

## Stocklänge richtig anpassen

### Richtig messen

Um eine ausreichende Stützfunktion zu erreichen, ist es notwendig, dass der Stock in der richtigen Höhe individuell angepasst wird.

Er soll dem Benutzer eine aufrechte Haltung bei leicht angewinkeltem Ellbogen ermöglichen.

- Stellen Sie sich gerade mit normalen Straßenschuhen hin, lassen Sie die Arme locker nach unten hängen.
- Die Gummikapsel vom Rohr entfernen
- Stellen Sie den Stock mit dem Griff auf den Boden (siehe Skizze) und kürzen Sie den Stock bis zur Höhe der Handwurzel (Handgelenk).
- Die Gummikapsel wieder auf das Rohr aufstecken.
- Überprüfen Sie den festen Sitz der Gummikapsel.

