nus – comme sur le sable. Créant ainsi un environnement naturel pour le pied, il favorise une marche fluide, même dans les chaussures fermées d'autres fabricants.

Il est idéal pour les longues marches ou les stations debout prolongées et pour tous ceux qui souhaitent profiter du confort unique de BIRKENSTOCK.

## INSERTION DU LIT DE PIED DANS LA CHAUSSURE SCARPE

Vous pouvez insérer directement le lit de pied bleu dans la chaussure. Disposez le lit de pied sur la semelle intérieure existante en veillant à bien l'appliquer sur l'arrière, au niveau du talon. Assurez-vous de disposer le bon lit de pied dans la chaussure correspondante. Écartez au maximum l'ouverture de la chaussure avant de l'enfiler, afin d'éviter que le lit de pied ne glisse vers l'avant au contact de votre pied.

## CONSIGNES DE NETTOYAGE

1. Retirer le lit de pied de la chaussure.
2. Éliminer la poussière de la chaussure en tapotant/frottant.
3. Retirer grossièrement la saleté sur et sous le lit de pied à l'aide d'une brosse.
4. Essuyer le lit de pied avec de l'eau savonneuse douce et tiède et laisser agir quelques instants.
5. Retirer ensuite la saleté à l'aide d'une brosse.
6. Rincer le lit de pied à l'eau claire après le nettoyage.
7. Laisser sécher le lit de pied à température ambiante (ne pas utiliser un radiateur ou une autre source de chaleur).
8. Replacer le lit de pied sec dans la chaussure.

## CONSEILS

Après une longue période d'utilisation, retirer le lit de pied de la chaussure et l'aérer. Faire sécher le lit de pied humide avant la prochaine utilisation. Nettoyer le lit de pied à intervalles réguliers. Traiter/nettoyer si possible immédiatement les salissures importantes. Ne pas nettoyer le lit de pied en machine ou au sèche-linge. Ne pas utiliser de produits nettoyants chimiques agressifs.

# L'EFFETTO PLANTARE

L'ANDATURA NATURALE  
nei tuoi tacchi



**IT** L'appoggio ideale: quando cammini su una superficie morbida, il piede appoggia tutta la pianta. Gli archi vengono supportati e la pressione è distribuita equamente.



**IT** La dura realtà: gli uffici, i marciapiedi, i pavimenti delle fabbriche – sulle superfici dure il piede poggia solo sull'avampiede e sul tallone. Ne deriva una grande pressione, la parte centrale del piede non viene sostenuta e tende ad affondare.



**IT** Il plantare blu: la forma anatomica si basa sull'impronta del piede sulla sabbia. Sostiene la naturale curvatura del piede in modo che possa poggiare su una superficie più ampia e diminuire il carico.

## Tacco con IL PLANTARE BLU

Da quasi 100 anni, il leggendario PLANTARE BLU sostiene la naturale anatomia del piede. Alla sua base c'è l'idea di poter camminare come a piedi nudi sulla sabbia. In questo modo crea un ambiente naturale per il piede permettendo una comoda andatura anche nelle scarpe chiuse di altri marchi. Perfetto per chi si trova a dover stare a lungo seduto o in piedi e per tutti quelli che vogliono godere della comodità BIRKENSTOCK.

## METTI IL PLANTARE NELLE TUE SCARPE

Puoi subito mettere il plantare nelle tue scarpe. Appoggialo direttamente sulla soletta e fai attenzione a farlo ben combaciare con il tallone. Assicurati di aver messo il plantare dal lato giusto. Prima di indossarla, allargare la scarpa il più possibile per evitare che il plantare scivoli in avanti.

## COME PULIRLO

1. Togliere il plantare dalla scarpa.
2. Rimuovere lo sporco dalla scarpa.
3. Con una spazzola rimuovere lo sporco più evidente sopra e sotto il plantare.
4. Pulire il plantare con acqua tiepida e sapone delicato e lasciare agire brevemente.
5. Rimuovere il resto dello sporco con una spazzola.
6. Risciacquare il plantare con acqua pulita.
7. Fare asciugare il plantare a temperatura ambiente (non asciugare sul termosifone o altre fonti di calore).
8. Rimettere il plantare asciutto nella scarpa.

## CONSIGLI

Lasciar arieggiare il plantare dopo averlo usato a lungo e toglierlo dalla scarpa. Se il plantare è umido, lasciarlo asciugare prima di riutilizzarlo. Pulire il plantare regolarmente. Se possibile pulire/rimuovere subito lo sporco più evidente. Non lavare il plantare in lavatrice o asciugatrice. Non utilizzare prodotti chimici aggressivi per la pulizia.

# EL EFECTO DE LA PLANTILLA

LA FORMA DE CAMINAR NATURAL para tus zapatos de tacón.



**ES** **La base ideal:**  
Cuando el pie descansa sobre una base blanda, éste se apoya correctamente en toda la superficie. Los arcos del pie descansan y la presión se distribuye uniformemente.



**ES** **La dura realidad:**  
En suelos duros, como el de las oficinas, el pavimento o suelos industriales, el pie solo se apoya en la bola y en el talón. Esto crea puntos de presión individuales, ya que el mediopié no está bien apoyado y, por tanto, se hunde.



**ES** **La plantilla azul:**  
El diseño anatómico se basa en la impresión que deja un pie descalzo en la arena. De esta forma, los arcos naturales se apoyan cómodamente para que el pie descansa en toda la superficie y se reduzca la presión.

## LA PLANTILLA AZUL tacón

Durante casi 100 años, la legendaria PLANTILLA AZUL de BIRKENSTOCK ha reforzado la anatomía natural del pie. El diseño se basa en el principio de «pies descalzos», es decir, como si camináramos por la arena de la playa. De esta forma, se consigue un entorno natural para el pie que permite una marcha correcta incluso con zapatos cerrados de otros fabricantes.

En resumen, esta plantilla es ideal para aquellos que caminan largas distancias, están mucho tiempo de pie o que simplemente quieren disfrutar de la comodidad única de BIRKENSTOCK.

## ¿CÓMO COLOCAR LA PLANTILLA EN LOS ZAPATOS?

La plantilla azul se puede insertar fácilmente en el zapato, sin ningún tipo de preparación. Para ello, coloca la plantilla azul directamente sobre la plantilla existente y asegúrate de que la plantilla se apoya correctamente en la parte posterior del talón. Ten en cuenta también que debes poner el lado correcto de la plantilla en el zapato. Antes de volver a ponerte los zapatos, abre al máximo el cierre del zapato para que la plantilla no se deslice hacia delante.

## INSTRUCCIONES DE LIMPIEZA

1. Saca la plantilla del zapato.
2. Elimina/limpia la suciedad del interior del zapato.
3. Retira la suciedad más persistente que haya sobre y bajo la plantilla con la ayuda de un cepillo.
4. Limpia la plantilla con agua jabonosa suave y tibia y déjala en remojo durante un rato.
5. Tras el remojo, retira los restos de suciedad con la ayuda de un cepillo.
6. Aclara la plantilla con agua limpia.
7. Seca la plantilla al aire libre y a temperatura ambiente (no la seques sobre un radiador u otra fuente de calor).
8. Vuelve a colocar la plantilla seca en el zapato.

## CONSEJOS

Después de un largo periodo de uso, saca la plantilla y deja que se ventile. Si la plantilla está húmeda, espera a que se seque antes de volver a utilizarla. Limpia la plantilla de forma regular. Elimina/limpia la suciedad inmediatamente si es posible. No laves nunca la plantilla en la lavadora ni en la secadora. No utilices productos químicos de limpieza agresivos.

# 鞋墊效果

讓你的高跟鞋提供自然的行走方式



中文 理想的地面：  
當著地在柔軟的地面上時，整個腳底會觸及地面放鬆。如果足弓得到支撐，則壓力分佈均勻。



中文 殘酷的現實：  
辦公室、人行道、工廠車間——在堅硬的地面上，足部只能在幾個點和腳跟上著力。這會產生選擇性壓力，中足不受支撐並下沉。



中文 藍色鞋墊：  
解剖學形狀基於沙子中的赤腳印。它支撐自然足弓，使腳可以大面積休息並得到舒緩。

## 藍足墊鞋跟

導致鞋 近100年來，傳奇的藍色腳基一直支援自然足部解剖結構。它基於赤腳走路的原則——如同行在沙中一樣。它創造了一個自然的足部環境，目的是即使在其他製造商的封閉式鞋子中也能自然行走。

非常適合長時間行走和站立，以及任何想要享受伯肯股票獨特舒適感的人。

## 將鞋墊插入鞋內

您可以很容易將藍色鞋墊插入鞋子中。將鞋墊直接放在現有的鞋墊上，並確保鞋墊抵住後部鞋跟。確保將正確的鞋墊側插入每隻鞋中。重新穿上鞋子前，請儘可能打開鞋子的開口，以便鞋墊在穿鞋時不會向前滑動。

## 清潔說明

1. 從鞋子上取下鞋墊。
2. 敲出/去除鞋子上的污垢。
3. 用鞋刷刷去鞋墊上下的粗垢。
4. 用溫和的溫肥皂水擦拭鞋墊，然後短暫停留。
5. 浸泡後，用刷子刷去污垢。
6. 清潔後，用清水沖洗鞋墊。
7. 在室溫下風乾鞋墊（不要在加熱器或其他熱源上烘乾）。
8. 將乾燥的鞋墊放回鞋內。

## 小技巧

在長期穿著后，將鞋墊晾乾，並將其從鞋上取下。下次使用前，請擦乾潮濕的鞋墊。定期清潔鞋墊。如果可能，立即處理/清理重度污垢。請勿在洗衣機或烘乾機中清潔鞋墊。不要使用腐蝕性清潔化學品。

# ブルーフット ベッド

スニーカーでも NATURGEWOLLTES GEHEN  
— 自然な歩行 —



JP 理想的な地面：  
足跡が残るような柔らかい地面を歩くと、人間は足全体に均等に体重をかけることができます。足のアーチがしっかりと支えられるため、足にかかる圧力が他の部分に均等に分散されるからです。



JP ハードな現実：  
それに対して、オフィス、舗道、工場の床など、硬い表面を歩くと足は、拇指球と踵でしか接地することができません。これにより圧力が点状に集中し、中足部はサポートされずに下がっていきます。



JP ブルーフットベッド：  
このインソールの形は砂に残る足跡を模して整えられました。自然にアーチをサポートし、足全面を地面にさせることにより、各部から過剰にかかる負荷を取り除くことができます。

## ヒール用ブルーフットベッド

約100年にわたり、足の本来の構造をサポートし続けてきた伝説のブルーフットベッド。その基盤となるのは砂の上を裸足で歩くときの歩行原理です。このインソールは足に、他社製のシューズでも自然な歩行”を可能にするための環境を与えることができます。長時間の歩行や立ち仕事でも足を理想的にサポートしてくれるこのフットベッドは、BIRKENSTOCKならではのコンフォートを求めるすべての人々のための製品です。

## フットベッドを靴に入れる

ブルーフットベッドはスポッと靴に挿入することができます。ある場合は、既存のインソールの上に直接フットベッドを置き、フットベッドが踵部分にぴったりとフィットしていることを確認します。各フットベッドが左右正しく靴に入っていることを確認します。靴を履くときにフットベッドが前に滑らないように、履くときには靴の履き口をできるだけ大きく開けてください。

## お手入れ方法

1. フットベッドを靴から取り出します。
2. 靴の中の汚れを取り除きます。
3. フットベッドの上下面に付着した大まかな汚れをブラシで取り除きます。
4. フットベッドにぬるま湯で作った薄目の石鹸水を塗布し、しばらくそのままにしておきます。
5. 取り除きやすくなった汚れをブラシで落とします。
6. 洗浄後、フットベッドをきれいな水ですすぎます。
7. フットベッドを室温で自然乾燥させます（ヒーターやその他の熱源の上に置いて乾燥させないでください）。
8. 乾燥したフットベッドを靴に挿入します。

## ヒント

長時間使用した後はフットベッドを靴から取り出し空気にさらします。湿りのあるフットベッドは次の使用前に乾燥させます。フットベッドは定期的にお手入れしてください。可能であれば、大まかな汚れはすぐに除去/クリーニングしてください。フットベッドは洗濯機や乾燥機で洗浄しないでください。刺激の強い洗浄剤は使用しないでください。

# 블루 풋베드

블루 풋베드 힐



한국어 이상적인 바닥:  
부드러운 바닥에서  
걸을 때는 발바닥의  
전체 면적이 바닥  
에 닿게 됩니다. 발  
바닥 아치가 지지를  
받고 압력이 고르게  
분산됩니다.

한국어 딱딱한 바닥:  
사무실, 보도, 공장  
바닥 - 딱딱한 바닥  
에서 발은 앞발바닥  
과 발뒤꿈치만 땅에  
닿습니다. 이로 인  
해 특정부위에만 압  
력이 가해지고 발의  
중간부분이 지지를  
받지 못해 가라앉게  
됩니다.

한국어 블루 풋베드:  
블루 풋베드의 해  
부화적인 형태는  
모래 위를 맨발로  
밟는 원리를 기반  
으로 합니다. 이는  
발이 충분한 면적  
위에 편안하게 놓  
일 수 있도록 자연  
스러운 아치를 지  
지해 줍니다.

## 블루 풋베드 힐

전설적인 블루 풋베드는 약 100년 이상 자연스러운 발의 형태를 지지해 왔습니다. 블루 풋베드는 모래 위에서 맨발로 걷는 원리를 기반으로 합니다. 이로써 다른 제조사의 앞코 막힌 신발에서도 편안한 보행이 가능하도록 자연스러운 발의 환경을 만들어줍니다.

장시간 서 있거나 걷는 경우 또는 버켄스탁 특유의 편안함을 즐기고 싶은 모든 사람에게 적합합니다.

## 신발에 풋베드 삽입하기

블루 풋베드를 신발에 즉시 끼울 수 있습니다. 기존 인솔위에 풋베드를 넣고 풋베드가 신발의 뒤꿈치 쪽에 닿도록 잘 맞춰주십시오. 양쪽 신발에 각각 풋베드의 올바른 쪽을 끼우도록 하십시오. 신발을 신을 때 풋베드가 앞으로 미끄러지지 않도록 신발 입구를 최대한 넓게 벌린 상태에서 신으십시오.

## 세탁 지침

1. 신발에서 풋베드를 빼냅니다.
2. 신발에 묻은 오염물을 털어냅니다/제거합니다.
3. 브러시를 사용하여 풋베드 위아래에 묻은 오염물을 일차적으로 제거합니다.
4. 부드럽고 미지근한 비눗물로 풋베드를 닦고 잠시 담가둡니다.
5. 담가 둔 후 브러시로 오염을 제거합니다.
6. 세탁 후 깨끗한 물로 풋베드를 헹궈냅니다.
7. 풋베드는 상온에서 공기 중에 말리십시오  
(히터나 다른 열원에서 건조하지 마십시오).
8. 잘 말린 풋베드를 신발에 다시 넣습니다.

## 팁

풋베드를 장시간 착용한 후에는 신발에서 빼내서 통풍시켜 주십시오. 풋베드가 젖은 경우에는 잘 말린 후에 사용하십시오. 정기적으로 풋베드를 세탁합니다. 심한 오염은 가능한 경우 즉각 처리/세탁합니다. 풋베드를 세탁기나 건조기에 넣지 마십시오. 부식성 세제를 사용하지 마십시오.



# اشعر بوسادة القدم من

المشي الطبيعي المطلوب لحذاء الكعب العالي الخاص بك



## كعب سرير القدم الأزرق

دعمت وسادة القدم الزرقاء الأسطوانية التركيب التشريحي الطبيعي للقدم لما يقارب ١٠٠ عام. إنها تعتمد على مبدأ المشي حافي القدمين، مثل المشي في الرمال. ومن ثم، تخلق تقوساً طبيعياً للقدم بهدف تمكين السير الطبيعي، حتى بأحذية مغلقة من جهات تصنيع أخرى.

مثالية لفترات السير والوقوف الطويلة، ولكل من يريد الاستمتاع براحة BIRKENSTOCK الفريدة.

## إدخال وسادة القدم في الحذاء

يمكنك إدخال وسادة القدم الزرقاء في الحذاء على الفور. ضع وسادة القدم بصورة مباشرة على النعل الداخلي الموجود مع التأكد من أن وسادة القدم في الحذاء تقع على الجزء الخلفي من الكعب. تأكد من وضع زوج وسادة القدم في الزوج الصحيح من الحذاء. افتح فتحة الانزلاق بالحذاء بأكبر قدر ممكن قبل ارتداء الحذاء مرةً أخرى، حتى لا تنزلق وسادة القدم إلى الأمام عند ارتداء الحذاء.

## إرشادات التنظيف

- ١- انزع وسادة القدم من الحذاء.
- ٢- نظف/أزل الأتربة من الحذاء.
- ٣- تخلص من الأتربة المتبسيطة أعلى وأسفل وسادة القدم باستخدام فرشاة.
- ٤- امسح وسادة القدم بمحلول صابون لطيف ودافئ واتركه يتفاعل لوقت قصير.
- ٥- بعد تركه للتفاعل، تخلص من الأوساخ بفرشاة.
- ٦- اغسل وسادة القدم بعد التنظيف بماء نظيف.
- ٧- جفف وسادة القدم بدرجة حرارة الغرفة (لا تجفف بالمدفئة أو بمصدر آخر للتدفئة).
- ٨- أعد وضع وسادة القدم المجففة في الحذاء.

## نصائح

قم بتهوية وسادة القدم بعد الارتداء لفترة طويلة وأخرجها من الحذاء. جفف وسادة القدم الرطبة قبل الاستخدام بالمرحلة التالية. نظّف وسادات القدم على فتراتٍ منتظمةٍ. تعامل مع/نظف الأوساخ المتبسيطة على الفور إن أمكن. لا تنظف وسادة القدم في آلة الغسيل أو المجفف. لا تستخدم المواد الكيميائية القوية للتنظيف.



الإنجليزية - الأرضية المثالية:

عند اللمس على أرضية ناعمة، تطأ القدم السطح بأكمله. عند دعم تقوس القدم، يكون الضغط موزعاً بالتساوي.

الألمانية - الأرضية المثالية:

عند اللمس على أرضية ناعمة، تطأ القدم السطح بأكمله. عند دعم تقوس القدم، يكون الضغط موزعاً بالتساوي.

العربية

الإنجليزية - الواقع الصعب:

المكاتب، الأرصفة، الأرضيات الصناعية - على الأرضيات الصلبة، تطأ القدم فقط الكرات والكعب. توجد نقاط ضغط خاصة ولا يوجد دعم بوسط القدم، ما يجعله يهبط.

الألمانية - الواقع الصعب:

المكاتب، الأرصفة، الأرضيات الصناعية - على الأرضيات الصلبة، تطأ القدم فقط الكرات والكعب. توجد نقاط ضغط خاصة ولا يوجد دعم بوسط القدم، ما يجعله يهبط.

العربية

الإنجليزية - وسادة القدم الزرقاء:

يستند القالب المشكل بصورة تشريحية إلى الموضع الذي تخلفه القدم الحافية في الرمال. ويدعم التقوس الطبيعي حتى تطأ القدم السطح بأكمله وينقل الضغط.

الألمانية - وسادة القدم الزرقاء:

يستند القالب المشكل بصورة تشريحية إلى الموضع الذي تخلفه القدم الحافية في الرمال. ويدعم التقوس الطبيعي حتى تطأ القدم السطح بأكمله وينقل الضغط.