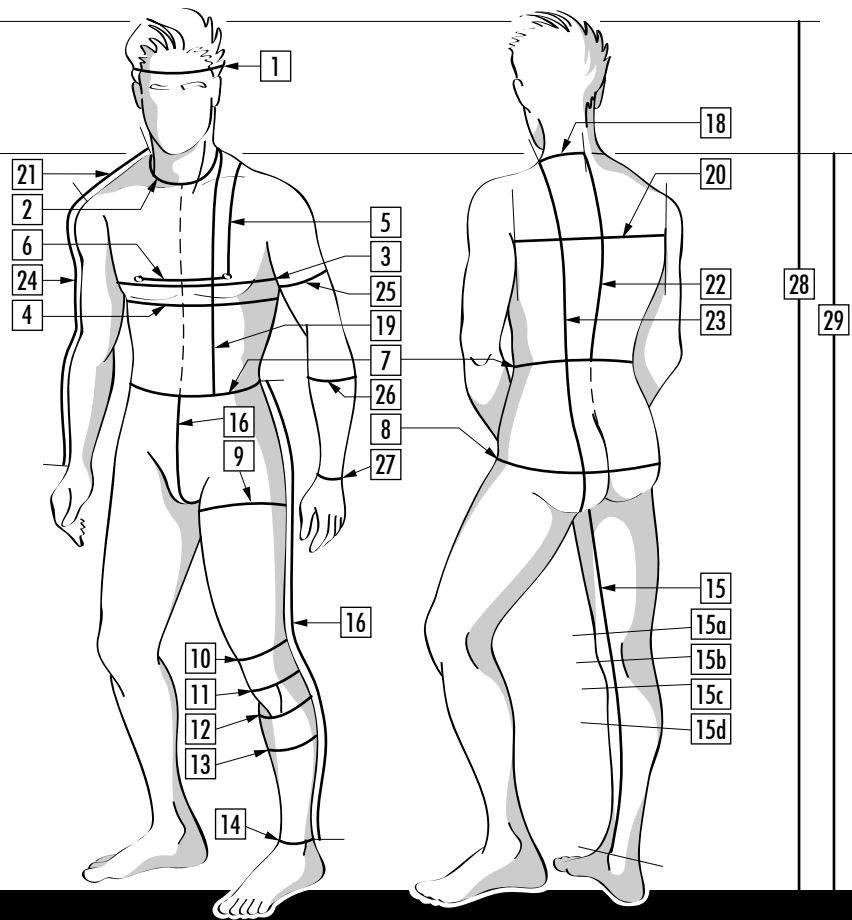


Name:

eMail:

Anmerkungen zu Bestellung/Modell:



## Maße in cm

- |  |  |   |
|--|--|---|
| 1. Wagerechter Kopfumfang (über Stirn und Hinterkopf messen) ..... | 14. Knöchelumfang .....  | 21. Schulterlänge .....   |
| 2. Halsumfang .....  | 15. Innere Beinlänge (Schritt bis Knöchel) .....                           | 22. Rückenlänge (7. Halswirbel bis Taille) .....                            |
| 3. Brustumfang .....   | 15a. Schritt bis Überknie .....  | 23. Rumpflänge (von Schulter zu Schulter durch den Schritt) .....           |
| 4. Unterbrustumfang .....  | 15b. Schritt bis Knie .....  | 24. Äußere Armlänge (Schulterpunkt bis Handgelenk) .....                    |
| 5. Schulter bis Brustpunkt .....                                   | 15c. Schritt bis Unterknies .....  | 25. Oberarmumfang .....   |
| 6. Brustabstand .....  | 15d. Schritt bis Wade .....  | 26. Unterarmumfang .....  |
| 7. Taillenumfang .....   | 16. Äußere Beinlänge (Taille bis Knöchel) .....                            | 27. Handgelenkumfang .....  |
| 8. Hüftumfang (stärkste Stelle) .....                              | 17. Schritthöhe (vordere bis hintere Taille durch den Schritt) .....       | 28. Ganze Körperhöhe .....  |
| 9. Oberschenkelumfang .....  | 18. Halsspiegel (7. Halswirbel bis Schulterpunkt) .....                    | 29. Körperhöhe (7. Halswirbel bis Fußsohle, Beine geschlossen stellen!) ... |
| 10. Überknieumfang .....   | 19. Vordere Länge (7. Halswirbel über Schulter nach vorn bis Taille) ..... | Konfektionsgröße .....  |
| 11. Knieumfang .....   | 20. Rückenbreite .....   | Wie soll das Modell sitzen?<br>eng      locker                              |
| 12. Unterkniesumfang .....   |  |   |
| 13. Wadenumfang .....  |  |   |

## Tips zum Messen

**Maßnahmen lässt sich zu zweit am besten.** Die Maße sind mit einem Maßband flach am Körper anliegend auszumessen.

### Um ungenaue Maße zu vermeiden:

Der Körper ist entspannt aufrecht zu halten, die Arme hängen locker an der Seite. Bei der Körperhöhe stellst Du die Beine geschlossen. Bei den

Umfangmaßen wie Brust- und Taillenumfang normal atmen und nicht den Bauch einziehen.

### Wie finde ich den 7. Halswirbel?

Der 7. Halswirbel lässt sich gut tasten, wenn man den Kopf nach vorn neigt. Der Dornfortsatz des Wirbels steht dann besser hervor. Zum Maßnehmen muss der Kopf jedoch gerade gehalten werden!

### Was tun, wenn das Maßband für das betreffende Maß zu kurz ist?

Man kann mittels einer Nadel ein zweites Maßband anstecken oder man nimmt mit einem nichtelastischen Stoffband oder einer dickeren Schnur Maß.

**Weitere Fragen zum Maßnehmen beantworten wir Dir gern.**