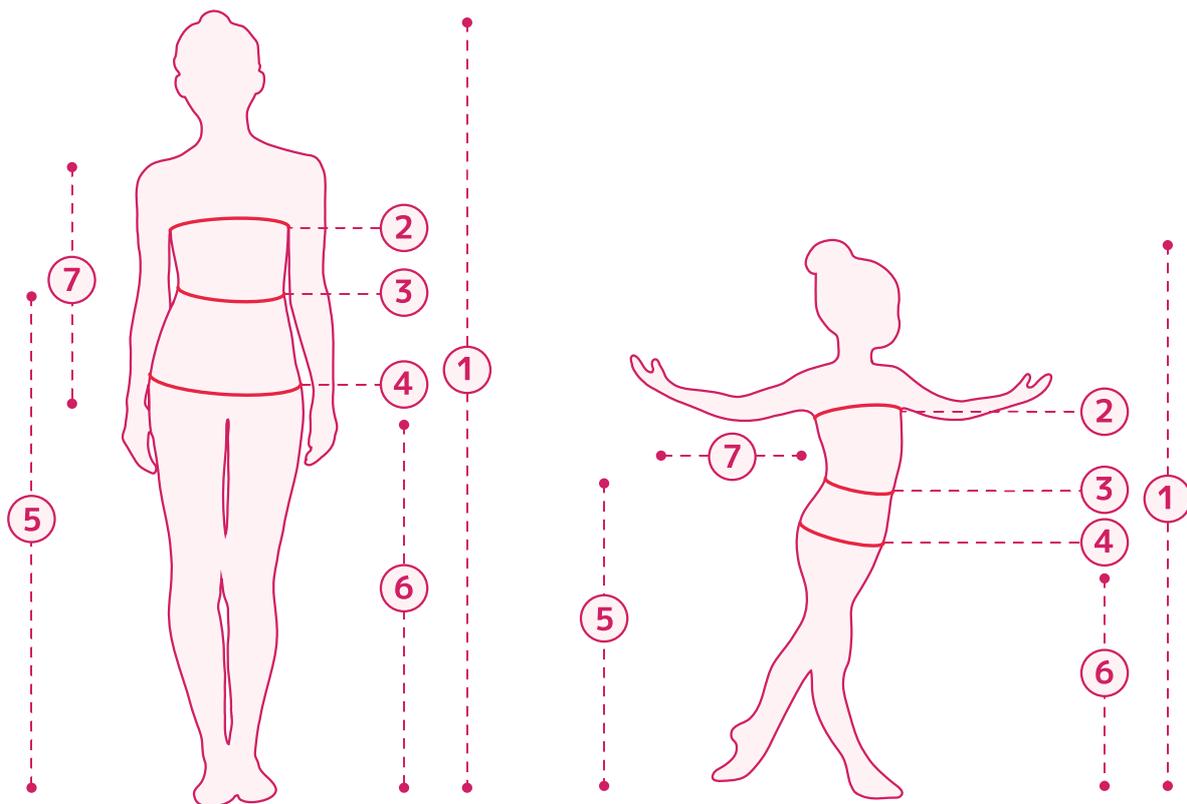


# ТАБЛИЦА РАЗМЕРОВ ДЕВОЧКИ

Размер / Рост, см	Обхват груди, см	Обхват талии, см	Обхват бедер, см
98	52	48	56
104	52	51	59
110	56	51	59
116	56	51	62
122	60	51	65
128	60	54	65
134	60	54	68
140	64	54	71
146	68	57	74
152	72	57	77
158	76	60	77
164	80	66	80
170	84	69	86





1 Рост

2 Обхват груди

3 Обхват талии

4 Обхват бедер

5 Длина по боковому шву

6 Длина по шаговому шву

7 Длина рукава



Производите замеры в облегающей одежде, вы должны быть расслаблены, не напрягайте мышцы. При измерениях сантиметровая лента должна плотно (но без натяжения) прилегать к телу.

- **Рост** - встаньте прямо у стены, прижав пятки, ягодицы, плечи и голову к ней, мерной лентой измерьте расстояние от пола до верхней части головы. При замерах важно снять головной убор, обувь, становиться на ровную и прочную основу. Делаются измерения утром, после сна – в остальное время возможны погрешности ввиду нагрузки на межпозвоночные диски во время ходьбы.
- **Обхват груди** - оберните горизонтально сантиметровой лентой грудную клетку, она должна проходить без перекосов по линии лопаток и выступающих точек груди, не упираясь в подмышки.
- **Обхват талии** - оберните горизонтально сантиметровой лентой на уровне талии между рёбрами и бёдрами. Линия талии находится на уровне высоты локтей - для удобства нахождения можно согнуть руки. Живот не втянут и не надут.
- **Обхват бёдер** - оберните горизонтально сантиметровой лентой на уровне наиболее выступающей точки ягодиц с учётом выпячивания живота.
- **Длина по боковому шву** - встаньте ровно, не наклоняя корпус и не сгибая ноги. Найдите линию талии и приложите к ней начало сантиметровой ленты, проведите ленту по внешней стороне ноги до щиколотки.
- **Длина по шаговому шву** - встаньте ровно, не сгибая ноги, положение ног должно быть слегка раздвинутым. Проведите сантиметровую ленту от угла промежности ровной линией по направлению ноги до щиколотки.
- **Длина рукава** - найдите плечевую точку, подвигав рукой и нащупав центр, от которого плечо способно двигаться. Рука должна находиться в расслабленном, естественном положении. Приложите к плечевой точке сантиметровую ленту и протяните вдоль руки до линии запястья, закрыв ее лентой.

*С любовью и заботой о Вас, команда DIAMATTI*

