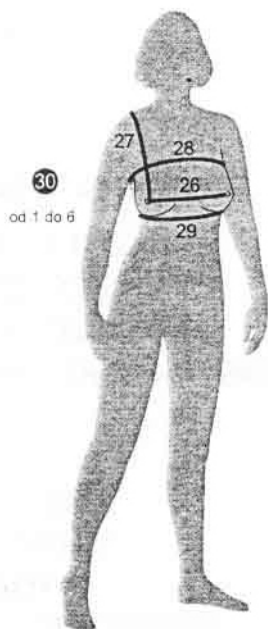
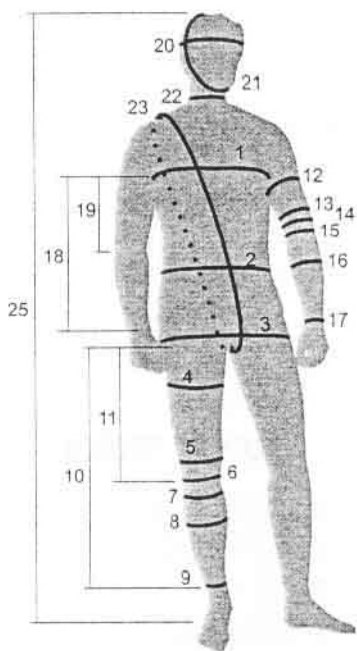


Wszystkie pomiary proszę wykonać stojąc luźno i swobodnie, bez napinania mięśni, bezpośrednio na ciele (nie przez ubranie). Tylko dokładne przeprowadzenie pomiaru daje gwarancję dobrze dopasowanego skafandra. Wyniki podane w cm proszę wpisać w tabelę.



1. obwód klatki piersiowej (na wysokości brodawek)	
2. obwód w pasie	
3. obwód bioder	
4. obwód uda	
5. obwód tuż nad kolanem	
6. obwód kolana	
7. obwód tuż pod kolanem (najwęższe miejsce)	
8. obwód łydki	
9. obwód nogi tuż nad kostką	
10. długość nogi (od krocza do środka kostki)	
11. długość uda (od krocza do środka kolana)	
12. obwód w bicepsie (ręka luźno wzdłuż tułowia)	
13. obwód ręki nad łokciem	
14. obwód łokcia	
15. obwód ręki pod łokciem	
16. obwód przedramienia (w najgrubszym miejscu)	
17. obwód nadgarstka	
18. długość ręki (od pachy do nadgarstka)	
19. długość ręki (od pachy do łokcia)	
20. obwód głowy	
21. obwód głowy (wzdłuż podbródka, uszy, ciemienia)	
22. obwód szyi	
23. obwód korpusu (od krocza przez ramię)	
24. długość stopy	
25. wzrost	
Dodatkowe wymiary dla Pań	
26. odległość pomiędzy piersiami (brzaskami)	
27. odległość piersi od ramienia	
28. obwód klatki piersiowej (ponad biustem)	
29. obwód klatki piersiowej (pod biustem)	
30. rozmiar biustu (w skali od 1-6)	
Prawo czy Leworęczny (L lub P)	

