

Choix de la pointure

Le choix de vos chaussures de ski dépend de la **sa pointure** bien sûr, **du volume du pied, de son niveau et de sa pratique**.

La pointure d'une chaussure de ski s'exprime en « **mondo point** », ce qui correspond à la **longueur du pied en centimètre**.

Ex : un pied de 27,5 cm de long correspond à une pointure de 27.5 en Mondo Point (MP) et 43 1/3 en pointure européenne.

Pour déterminer sa longueur de pied, appliquez la procédure donnée par SALOMON :

① MESUREZ LA TAILLE DE VOS PIEDS.

Matériel : Procurez-vous une boîte à chaussures ou repérez un mur avec un angle à 90°. Prenez une feuille de papier ou une feuille en carton, une règle et un stylo.

Comment faire pour trouver sa pointure? - Assurez-vous que vous portez les chaussettes que vous utiliserez avec ce type de chaussures. - Installez-vous en chaussettes sur la feuille de papier et placez-le côté extérieur du pied contre la paroi du mur ou dans la boîte à chaussures avec le talon bien calé au fond. - Tracez ensuite un trait devant l'extrémité du gros orteil à l'aide de la règle et de votre stylo. - Mesurez la distance entre le bord du mur ou le bord de la boîte à chaussures et le trait que vous venez de tracer. - Reportez cette mesure en cm dans la grille des tailles correspondantes que vous trouverez ci-dessous (taille mondopoint = taille en cm) afin de connaître la taille à commander.

Correspondance Taille Mondopoint (cm) / Taille EU Salomon

MONDO POINT	24	24,5	25	25,5	26	26,5	27	27,5	28
TAILLE À COMMANDER (UE)	38	39	39 ^(2/3)	40 ^(1/3)	41	42	42 ^(2/3)	43 ^(1/3)	44
28,5	29	29,5	30,5	31,5					
45	45 ^(2/3)	46 ^(1/3)	48	49 ^(1/3)					

C'est cette valeur en centimètre qui est primordiale, puisque les tables de conversions des marques diffèrent légèrement entre Mondo Point et pointure européenne.

La pointure européenne indiquée entre parenthèses sur la fiche produit, à côté de la pointure en Mondo Point, n'est donnée qu'à titre indicatif (pointure moyenne des marques).

Pour une **chaussure de ski**, on va prendre, en règle générale, **0,5 cm au-dessus de sa mesure**.

Ex : on mesure son pied à 27,0 cm, on va prendre une 27.5 en taille de chaussure de ski en mondo point.

Pour vérifier que la pointure de sa chaussure de ski convient, suivre les conseils suivants :

- Pour un **débutant ou une personne skiant assez droite** : il ne faut pas que les doigts de pieds touchent le bout de la chaussure lorsque l'on est droit avec les jambes tendues, et le talon ne doit pas décollé de plus de 0,5 cm.
Un débutant prendra souvent **1 cm au-dessus de sa mesure** de longueur de pied (voir ci-dessus).
- Pour un **bon skieur qui skie en appui sur les languettes des chaussures** : lorsque l'on est debout jambe tendues, il faut toucher ou effleurer le bout de la chaussure. Lorsque l'on est en appui languette, le pied recule et il ne faut plus toucher le bout de la chaussure, il faut pouvoir bouger facilement ses doigts de pied tout en se sentant maintenue. Le talon doit être bien bloqué.
Un bon skieur prendra **0,5 cm au-dessus de sa mesure** de longueur de pied (voir ci-dessus).

Gammes de chaussures de ski

Il existe plusieurs familles de chaussures de ski en fonction de son niveau de ski:

- **Chaussure de ski débutant**: privilégiant confort, largeur et assez souple
- **Chaussure de ski intermédiaire**: alliant confort et précision, largeur moyenne
- **Chaussure de ski performante**: privilégiant la tenue du pied et la précision, elle reste confortable tout en étant assez fine.
- **Chaussure de ski course**: orientée précision et rigidité, elles ont un chaussant très fins.

On classifie ensuite les chaussures de ski en fonction de sa pratique du ski : **Piste, Freeride, Freestyle, Freerando**.

La gamme Free-rando est en train de prendre beaucoup de part de marché, car ces chaussures de ski allient confort, précision, polyvalence montée/descente (position marche) et légèreté.

Ex de chaussures : SALOMON Quest, TECNICA Cochise...

Attention au flex de cette gamme Free-rando, qui est souvent moins rigide à valeur égale de flex d'une chaussure de piste.

Flex des chaussures de ski

L'indice de flex est une valeur **non normalisée** donnée par les fabricant pour renseigner la **rigidité de la chaussure de ski**.

Il n'y a malheureusement pas d'équivalence d'une marque à l'autre, et même d'une pratique à une autre (ex. ci-dessu piste/free-rando).

Le flex d'une chaussure de ski varie de 40 (très souple : chaussure enfant) à 150 (très rigide : chaussure de course).

- Pour un **niveau débutant / intermédiaire** : un flex inférieur à 70 est recommandé, pour plus de confort et de tolérance.
- Pour un niveau **intermédiaire / performant** : un flex compris entre 80 et 110 permet un bon compromis confort et précision.
- Pour un niveau **expert** : un flex supérieur à 110 favorise la réactivité et la précision de la chaussure.

Largeur aux métatarses

La largeur aux métatarses est une donnée importante, elle indique la **largeur du chaussant (exprimée en millimètre) au niveau des métatarses** (avant du pied = partie la plus large du pied) pour une pointure donnée (24.0 (Mondo Point) en général pour les femmes et 26.0 (MP) en général pour les hommes).

Ex : une chaussure en pointure 28.0 avec une donnée fabricant à 100 mm de largeur, fera entre 102 à 104 mm en largeur réel aux métatarses.

Vous pouvez mesurer votre largeur de métatarses pour déterminer si vous avez un pied fin ou un pied large, sachant qu'un chaussant fin sera inférieur à 100 mm, et un chaussant large sera supérieur à 104 mm.

En règle générale, plus on monte en gamme de chaussures de ski, plus le chaussant s'affine, d'où la problématique d'un skieur au pied large, qui veut une chaussure performante et vice-versa : un skieur débutant aux pieds fins.

Dans ce cas-là, il est **fortement déconseillé** d'acheter sur internet sans avoir essayé le modèle.

Dans tous les cas, il est préférable d'acheter une chaussure dans un magasin spécialisé ou un modèle que l'on a déjà essayé ou loué.

Nombre de crochets

Depuis quelques années, le nombre de crochets tend à diminuer : 2 ou 3 crochets, il n'y a **pas de différence au niveau du maintien du pied**, puisque les crochets sont plus larges et le strap serre véritablement de crochet supplémentaire.

Le choix des chaussures de ski est très difficile et il n'est pas aisé de commander sans essayer la chaussure et sans avoir les conseils d'un technicien.

Cette aide est une bonne base de départ, mais pour affiner votre choix ou en cas de doute, nous sommes toujours disponibles au 04.76.80.63.02 ou par mail dans la case [contact](#).