

La taille des bâtons :

Prenez votre taille en cm et multipliez-la par 0,7 : vous obtiendrez ainsi la taille de vos bâtons.

TAILLE	TAILLE DES BATONS
- d'1m55	1m05
1m55 à 1m62	1m10
1m62 à 1m70	1m15
1m70 à 1m77	1m20
1m77 à 1m85	1m25
1m85 et +	1m30

A noter :

- Si vous hésitez entre deux tailles de bâtons, optez pour des bâtons plus courts pour une marche tranquille ou une taille supérieure pour une allure plus soutenue.
- Pour savoir si ces derniers vous conviennent : debout, placez un bâton au niveau de vos chevilles, votre coude doit se trouver à 90° (avant bras à l'horizontal).