

MESSANWEISUNGEN

① HALSUMFANG

Der Halsumfang wird in der Mitte zwischen Schultern und Kinn gemessen.

② BRUSTUMFANG

Messen Sie auf Höhe der Brustwarzen einmal komplett um Brust und Rücken, unter den Achselhöhlen hindurch. Achten Sie darauf, dass das Maßband auf einer Höhe verläuft. Stehen Sie in entspannter Haltung und atmen Sie aus.

③ TAILLE

Messen Sie den Umfang am engsten Punkt der Taille, meist knapp oberhalb des Bauchnabels. Stehen Sie in entspannter Haltung, atmen Sie aus und: Nicht den Bauch einziehen!

④ HÜFTEN

Messen Sie den Umfang an der breitesten Stelle der Hüfte.

⑤ SCHULTERN

Denken Sie sich eine Linie, die von der Achselhöhle gerade nach oben zu Ihrer Schulter geht. Messen Sie von diesem Punkt am Rücken entlang zu dem gleichen Punkt auf der anderen Seite.

⑥ ARME

Halten Sie den Ellbogen leicht angewinkelt. Messen Sie vom Knochen an der Schulter/Oberseite des Armes an der Außenseite des Armes entlang bis zum Handgelenk direkt hinter dem Knochen.

⑦ BEINLÄNGE

Messen Sie vom Schritt an der Innenseite des Oberschenkels bis zum Knöchel.

⑧ TORSO

Beginnen Sie direkt über dem oberen Ende Ihres Brustbeins in der Mitte Ihres Brustkorbs und messen Sie gerade runter bis zum Schritt.

⑨ KÖRPERGRÖSSE

Ihre normale Körpergröße, von Kopf bis Fuß.

⑩ SCHUHGRÖSSE

Ihre EU Schuhgröße.

