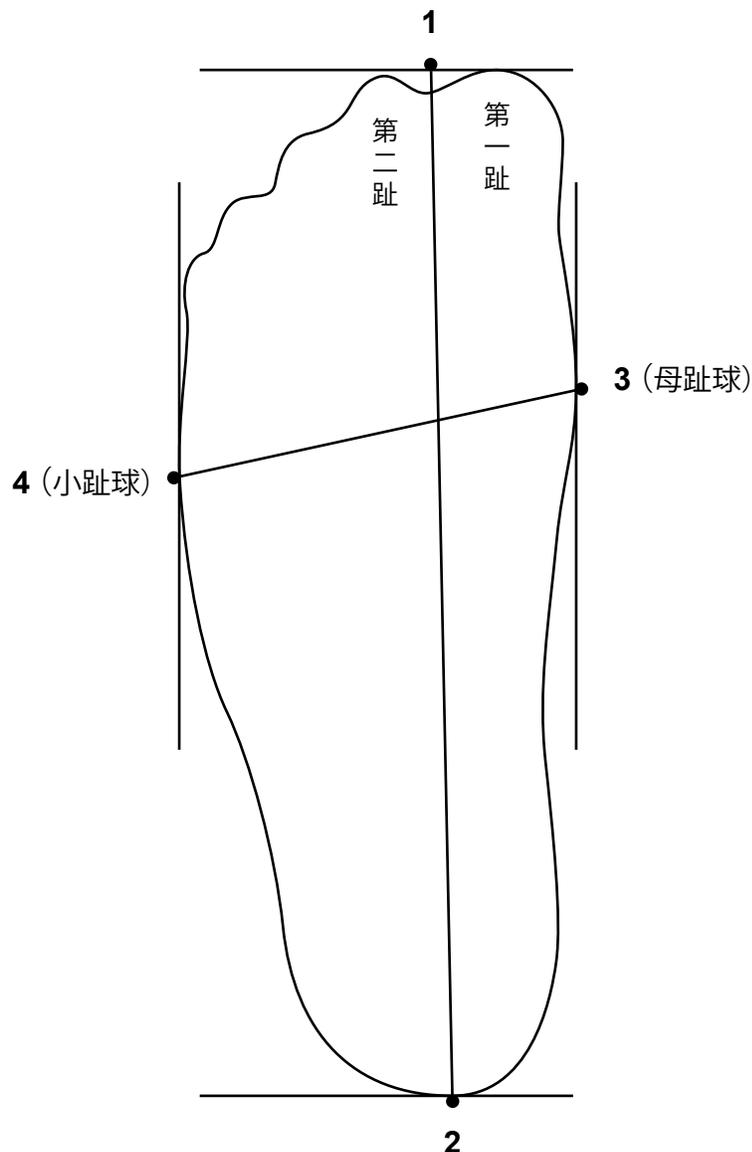


LAKEシューズのサイズの決め方

- 手順1: 自転車用ソックスを履いて椅子に座ります。
- 手順2: 足を紙の上に置いて少しだけ体重を乗せ、ペンで足の輪郭を描きます
(全周なぞらなくても計測地点の位置に印をつけるだけでも構いません)。
- 手順3: 足の第1趾(足の親指)かその次の第2趾のどちらか長いほうの先端を示す水平の線を引きます(図は第1趾のほうが長い例です)。
- 手順4: その線上の第1趾と第2趾の間に点1を記してください。
- 手順5: 点1とカカトの点2との距離をミリ単位で計測してください。
- 手順6: 母趾球(点3)と小趾球(点4)との距離をミリ単位で計測してください。
- 手順7: 手順5と6の数値を次ページのサイズチャートに照合し、最適なサイズを確認してください。

※: 足のサイズを正確に特定するために、計測はミリ単位で行ってください(例: 267mm)。

※: 手順2で足に少し体重を乗せるのは、ペダルを踏み込んだ時に足がわずかに広がった状態を再現するためです。
この足がわずかに広がった状態で爪先がシューズの先にギリギリ当たらないサイズが最適です。





サイズチャート：メンズ

チャートの見方の例：前ページ手順5、6の数値がそれぞれ265、109である場合、下のチャートに基づき、ユーロサイズ42のワイドモデルのシューズが最適なサイズとなります。

長さ（かかと～つま先）			幅（母趾球～小趾球）	
自分の足の実測値	ユーロサイズ換算	USサイズ換算※	レギュラー幅	ワイド幅
243.5-246	39	5	79.9	94.9
246.5-250	39.5	5.5	81.9	96.9
250.5-253	40	6	83.9	98.9
253.5-256	40.5	6.5	85.9	100.9
256.5-260	41	7	87.9	102.9
260.5-263	41.5	7.5	89.9	104.9
263.5-266	42	8	91.9	106.9
266.5-270	42.5	8.5	93.9	108.9
270.5-273	43	9	95.9	110.9
273.5-276	43.5	9.5	97.9	112.9
276.5-280	44	10	99.9	114.9
280.5-283	44.5	10.5	101.9	116.9
283.5-286	45	11	103.9	118.9
286.5-290	45.5	11.5	105.9	120.9
290.5-293	46	12	107.9	122.9
293.5-296	46.5	12.5	109.9	124.9
296.5-300	47	13	111.9	126.9
303.5-306	48	13.5	115.9	130.9
313.5-316.5	50	15	121.9	136.9

※2009年以前のモデルと2010年以降のモデルとはUSサイズの互換性がありません。この場合、ユーロサイズでご判断ください。



サイズチャート：ウィメンズ

自分の足の実測値	ユーロサイズ換算	USサイズ換算 [※]
224.5-227	36	5
227.5-230	36.5	5.5
230.5-234	37	6
234.5-237	37.5	6.5
237.5-240	38	7
240.5-243	38.5	7.5
243.5-247	39	8
247.5-250	39.5	8.5
250.5-253	40	9
253.5-257	40.5	9.5
257.5-260	41	10
260.5-263	41.5	10.5
263.5-267	42	11
267.5-270	42.5	11.5
270.5-273	43	12

※ 2009年以前のモデルと2010年以降のモデルとはUSサイズの互換性はありません。この場合、ユーロサイズでご判断ください。



LAKE シューズ(本革モデル)ご試着の際の心得

今から履いていただくサイクリングシューズのアップパーには本革(カンガルー革や牛革)が使用されています。本革シューズのサイズ合わせのアプローチは人工素材アップパーを使用したシューズのそれとはやや異なります。この資料に書かれているポイントを頭の片隅に入れて、ご試着に臨んでください。

本革アップパーは足に馴染みます。

あなたが一般的なサイクリングシューズ(=人工素材アップパー)の購入前に試着する時、足がむくんだ時のことなどを考慮し、あらかじめシューズと足の間には若干余裕のあるサイズを選ぶと思います。確かに、最初からピチピチタイトフィットのシューズだと、ライド後半でシューズがパンパンになり、アップパーのクロージャーを緩めたいことがよくあります。

しかし、本革サイクリングシューズの場合はよりタイト目のサイズを選んでください。よく知られているように、革製衣料は着用しているうちに身体に馴染んでいきます。シューズも足を入れた直後はややキツイと感じる部分があっても、ものの5分もすればその違和感がスッと消え、快適な履き心地に変わります。本革の持つ伸縮性により、入れた足の形・大きさにアップパー形状が順応するからです。

高価な革のビジネスシューズのように、履き込むほどに自分の足にピッタリと寄り添い、長くお使いいただけます。

よく、革だと伸びてしまっただけで使えなくなるんじゃないか、と誤解されている方が多いようですが、革が伸びるのはその必要がある部分のみです。むしろ、空気中の湿気の吸収・乾燥を繰り返すうちに、アップパーにボリュームのいらぬ箇所は縮みもします。そうしてアップパーが徐々に足の凹凸に近づいてゆくのです。

本革シューズは全体的なフィット感を優先しましょう。

本革サイクリングシューズを試着する際、まずはおおまかに全体のフィット感を確認しましょう。そして、部分的にキツイまたは当たっているところがあっても、全体としては良い感じにフィットしているのなら、そのサイズが有力候補です。なぜなら、部分的な形状の調整は革のシューズなら当たり前に行うことだからです。

例えば、「全体的には43が良い感じだが、母趾球のところキツイ」、または「親指だけがシューズ先端に少し当たっているが、その他の部分のフィットは理想的」などといった場合、革が自然に足の形に馴染むのを待つか、革用オイルとストレッチャーなどで強制的にアップパーの形を変えることで対処できます。しかし、シューズサイズを上げると、今度は全体的にフィット感が甘くなってしまいます。

LAKE シューズのかつま先の補強材は形状を変えられます。

前項で「親指がシューズ先端に当たっている場合」と書きましたが、本革アッパーといえど、合成素材による芯材の入ったトゥボックスの形状は自然には変わりませんし、この部分はオイルの効果も期待できません。

では、つま先が当たる場合はやはりサイズを上げるより仕方がないのかというと、方法はあります。LAKE はつま先のこの芯材に熱可塑性のある素材を採用しています。熱可塑性、つまり熱を加えれば変形させることができ、冷えればその形で固まる芯材です。つま先の一部だけが若干つかえている場合、オープンで芯材を温めて、ドライバーの柄など細く丸いもので、指が当たっている部分だけ芯材を外に押し出すことが可能です。

ただし、つま先全体または指が3本も4本もつかえている場合や、指1本だけでもガッツリ当たっている場合はひとつ上のサイズのシューズをお試ください。

革のお手入れについて

革製品だからと言って、常日頃からオイルやクリームでケアしていないといけないわけではありません。大雨に降られてシューズがずぶ濡れになった、などといった場合を除き、基本的には1年に2〜3回、オイルやクリームで革に油分を軽く補充してあげるだけで十分です。

シューズが完全に濡れてしまった場合、帰宅後にシューズ表面を拭き、新聞紙を詰め込んで屋内で自然乾燥させた後、オイルやクリームを軽く塗り、革の乾燥を防ぎましょう。逆に、革が乾燥している兆しがなければ、普段は特に何もする必要はありません。

さいごに

あらゆる自転車周辺アイテムのなかでも、シューズは特に重要なアイテムです。ことシューズに関しては金額の大小よりも大切なことがあります。それは「フィット」です。足にフィットしていないシューズでは痛みや不快感でサイクリングを楽しむどころではなくなってしまうばかりか、足の長期的な健康も損なう恐れがあります。

シューズの良し悪しは足に合っているかどうか、常に足をしっかりホールドし、サポートしてくれているかどうかにかぎります。あなたの足に合ったA社の20000円のシューズは、足に合っていないB社の40000円のシューズよりも「良いシューズ」なのです。逆に、あなたの足にとって「最高のシューズ」は50000円の値がついたモデル以外に見つからないかもしれません。しかし、そのようなシューズに巡り会うこと、それ自体は掛け値なしの幸運です。

あなたの足にLAKEシューズを気に入っていただけましたら幸いです。

お問い合わせは下記までお願いいたします。

LAKE 輸入・販売総代理店 株式会社キルシュベルク
電話: 0798-61-9440 / E-mail: info_lakecycling@kirschberg.co.jp