

Comment lire : pars de ta **vraie pointure** (chaussures de ville), descends jusqu'à la marque. Le chiffre = **de combien monter**.

= ta taille

↑ un peu petit (+1)

↑ petit (+2 et +)

Marque ↓ / Ta vraie pointure →	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
Adidas ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
Asics ↑ +2	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Brooks ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
Converse = 0	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
Hoka ↑ +2½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½	50½
Jordan ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
Mizuno ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
New Balance ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
Nike ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
On Running ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
Puma ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
Reebok ↑ +2	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Salomon ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
Saucony ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
Vans ↑ +1½	37½	38½	39½	40½	41½	42½	43½	44½	45½	46½	47½	48½	49½
Veja ↑ +1	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49

EXEMPLES

43 EU → 45 Asics · 44 Salomon · 45½ Hoka · 43 Converse · 44 New Balance

47 EU → 49 Asics · 48 Salomon · 49½ Hoka · 47 Converse · 48 New Balance

1 Correspondance des systèmes

EU	UK	US Homme	US Femme
35	3	3½	5
36	3½	4	5½
37½	4½	5	6½
38	5	5½	7
38½	5½	6	7½
39	6	6½	8
40	6½	7	8½
40½	7	7½	9
41	7½	8	9½
42	8	8½	10
42½	8½	9	10½
43	9	9½	11
44	9½	10	11½
44½	10	10½	12
45	10½	11	12½
45½	11	11½	13
46	11½	12	13½
47	12	12½	14
47½	12½	13	14½
48	13	13½	15
48½	13½	14	15½
49½	14	15	16½
50	14½	15½	17

2 Mesurer ton pied

1. Pose ta feuille contre un mur, **talon collé** au mur.
2. Debout, poids réparti, marque le bout du **plus long orteil**.
3. Mesure la distance mur → marque en **cm**.
4. Mesure **les deux pieds**, garde le plus grand, de préférence **le soir**.

3 Longueur du pied → EU = ta pointure de référence

cm	EU	cm	EU
22.0	35	27.0	42
22.5	35½	27.5	43
23.0	36	28.0	44
23.5	36½	28.5	44½
24.0	37½	29.0	45
24.5	38	29.5	46
25.0	39	30.0	47
25.5	39½	30.5	47½
26.0	40½	31.0	48
26.5	41		

4 Selon l'usage

Running & trail : ajoute ½ **pointure** (le pied gonfle / marge pour les descentes).

Training & basket : reste **ajusté** pour le maintien.

Lifestyle : ta taille habituelle.

5 À savoir

Point de départ = ta pointure en **chaussures de ville** (ta taille la plus neutre). La plupart des sneakers chaussent **plus petit**, d'où les « + ». Ces écarts viennent de **mesures terrain réelles**, pas d'une table théorique — c'est ce qui fait la différence de Shoesizer. Ils restent des **repères** : la coupe varie d'un modèle à l'autre. En cas de doute, suis le chiffre de la marque.

Une marque manque ? Une taille te semble fausse ?

Aide-nous à affiner la planche : shoesizer.co/contribuer