

Größentabelle

Nutze nun Deine gemessene Fußlänge und -breite, um die passende Schuhgröße zu bestimmen.

Größentabelle Sicherheitsschuhe:

Alle Angaben in mm

Schuhgröße	Länge	Weite 09	Weite 10	Weite 11	Weite 12	Weite 13
35	224	210,5	216,5	222,5	228,5	234,5
36	230	215	221	227	233	239
37	237	219,5	225,5	231,5	237,5	243,5
38	244	224	230	236	242	248
39	250	228,5	234,5	240,5	246,5	252,5
40	257	233	239	245	251	257
41	264	237,5	243,5	249,5	255,5	261,5
42	270	242	248	254	260	266
43	277	246,5	252,5	258,5	264,5	270,5
44	284	251	257	263	269	275
45	290	255,5	261,5	267,5	273,5	279,5
46	297	260	266	272	278	284
47	303	264,5	270,5	276,5	282,5	288,5
48	310	269	275	281	287	293
49	317	273,5	279,5	285,5	291,5	297,5
50	323	278	284	290	296	302

Größentabelle Barfuß-Sicherheitsschuhe:

Alle Angaben in mm

Schuhgröße	Schuh-Innenlänge	Schuh-Ballenbreite	Empfohlen für Fußlänge
36	240	92	223-230
37	247	94	231-237
38	253	96	238-243
39	260	98	244-250
40	267	100	251-257
41	273	102	258-263
42	280	104	264-270
43	287	106	271-277
44	293	108	278-283
45	300	110	284-290
46	307	112	291-297
47	313	114	298-303
48	320	116	304-310

Baak Barefoot-Kollektion

Besonderheiten bei Barfuß-Sicherheitsschuhen

Barfuß-Sicherheitsschuhe orientieren sich stärker an der natürlichen Fußform. Sie bieten mehr Zehenfreiheit und ermöglichen eine gleichmäßigere Druckverteilung – das wirkt sich positiv auf Deinen Komfort und die Fußgesundheit aus.

Unsere Barfuß-Sicherheitsschuhe kombinieren das Gefühl des Barfußlaufens mit zertifiziertem Schutz. Die flexible Sohle und die spezielle Passform fördern eine natürliche Abrollbewegung und stärken dabei die Muskulatur. Gleichzeitig bieten sie zertifizierten Schutz vor herabfallenden Gegenständen oder spitzen Materialien.

Schuhgröße richtig messen – so geht's

So bestimmst Du Deine Schuhgröße ganz einfach Zuhause:

1 Fußlänge bestimmen

- Stelle Deinen Fuß auf ein Blatt Papier (am besten abends).
- Zeichne die Umrisse nach.
- Miss die Länge von der Ferse bis zum längsten Zeh.
- Addiere ca. 10–15 mm Bewegungsfreiheit.
- Vergleiche Dein Ergebnis mit unserer Größentabelle.

2 Fußbreite bestimmen

Achte darauf, wie Dein Fuß im Vorfußbereich aufliegt:

- Schmäler Fuß: enger Sitz sinnvoll
- Normaler Fuß: Standardpassform
- Breiter Fuß: mehr Platz im Zehenbereich notwendig

3 Tipps zur Fußvermessung

- Abends messen: Füße sind abends meist etwas voluminöser und daher ideal für die Größenbestimmung.
- Beide Füße vermessen: Oft sind die Füße unterschiedlich groß.
- Einlegesohlen berücksichtigen: Diese können die Passform beeinflussen.

Liegt Dein Wert zwischen zwei Größen, wähle bei breiteren Füßen die größere Größe.

Wichtige Aspekte für die richtige Passform

Häufige Fehler bei der Schuhwahl

Diese Fehler führen oft zu schmerzhaften Druckstellen oder frühzeitiger Ermüdung:

- Zu kleine oder schmale Schuhe gewählt
- Einlagen nicht berücksichtigt
- Keine ausreichende Bewegungsfreiheit eingerechnet
- Zur falschen Tageszeit gemessen oder anprobiert
- Unterschied zwischen Alltagsschuh und Sicherheitsschuh unterschätzt

Langfristige Folgen einer falschen Passform

Eine unpassende Passform kann weitreichende Folgen haben. Besonders bei Sicherheitsschuhen, die oft über viele Stunden getragen werden, können die Auswirkungen gravierend sein.

- **Fußschmerzen:** Druckstellen, Blasen und Schmerzen im Mittelfuß oder an den Zehen sind typische Symptome.
- **Fehlstellungen:** Langfristig kann eine falsche Passform zu Fehlstellungen wie Hallux valgus oder Plattfüßen führen.
- **Rückenschmerzen:** Eine schlechte Fußhaltung wirkt sich auf die gesamte Körperstatik aus.
- **Verminderte Konzentration:** Schmerzen und Unwohlsein beeinträchtigen die Leistungsfähigkeit und Aufmerksamkeit.

Quelle: <https://baak.de/sicherheitsschuhe/schuhgroesse-und-passform/#groebentabelle>