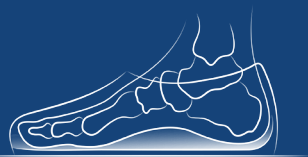


DAS BLAUE FUSSBETT

Das NATURGEWOLLTE GEHEN
für deine Sneaker



DE **Der ideale Boden:**
Beim natürlichen Fußabdruck 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, Fabrikböden – bei hartem Untergrund setzt der Fuß nur auf Ballen und Ferse auf. Dadurch entsteht punktueller Druck, der Mittelfußknochen wird nicht unterstützt und sinkt ein.



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

DE

DAS BLAUE FUSSBETT Langsohlig für Sneakers

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 ANPASSEN BEI SCHUHEN OHNE EINLEGESOHLE:

Passt das Birkenstock Fussbett direkt in den Schuh – perfekt! Sollte das Birkenstock Fussbett ein wenig zu lang sein kannst du es mit Hilfe eine Schere im Vorfußbereich kürzen ... ACHTUNG: Kürze das Fussbett "step by step" mit schmalen Streifen, sodass du nicht zu viel abschneidest.

FUSSBETT ANPASSEN BEI SCHUHEN MIT EINLEGESOHLE:

Die lose Einlegesohle muss durch das Birkenstock Fussbett ersetzt werden, ansonsten reicht das Volumen im Schuh wahrscheinlich nicht aus. Passt das Birkenstock Fussbett in den Schuh, – perfekt! Falls nicht, kannst du es einfach wie folgt anpassen....

1. Entferne die Einlegesohle aus dem Schuh und verwende den Umriss als Vorlage.
2. Lege die alte Einlegesohle auf das neue BIRKENSTOCK Fussbett (an der Ferse anlegen).
Achtung -bitte nimm den gleichen Fuß.
3. Markiere den Vorfuß-Umriss der alten Einlegesohle auf dem neuen BIRKENSTOCK Fussbett.
4. Schneide das BIRKENSTOCK Fussbett mit Hilfe einer Schere zurecht.
5. Lege das zugeschnittene BIRKENSTOCK Fussbett in den Schuh ein.

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, lauwärmer 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 Reinigungschemikalien verwenden.

THE BLUE FOOTBED

The NATURAL GAIT for your sneakers



EN **The ideal ground:**
When touching down on soft ground, the foot rests on the entire surface. The arches of 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 – long-soled for sneakers

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.

ADAPTING THE FOOTBED TO SHOES WITHOUT AN INSOLE:

Does the Birkenstock footbed fit the shoe right away? Great! If the Birkenstock footbed is a little on the long side, you can shorten it at the front of the foot using a pair of scissors. CAUTION: Shorten the footbed gradually in narrow strips to prevent you from trimming off too much.

ADAPTING THE FOOTBED TO SHOES WITH AN INSOLE:

The loose insole must be replaced with the Birkenstock footbed otherwise there will probably not be sufficient space in the shoe. Does the Birkenstock footbed fit the shoe? Great! If not, you can simply adjust it as follows ...

1. Remove the insole from the shoe and use its outline as a template.
2. Place the old insole on the new BIRKENSTOCK footbed (lining them up at the heel).
Note: Please use the same foot for each.
3. Mark the forefoot outline of the old insole on the new BIRKENSTOCK footbed.
4. Cut the BIRKENSTOCK footbed to size using a pair of scissors.
5. Place the cut-to-size BIRKENSTOCK footbed in the shoe.

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.

LE LIT DE PIED BLEU

La MARCHÉ NATURELLE pour vos sneakers



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.

FR

LE LIT DE PIED BLEU – semelle longue pour sneakers

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.

AJUSTEMENT DU LIT DE PIED POUR LES CHAUSSURES SANS SEMELLE INTÉRIEURE :

Le lit de pied Birkenstock peut-il être inséré directement dans la chaussure ? – Absolument ! Si le lit de pied Birkenstock est légèrement trop long, vous pouvez découper la zone de l'avant-pied avec des ciseaux ... ATTENTION : découpez le lit de pied progressivement par petites bandes afin d'éviter les découpes excessives.

AJUSTEMENT DU LIT DE PIED POUR LES CHAUSSURES AVEC SEMELLE INTÉRIEURE :

La semelle intérieure amovible doit être remplacée par le lit de pied Birkenstock. Dans le cas contraire, le volume de la chaussure sera probablement insuffisant. – le lit de pied Birkenstock s'ajuste bien dans la chaussure ? – C'est parfait ! Dans le cas contraire, procédez simplement comme suit...

1. Retirez la semelle intérieure de la chaussure et utilisez le contour comme modèle.
2. Placez l'ancienne semelle intérieure sur le nouveau lit de pied BIRKENSTOCK (au niveau du talon).
Attention : utilisez le même pied.
3. Tracez le contour de l'avant-pied de l'ancienne semelle intérieure sur le nouveau lit de pied BIRKENSTOCK.
4. Découpez le lit de pied BIRKENSTOCK avec des ciseaux.
5. Disposez le lit de pied BIRKENSTOCK découpé dans la chaussure.

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
nelle tue sneaker



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.

IT

IL PLANTARE BLU - La suola per le sneaker

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.

ADATTARE IL PLANTARE PER LE SCARPE SENZA SOLETTE:

Il plantare Birkenstock si può mettere direttamente nella scarpa? - Ma certo! Se il plantare Birkenstock è un po' lungo, puoi accorciarlo nella parte anteriore con delle forbici... ATTENZIONE: accorcia il plantare un po' alla volta per non rischiare di tagliarlo troppo.

ADATTARE IL PLANTARE PER LE SCARPE CON SOLETTE:

La soletta rimovibile va sostituita con il plantare Birkenstock, altrimenti entrambe potrebbero non entrare insieme nella scarpa. - Il plantare Birkenstock si può mettere nelle scarpe senza problemi! E se è un po' lungo, ti basta adattarlo in questo modo...

1. Togli la soletta dalla scarpa e usane il profilo come modello.
2. Appoggia la vecchia soletta sul tuo nuovo plantare Birkenstock (la parte del tallone deve combaciare).
Attenzione - Assicurati di distinguere destra e sinistra.
3. Sul tuo nuovo plantare BIRKENSTOCK segna il profilo della parte anteriore della vecchia soletta.
4. Taglia il plantare BIRKENSTOCK con delle forbici seguendo le misure prese.
5. Metti il plantare BIRKENSTOCK tagliato nella scarpa.

CONSIGNES DE NETTOYAGE :

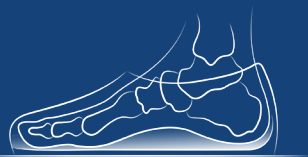
1. Togliere il plantare dalla scarpa.
2. Rimuovere lo sporco dalla scarpa.
3. Con una spazzola rimuovere lo sporco più evidente sopra e sotto il plantare.
4. Pulire il plantare con acqua tiepida e sapone delicato e lasciare agire brevemente.
5. Rimuovere il resto dello sporco con una spazzola.
6. Risciacquare 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 zapatillas deportivas.



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.

ES

LA PLANTILLA AZUL: longitud ideal para zapatillas de deporte

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 QUE NO LLEVAN PLANTILLA?

¿Has intentado poner la plantilla de Birkenstock en el zapato y ha encajado fácilmente? ¡Genial! Sin embargo, si la plantilla de Birkenstock es demasiado larga para tus zapatos, puedes recortarla en la zona del antepié con la ayuda de unas tijeras... ATENCIÓN: recorta la plantilla poco a poco en tiras finas para no asegurarte de no cortar demasiado.

¿CÓMO COLOCAR LA PLANTILLA EN LOS ZAPATOS QUE LLEVAN PLANTILLA?

La plantilla suelta debe ser sustituida por la plantilla de Birkenstock. De lo contrario, el volumen del zapato será demasiado alto y el pie no estará bien sujeto. ¿Has intentado poner la plantilla de Birkenstock en el zapato y ha encajado fácilmente? ¡Genial! Sin embargo, si no ha sido así, solo tienes que ajustarla siguiendo estos pasos:

1. Retira la plantilla del zapato y utiliza el contorno como modelo para saber el tamaño.
2. Coloca la plantilla antigua sobre la nueva plantilla de BIRKENSTOCK (talón sobre talón).
Asegúrate de que coges las plantillas del mismo pie.
3. Marca el contorno del antepié de la antigua plantilla en la nueva plantilla de BIRKENSTOCK.
4. Corta la plantilla BIRKENSTOCK a la medida marcada con unas tijeras.
5. Coloca la plantilla BIRKENSTOCK cortada a medida en el zapato.

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

讓你的運動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。



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。



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。

藍色鞋墊 - 運動鞋的長底

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。

調適鞋墊，適合無鞋墊的鞋子：

Birkenstock 鞋墊是否直接適合鞋子？- 完美！如果 Birkenstock 鞋墊有點過長，您可以使用剪刀在前掌區域將其剪短……注意：用窄條“逐步”剪短鞋床，以免剪掉太多。

調整鞋墊，使其適應帶鞋墊的鞋子：

鬆垮的鞋墊必須換成 Birkenstock 鞋墊，否則鞋內的容積可能不夠用。- Birkenstock 鞋墊適合鞋子 - 完美！如果不合適，您可以簡單地調整鞋墊，如下所示……

1. 從鞋中取出鞋墊，將輪廓作為模板。
2. 將舊鞋墊放在新的 BIRKENSTOCK 鞋墊上（在鞋跟處對齊）。
注意 - 請選取同一隻腳。
3. 在新 BIRKENSTOCK 鞋墊上標記舊鞋墊的前腳掌輪廓。
4. 用剪刀剪開 BIRKENSTOCK 鞋墊。
5. 將定制的 BIRKENSTOCK 鞋墊插入鞋內。

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，請立即處理/清理粗污。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

シューズでも 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。

ブルーフットベッド - スニーカー用ロングソール

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。

インソールのない靴でのフットベッドの調整：

BIRKENSTOCKのフットベッドを靴に直接入れたい？パーフェクト！BIRKENSTOCKのフットベッドが長すぎる場合は、前足部分をはさみでカットすることができますが、その際には切り過ぎてしまわないように、何回かに分けて細いストライプを長さを見ながら順に切り取るようにしてください。

インソールのある靴でのフットベッドの調整：

インソールを取り外せる場合はBIRKENSTOCKのフットベッドと交換してください。2枚インソールが入っていると靴がきつくなってしまうことがあります。BIRKENSTOCKフットベッドがぴったり？それならパーフェクト！そうでない場合は以下の手順で調整してください：

- 1.靴からインソールを取り出しその輪郭を型紙として使用します。
- 2.取り出したインソールを踵部を合わせながら新しいBIRKENSTOCKフットベッドの上に置きます。注意-左右に注意してください。
- 3.新しいBIRKENSTOCKフットベッドに、古いインソールの前足部の輪郭線を写し取ります。
- 4.BIRKENSTOCKフットベッドをその輪郭線に合わせてはさみでカットします。
- 5.カットしたBIRKENSTOCKフットベッドをシューズに挿入します。

お手入れ方法：

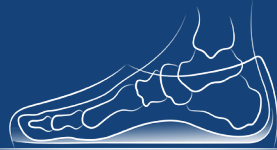
- 1.フットベッドを靴から取り出します。
- 2.靴の中の汚れを取り除きます。
- 3.フットベッドの上下面に付着した大まかな汚れをブラシで取り除きます。
- 4.フットベッドにぬるま湯で作った薄目の石鹼水を塗布し、しばらくそのままにしておきます。
- 5.取り除きやすくなった汚れをブラシで落とします。
- 6.洗浄後、フットベッドをきれいな水ですすぎます。
- 7.フットベッドを室温で自然乾燥させます（ヒーターやその他の熱源の上に置いて乾燥させないでください）。
- 8.乾燥したフットベッドを靴に挿入します。

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の前に乾燥させます。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/クリーニングします。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。刺激の強い洗剤は使用しないでください。

풋베드 효과

운동화를 위한 자연스러운 보행



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
부학적 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.

한국어

블루 풋베드 - 스니커즈용 긴 인솔

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.

인솔이 없는 신발에서 풋베드 조정하기

버켄스탁 풋베드가 신발에 딱 맞습니까? - 좋습니다! 버켄스탁 풋베드 길이가 길 경우 앞부분을 가위로 자를 수 있습니다. 주의: 한번에 너무 많이 자르지 않도록 조금씩 풋베드를 □단계적으로“ 자르십시오.

인솔이 있는 신발에서 풋베드 조정하기

늘어난 인솔은 버켄스탁 풋베드로 교체해 주십시오. 그렇지 않으면 신발 속 공간이 충분하지 않을 수 있습니다. - 버켄스탁 풋베드가 신발에 딱 맞다면, - 좋습니다! 그렇지 않은 경우 다음과 같이 간단하게 조정할 수 있습니다.

1. 신발에서 인솔을 꺼내 바닥에 놓아주세요.
2. 새 버켄스탁 풋베드 위에 기존 인솔을 놓습니다(발뒤꿈치에 맞춰서).
주의 - 인솔의 왼쪽, 오른쪽을 혼동하지 않도록 주의하십시오.
3. 새 버켄스탁 풋베드에 기존 인솔의 앞발 윤곽선을 표시하십시오.
4. 버켄스탁 풋베드를 가위로 잘라내십시오.
5. 자른 버켄스탁 풋베드를 신발에 끼우십시오.

세탁 지침:

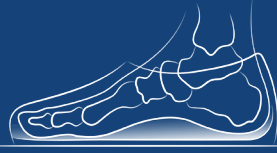
1. 신발에서 풋베드를 빼냅니다.
2. 신발에 묻은 오염물을 털어냅니다/제거합니다.
3. 브러시를 사용하여 풋베드 위아래에 묻은 오염물을 일차적으로 제거합니다.
4. 부드럽고 미지근한 비눗물로 풋베드를 닦고 잠시 담가 둡니다.
5. 담가 둔 후 브러시로 오염을 제거합니다.
6. 세탁 후 깨끗한 물로 풋베드를 헹궈냅니다.
7. 풋베드는 상온에서 공기 중에 말리십시오(히터나 다른 열원에서 건조하지 마십시오).
8. 잘 말린 풋베드를 신발에 다시 넣습니다.

팁

풋베드를 장시간 착용한 이후에는 신발에서 빼내서 통풍시키십시오. 풋베드가 젖은 경우에는 잘 말린 후 다시 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 لحذائك الرياضي



وسادة القدم الزرقاء - النعل الطويل للأحذية الرياضية

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 تقوسًا طبيعيًا للقدم بهدف تمكين السير الطبيعي، حتى بأحذية مغلقة من جهات تصنيع أخرى.

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

تعديل وسادة القدم للأحذية التي لا تضم نعلًا:

هل يتناسب وضع وسادة القدم من Birkenstock في الحذاء بصورة مباشرة؟ - ممتاز! إذا كانت وسادة القدم من Birkenstock طويلة جدًا إلى حد ما، يمكنك تقصيرها باستخدام مقص في منطقة مقدمة القدم ... تنبيه: قم بتقصير وسادة القدم «خطوة بخطوة» بشرائط رقيقة حتى لا تقطع كثيرًا.

تعديل وسادة القدم للأحذية التي تضم نعلًا:

الحذاء كافيًا. - هل يتناسب وضع وسادة القدم من Birkenstock في الحذاء بصورة مباشرة، - ممتاز! في حالة عدم التناسب، يمكنك تعديلها ببساطة هكذا...

١- أخرج النعل من الحذاء واستخدم الإطار كقالب.

٢- ضع النعل القديم على وسادة القدم من BIRKENSTOCK الجديدة (ضعه على الكعب). تنبيه - يرجى استخدام القدم ذاتها.

٣- علم إطار مقدمة القدم للنعل القديم على وسادة القدم من BIRKENSTOCK.

٤- اقطع وسادة القدم من BIRKENSTOCK بحسب الحجم باستخدام مقص.

٥- أدخل وسادة القدم من BIRKENSTOCK المقطوعة بداخل الحذاء

إرشادات التنظيف:

١- انزع وسادة القدم من الحذاء.

٢- نظف/أزل الأتربة من الحذاء.

٣- تخلص من الأتربة الجافة أعلى وأسفل وسادة القدم باستخدام فرشاة.

٤- امسح وسادة القدم بمحلول صابون لطيف ودافئ واتركه يتفاعل لوقت قصير.

٥- بعد ذلك التفاعل، تخلص من الأوساخ بفرشاة.

٦- اغسل وسادة القدم بعد التنظيف بماء نظيف.

٧- جفف وسادة القدم عند درجة حرارة الغرفة (لا تجفف بالمدفئة أو مصدر 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 بالمرّة 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.



العربية

الإنجليزية - الأرضية المثالية:

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

الألمانية - الأرضية المثالية:

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