

Die richtige Stocklänge

Um eine ausreichende Stützfunktion zu erreichen, soll die Stocklänge passen: Bei leicht angewinkeltem Ellbogen sollte eine aufrechte Haltung möglich sein.

Stellen Sie sich mit normalen Straßenschuhen hin. Lassen die Arme locker nach unten hängen und messen Sie von der Handwurzel (Handgelenk) bis zum Boden. Das ist die richtige Gesamtlänge einschließlich Griff.

