

Снимать мерки нужно в облегающей одежде или лучше — в нижнем белье.

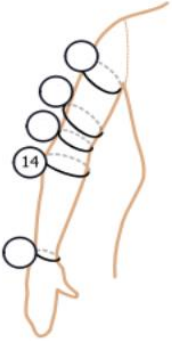
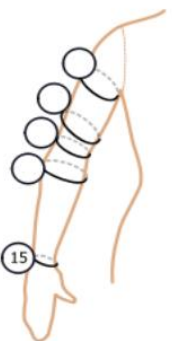


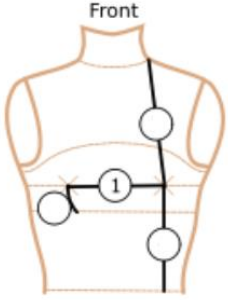

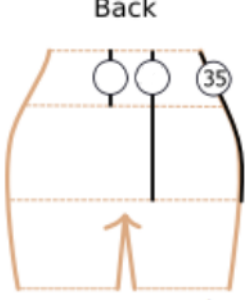
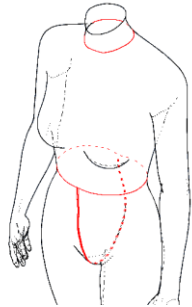

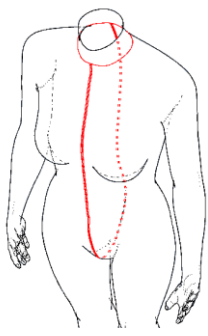
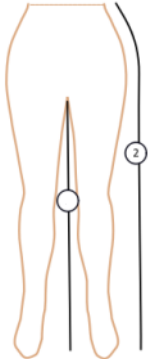
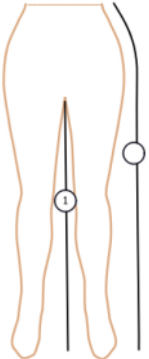
Стойте прямо, без напряжения, не сутультесь, не сгибайте ногу в колене.

Сантиметровую ленту следует прикладывать плотно к телу, не затягивая, но и не расслабляя.

Повяжите вокруг талии тонкую матерчатую бейку. Он облегчает снятие мерок, сопряженных с линией талии.



<p><u>1. Обхват шеи</u> (1-й размерный признак) Сантиметровая лента должна проходить по основанию шеи.</p>	<p><u>2. Обхват груди</u> (4-й размерный признак) Сантиметровая лента проходит горизонтально спереди по выступающим точкам груди, сзади сантиметровая лента слегка приподнимается и проходит по нижней части лопаток. Мерку снимают со спины.</p>	<p><u>3. Обхват под грудью</u> (5-й размерный признак) Ленту накладывают на лопатки. По спине лента должна проходить горизонтально, касаясь верхним краем задних углов подмышечных впадин, затем по подмышечным впадинам в плоскости косоугольного сечения, спереди — через сосковые точки и замыкаться на правой стороне груди.</p>	<p><u>4. Обхват талии</u> (7-й размерный признак) Сантиметровая лента проходит по самому узкому месту талии строго горизонтально к линии пола.</p>
<p><u>5. Обхват бедер</u> (9-й размерный признак) При измерении сантиметровая лента проходит строго горизонтально полу, сзади по наиболее выступающим точкам ягодиц. Мерка снимается спереди.</p>	<p><u>6. Ширина плеча</u> (1-й размерный признак) Измеряется расстояние от точки основания шеи до точки сочленения руки и плеча.</p>	<p><u>7. Длина рукава</u> (5-й размерный признак) Данная мерка измеряется путем определения расстояния от плечевой точки до линии кисти руки в выпрямленном состоянии.</p>	<p><u>8. Обхват проймы</u></p>

			
<p>9. Обхват локтя (14-й размерный признак)</p>	<p>10. Обхват запястья (15-й размерный признак) Обхват запястья измеряется на уровне запястья.</p>	<p>11. Длина талии спереди Измеряется расстояние от точки основания шеи и вниз до линии талии через высокую точку груди.</p>	<p>12. Высота груди Измеряется расстояние от седьмого шейного позвонка, далее через точку основания шеи и вниз до выступающей точки груди.</p>
			
<p>13. Расстояние между высокими точками груди (1-й размерный признак) Измеряют между сосковыми точками в горизонтальной плоскости.</p>	<p>14. Длина спины до талии Измеряется расстояние от седьмого шейного позвонка до линии талии.</p>	<p>15. Высота бедра (35-й размерный признак)</p>	<p>16. Длина промежности Измеряют от линии талии спереди через выступающую точку живота до линии талии сзади.</p>
			
<p>17. Высота сидения Мерку измеряют в сидячем положении путем определения расстояния от линии талии до поверхности сидения.</p>	<p>18. Обхват туловища</p>	<p>19. Длина сбоку Измеряется расстояние от линии талии до линии обхвата щиколотки. Мерка снимается сбоку туловища.</p>	<p>20. Длина ноги (1-й размерный признак) Измеряют расстояние по внутренней поверхности ноги от промежности до линии обхвата щиколотки.</p>

