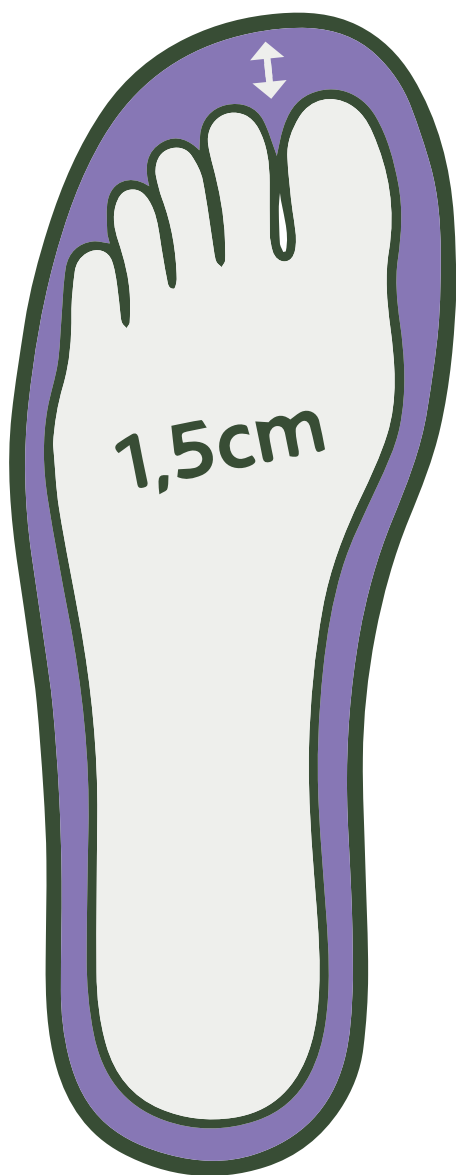


Poderm

podologická péče



- Vytáhni stélku ze své boty (nebo obkresli obrys podrážky na papír).

Postav se na ni bosou nohou.

- Od nejdelšího prstu ke špičce stélky musí být alespoň 1,5 cm volného místa.

- Všechny prsty, klouby a kůstky musí být uvnitř obrysu — nic nesmí vyčnívat.

- Pokud to tak není — tyhle boty už nenosíš. Pořídíš si nové.

- Bez vhodné obuvi se stav nehtu nezlepší.

Podolog Ermilina
776 576 926
Pelhřimovská 3,
Praha - Michle

