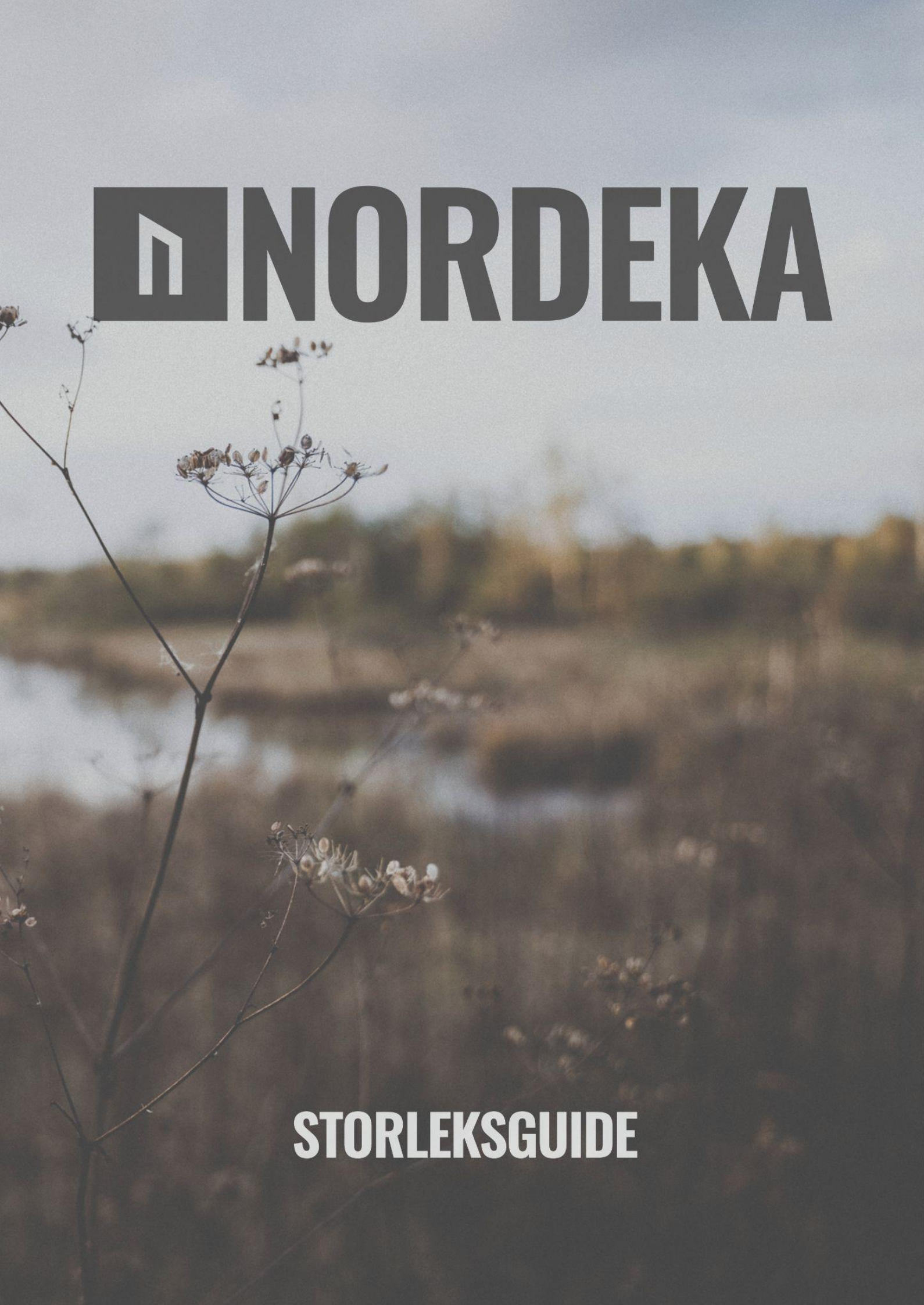


The background of the entire page is a photograph of a natural landscape. In the foreground, a thin, dark plant stem with small, dried flower heads is visible on the left side. The middle ground shows a body of water, possibly a lake or a wide river, surrounded by trees and vegetation. The background is a soft-focus view of a forest or park area under a clear sky.

 **NORDEKA**

STORLEKSGUIDE

TVÅ SULOR SAMMA BARFOTAKÄNSLA

Från och med hösten 2025 bygger Nordeka sina skomodeller på två olika sulor: en grövre och en nättare. Båda är mjuka, följsamma och utvecklade för att ge foten full rörelsefrihet – precis som en barfotasko ska.

Den grövre sulan har ett robustare uttryck och används bland annat i våra chelseamodeller. Den ger ett lite stadigare steg och passar särskilt bra under höst och vinter.

Den nättare sulan är lättare, smidigare och används till exempel i våra nya sneakers. Här får du en ännu ledigare känsla med maximal flexibilitet i varje steg.

Båda sulorna är uppbyggda med exakt samma passform och mått. Det gör det enkelt att hitta rätt storlek – oavsett modell. För dig som vill äga fler par barfotaskor innebär det trygghet och enkelhet vid varje köp.

Två sulor. En känsla. Och samma frihet – oavsett stil.



ATT KÖPA VÅRA SKOR VAD SKA MAN TÄNKA PÅ?

Vad ska man tänka på när man köper barfotaskor?

Att byta till barfotaskor är ett steg mot ett friare och mer naturligt sätt att röra sig. För att få ut det mesta av dina skor är det viktigt att välja rätt modell och storlek. Här är några saker vi vill att du tänker på innan du beställer:

Tåfrihet är A och O

Dina tår ska kunna spreta och röra sig fritt. Det är helt normalt och bra om skon ser lite "för bred" ut jämfört med vanliga skor. En barfotasko ska följa din fots form, inte tvärtom.

Rätt längd – men vad är rätt för dig?

Vi brukar rekommendera ca 0,5–1,2 cm extra utrymme framför tårna. Det ger foten plats att röra sig naturligt vid gång och löpning.

Men: det här är i slutändan en smaksak.

Vissa vill ha mer rörelsefrihet, andra föredrar en tajtare känsla. Därför är det väldigt svårt för oss att säga exakt vad som är rätt för just dig men med några dagars användning märker du ofta själv vad som känns bäst.

Fotens form först – inte skons utseende

Har du en bred framfot? Då behöver du en sko som tillåter det även om det skiljer sig från det du är van vid. Barfotaskor ser annorlunda ut, men de låter din fot fungera som den är tänkt att göra.

Känn efter – inte bara mät

En sko kan passa perfekt på pappret – men känns fel på foten. Gå runt hemma, känn efter hur foten rör sig. Det ska kännas fritt och stabilt, inte trångt eller slapt.

Det kan ta tid att vänja sig

Om du är ny till barfotaskor: börja använda dem successivt. Fotens muskler och senor behöver tid att vänja sig vid ett nytt sätt att gå och stå.

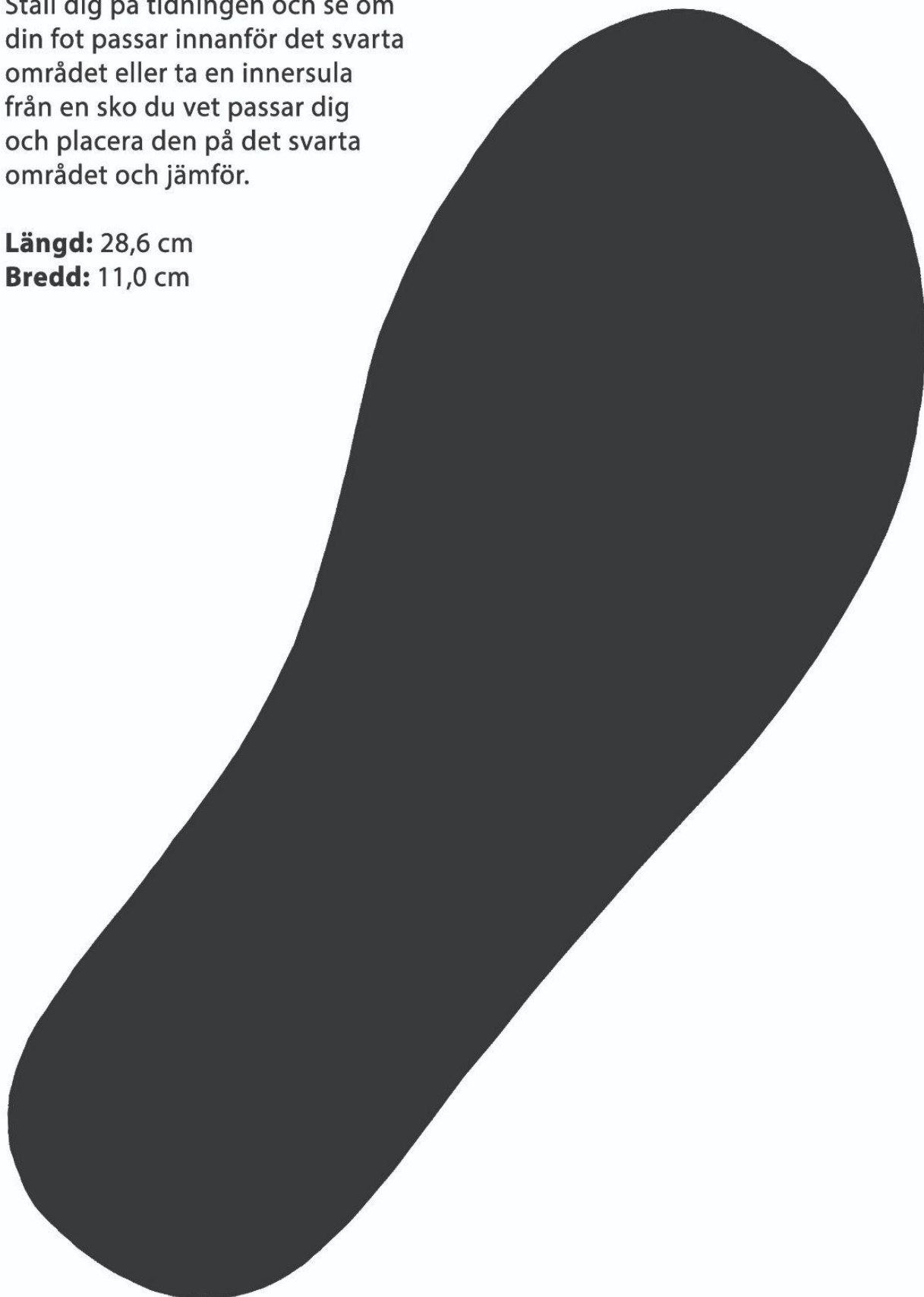
STORLEKSGUIDE

STORLEK 36

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 28,6 cm

Bredd: 11,0 cm



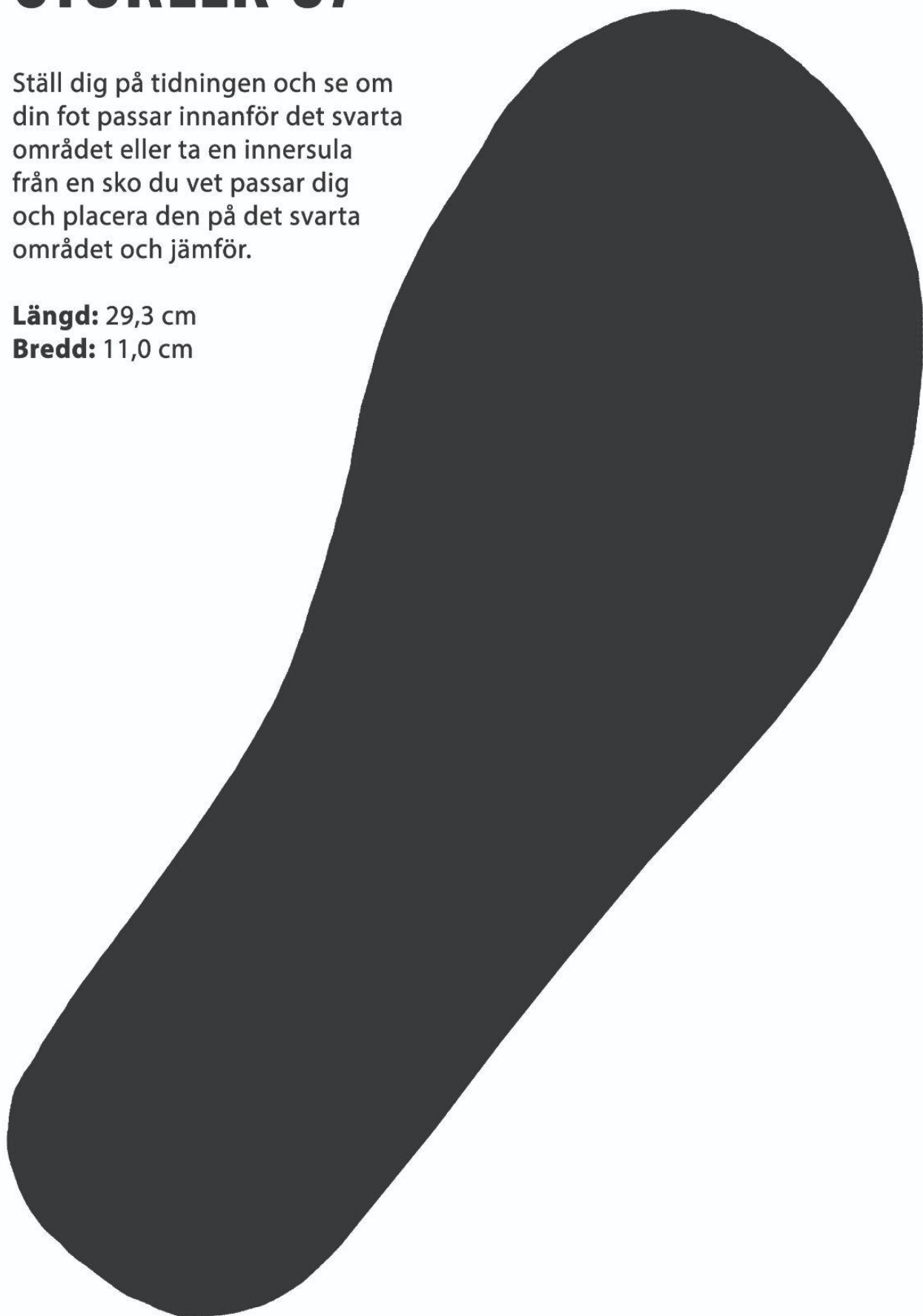
STORLEKSGUIDE

STORLEK 37

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 29,3 cm

Bredd: 11,0 cm



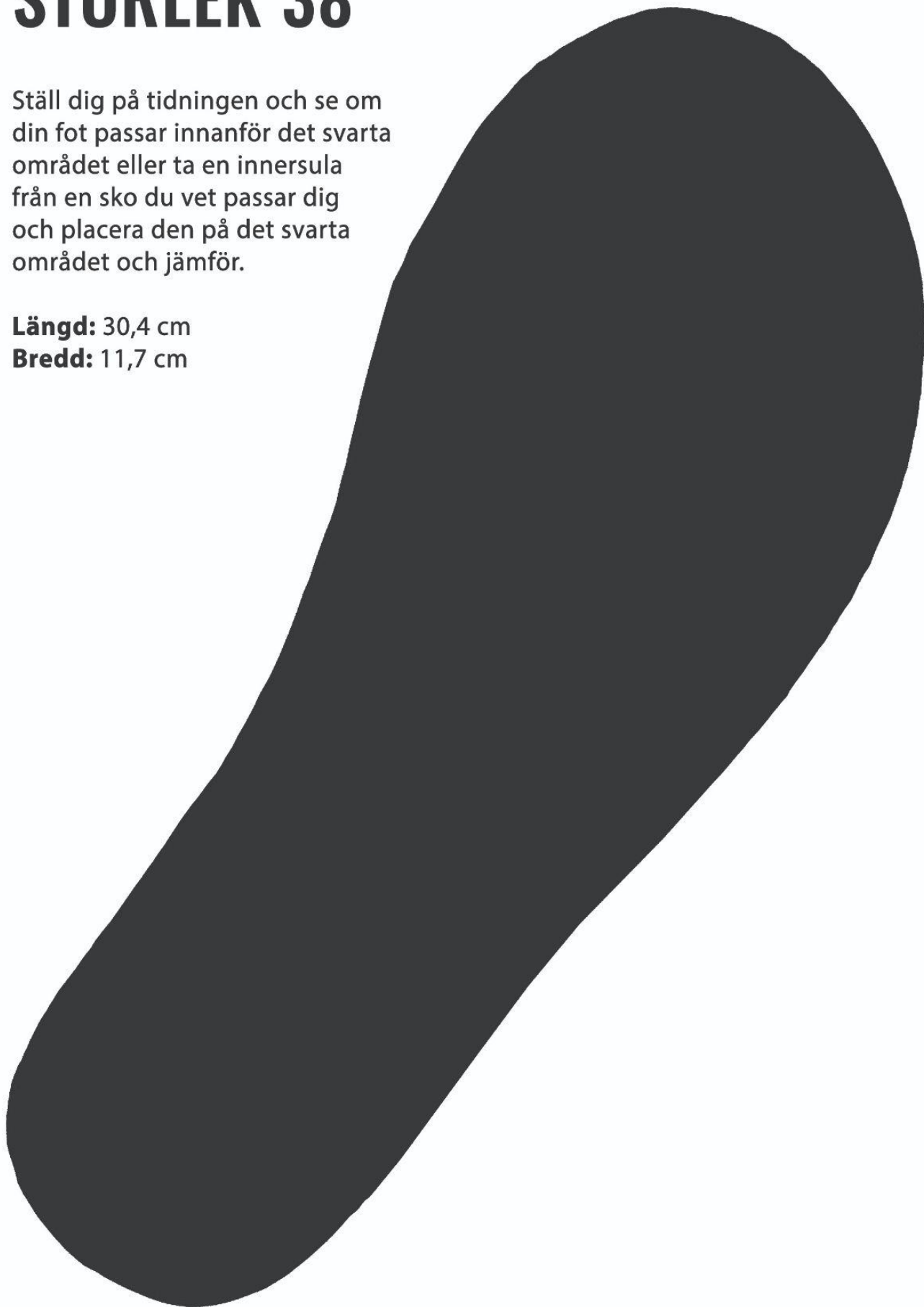
STORLEKSGUIDE

STORLEK 38

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 30,4 cm

Bredd: 11,7 cm



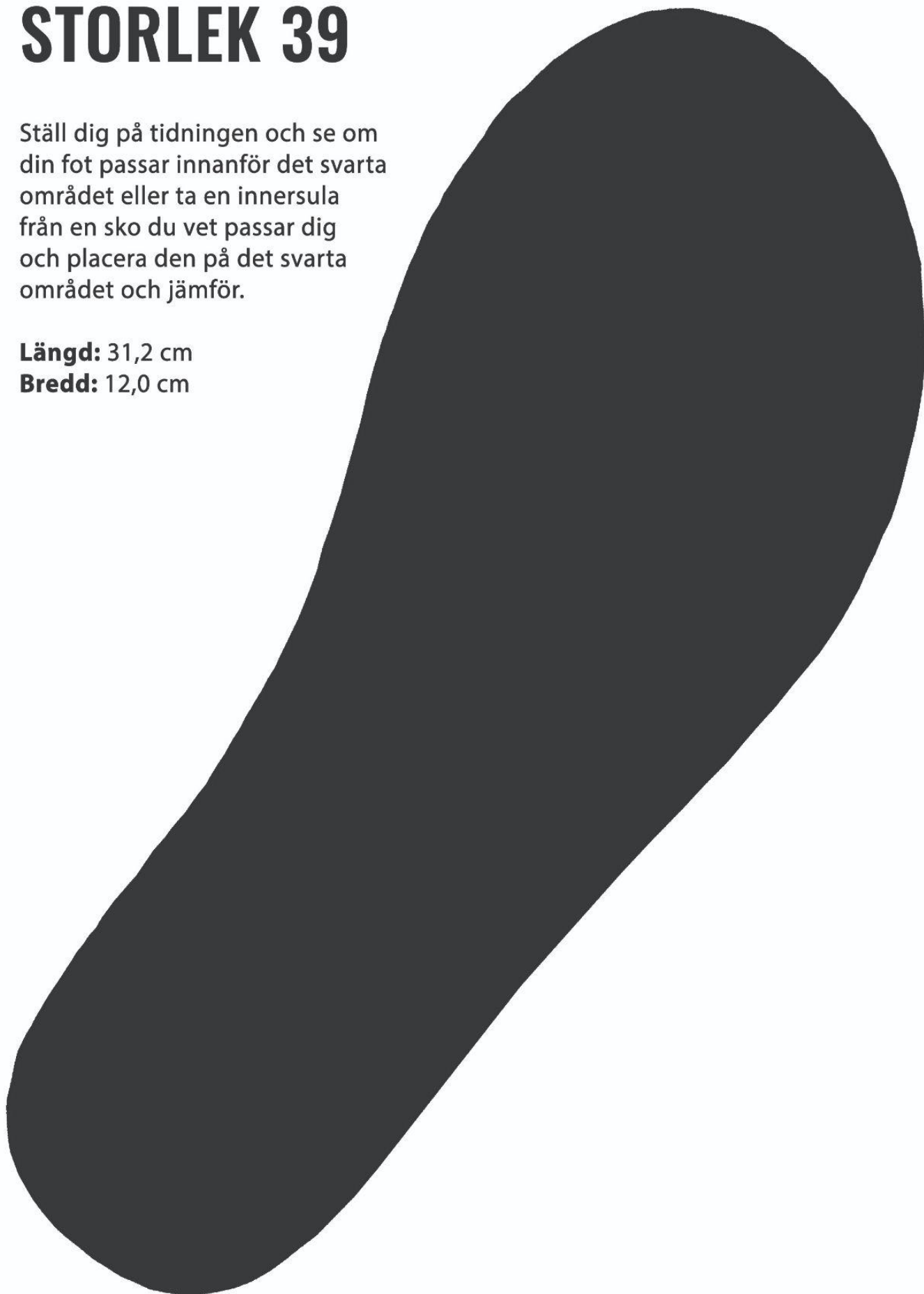
STORLEKSGUIDE

STORLEK 39

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 31,2 cm

Bredd: 12,0 cm



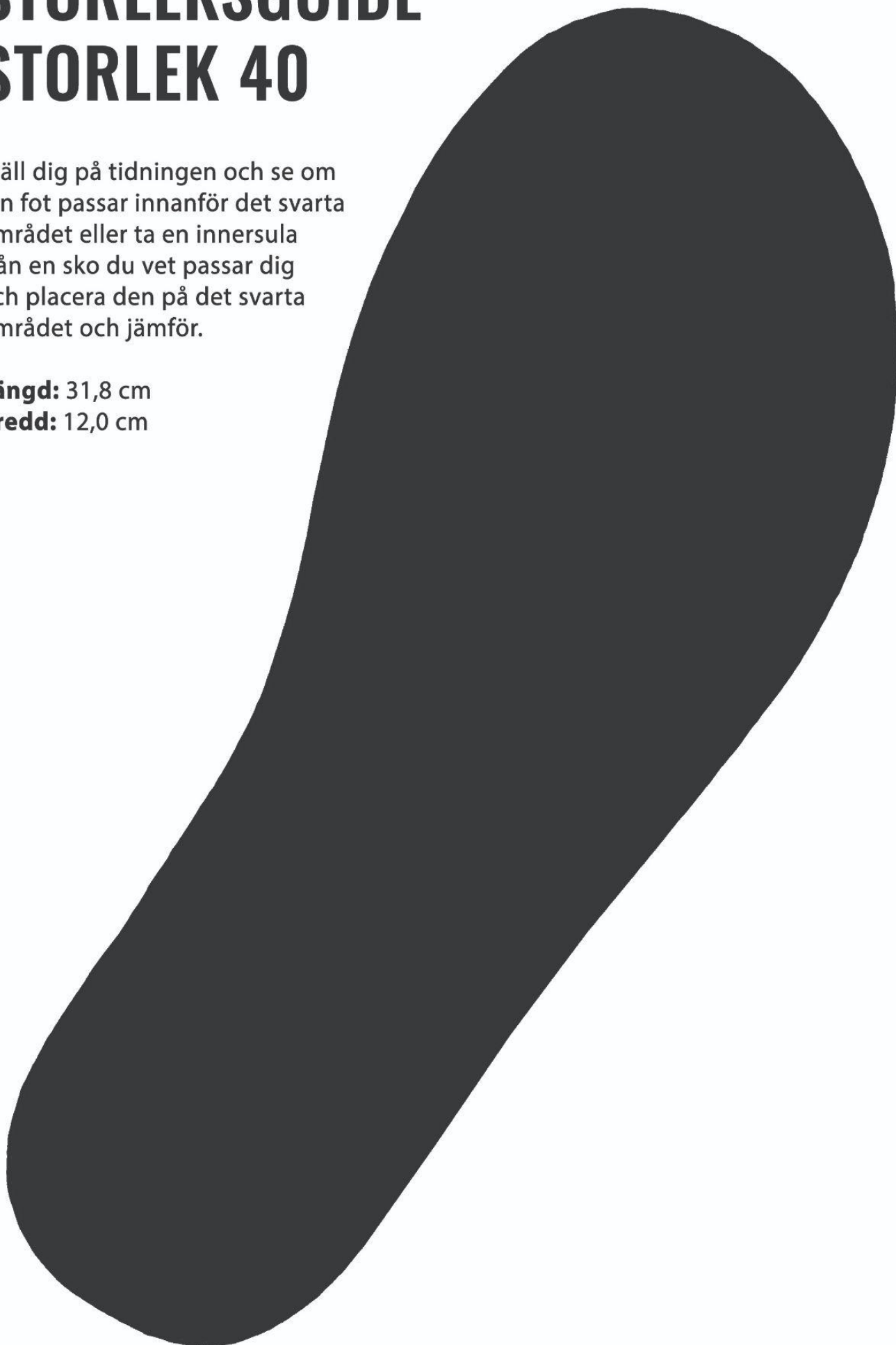
STORLEKSGUIDE

STORLEK 40

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 31,8 cm

Bredd: 12,0 cm



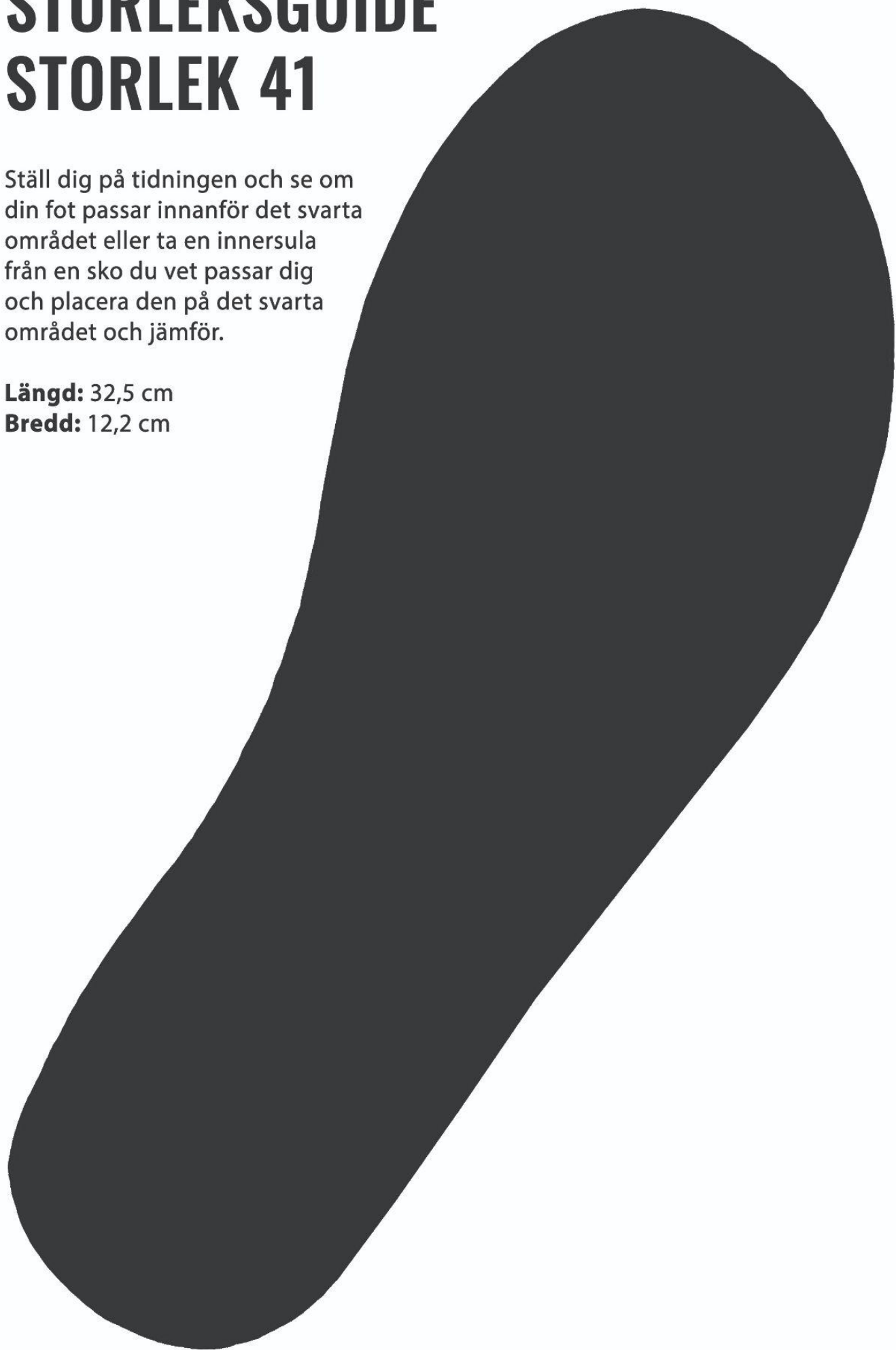
STORLEKSGUIDE

STORLEK 41

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 32,5 cm

Bredd: 12,2 cm



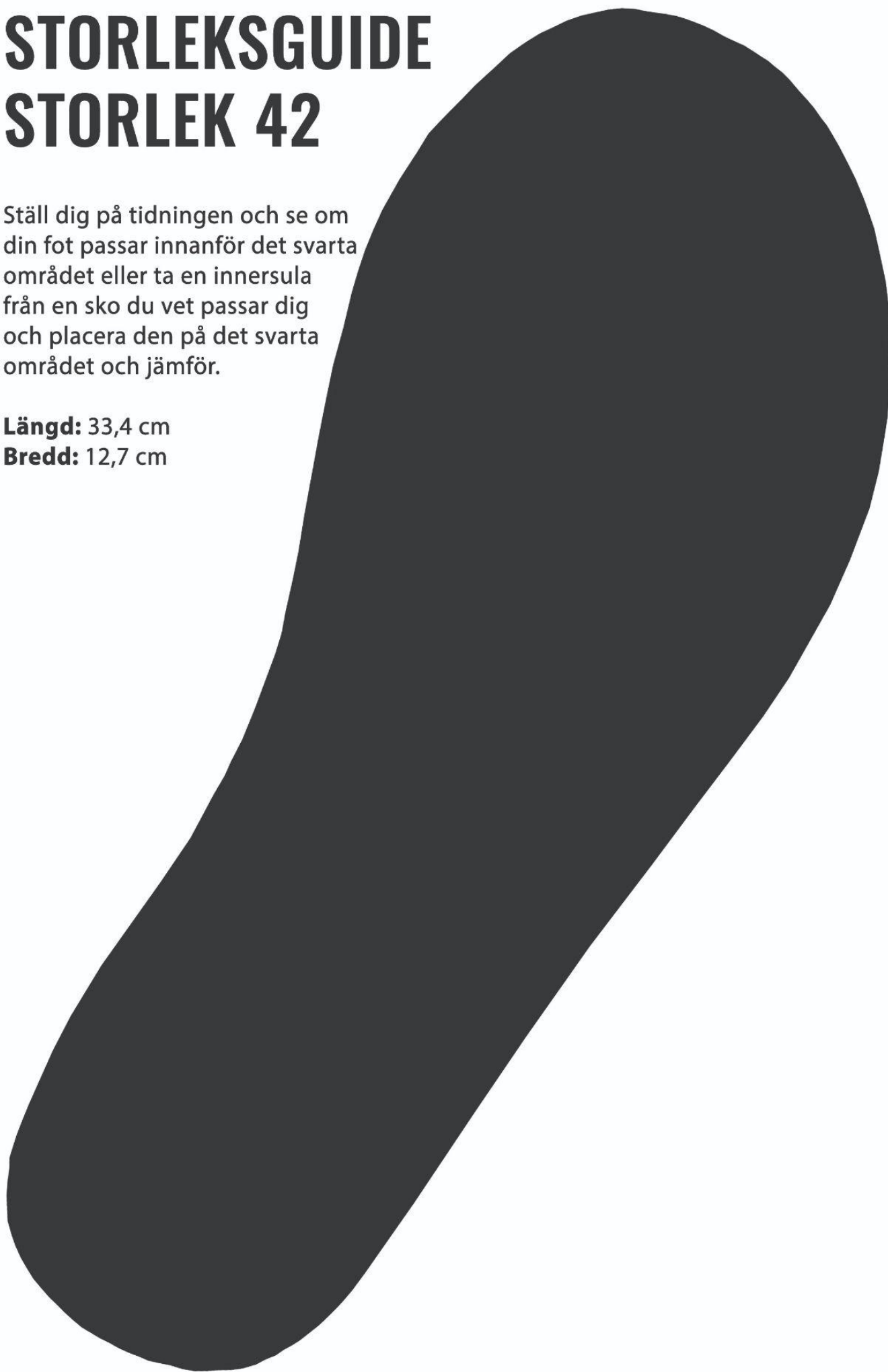
STORLEKSGUIDE

STORLEK 42

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 33,4 cm

Bredd: 12,7 cm



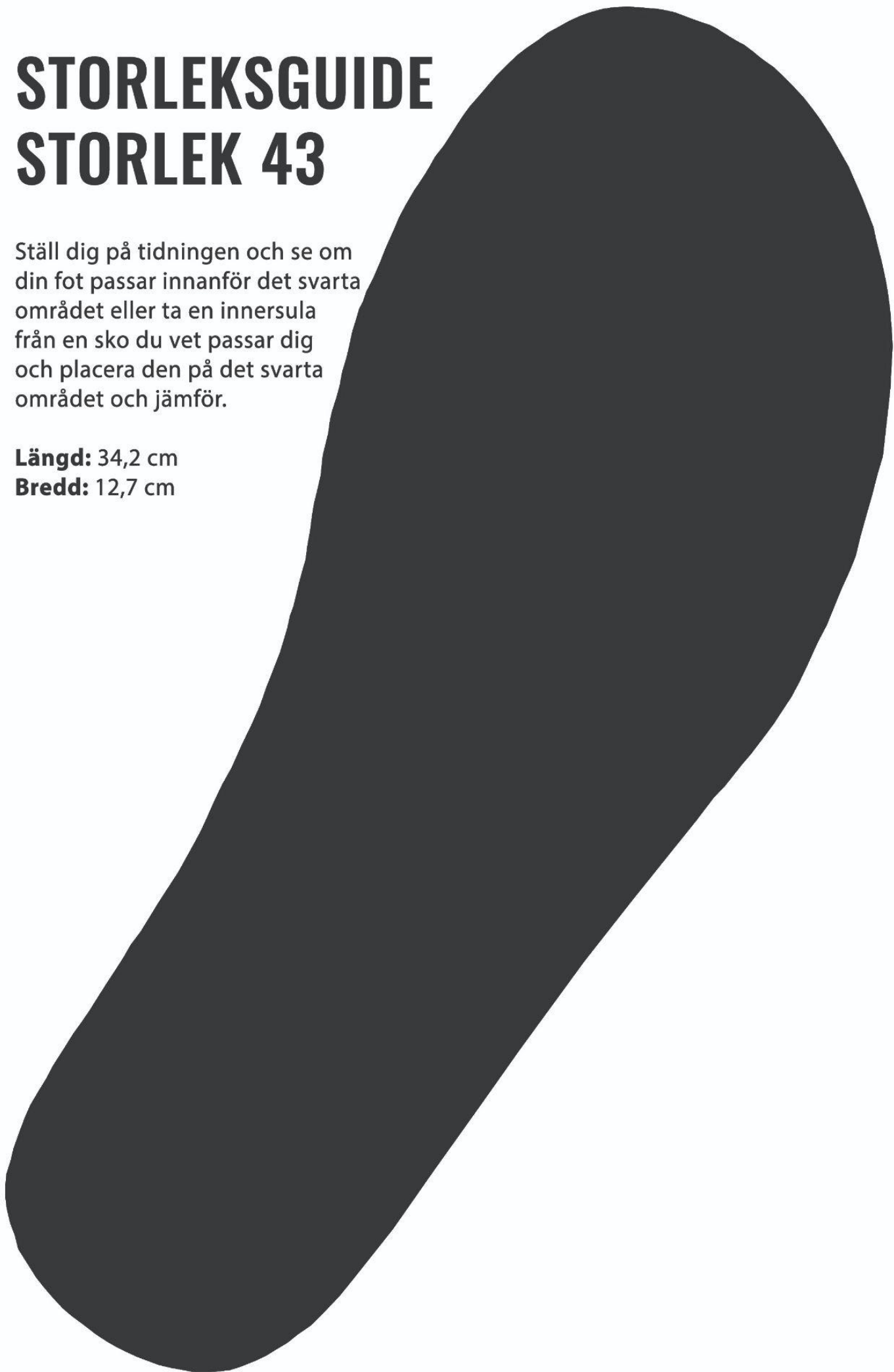
STORLEKSGUIDE

STORLEK 43

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 34,2 cm

Bredd: 12,7 cm



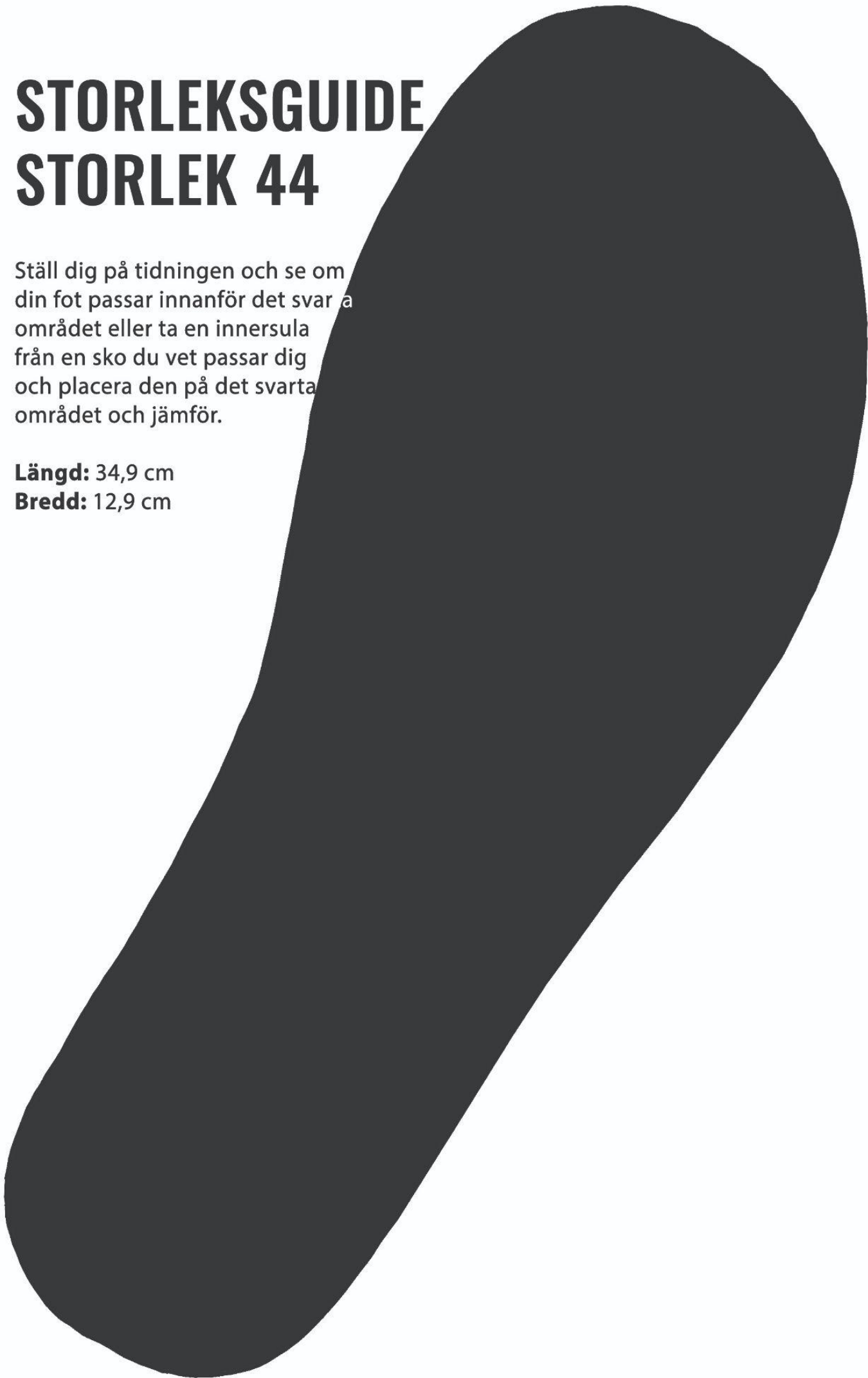
STORLEKSGUIDE

STORLEK 44

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 34,9 cm

Bredd: 12,9 cm



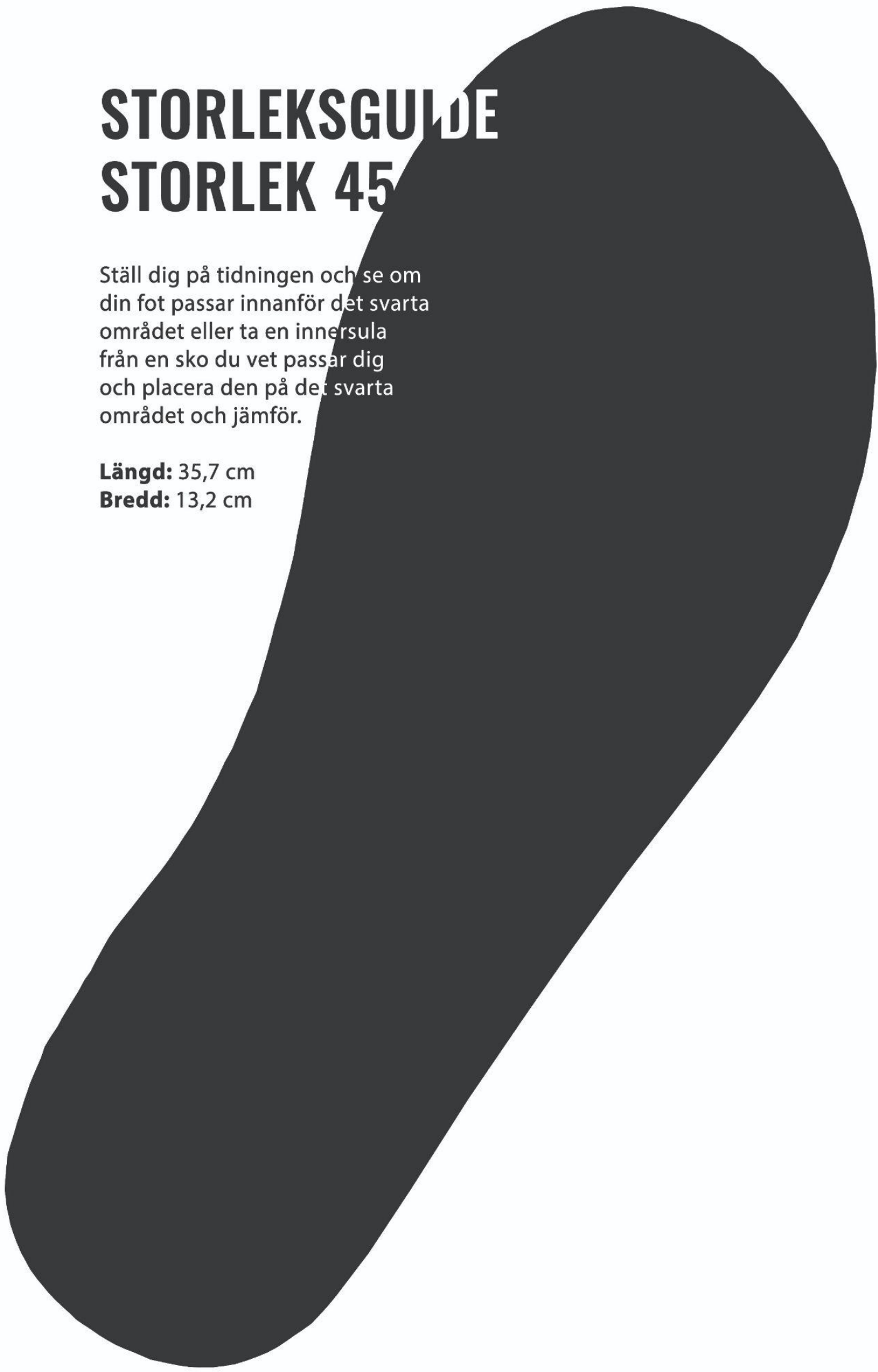
STORLEKSGULDE

STORLEK 45

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 35,7 cm

Bredd: 13,2 cm



STORLEKSGUIDE

STORLEK 46

Ställ dig på tidningen och se om din fot passar innanför det svarta området eller ta en innersula från en sko du vet passar dig och placera den på det svarta området och jämför.

Längd: 36,4 cm

Bredd: 13,3 cm

