

MAßANLEITUNG

- Bitte vermesse dich nicht selbst sondern lasse dich von einer zweiten Person vermessen
- Trage enganliegende, dünne Kleidung
- Lasse dir Zeit, denn die Maße entscheidet wie gut später dein Kleid passt
- Halte das Maßband mit einer Fingerspitze dazwischen
- Binde dir als Hilfsmittel eine Schnur um die Taille (eng aber nicht kneifen)
- Stehe ganz entspannt in deiner natürlichen Haltung
- Ziehe deinen Bauch nicht ein

BESTIMMUNG DES 7. HALSWIRBELS:

Um den 7. Halswirbel zu finden, neige den Kopf nach vorne und ertaste den Wirbel, der deutlich hervorsteht.

SCHULTERPUNKTE MARKIEREN:

Markiere dir deine Schulterpunkte mit einem Klebepunkt. Dein Schulterpunkt ist die kleine Beule direkt vor Beginn des Oberarms.

BRUSTUMFANG:

Lege das Maßband um die stärkste Stelle deiner Brust.
Achte darauf, dass das Maßband gerade verläuft.
Atme normal – entspann dich.
Trage am besten den BH den du zu deinem Kleid tragen möchtest.

BRUSTPUNKT:

Miss von deinem 7. Halswirbel eng am Halsansatz entlang über deine Schulter zum Brustpunkt.

OBERKÖRPERLÄNGE:

Miss den senkrechten Abstand vom 7. Halswirbel eng am Halsansatz entlang, über die Schulter bis zur Taille. Achte darauf, dass das Maßband über deine Brustspitze verläuft und halte es in einer geraden senkrechten Linie.

TAILLENUMFANG:

Miss die schmalste Stelle deines Oberkörpers.
Das Maßband muss waagrecht sein.

HÜFTUMFANG:

Lege das Maßband waagrecht um die stärkste Stelle deiner Hüfte.

RÜCKENLÄNGE:

Miss den senkrechten Abstand zwischen 7. Halswirbel und Taille.

SCHULTERBREITE:

Miss den horizontalen Abstand zwischen deinen Schulterpunkten. Dein Schulterpunkt ist die kleine Beule direkt vor Beginn des Oberarms.

OBERARMUMFANG:

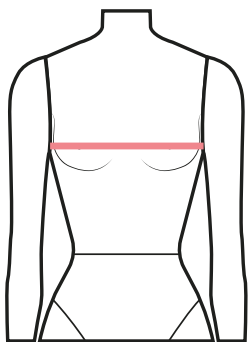
Entspanne deinen Arm und lasse ihn am Körper hängen. Spann deinen Oberarm leicht an und miss die stärkste Stelle deines Oberarms.

ARMLÄNGE:

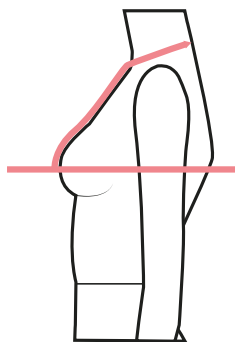
Winkle deinen Arm leicht an und miss vom Schulterpunkt über den Ellbogen bis zum Handgelenk.

SEITENLÄNGE BIS BODEN:

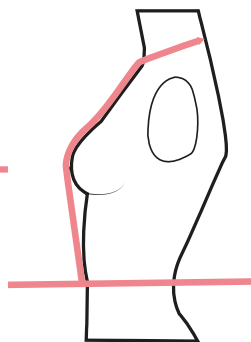
Miss den seitlichen Abstand von deiner Taille bis zum Boden und gehe dabei über die stärkste Stelle deiner Hüfte.



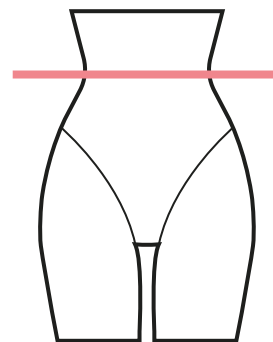
BRUSTUMFANG



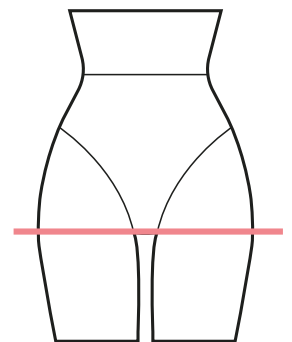
BRUSTPUNKT



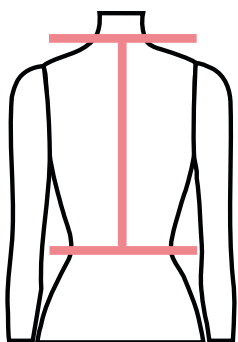
OBERKÖRPER
LÄNGE



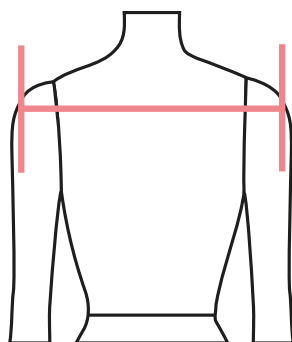
TAILLENUMFANG



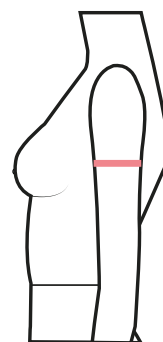
HÜFTUMFANG



RÜCKENLÄNGE



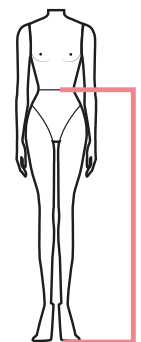
SCHULTERBREITE



OBERARM
UMFANG



ARMLÄNGE



SEITENLÄNGE
BIS BODEN