

如何量脚长比较准；网上买鞋子怎么量脚的尺寸？-股识吧

一、腿长怎么量

一种方法是：原地翘脚跟，每次都要尽量伸展开，每天2次，早起后和晚睡前，每次30下，同时配合双臂舒展活动，1个月可见效果，小腿大腿都可减；

另外一种方法是：原地站立，左脚抬起向前至与腰带平行位置，向左画圈而后放下，右脚与左脚同动作，每天2次，早起后和晚睡前，每次30下，1个月后可明显见大腿瘦。

还有一种方法是：原地俯卧，大腿至小腿绷紧，向后尽量抬高，每天1次，每次20下，每次10秒至15秒之间，1个月可明显见腰腹瘦。

二、如何测量脚长

尺子 测量

大脚趾与脚后跟距离是脚长。

三、怎么测量脚大小

利用坐标纸：在一张足够大的硬纸上画15cm × 20cm的区域，之后划分成边长为5mm的小正方形。

将你的脚放上，用铅笔画出脚的轮廓。

查出小轮廓内的小正方形数，不足半格不记，超过半格按一格记。

最后计算出小正方形个数乘以一个小正方形面积即可。

（小正方形的边长越小，得到的脚的面积越准确）希望采纳，谢谢。

四、网上买鞋子怎么量脚的尺寸？

把脚放平，用粉笔或笔前后一量，就表示脚的大小，然后加1厘米就行了。

五、如何测量自己的脚的长度来判断自己该穿多少码的鞋

1、如何量您的脚长：1)脚长与宽量法：把脚平放在平面的白纸上，用力踩地，用笔点出左右最宽点，前后最长点，前后两点连接，左右两点连接，两只脚都量取大值。

2)脚围量法：脚背最宽处围绕一圈，为脚围。

2、通过脚长与鞋码对换，看鞋子230是多少码：此对换用于正常比例的鞋！

1)脚长是厘米(CM)计算 2)鞋码用欧码(39码、40码等)计算

3)脚长换成欧码：量好你的脚长乘以两倍减去十厘米(脚长 $\times 2 - 10 =$ 鞋码；

例，你的脚长是25CM， $25 \times 2 - 10 = 40$ 码，那么您就是穿40码的鞋)

4)欧码换成脚长：看好鞋的尺码加上十厘米再除2 ($\<$ ；

鞋码 $+10 \>$ ；

$/2 =$ 脚长；

例，鞋码41， $41 + 10 = 51 / 2 = 25.5$ CM，那么此尺码的鞋适合脚长25.5的人穿) 5)您在量脚长换算时只适合尾数往上加，不宜减，因为鞋大一码可以穿，小了就不利您的健康了(例如，你的脚长是25.1CM，那您只能按25.25或是25.5来计算，也就是要穿40.5码或是41码的鞋，不能按25.0来计算，不能穿40码或更小的鞋码。

学会这种测量方式，无论是鞋子230是多少码，还是225是多少码，都可以自己测量知道。

6)如果您的脚比较胖或是比较宽，您可以选大半码或一个码。

7)畸型脚、异形脚或特肥胖的鞋另请咨询！以上七点测量脚长的方法还是比较实用的，对于鞋子230是多少码，通过这样的测量方式也可以得到解决。

六、如何测量脚的长度

从手腕到手肘的距离就是你脚的大小，但是现在鞋的尺寸都不是很正规，而且宽度也不一样。

多以建议你用自己的脚试一下最好。

七、

参考文档

[下载：如何量脚长比较准.pdf](#)

[《30万买股票能买多久》](#)

[《股票被炒过要多久才能再炒》](#)

[《股票保价期是多久》](#)

[下载：如何量脚长比较准.doc](#)

[更多关于《如何量脚长比较准》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/subject/34206932.html>