スノーシューの履き方

１　スノーシューの横に立ち、
サイズを合わせます。

※　矢印の部分を立ち上げて、
かかとの部分を移動させます。
（移動が終わったら、矢印の部分
を元に戻して固定してください。）

２　ベルトをしめます。

３　スノーシュー後部の矢印にある
ロックをはずすと、かかとが上が
るようになります。