

ISTRUZIONI DI AUTOMISURAZIONE

Seguendo le semplici istruzioni sotto riportate potrà rilevare le sue misure corporee per realizzare la sua camicia su misura.

Con il centimetro da sarta e senza stringere eccessivamente, può RILEVARE LE SUE MISURE avendo cura di prenderle tutte SUL CORPO mentre indossa una camicia o una T-shirt.



Collo: Misurare la circonferenza del collo sulla pelle subito sotto il pomo d'Adamo, lasciando all'interno del centimetro la punta del dito indice.



Spalle: Misurare la larghezza delle spalle facendo scorrere il centimetro in corrispondenza delle due estremità (punto più ampio).



Torace: Misurare la circonferenza della parte alta del torace, facendo passare il centimetro sottobraccio.



Punto Vita: Rilevare la circonferenza del punto vita all'altezza dei fianchi, qualche centimetro sopra la cintura.



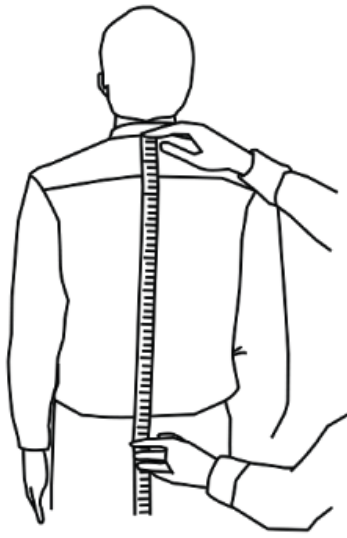
Braccia: Piegare il braccio in avanti per circa 90 gradi e, partendo dall'estremità della spalla appena misurata, far scorrere il centimetro lungo la parte esterna del braccio fino al gomito (lato del tricipite) e proseguendo fino all'estremità del polso.



Polso: Rilevare la circonferenza del proprio polso sulla pelle. NB: in fase di ordinazione specificare se desidera un polso più ampio per l'orologio.



Bacino: Rilevare la circonferenza del bacino, qualche centimetro sotto la cintura.



LUNGHEZZA CAMICIA:

Questa misurazione è utile a determinare la lunghezza della camicia. Prendi la misura, col metro parallelo alla schiena, dalla base del collo fino a sotto le natiche.



CIRCONFERENZA BICIPITI:

Misurare la circonferenza del bicipite in trazione (a mo' di braccio di ferro). Per una corretta vestibilità bisogna far aderire il metro al bicipite, conservando sempre un dito di tolleranza tra il corpo ed il metro.